



วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ มุ่งเน้นเผยแพร่นวัตกรรมวิจัย บทความวิชาการ และประเด็นปัจจุบันที่การศึกษาในมนุษย์ ซึ่งก็เกี่ยวข้องกับศาสตร์ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สรีรวิทยาการออกกำลังกาย ชีวกลศาสตร์ จิตวิทยาการกีฬา การโค้ชกีฬาและการฝึกซ้อมกีฬา การจัดการการกีฬา การส่งเสริมสุขภาพ การจัดการนันทนาการการท่องเที่ยว และการบูรณาการศาสตร์อื่นๆ ที่เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ จัดพิมพ์เป็นภาษาไทย กำหนดออกปีละ 3 ฉบับ ในเดือนมกราคม-เมษายน พฤษภาคม-สิงหาคม และกันยายน-ธันวาคม

รองศาสตราจารย์ ดร.อนันต์ อัฐขุ

นักวิชาการอิสระ

รองศาสตราจารย์ ดร.วิจิต คุนึ่งสขเกษม

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ศาสตราจารย์ ดร.จรินทร์ ธานีรัตน์

สำนักอธิการบดี มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

ศาสตราจารย์ ดร.ชมพล ผลประมุข

คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ศาสตราจารย์ นพ.อรรถ นานา

วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา

มหาวิทยาลัยมหิดล

ศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ กาญจนกิจ

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รองศาสตราจารย์ ดร.ธนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รองศาสตราจารย์ ดร.สาลี สุภาภรณ์

คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ถนนพระราม 1 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

โทร. 02-218-1030, 02-218-1024 โทรสาร 02-218-1030

โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [5607-018]

โทร. 02-218-3549-50, 02-218-3557 เมษายน 2556

<http://www.cuprint.chula.ac.th>

รองศาสตราจารย์ ดร.ดรณวรรณ สุขสม

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัยพัฒน์ หล่อศิริรัตน์

อาจารย์ สิทธา พงษ์พิบูลย์



Journal of Sports Science and Health

Aim and Scope

The Journal of Sports Science and Health publishes original research investigation, review articles, and current topics on human science that deals with sports science, exercise physiology, biomechanics, sports psychology, sports coaching and training, sport management, health promotion, recreation and tourism management, and other interdisciplinary that pertains to sports science and health topics. The journal is published 3 times per year (January-April, May-August, September-December) three issues constitute one volume.

Advisors

Assoc. Prof. Dr. Anan Attachoo	Independent Scholar
Assoc. Prof. Dr. Vijit Kanungsukkasem	Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Asst. Prof. Dr. Silapachai Suwanthada	Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Associated Editors

Prof. Dr. Charin Thaneerat	Office of the President, North Bangkok University
Prof. Dr. Chumpol Pholpramool	Faculty of Science, Mahidol University
Prof. Dr. Arth Nana	College of Sports Science and Technology, Mahidol University
Prof. Dr. Sombat Karnjanakit	Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Assoc. Prof. Dr. Thanomwong Kritpet	Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Assoc. Prof. Dr. Salee Supaporn	Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

Produced By

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Rama I Patumwan Bangkok 10330
Tel. +662-218-1030, +662-218-1024 Fax: +662-218-1030

Production Office

Printed by Chulalongkorn University Printing House [5607-018]
Tel. 02-218-3549-50, 02-218-3557 April 2013
<http://www.cuprint.chula.ac.th>

Editors

Assoc. Prof. Dr. Daroonwan Suksom
Asst. Dr. Chaipat Lawsirirat
Ms. Sitha Phongphibool



วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

Journal of Sports Science and Health

วารสารวิชาการของคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Academic Journal of Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

ปีที่ 14 ฉบับที่ 1 (มกราคม - เมษายน 2556)

Vol. 14 No.1, January-April 2013

Online Journal <http://www.spssc.chula.ac.th>

E-journal <http://www.ejournal.academic.chula.ac.th/ejournals>

สารบัญ (Content)

หน้า (Page)

สารจากบรรณาธิการ (Letter from the editor)

บทความวิชาการ (Review Article)

- ❖ CAPITAL STRUCTURING IN HEALTH/FITNESS BUSINESS : A VITAL ISSUE 1
- ◆ Chatchai Masunsub

บทความวิจัย (Research Articles)

วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sports Science)

- ❖ การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา 11
- A DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL STANDARDS OF FOOTBALL REFEREES
- FOR DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION
- ◆ ภัทรารุณ ขาวสนิท และวันชัย บุญรอด
- Pattarawut Khaosanit and Wanchai Boonrod
- ❖ การวิเคราะห์รูปแบบการทำประตูของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งชั้น 24
- ในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010
- AN ANALYSIS OF SUCCESSFUL GOAL ATTACKING PATTERN OF
- SPAIN TEAM AND ITS COMPETITORS IN THE 2010 WORLD CUP SOCCER
- TOURNAMENT
- ◆ นิพิฐพนธ์ มาลาหอม และชัชชัย โกมารทัต
- Nipitpon Malahom and Chuchchai Gomaratat

สารบัญ (Content)

หน้า (Page)

❖ การเปรียบเทียบผลของการฝึกเทนนิสระหว่างโปรแกรมการจับไม้มือเดียวกับการจับไม้สองมือที่มีต่อความสามารถของผู้เริ่มฝึกกีฬาเทนนิสวัยเด็ก	39
THE COMPARISON OF TENNIS TRAINING EFFECTS BETWEEN THE ONE-HANDED GRIP AND TWO-HANDED GRIP PROGRAM ON THE ABILITY OF YOUNG TENNIS BEGINNERS	
◆ ชัยวิชญ์ เหลี่ยมไพบูรณ์ และวันชัย บุญรอด	
Chaiwit Leampriboon and Wanchai Boonrod	
❖ อุบัติการณ์การบาดเจ็บระหว่างการซ้อมและการแข่งขันของนักกีฬาฟุตบอลชายของ تیمมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล	50
THE INCIDENCE OF INJURY OF MALE SOCCER PLAYERS OF THE UNIVERSITY TEAMS IN URBAN AND SUBURB AREAS OF BANGKOK DURING TRAINING AND MATCHES	
◆ เชาวินวิทย์ สุทธิวานิช อี๊ด ลอประยูร และดรณวรรณ สุขสม	
Chaowit Suttiwanit, Ead Lonprayoon, and Daroonwan Suksom	
การจัดการกีฬา (Sports Management)	
❖ การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา	65
A DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL STANDARDS OF SPORT ADMINISTRATORS FOR DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION	
◆ ศิยาพร อารมณสุขโข และเทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย	
Siyaporn Arromsukkho and Tepprasit Gulthawatvichai	
❖ ส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี	78
MARKETING MIX AFFECTING THE GOLFERS' DECISION TO SELECT GOLF COURSES IN CHONBURI PROVINCE	
◆ วรวิทย์ นาคพนม และจุฑา ดิงศภัทัย	
Worawee Nakpanom and Juta Tingsabhat	
วิทยาการส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Science)	
❖ ผลของการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งที่มีผลต่อสุขสมรรถนะในเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน	91
EFFECTS OF GROUP EXERCISE WITH WALKING-RUNNING ON HEALTH-RELATED PHYSICAL FITNESS IN OVERWEIGHT FEMALE YOUTHS	
◆ กิจจา ธนอมสิงหะ และธนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร	
Gidja Tanomsing-ha and Thanomwong Kritpet	

สารบัญ (Content)

	หน้า (Page)
❖ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคม กับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ THE RELATIONSHIPS BETWEEN PERSONAL FACTORS, HEALTH VALUES AND SOCIAL SUPPORT ON THE WELLNESS OF PROFESSIONAL SINGERS ◆ นพพล โพธินาม และสุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์ Noppon Potinam and Suchitra Sukhonhasab	103
❖ ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร และแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร จังหวัดปทุมธานี FACTORS RELATING TO HEALTH PROMOTING BEHAVIOR OF WORKERS IN FOOD INDUSTRIAL AND PROCESSED FOOD PRODUCTS FACTORIES, PATHUMTHANI PROVINCE ◆ ภมร นามเสนะ และสุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์ Pamorn Namsanor and Suchitra Sukonhasab	115
การจัดการนันทนาการและนันทนาการการท่องเที่ยว (Management of Recreation and Tourism)	
❖ ความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยว พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร THAI TOURIST'S EXPECTATION AND SATISFACTION TOWARD THE NATIONAL MUSEUMS IN BANGKOK METROPOLIS ◆ ทศตะวัน ด่วนตระกูลศิลป์ และเทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย Tattawan Duantrakoonsil and Tepprasit Gulthawatvichai	128
❖ ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่อง CONSTRAINTS TO LEISURE TRAVEL DURING LONG HOLIDAYS ◆ เฉลิมเกียรติ เฟื่องแก้ว สุวิมล ตั้งสัจพจน์ และมยุรี ศุภวิบูลย์ Chalermkiart Feongkeaw, Suvimol Tangsujapoj and Mayuree Suphawibul	141

สารจากบรรณาธิการ

วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพฉบับนี้เป็นฉบับประจำเดือน มกราคม-เมษายน 2556 ซึ่งนับเป็นปีที่ 14 ของการจัดทำวารสารฯ นี้ โดยทางวารสารฯ ได้ดำเนินการให้เป็นไปตามมาตรฐานศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย (TCI) เพื่อให้วารสารฯ ได้รับการประเมินคุณภาพอยู่ในกลุ่มที่ 1 ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์ทางวิชาการต่อผู้เขียนที่นำผลงานทางวิชาการมาลงตีพิมพ์ในวารสารฯ ของเรา จึงขอเรียนเชิญท่านผู้อ่านส่งบทความวิชาการและบทความวิจัยมาลงตีพิมพ์เผยแพร่ได้ตลอดเวลา ทั้งนี้วารสารทุกฉบับที่ตีพิมพ์ได้นำขึ้นเว็บไซต์ของคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา (www.spsc.chula.ac.th) เพื่อให้ท่านผู้สนใจได้สืบค้นข้อมูลได้สะดวกขึ้น

ท้ายที่สุดนี้ ขอให้ทุกท่านมีเวลาในการผลิตผลงานวิชาการที่มีคุณภาพ เพื่อให้ศาสตร์ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพเจริญก้าวหน้าต่อไป

บรรณาธิการ

CAPITAL STRUCTURING IN HEALTH/FITNESS BUSINESS: A VITAL ISSUE

Chatchai Masunsub

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

The health/fitness business can give both physical and social benefits to its members by providing services correctly. However, operating this type of business is challenging, as it requires expertise in business management such as marketing, human resource management and financial management. Since the capital is required to open this business, the operator should structure the capital appropriately. To structure the capital with debt can give many advantages such as tax advantage and non-

voting right for debt holders. Nevertheless, there are also some disadvantages when structuring the capital with debt such as financial risk and fixed expense on interest charge. The health/fitness operator should consider the factors when structuring the capital with debt and make the appropriate decision for the health/fitness business.

Key Words : Health/Fitness Business/Business Management/Financial Management/Capital/Debt

Introduction: the importance of health/fitness business

The health/fitness business has its roots from an industry culture that originated from male-oriented social and sport clubs and institutes of physical culture. During the 1800s, a small network of men's athletic clubs, such as New York Athletic Club, existed and were founded to bring together men who had the same interest in sports and social status perceived to be a by-product of membership in the clubs (Tharrett and Peterson, 2006). Moreover, Tharrett and Peterson (2006) suggest that those clubs were created to raise social and business relationships. They had facilities that provided an environment for actively pursuing social networking and engaging in sport activities.

In addition, health/fitness clubs serve as a place for health promotion. There have been many studies linked regular exercise with a reduction in cardiovascular disease, as well as almost every other health-related disorders, including diabetes, high blood pressure, cancer, and obesity (Tharrett and Peterson, 2006). Moreover, according to American College of Sports Medicine (2003), some of the health benefits associated with regular exercise include lower risks of developing heart disease, adult-onset diabetes (type 2 diabetes), and osteoporosis. Recent scientific research suggests that people who exercise are better able to cope with stress and are less likely to suffer

from depression and anxiety. Regular exercise also helps to control weight gain (American College of Sports Medicine, 2003). Furthermore, Department of Exercise (2012) recommends that everyone should do moderate exercise for at least 3 to 5 days/week for around 30 to 60 minutes/time in order to be healthy (Department of Exercise, Ministry of Public Health, Thailand, 2012). Moreover, the health and fitness users can gain benefits from using the service in two ways, psychic and physical and then leads to work productivity (Gratton and Taylor, 2000).

According to the research, in the USA, the reasons for people joining a health/fitness club were to exercise for more than 50 percent of the respondents. They also joined because they need motivation to exercise, friendly staff, socialization and lastly participate in classes (Tharrett and Peterson, 2006).

In conclusion, the health/fitness business offers a product that can make a difference in someone's life. If the product, health/fitness service, is delivered correctly, then the health/fitness business can initiate positive change in the people they serve. This type of business can obviously change a person's physical shape with what they offer. They can also subtly change their mental condition by allowing them to become part of something that is important in their lives. The health/fitness club is a place where members are always welcome, where they can make new friends, and a place that

offers a social atmosphere linked to their physical conditioning (Plummer, 1999).

Health/Fitness growth and financial involvement

Since the 1800s--the start of health/fitness industry, this industry had grown relatively over time especially during 1900s that the consumers spending on health/fitness memberships in the USA grew significantly from around \$6.5 billion to \$11.6 billion (Tharrett and Peterson, 2006). As a result of the high growth period, the growing financial performance of this business attracted more investment and more health/fitness operators into the industry.

There have been several significant changes in the industry during the 1900s such as the consolidation and the formation of larger multi-club operators on a local, regional, and national scale, the establishment of fitness and exercise only centers with no sports component, the rise of the club-based spa, the entry of hospital-based facilities driven by the aging population and the realization of health prevention, and the entry of more rivals from community centers and apartment-and hotel-based fitness centers (Tharrett and Peterson, 2006). Additionally, the evolving demographic, changes in popular culture, additional research on the benefits of exercise, and the maturing of the industry from a purely business perspective drove many changes in the types of health/fitness facilities and operations. The trend in

health concerns has still been increasing in recent years leading to the growth of health-related businesses (Kongkaew, 2012). According to Bates (2008), since 2005, both the numbers of health and fitness facilities and members have been increasing dramatically in the USA. The revenue of fitness clubs has increased significantly. In addition, the fitness trend in Thailand also mirrors what had occurred in the united State (California Wow Annual Report, 2010).

However, in the 21st century, the competition among health/fitness clubs rose significantly that the sign of oversupply has occurred (Tharrett and Peterson, 2006).

People outside the health/fitness business often perceived that health/fitness business is an easy business. However, those who own and operate health/fitness business see it as one of the most challenging small business they could own. In running this type of business requires specific business skills such as raising capital, managing a staff, mastering marketing and sales, and developing programs all have to be in place for that new business to survive and prosper in a competitive market.

Furthermore, risk is the other side of the business. The health/fitness owners have to minimize this risk by learning as much as they can about how the business operates. Not all health/fitness operators are successful; successful operator has to have a love for the health/fitness business and also took the time

to develop themselves as business people along the way. In the end, to be successful in this business, they must have both a passion for helping people and changing lives and the drive to master all aspects of the business itself (Plummer, 2007).

Bates (2008) also suggests that managing a successful health/fitness business cannot rely on only the passion and knowledge of fitness. The managers must have a thorough understanding of marketing, operations, and financial concerns that affect their clubs because the competition in the current period is more competitive than in the early days of the industry. Accordingly, he also argues that a manager needs to oversee the financial reporting, analysis, and budgeting for the club. Moreover, a manager needs to be able to answer many questions such as “Is the business generating enough cash flow to pay its bill?”, “Are we properly budgeting staff hours based on the ups and downs of the business?”, and etc. More importantly, he suggests that a manager must be able to answer ‘Has the amount of debt financing increased to unsatisfactory levels since the last statement date?’ Thus, he concludes that running a health/fitness club is like running any other business. It requires all the management and business expertise that any other business requires. As more clubs open and others expand, the most successful club will be the one with strong management personnel, and understand finan-

cial, human resource, sales, marketing, and operational concerns. The days of fitness enthusiasts running clubs and getting by simply on their passion for the field are long gone.

Despite of the growth in health concerns and health-related business, producing lots of revenues from membership sales are not simple as many people believe—especially in the developing countries—because people tend to consider spending on health/fitness membership is luxurious goods (Gratton and Taylor, 2000). The expenses in this business are quite high and most of them are constant and can be broken down into operating expenses and fixed expenses. The operating expenses are also very high in payroll and benefits, administration, utilities, maintenance and repairs, advertising, marketing, and programs and profit-center costs. Moreover, fixed expenses in this industry are rent and lease payment (if you are not lucky to have your own land), interest and financing charges, real estate and property taxes, and depreciation (Bates, 2008; Plummer, 2003).

Plummer (1999) argued that the costs of running a health/fitness facility are increasing to two to three times higher than it was in the early 80s. As the rise of supplies and competition, he suggested that health/fitness business operators should spend what they spent to build-out the club when they opened. That means every four years the operators should renovate their clubs in order to be

competitive in the market.

Therefore, managing a health/fitness club is not an easy task. The managers need to have the passion and knowledge for health/fitness as well as the management knowledge especially on financial concerns in order to be financially successful.

What is capital structure and why is capital structure important in health/fitness business?

In the world of corporate finance, capital structure is a big topic that has been largely studied by many finance theorists. Basically, business needs capital for its business operations and a mix of firm's equity and debt is called capital structure (Brigham and Ehrhardt, 2005). Specifically, the debt in the capital structure is mainly long-term debt with the maturity is longer than one year (Tuwanitmitkul, 2007; Sirikuta, Tubhirunrak, Pungnirun, and Yungtinnung, 2009).

In the world of sport and recreation businesses, many organizations have faced insolvency problems of too much debt. For example, according to many articles in Beech's football management blog, there are many insolvent football clubs in the UK and all of them have very high debt in their capital structure and Beech suggested that was one of the causes of insolvency (Beech, <http://footballmanagement.wordpress.com/>).

According to Chadwick and Beech (2004), the financial structure of sports organization

consists of capital employed, assets, operating cash flow, and return to capital employed (Beech and Chadwick, 2004). Generally, all firms need to have capital to start the business and they need more capital when their business is expanding (Tuwanitmitkul, 2007). In health/fitness business, capital is needed for land and building, decoration, exercise equipment and so on. Patton et al. (1989) suggested that the biggest obstacle to overcome in starting any new business was to obtain the necessary capital. Careful planning of all capital requirements should be formulated well in advance of approaching any potential lender. Moreover, they suggested that initial capital is the largest when opening a new health/fitness club, including the start-up costs of building a health/fitness facility such as construction costs, equipment fees, engineering and architectural fees, licensing and permits, franchising fees, and insurance.

To employ capital, it must be raised and it usually comes from purely equity or both equity and debt. Since the capital structure is a mix of equity and debt, the health/fitness manager needs to be able to structure the capital properly or choose how much equity and how much debt is needed for the business. However, this article will focus on the issue of advantages and disadvantages when structuring the capital with debt for health/fitness business.

Patton et al. (1989) suggested that the important factor for a health/fitness manager when raising capital is the debt to equity ratio or a mix level of debt and equity. They believed that the health/fitness club should not become overleveraged from the start; especially a health/fitness club takes approximately 2 to 3 years to generate a positive cash flow. Furthermore, they also recommend that one of the major expenses that need close monitoring is debt service. If debt service exceeds 15 percent of revenues, the club will not provide a reasonable return on investment, if it is more than 25 percent of revenues; the club will lose money. This shows that structuring the capital with a lot of debt is risky. However, according to Plummer (2003), he argued that a successful health/fitness operator always has debt. The secret is to make sure the debt is controllable, right for the business and its level of maturity, and is part of the business plan (Plummer, 2003).

There is a quote from a finance practitioner, Mr. Milken, the chairman of the Milken Institute, saying that "It doesn't matter whether a company is big or small. Capital structure matters. It always has and always will." (Milken, 2009).

Usually, the level of equity and debt or a mix of both can vary over time, but the health/fitness club manager should have a policy for target capital structure, for example, our health/fitness club will have the target

capital structure of 50 percent debt and 50 percent equity, and try to keep their capital-structure close to the target.

Advantages of structuring the capital with debt

Structuring the capital with debt has some advantages. Firstly, financing charge or interest expense is corporate tax deductible. Usually, all businesses that make operating profit, they have responsibility to pay tax to the government, except for some very few countries that by law are tax-heaven or do not require business to pay tax. As the health/fitness business has debt and has to pay interest to debt holders, the interest expense is tax deductible. That decreases the operating profit before tax and reduces tax expense. It can be assumed that tax-deductible by debt financing results in a tax subsidy by the government (Harris and Raviv, 1991). Thus, this can make the after-tax cost of debt is lower than the nominal interest charged by the lender.

Secondly, debt holders have a fix return only from interest payment, but they cannot receive more if the health/fitness business is making a lot of operating profit. All operating profit after financing charge goes to the health/fitness shareholders.

Lastly, debt holders usually have no voting rights in management of the health/fitness business like the owners. Thus, the owners can still fully control and manage their health/

fitness business even though they do not invest all their equity.

Disadvantages of structuring the capital with debt

Despite some advantages mentioned above, there are some disadvantages. Debt can increase the negative effect to the stockholders as the more debt employed the more financial risk. Furthermore, debt holders have prior claim for cash flows and the stockholders are entitled only to residual cash flow after the debt holders have been paid. Moreover, the business will have more fixed expense in financing charge.

Business risk is related to when the health/fitness club uses only equity and financial risk occurs when the club uses debt. Business risk arises from uncertainty in projections of the club's cash flow or its operating profit and its capital requirement. The health/fitness club will also face one more risk, financial risk, as they have to pay fixed interest on debt. Thus, when the club uses both equity and debt, they face both business and financial risks that will increase the cost of capital. Especially, if there is an economic crisis, the business may face a decreasing sale, but the club still has to pay fixed interest on debt. That will then lower net profit or might drive the club to making a loss.

Factors considering for structuring the capital with debt

Business risk

Sales stability – if sales are not gradually volatile, it can safely take on more debt. Free cash flow can be easier forecasted than when sales are volatile, and the managers knows how much interest expense the firm can handle.

Operating leverage – A firm with less operating leverage is better able to employ financial leverage because it will have less business risk. High operating leverage is when a firm has a very high fixed cost on its cost structure.

Profitability – Firms with very high profitability and rate of return on investment tend to use relatively little debt as they can finance their operating with internal generated funds. Many profitable firms such as Intel, Microsoft, and Coca-Cola are examples of using little debt financing but internal generated funds.

Tax Position

As interest is tax-deductible expense and the deductions are most valuable to firms with high tax rates. Thus, the higher a firm tax rate, the greater the advantage of debt.

Financial flexibility

Usually, firms with profitable investment opportunities need to be able to fund those opportunities. Moreover, if firm's target capital

structure is not at its ceiling, it can make any adjustments when needed.

Management attitude

Since it is very hard and complicated to prove that one capital structure will lead to higher stock prices than another, management can exercise its own judgment about the proper capital structure. Basically, the conservative management tends to use less debt than aggressive management.

Conclusion

The health/fitness business can give both physical and social benefits to its members by providing services correctly. However, operating this type of business is challenging, as it requires expertise in business management such as marketing, human resource management and financial management. Since the capital is required to open this business, the operator should structure the capital appropriately. The capital can be raised both from equity and debt. To structure the capital with debt can give many advantages such as tax advantage and non-voting right for debt holders. Nevertheless, there are also some disadvantages when structuring the capital with debt such as financial risk and fixed expense on interest charge. The health/fitness operator

should consider the factors when structuring the capital with debt and make the appropriate decision for the health/fitness business.

However, the theory behind capital structure is to find the right mix of long-term funds that will minimize the costs of capital and maximizes the value of the firm. This ideal mix is called the optimal capital structure. It can be argued that an optimal capital structure really does not exist since changing the mix of capital will not change value. The best approach seems to be to focus on a range of capital structure in managing the firm (Evans, 2012). Moreover, Milken (2009) suggests that we should not be fixed with any mix of capital structure but can be changed or adjusted according to the market conditions and the cost of capital and return on project investment. Moreover, since the optimal capital structure is very hard to find, many successful firms in the world base their capital structure on one simple consideration, the cost of capital (Kennon, 2012). Accordingly, the pecking order theory can also be applied here. From the theory, it states that firms will follow the hierarchy of financing where the firms will prefer to finance themselves internally, retained earning, and when all internal finances are depleted it will go for debt, and lastly the equity will be the last resort (Harris and Raviv, 1991).

References

- American College of Sports Medicine. (2003). **ACSM Fitness Book: A Proven Step-by-Step Program from the Experts**, 3rd Edition. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bates, M. (2008). **Health Fitness Management, A Comprehensive Resource for Managing and Operating Programs and Facilities**, Second Edition. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Beech, J., & Chadwick, S. (2004). **The Business of Sport Management**. Essex, Pearson Education Limited.
- Beech, J. (n.d.). 2011 – The Year in Insolvency Events, Retrieved July 10, 2012, from <http://http://footballmanagement.wordpress.com/2011/12/31/2011-the-year-in-insolvency-events/>
- Brigham, E. F., & Ehrhardt, M. C. (2005). **Financial Management: Theory and Practice**, 11th Edition. China: Thompson South-Western.
- California Wow Annual Report (2010). **Annual Report**. Bangkok.
- Department of Exercise, Ministry of Public Health, Thailand (2012). **Exercise Prescription for Diabetes, Hypertension, Obesity and Coronary Artery Disease**. Bangkok, Office of Publishing for Veteran Affair.
- Evans, M. H. (2012). **Discussion Board Articles on Capital Structure**. Retrieved July 10, 2012, from http://www.exinfm.co: http://www.exinfm.com/pdf/files/dba__cap.pdf
- Gratton, C., & Taylor, P. (2000). **Economics of Sport and Recreation**. London: Spon Press.
- Harris, M., & Raviv, A. (1991). The Theory of Capital Structure. **Journal of Finance**, Vol. 46 No. 1, 297-355.
- Kennon, J. (2012). **An Introduction to Capital Structure: Why Capital Structure Matters to Your Investments**. Retrieved May 15, 2012, from www.about.com.
- Kongkaew, J. (2012). ธุรกิจ : BizWeek เจาะตลาด (สว.) สู้ภัยไฮโซ !!! Retrieved October 15, 2012, from <http://www.bangkokbiznews.com: http://www.bangkokbiznews.com/home/detail/business/bizweek>
- Milken, M. (2009). **The Wall Street Journal: Why Capital Structure Matters**. Retrieved July 10, 2012, from www.online.wsj.com: http://online.wsj.com/article/SB124027187331937083.html
- Murray, J. (2012). **Capital Structure of a Business**. Retrieved July 12, 2012, from www.about.com.
- Patton, R. W., Grantham, W. C., Gerson, R. F., & Gettman, L. R. (1989). **Developing and Managing Health/Fitness Facilities**. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Plummer, T. (1999). **Making Money in the Fitness Business**. Los Angeles: Fitness Management Magazine.
- Plummer, T. (2003). **The Business of Fitness: Understanding the Financial Side of Owning a Fitness Business**. CA: Healthy Learning.

- Plummer, T. (2007). **Open A Fitness Business and Make Money Doing It**. Boston: Healthy Learning.
- Rajan, R. G., & Zingales, L. (1995). What Do We Know about Capital Structure? Some Evidence from International Data. **The Journal of Finance**, Vol.50, No.5, 1421-1460.
- Sirikuta, S., Tubhirunrak, T., Pungnirun, B., & Yungtinnung, P. (2009). **Business Finance**. Bangkok: Thamasan.
- Tharrett, S. J., & Peterson, J. A. (2006). **Fitness Management: A Comprehensive Resource for Developing, Leading, Managing, and Operating a Successful Health/Fitness Club**. Monterey, CA: Healthy Learning.
- Tuwanitmitkul, P. (2007). **Corporate Finance**. Bangkok: Thamassart University.

การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ภัทราวุธ ขาวสนิท และวันชัย บุญรอด
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย ใช้เทคนิควิธีวิจัยแบบเดลฟาย ทำการรวบรวมความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความสามารถ และมีประสบการณ์ในการตัดสินกีฬาฟุตบอลในประเทศไทย จำนวน 20 ท่าน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามจำนวน 3 รอบ โดยรอบที่ 1 เป็นแบบสอบถามปลายเปิด และแบบสอบถามปลายปิดในรอบที่ 2 และ 3 โดยการหาค่ามัธยฐาน (Median: Md) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range: IR) และค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (IMd-Mol) ซึ่งมีการกำหนดว่า ข้อความที่น่าไปใช้ต้องมีค่ามัธยฐานมากกว่าหรือเท่ากับ 3.50 มีค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1.50 และมีค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยมน้อยกว่าหรือเท่ากับ 1.00

ผลการวิจัย พบว่า การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาประกอบด้วยมาตรฐาน 3 ด้านดังนี้

1. มาตรฐานด้านความรู้ ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด (Md = 4.53, |Md-Mol| = 0.47, IR = 1.48) โดยข้อที่มีค่ามัธยฐานสูงสุด 4 อันดับแรก ซึ่งอยู่หัวข้อในการอบรมผู้ตัดสิน ได้แก่ กฎกติกากีฬาฟุตบอล สมรรถภาพทางกายของ

ผู้ตัดสิน การฝึกปฏิบัติการตัดสิน และคุณธรรมจริยธรรม

2. มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันอยู่ในระดับมาก (Md = 4.30, |Md-Mol| = 0.70, IR = 1.49) โดยข้อที่มีค่ามัธยฐานสูงสุด 3 อันดับแรกได้แก่ การทดสอบสมรรถภาพในการรักษาสถานภาพผู้ตัดสิน ผ่านการทดสอบทฤษฎีและปฏิบัติ และผ่านการทดสอบสมรรถภาพทางกายในการเลื่อนระดับ

3. มาตรฐานด้านการปฏิบัติตน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด (Md = 4.74, |Md-Mol| = 0.26, IR = 0.95) โดยข้อที่มีค่ามัธยฐานสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ มีความยุติธรรม มีความซื่อสัตย์ สุจริต และมีความรับผิดชอบ

สรุปผลการวิจัย การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ มาตรฐานด้านความรู้ มาตรฐานด้านการปฏิบัติงานและมาตรฐานด้านการปฏิบัติตน ในการนำผลการวิจัยไปใช้เป็นมาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษานั้น จำเป็นต้องผ่านกระบวนการพิจารณาพิจารณาจากสมาชิกในวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลเสียก่อน เพื่อให้เกิดการยอมรับและสามารถนำไปใช้กับผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาในอนาคตต่อไป

คำสำคัญ : ผู้ตัดสิน / ฟุตบอล / มาตรฐานวิชาชีพ / เทคนิคเดลฟาย/ กรมพลศึกษา

A DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL STANDARDS OF FOOTBALL REFEREES FOR DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION

Pattarawut Khaosanit and Wanchai Boonrod

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose The purpose of this research was to develop professional standards of football referees for Department of Physical Education.

Methods Research tool was Delphi technique to gather opinions from 20 experts who had knowledge and experience in the field of football refereeing in Thailand. The data were collected by open - ended questionnaires in the first round and the five point scale rating close - ended questionnaires in the second and the third round. Subsequently, the opinions were calculated to find median (Md), interquartile range (IR) and absolute value of the difference between median and mode ($|Md-Mo|$) in order to conclude the experts' consensus. The statement criteria employed as a development of professional standards of football referees for Department of Physical Education were the median value was equal to or more than 3.50 in value, the interquartile range was equal to or less than 1.50 in value and the absolute value of the difference between median and mode was equal to or less than 1.00.

Results It was found that the details of the development of professional standards of football referees for Department of Physical Education in three standards were as follow;

1. Standard of knowledge, the experts had highest level of mutual agreement ($Md = 4.53$, $|Md-Mo| = 0.47$, $IR = 1.48$). The highest median items were rules, physical fitness, training practice and ethics in articles for training.

2. Standard of performance, the experts had high level of mutual agreement ($Md = 4.30$, $|Md-Mo| = 0.70$, $IR = 1.49$). The highest median items were physical fitness test for maintain status, practice and theory test and physical fitness test for promotion.

3. Standard of conduct, the experts had highest level of mutual agreement ($Md = 4.74$, $|Md-Mo| = 0.26$, $IR = 0.95$). The highest median items were justice, honest and responsibility.

Conclusion A development of professional standards of football referees for Department of Physical Education in three standards which were; Standard of knowledge, Standard of performance and Standard of conduct. Before applying the results of the research to the professional standards, consensus was the application to be necessarily used by collecting from football referees committee in order to become widely accepted and universally applied.

Key Words: Referee / Football / Professional standards / Delphi technique / Department of Physical Education

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมอย่างกว้างขวางในปัจจุบัน ดังจะเห็นได้จากการจัดการแข่งขันในระดับต่างๆ และมีผู้สนใจเข้าชมกันอย่างมากทั้งในระดับชาติ และระดับนานาชาติซึ่งในการแข่งขันแต่ละครั้ง ผู้ตัดสินนับว่าเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญยิ่งที่จะทำให้เกมการแข่งขันสนุกสนาน ตื่นเต้น เร้าใจ และดำเนินไปตามกฎ กติกาและข้อบังคับต่างๆ ด้วยความบริสุทธิ์ยุติธรรมกับทุกๆ ฝ่าย เมื่อขึ้นชื่อว่า “แข่งขัน” ผู้เล่นบางคนก็ตั้งความหวังไว้ให้กับตนเองว่าต้องเอาชนะคู่ต่อสู้ให้ได้ถึงแม้ว่าจะยังไม่เห็นคู่ต่อสู้เลย เขาก็ต้องตั้งความหวังไว้ก่อนว่าจะต้องเอาชนะในการแข่งขัน ในเมื่อผู้เล่นบางคนถึงทำการแข่งขันต้องการที่จะเอาชนะคู่ต่อสู้ ในการแข่งขันก็อาจจะมีการกระทบกระทั่งกันหรืออาจทำผิดกฎ กติกาข้อบังคับหรือระเบียบของการแข่งขันและผู้ที่จะควบคุมให้เกมการแข่งขันดำเนินไปตามกติกา บุคคลผู้นั้นก็คือ “ผู้ตัดสิน” (Nophunt, 2005)

ในปัจจุบัน กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาเป็นหน่วยงานที่ดูแลการจัดการแข่งขันกีฬาใน 2 ระดับคือ

1. กีฬาขั้นพื้นฐาน หมายถึง การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาที่ใช้ทักษะกีฬาขั้นพื้นฐานเพื่อให้เด็กและเยาวชนมีความรู้ เจตคติ และทักษะกีฬา ทำให้สามารถเล่นกีฬาได้ และดูกีฬาเป็นโดยมุ่งพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ก่อให้เกิดคุณธรรม จริยธรรม ระเบียบวินัย และน้ำใจนักกีฬา

2. กีฬาเพื่อมวลชน หมายถึง การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา รวมทั้งการออกกำลังกายในการประกอบอาชีพ หรือการออกกำลังกายในชีวิตประจำวัน ที่ประชาชนทุกกลุ่มรวมทั้งบุคคลกลุ่มพิเศษและผู้ด้อยโอกาสได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาให้เหมาะสมเพื่อมีสุขภาพดี และมีคุณภาพชีวิต

โดยในแผนยุทธศาสตร์ 5 ปีของกรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ปี พ.ศ.2554-2558 มีทิศทางในการดำเนินงานด้านการกีฬาขั้นพื้นฐานและกีฬามวลชน ด้านนันทนาการ ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา และการพัฒนาบุคลากรด้านการพลศึกษา สุขภาพการกีฬา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา โดยกำหนดเป้าหมายและกรอบแนวทางการดำเนินงานจำแนกตามกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 2 เป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาบุคลากรด้านการตัดสินฟุตบอลในระดับพื้นฐาน คือ การพัฒนาองค์ความรู้ด้านการ พลศึกษา กีฬา นันทนาการและวิทยาศาสตร์การกีฬา มีเป้าประสงค์คือ

1. องค์ความรู้ด้านการพลศึกษา กีฬา นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬามีอย่างเพียงพอ

2. มาตรฐานทางการพลศึกษา กีฬา นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬาได้รับการพัฒนาและนำไปใช้ประโยชน์ (Department of Physical Education, 2011)

การพัฒนาบุคลากรทางการกีฬาให้มีมาตรฐานสากล ดำเนินการได้โดยการจัดทำมาตรฐานวิชาชีพ บุคลากรวิชาชีพ บุคลากรทางการกีฬา และจัดทำกฎระเบียบ และข้อบังคับที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพทางการกีฬา และเป็นการยกระดับมาตรฐานวิชาชีพทางการกีฬาให้สูงขึ้น อันจะเป็นผลดีต่อการพัฒนากีฬาในด้านต่างๆ ที่มีคุณภาพและมีมาตรฐานสูงขึ้น ทำให้ผู้ประกอบการกีฬาได้รับความเชื่อถือศรัทธามีเกียรติและศักดิ์ศรีในสังคมต่อการพัฒนากีฬาของชาติ (Department of Physical Education, 2012)

การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพ เป็นกระบวนการในการพัฒนาระบบการทำงานให้เกิดเป็นมาตรฐาน และสามารถสร้างความเท่าเทียมให้เกิดขึ้นในสังคมได้เป็นอย่างดี (Panyachai, 2000) เพราะการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพ มีกระบวนการวัดค่าและประเมินผล

ในการให้บริการของผู้ที่อยู่ในวิชาชีพอย่างเป็นระบบ อันเนื่องมาจากการกำหนดให้มีเกณฑ์มาตรฐานด้านต่างๆ เพื่อใช้ยึดถือเป็นแนวทางในการดำเนินการของแต่ละวิชาชีพ โดยการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพ เกิดขึ้นจากความร่วมมือของกลุ่มสมาชิกภายในสาขาวิชาชีพ (Hayslip and VanZandt, 2000)

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่อง การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญ และจำเป็นที่จะต้องดำเนินการพัฒนามาตรฐานให้เกิดขึ้นในสาขาวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลที่ปฏิบัติหน้าที่ตั้งแต่ระดับพื้นฐานของกรมพลศึกษาให้เป็นรูปธรรม เพื่อให้สามารถใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติหน้าที่ของผู้ตัดสินมืออาชีพ หรือผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินกีฬาฟุตบอลที่มีอยู่ในปัจจุบัน ที่มีแนวโน้มในการเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างต่อเนื่องจากระดับพื้นฐานจนถึงระดับอาชีพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ และมีประสบการณ์ในด้านการตัดสินกีฬาฟุตบอลในประเทศไทย การคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญเป็นการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญจำนวนทั้งสิ้น 20 คน ให้มีคุณสมบัติอยู่ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ดังนี้ 1) นักวิชาการที่มีผลงานทางวิชาการที่เกี่ยวกับการตัดสินกีฬาฟุตบอลและมีชื่อเสียงเป็นที่ประจักษ์ 2) ผู้ตัดสินของสหพันธ์ฟุตบอลนานาชาติ หรือ ผู้ตัดสิน ชั้น 1 ของ

สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ที่มีประสบการณ์ในการตัดสินตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป ปัจจุบันยังทำหน้าที่เป็นผู้ตัดสิน 3) ผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลที่ควบคุมทีมเข้าแข่งขันในรายการแข่งขันที่จัดขึ้นโดยกรมพลศึกษาและ 4) ผู้สื่อข่าวหรือผู้บรรยายเกมกีฬาฟุตบอลที่มีชื่อเสียงเป็นที่ประจักษ์ ทั้งทางสื่อหนังสือพิมพ์ วิทยุและโทรทัศน์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามรอบที่ 1 เป็นแบบสอบถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

2. แบบสอบถามรอบที่ 2 เป็นแบบสอบถามปลายปิด แบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating scale) ตามแบบของลิเคิร์ต สเกล (Likert Scale) โดยพัฒนาขึ้นจากคำตอบของแบบสอบถามรอบที่ 1

3. แบบสอบถามรอบที่ 3 เป็นแบบสอบถามปลายปิด แบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating scale) ซึ่งคล้ายกับแบบสอบถามในรอบที่ 2 แตกต่างกันในรอบที่ 3 มีการระบุค่ามัธยฐาน (Median) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range) และคำตอบเดิมของผู้เชี่ยวชาญในรอบที่ผ่านมา

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ศึกษารวบรวมข้อมูลจากบทความ วารสาร ตำรา อินเทอร์เน็ต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาสร้างเป็นแบบสอบถามรอบที่ 1 ภายใต้การแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา และนำเครื่องมือไปตรวจสอบหาความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง

2. ติดต่อผู้เชี่ยวชาญทางโทรศัพท์ เพื่อแนะนำตัวและสอบถามความสนใจในการตอบแบบสอบถาม

จากนั้นดำเนินการจัดทำหนังสือขอความอนุเคราะห์
นำส่งให้กับผู้เชี่ยวชาญทั้ง 20 ท่าน

3. นำแบบสอบถามรอบที่ 1 ที่แก้ไขปรับปรุงแล้ว
ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 20 ท่านตอบแบบสอบถาม
ซึ่งใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 23 วัน จากนั้นผู้วิจัยจะรวบรวม
ความคิดเห็นที่เหมือนกันหรือใกล้เคียงกัน นำมาปรับปรุง
พัฒนาเป็นแบบสอบถามรอบที่ 2

4. ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามรอบที่ 2 ภายใต้การ
แนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาและนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ
ซึ่งเป็นคณะกรรมการบริหาร คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา
จำนวน 5 ท่านตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาแล้ว
นำมาแก้ไขปรับปรุงใหม่ โดยการนำประเด็นต่างๆ ที่ได้
จากแบบสอบถามรอบที่ 1 มาทำเป็นแบบสอบถาม
ปลายปิดแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด
5 ระดับ ตามแบบของลิเคอร์ท (Likert Scale)

5. นำแบบสอบถามรอบที่ 2 ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ
จำนวน 20 ท่านตอบแบบสอบถาม ซึ่งใช้ระยะเวลา
ทั้งสิ้น 13 วัน จากนั้นผู้วิจัยจะนำคำตอบที่ได้แต่ละข้อ
มาหาค่ามัธยฐาน (Median) และค่าพิสัยระหว่าง
ควอไทล์ (Interquartile Range) เพื่อนำมาสร้าง
แบบสอบถามรอบที่ 3

6. นำแบบสอบถามรอบที่ 3 ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ
จำนวน 20 ท่านตอบ โดยใช้ข้อคำถามเหมือน
แบบสอบถามรอบที่ 2 แต่มีการแสดงค่ามัธยฐาน
(Median) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile
Range) ที่คำนวณได้และคำตอบเดิมของผู้เชี่ยวชาญ
ท่านนั้นๆ ในรอบที่แล้ว เพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณา
คำตอบของตนเองอีกครั้งว่า จะยืนยันคำตอบเดิมหรือ
เปลี่ยนแปลงคำตอบ

7. ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม
รอบที่ 3 เพื่อสรุปเป็นการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพ
ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. แบบสอบถามรอบที่ 1 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูล
จากคำตอบของคำถามปลายเปิด โดยผู้วิจัยนำมาจัดเป็น
ข้อย่อยและตัดข้อมูลที่ซ้ำซ้อนออก เพื่อนำไปสร้างเป็น
ข้อคำถามในแบบสอบถามรอบที่ 2

2. แบบสอบถามรอบที่ 2 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูล
ที่ได้รับกลับคืนมาจากผู้เชี่ยวชาญโดยคำนวณหาค่า
มัธยฐานและค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ โดยกำหนดให้
เป็นเกณฑ์ในการสรุปความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
แล้วนำค่าที่ได้ไปแสดงในแบบสอบถามรอบที่ 3 เพื่อให้
ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาอีกครั้งหนึ่ง

3. แบบสอบถามรอบที่ 3 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูล
จากค่ามัธยฐาน ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์และค่าสัมบูรณ์
ของผลต่างระหว่างค่ามัธยฐานและค่าฐานนิยม ซึ่งมี
เกณฑ์ในการพิจารณาข้อความที่ได้รับฉันทามติ คือ
ต้องมีค่ามัธยฐานไม่ต่ำกว่า 3.50 มีค่าสัมบูรณ์ของผลต่าง
ระหว่างค่ามัธยฐานและค่าฐานนิยมไม่เกิน 1.00 และ
มีค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ไม่เกิน 1.50 (Srisongmuang,
2008) อีกทั้งคำตอบจากรอบนี้ จะต้องมีการเปลี่ยนแปลง
คำตอบจากรอบที่แล้วไม่เกินร้อยละ 15 จึงจะถือว่าเป็น
เกณฑ์ที่ยอมรับได้ (Lavanasakol, 2009) แล้วจึง
นำผลที่ได้มาสรุปเป็นการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพ
ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาต่อไป

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่าข้อคิดเห็นจาก
ผู้เชี่ยวชาญที่มีความเห็นสอดคล้องกัน มีจำนวนทั้งสิ้น
63 ข้อ และเมื่อพิจารณาคำตอบที่สอดคล้องกันในระดับ
ความเหมาะสมมากที่สุด พบว่ามีจำนวน 52 ข้อ
ที่สามารถนำไปสู่ข้อสรุปของการพัฒนามาตรฐาน
วิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาแต่ละ
มาตรฐานในภาพรวมของ 3 มาตรฐาน โดยมาตรฐาน
ด้านความรู้ ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน

อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่ามัธยฐาน (Md) = 4.53 ค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (|Md-Mo|) = 0.47 และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IR) = 1.48 มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่ามัธยฐาน (Md) = 4.30 ค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (|Md-Mo|) = 0.70

และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IR) = 1.49 และมาตรฐานด้านการปฏิบัติตนผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่ามัธยฐาน (Md) = 4.74 ค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (|Md-Mo|) = 0.26 และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IR) = 0.95 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่ามัธยฐาน (Median: Md) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range: IR) และค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (|Md-Mo|) ของการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาในภาพรวม 3 มาตรฐาน

มาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา	Md	Mo	Md-Mo	IR	ระดับความเหมาะสม	ความสอดคล้องของกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ
1. มาตรฐานด้านความรู้	4.53	5.00	0.47	1.48	มากที่สุด	สอดคล้อง
2. มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน	4.30	5.00	0.70	1.49	มาก	สอดคล้อง
3. มาตรฐานด้านการปฏิบัติตน	4.74	5.00	0.26	0.95	มากที่สุด	สอดคล้อง

มาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาจากการทำวิจัยโดยใช้เทคนิควิธีวิจัยแบบเดลฟายมีรายละเอียดดังนี้

1. มาตรฐานด้านความรู้

จำนวนข้อที่สามารถนำไปใช้เป็นมาตรฐานวิชาชีพด้านความรู้มีจำนวน 19 ข้อ มีรายละเอียดได้แก่ ผู้ตัดสินฟุตบอลของกรมพลศึกษาต้องมีคุณวุฒิการศึกษาไม่ต่ำกว่าปริญญาตรีหรือเทียบเท่าในสาขาวิชาใดก็ได้ ต้องผ่านการอบรมและทดสอบเรื่อง กฎกติกากีฬาฟุตบอล สมรรถภาพทางกายของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล การฝึกปฏิบัติการตัดสินฟุตบอล คุณธรรมจริยธรรมของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล จิตวิทยาสำหรับผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล และโภชนาการสำหรับผู้ตัดสิน การอบรมแต่ละครั้งมีผู้เข้าร่วมที่มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุดตั้งแต่

21-30 คน และมีระยะเวลาการอบรม 7 วัน

2. มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน

จำนวนข้อที่สามารถนำไปใช้เป็นมาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติงานมีจำนวน 12 ข้อ มีรายละเอียดได้แก่ การรักษาสถานภาพการเป็นผู้ตัดสินนอกจากการปฏิบัติงานตัดสินต้องผ่านการปฏิบัติในเรื่อง การทดสอบสมรรถภาพ การประชุมผู้ตัดสิน การทดสอบภาคปฏิบัติและภาคทฤษฎี และการฝึกซ้อมร่วมกันของผู้ตัดสิน ควรมีการปฏิบัติงานในรายการแข่งขันที่กรมพลศึกษาจัดขึ้นปีละ 21-30 ครั้ง มีการฝึกซ้อมร่วมกันของผู้ตัดสินสัปดาห์ละ 1 ครั้ง มีการประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของผู้ตัดสินอย่างน้อยปีละ 6 ครั้ง มีการเลื่อนระดับผู้ตัดสินจากระดับกีฬาขั้นพื้นฐานไปสู่ระดับกีฬามวลชน โดยผ่านการทดสอบทฤษฎีและปฏิบัติ มีประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่อย่างน้อย 1 ปี มีการบันทึกและ

ประเมินการปฏิบัติหน้าที่อยู่ในเกณฑ์ดี และผ่านการทดสอบสมรรถภาพ

3. มาตรฐานด้านการปฏิบัติตน

จำนวนข้อที่สามารถนำไปใช้เป็นมาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติตนมีจำนวน 21 ข้อ มีรายละเอียดที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะและจริยธรรมที่ผู้ตัดสินควรมีได้แก่ มีความยุติธรรม ตรงต่อเวลา รักษาสมรรถภาพทางกาย ให้ดีอยู่เสมอ มีความซื่อสัตย์ สุจริต มีน้ำใจนักกีฬา มีความเด็ดขาดในการตัดสินใจ มีระเบียบวินัย มีสัมมาคารวะ รู้จักกาลเทศะ ไม่ลุ่มหลงอบายมุข มีความรับผิดชอบ ให้เกียรติและยอมรับฟังความคิดเห็นผู้อื่น มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย มีภาวะผู้นำ ศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ มีวิจารณ์ญาณ มีความสนุกสนานในการปฏิบัติหน้าที่เห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน ไม่กล่าวร้ายผู้อื่น เป็นแบบอย่างที่ดี และมีสมาธิ

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยได้แบ่งประเด็นในการอภิปรายผลออกเป็น 3 มาตรฐาน ตามการศึกษาเพื่อพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา ดังนี้

1. มาตรฐานด้านความรู้

คุณสมบัติของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากที่สุดเกี่ยวกับ คุณสมบัติของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาไว้ว่า ผู้ตัดสินฟุตบอลของกรมพลศึกษาต้องมีคุณสมบัติการศึกษามากกว่าปริญญาตรีหรือเทียบเท่า โดยให้เหตุผลประกอบว่า คุณสมบัติที่สูงย่อมหมายถึงการมีวุฒิ ความรู้ วิธีการคิด และการควบคุมอารมณ์ที่ดีมากขึ้นด้วย ซึ่งมีความแตกต่างจากคุณสมบัติของผู้เข้ารับการอบรมตามหลักสูตร

ผู้ตัดสินกีฬา จากระเบียบว่าด้วยการจัดการอบรมเพื่อพัฒนาบุคลากรการพลศึกษาและการกีฬา พ.ศ.2553 ที่กำหนดคุณสมบัติการศึกษาของผู้เข้ารับการอบรมให้สำเร็จการศึกษาไม่ต่ำกว่าระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 หรือเทียบเท่า (Department of Physical Education, 2011) ซึ่งในลักษณะของการเป็นวิชาชีพมีความสอดคล้องกับแนวคิดของมัวร์ (Moore, 1970) ที่กล่าวว่าในด้านการศึกษาเพื่อความเป็นวิชาชีพ มีพื้นฐานจากความสนใจที่แตกต่างกันของสมาชิกในสมาคมวิชาชีพ จึงมีการศึกษาแตกต่างกันไปตามสาขาย่อยๆ และตามความเฉพาะของปัญหาที่เกิดขึ้น และเพื่อคุณภาพของการบริการจึงเกิดการกำหนดมาตรฐานการศึกษาของผู้ประกอบวิชาชีพว่า ควรได้รับการศึกษาในระดับสูงอย่างน้อยจะต้องศึกษาในระดับอุดมศึกษา

สาขาวิชาที่ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาต้องสำเร็จการศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากที่สุดเกี่ยวกับสาขาวิชาที่ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาต้องสำเร็จการศึกษาวว่า ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษานั้นจะจบการศึกษาจากสาขาวิชาใดก็ได้ ไม่จำเป็นต้องเป็นสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา เช่น พลศึกษา หรือวิทยาศาสตร์การกีฬา โดยในระเบียบว่าด้วยการจัดการอบรมเพื่อพัฒนาบุคลากรการพลศึกษาและการกีฬา พ.ศ.2553 ของกรมพลศึกษา (Department of Physical Education, 2011) ก็ได้ระบุถึงสาขาวิชาที่ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาต้องสำเร็จการศึกษา เนื่องจากผู้ตัดสินต้องผ่านการอบรมจากองค์กรกีฬา เช่น กรมพลศึกษา หรือสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ที่มีหลักสูตรการอบรมเป็นมาตรฐานและได้รับการยอมรับจากองค์กรกีฬาระดับสากล ซึ่งข้อกำหนดในเรื่องนี้มีความคล้ายคลึงกับการคัดเลือกผู้ตัดสิน การฝึกอบรม การสอบ และการจัดระดับผู้ตัดสิน ที่สมาคมฟุตบอลอังกฤษ (The

Football Association, 2009) ได้กล่าวไว้ในข้อกำหนดสำหรับการลงทะเบียนและการควบคุมผู้ตัดสินของสมาคมฟุตบอลอังกฤษเกี่ยวกับอายุขั้นต่ำของผู้ที่จะสมัครในการตรวจสอบคุณสมบัติเบื้องต้นสำหรับผู้ตัดสินขั้นพื้นฐานคือ 14 ปี โดยไม่มีข้อกำหนดเกี่ยวกับสาขาวิชาที่ผู้ตัดสินต้องสำเร็จการศึกษา

เนื้อหาที่ใช้ในการอบรมและทดสอบเพื่อเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

จากการศึกษาพบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกัน ในส่วนของเนื้อหาในการอบรมและทดสอบเพื่อเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุดเช่นเดียวกันทุกข้อ ซึ่งต้องประกอบไปด้วย

1. กฎ กติกากีฬาฟุตบอล ซึ่งมีความสอดคล้องกับสถาบันพัฒนาบุคลากร (Personnel Development Institute, 2008) ที่ได้กล่าวถึงคุณสมบัติของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลไว้ว่าต้องเป็นผู้ที่มีความรู้เรื่องกติกาฟุตบอลเป็นอย่างดี สามารถวิเคราะห์ความหมายของกติกาแต่ละข้อได้อย่างถูกต้อง เพื่อนำไปใช้ในการควบคุมการแข่งขันและทำให้เกิดความสนุกสนานได้ทั้งผู้เล่นและผู้ชม

2. สมรรถภาพทางกายของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล ซึ่งสอดคล้องกับที่สถาบันพัฒนาบุคลากร (Personnel Development Institute, 2008) ได้กล่าวถึงการเตรียมตัวสำหรับเป็นผู้ตัดสินฟุตบอลว่า ความแข็งแรงของร่างกาย สมรรถภาพทางกาย ความแข็งแรงของร่างกายสำหรับเกม 90 นาทีนั้นไม่เพียงพอ ยังมีแบบฝึกอีกหลายอย่าง แบบฝึกทางด้านร่างกายและจิตใจ การพัฒนาความทนทาน การฝึกแบบผันผวนพัฒนาร่างกายในวันตัดสิน ควรอบอุ่นร่างกายด้วยระยะเวลา 12-15 นาที และตามด้วยการออกกำลังกายเบาๆ

3. การฝึกและทดสอบการปฏิบัติการตัดสินฟุตบอล โดยเป็นการฝึกและทดสอบในเรื่องตำแหน่ง

และทิศทางการวิ่ง การปฏิบัติการใช้สัญญาณนกหวีดมือ และท่าทางของผู้ตัดสินและผู้ช่วยผู้ตัดสิน รวมถึงการฝึกและทดสอบในสถานการณ์แข่งขันที่กำหนดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับที่ โคลบ์ รูบิน และแมคอินไทร์ (Kolb, Rubin and McIntyre, 1979) ได้กล่าวถึงลักษณะของความเป็นวิชาชีพว่า สมาชิกภาพต้องได้มาด้วยความสามารถเชิงสมรรถนะ มิใช่ด้วยอำนาจหรือการแข่งขัน

4. คุณธรรม จริยธรรมของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล ซึ่งเรื่องที่ต้องนำมาใช้อบรมและต้องให้ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาผ่านการทดสอบข้อเขียน คือ มาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติงาน ซึ่งสามารถนำไปพัฒนาเป็นจรรยาบรรณของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลได้ และหลังจากผ่านการอบรมเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาแล้ว อาจจะต้องมีการประเมินจากผู้ประเมินผู้ตัดสินถึงคุณลักษณะต่างๆ ตามมาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติงานทุกปี เพื่อให้ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาเป็นที่ยอมรับของสังคม สอดคล้องกับที่ วีรศักดิ์ อัครบวร (Akkarabaworn, 1999) ได้กล่าวไว้ว่า วิชาชีพชั้นสูงจะต้องมีจรรยาบรรณ (professional ethics) เป็นแนวทางของการปฏิบัติวิชาชีพ ผู้ที่ละเมิดจรรยาบรรณจะต้องได้รับการลงโทษ ในกรณีร้ายแรงอาจถูกเพิกถอนใบอนุญาตประกอบวิชาชีพได้

5. จิตวิทยาสำหรับผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล ซึ่งสอดคล้องกับที่ มาสคาเรนา คอลลินส์ และมอร์ตเมอร์ (Mascarenahs, Collins and Mortimer, 2005) ได้กล่าวถึง ประสิทธิภาพในการตัดสินกีฬา 5 ด้าน โดยในด้านความเป็นเลิศทางจิตวิทยานั้น ต้องมีความมั่นใจ สมรรถภาพทางจิต และความกล้าหาญ

6. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ผู้ที่เป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนจากการเป็นผู้ตัดสินในระดับกีฬาขั้นพื้นฐานควรมีความรู้เกี่ยวกับประวัติ

ประโยชน์ และคุณค่าของกีฬาฟุตบอล เพื่อที่จะสามารถนำความรู้ไปแนะนำแก่ผู้อื่นได้ ซึ่งสอดคล้องกับที่ วิทยา วงษ์สมาน (Wongsamarn, 1989) ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของการเป็นผู้ตัดสินที่ดีว่าเป็นผู้ที่มีความรู้เรื่องต่างๆ ไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอลเป็นอย่างดี มีความสนใจติดตามข่าวจากสื่อมวลชนต่างๆ สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดและประสบการณ์ต่างๆ กับบุคคลต่างๆ ไป

7. โภชนาการสำหรับผู้ตัดสิน ซึ่งสอดคล้องกับที่สุวิมลและคณะ (Sapwarobol et al., 2012) ได้กล่าวถึงเรื่องของโภชนาการในการประกอบกิจกรรมทางกีฬาไว้ว่า อาหารและโภชนาการที่เหมาะสมต่อการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา คือ อาหารที่ประกอบด้วยสารอาหารทุกชนิดในปริมาณที่เหมาะสมกับการออกกำลังกายหรือกีฬานั้นๆ ที่ผู้ตัดสินควรรู้

ความแตกต่างระหว่างเนื้อหาการอบรมและการทดสอบที่ได้จากการวิจัยกับหลักสูตรผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาในปัจจุบันคือ หลักสูตรการอบรมในปัจจุบันมีการทดสอบทฤษฎีในหัวข้อเกี่ยวกับกฎและกติกากีฬาฟุตบอลเป็นหลัก และการทดสอบปฏิบัติมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย และการปฏิบัติ การตัดสินเท่านั้น ซึ่งสิ่งที่แตกต่างที่ได้จากการวิจัยนี้ คือ การให้ผู้ตัดสินต้องผ่านการทดสอบเพิ่มเติมในหัวข้อคุณธรรม จริยธรรมของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล จิตวิทยาสำหรับผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล และโภชนาการสำหรับผู้ตัดสิน

จำนวนของผู้เข้าร่วมอบรมเพื่อเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากที่สุดว่า จำนวนผู้เข้าร่วมอบรมเพื่อเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษามี 21-30 คน ซึ่งหลักสูตรการอบรมผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา (Personnel Development Institute, 2008)

ในปัจจุบันนั้นไม่ได้กำหนดจำนวนของผู้เข้าร่วมอบรมไว้แน่ชัด โดยผู้เชี่ยวชาญได้ให้เหตุผลและข้อเสนอแนะประกอบว่า จำนวนผู้เข้าร่วมอบรมที่ไม่มากหรือน้อยเกินไปจะทำให้การอบรมมีประสิทธิภาพ แต่ทั้งนี้ควรขึ้นอยู่กับงบประมาณ วิทยากร สถานที่ และอุปกรณ์ในการอบรมว่ามีความเหมาะสมเพียงใด

ระยะเวลาในการจัดอบรมผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากที่สุดว่า ระยะเวลาในการจัดอบรมที่เหมาะสมในการอบรมผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาควรใช้ระยะเวลา 7 วัน ซึ่งแตกต่างจากหลักสูตรการอบรมผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาที่เดิมกำหนดให้การอบรมมีระยะเวลา 5 วัน (Personnel Development Institute, 2008) โดยผู้เชี่ยวชาญได้ให้เหตุผลและข้อเสนอแนะประกอบว่า ระยะเวลาในการอบรมควรมีระยะเวลาที่ไม่มากหรือน้อยเกินไป เพราะต้องมีการเรียนรู้ทั้งทฤษฎีและปฏิบัติ ถ้ามีระยะเวลาน้อยอาจทำให้เวลาในการฝึกปฏิบัติที่ต้องเรียนรู้จากการสาธิตและทดลองปฏิบัติอาจไม่ทั่วถึง แต่ถ้าระยะเวลานานเกินไปจะเป็นการสิ้นเปลืองงบประมาณ

2. มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน

การรักษาสถานภาพการเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากถึงมากที่สุดว่า นอกจากการปฏิบัติงานตัดสินกีฬาฟุตบอลแล้วนั้น ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาจะต้องผ่านการปฏิบัติในเรื่องต่างๆ คือ การทดสอบสมรรถภาพ การประชุมผู้ตัดสิน การทดสอบภาคปฏิบัติและภาคทฤษฎี การฝึกซ้อมร่วมกันของผู้ตัดสิน

การปฏิบัติงานตัดสิน

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากที่สุดว่า ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาต้องมีการปฏิบัติงานตัดสินในรายการแข่งขันที่กรมพลศึกษาจัดขึ้นปีละ 21-30 ครั้ง โดยผู้เชี่ยวชาญได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติงานตัดสินว่า ควรมีการลงทำหน้าที่ตัดสิน หรือเป็นผู้ช่วยผู้ตัดสินทุกสัปดาห์ และอย่างน้อยควรมีการทำหน้าที่เป็นผู้ตัดสินเดือนละ 2 ครั้ง ซึ่งการทำหน้าที่ตัดสินบ่อยๆ จะทำให้มีประสบการณ์ในการตัดสินมากขึ้น ดังที่ วิจิตร เกตุแก้ว (Ketkaew, 1990) ได้เสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับการเป็นผู้ตัดสินฟุตบอลว่า ต้องเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในด้านการตัดสินเป็นอย่างดี หมั่นลงปฏิบัติหน้าที่บ่อยๆ การได้ตัดสินอยู่เป็นประจำก็เป็นสิ่งที่เพิ่มพูนประสบการณ์ในด้านการตัดสินได้เป็นอย่างดีและสามารถที่จะแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าดีกว่าผู้ที่มาปฏิบัติหน้าที่ไม่เป็นประจำ

การฝึกซ้อมร่วมกันของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากที่สุดว่า ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาต้องมีการฝึกซ้อมร่วมกันสัปดาห์ละ 1 ครั้ง โดยผู้เชี่ยวชาญได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการฝึกซ้อมของผู้ตัดสินว่าควรให้มีการฝึกซ้อมร่วมกันกับผู้ตัดสินของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยฯ เนื่องจากจะได้ฝึกซ้อมกับผู้ตัดสินในระดับที่สูงกว่า ทำให้เกิดการพัฒนาและควรมีการเปลี่ยนรูปแบบของแบบฝึกในการฝึกซ้อมทุกสัปดาห์เพื่อไม่ให้เกิดการเบื่อหน่ายในการฝึกซ้อม

การประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากที่สุดว่า ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาต้องมีการประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของผู้ตัดสินปีละ 6 ครั้ง นอกจากนี้ผู้เชี่ยวชาญยังได้ให้

ข้อเสนอแนะว่า ควรให้มีการประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับฝ่ายอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการแข่งขันเพื่อให้เห็นมุมมองจากหลายฝ่าย ในการศึกษาสภาพปัญหาและแนวทางในการทำหน้าที่ของผู้ตัดสิน และควรนำผลจากการประชุมไปปรับปรุงการทำหน้าที่ตัดสิน

การเลื่อนระดับของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากที่สุดว่า ควรมีการเลื่อนระดับของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาจากการตัดสินกีฬาขั้นพื้นฐานไปสู่การตัดสินกีฬามวลชน เพื่อให้ผู้ตัดสินมีประสบการณ์เกิดพัฒนาการด้านการตัดสิน โดยจะต้องผ่านเกณฑ์ปฏิบัติในเรื่องต่อไปนี้คือ ผ่านการทดสอบทฤษฎีและปฏิบัติ มีประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่อย่างน้อย 1 ปี มีการบันทึกและประเมินการปฏิบัติหน้าที่อยู่จากผู้ประเมินการตัดสินในเกณฑ์ดี และต้องผ่านการทดสอบสมรรถภาพ ซึ่งมีความแตกต่างจากระบบปัจจุบันของกรมพลศึกษาที่ผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลยังไม่มี การเลื่อนระดับการตัดสิน และยังแตกต่างกับการเลื่อนระดับของผู้ตัดสินของสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ที่มีการจัดอันดับความสามารถของผู้ตัดสินดังที่ประโยค สุทธิสง่า (Sudthisa-nga, 1994) ได้กล่าวไว้ดังนี้

เครื่องหมายเกียรติคุณชั้น 1 สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์จะพิจารณา มอบให้แก่ผู้ตัดสินโดยการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเรียบร้อย พร้อมทั้งมีมารยาทอันดีงามและเคยได้รับเครื่องหมายเกียรติคุณชั้น 2 มาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี โดยการปฏิบัติหน้าที่ติดต่อกัน

เครื่องหมายเกียรติคุณชั้น 2 สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์จะพิจารณา มอบให้แก่ผู้ตัดสินโดยการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเรียบร้อย พร้อมทั้งมีมารยาทอันดีงามและเคยได้รับ

เครื่องหมายเกียรติคุณชั้น 3 มาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี

เครื่องหมายเกียรติคุณชั้น 3 สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์จะพิจารณามอบให้แก่ผู้ตัดสินโดยการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเรียบร้อย พร้อมทั้งมีมารยาทอันดีงามความสามารถและความร่วมมือในกิจการของการตัดสินเป็นอย่างดี ทั้งนี้โดยการเสนอของคณะกรรมการผู้ตัดสิน และมีการพิจารณาเป็นประจำทุกปี

นอกจากนี้ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ข้อเสนอแนะประกอบเกี่ยวกับการเลื่อนระดับการตัดสินว่า ควรมีการเลื่อนระดับสำหรับผู้ตัดสินที่มีตัดสินในเกณฑ์การประเมินดีและลดระดับสำหรับผู้ตัดสินที่ได้รับการเลื่อนระดับแล้ว หากมีการตัดสินผิดพลาด และไม่ผ่านการทดสอบ

3. มาตรฐานด้านการปฏิบัติตน

คุณลักษณะและจริยธรรมของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในระดับมากถึงมากที่สุดเกี่ยวกับคุณลักษณะและจริยธรรมของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

จากการวิจัยพบว่าความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับคุณลักษณะและจริยธรรมของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษามีข้อแตกต่างจากจรรยาบรรณของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลที่สถาบันพัฒนาบุคลากร (Personnel Development Institute, 2008) บัญญัติว่า ผู้ตัดสินต้องรัก และศรัทธาสถาบันผู้ตัดสิน ไม่กระทำการใดที่เป็นลบหลู่และทำลายสถาบันผู้ตัดสิน อุทิศตนและสร้างสถาบันผู้ตัดสินให้มีความก้าวหน้า ปฏิบัติตามระเบียบของการเป็นผู้นำ ตรงต่อเวลา มีความยุติธรรม ศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ มีคารวะธรรมต่อสถาบันและผู้มีพระคุณ และให้เกียรติกับผู้ตัดสินด้วยกัน ไม่ลุ่มหลงในอภายมุขทั้งปวง มีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความรับผิดชอบ ไม่วิจารณ์ให้ผู้อื่นเสียหาย สร้างสรรค์

และมีน้ำใจเป็นนักกีฬา เห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว โดยมีข้อแตกต่างในเรื่องดังต่อไปนี้คือ

ผู้ตัดสินต้องรักษาสมรรถภาพทางกายให้ดีอยู่เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับที่ วิจิตร เกตุแก้ว (Ketkaew, 1990) ได้เสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับการเป็นผู้ตัดสินฟุตบอลว่า เป็นผู้ที่มีสมรรถภาพทางกายสมบูรณ์และแข็งแรงต้องหมั่นฝึกซ้อมเป็นประจำโดยเฉพาะปัจจุบันนี้ การแข่งขันฟุตบอล ผู้เล่นและระบบการเล่นของผู้เล่นนั้น มีการพัฒนาเทคนิคสูงขึ้นทำให้เกมการแข่งขันมีความสนุกสนานมากกว่าแต่ก่อน ฉะนั้นถ้าหากสมรรถภาพทางร่างกายของผู้ตัดสินไม่ดีแล้ว จะทำให้ยากต่อการควบคุมการแข่งขันเป็นอย่างมาก

มีความเด็ดขาดในการตัดสินใจ และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ วิวัฒน์ เพือกทอง (Puakthong, 2002) ที่ได้ทำการศึกษาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ตัดสินบาสเกตบอลตามทัศนะของนักกีฬาผู้ฝึกสอนและผู้จัดการทีม พบว่าด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ และด้านความสามารถในการตัดสินอยู่ในระดับมากที่สุด

มีการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ซึ่งสอดคล้องกับไอแซคส์ และ มอตตา (Isaacs and Motta, 1981) ที่ได้กล่าวถึงแนวทางการปฏิบัติของผู้ตัดสินที่ดีว่า เป็นผู้มีบุคลิกลักษณะท่าทางน่านิยม (หมายถึง สภาพร่างกาย กิริยา ท่าทางการแต่งกายทั้งภายในและภายนอกสนามแข่งขัน)

มีวิจารณ์ญาณ มีความสนุกสนานในการปฏิบัติหน้าที่ เป็นแบบอย่างที่ดี และ มีสมาธิ ซึ่งสอดคล้องกับ วิทยา วงษ์สมาน (Wongsamarn, 1989) ที่ได้กล่าวว่า ผู้ตัดสินที่ดีต้องมีสุขภาพจิตดี จิตใจหนักแน่น มั่นคง ไม่หวั่นไหว ควบคุมสติอารมณ์ได้ทุกสถานการณ์

สรุปผลการวิจัย

ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องกัน

เกี่ยวกับการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาจากการวิจัยโดยใช้เทคนิควิธีวิจัยแบบเดลฟายใน 3 มาตรฐาน คือ

มาตรฐานด้านความรู้ ซึ่งมีรายละเอียดในเรื่อง คุณวุฒิการศึกษาและสาขาวิชาของผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา หัวข้อในการอบรมและการทดสอบเพื่อเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา จำนวนผู้เข้าร่วมอบรมและระยะเวลาการอบรมผู้ตัดสินในแต่ละครั้ง มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน โดยมีความเกี่ยวข้องกับเรื่องการรักษาสภาพการเป็นผู้ตัดสิน นอกจากการปฏิบัติงานตัดสิน การปฏิบัติงานในรายการแข่งขันที่กรมพลศึกษา การฝึกซ้อมร่วมกันของผู้ตัดสิน การประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของผู้ตัดสิน และการเลื่อนระดับของผู้ตัดสิน และมาตรฐานด้านการปฏิบัติตน ซึ่งเป็นเรื่องของคุณลักษณะและจริยธรรมของผู้ตัดสิน

สำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้พัฒนาเพื่อเป็นมาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาให้มีประสิทธิภาพสูงที่สุดนั้น จำเป็นต้องผ่านกระบวนการประชาพิจารณ์จากสมาชิกในวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลเสียก่อน เพื่อให้มาตรฐานวิชาชีพที่ได้มานั้นเป็นที่ยอมรับและสามารถใช้เป็นข้อปฏิบัติ ข้อกำหนด และแนวทางสำหรับผู้ปฏิบัติหน้าที่เป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาในอนาคตต่อไป

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ควรทำการศึกษาการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษาในด้านต่างๆ เพิ่มเติม
2. ควรมีการทำการวิจัยเกี่ยวกับประสิทธิผลของการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลของกรมพลศึกษา

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณกรมพลศึกษาและคณะวิทยาศาสตร์การกีฬาที่ได้มอบทุนอุดหนุนในการทำวิจัย ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่ให้ข้อเสนอแนะ ตรวจสอบแก้ไข และตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- Akkarabaworn, T. (1999). **Self-actualization for teachers**. Bangkok : Kor-Polpim.
- Department of Physical Education. (2011). **5 years stretegic plan(A.D.2011-2015)**. Bangkok: Group of Public Plan, Department of Physical Education.
- Department of Physical Education. (2012). A development of professional standards. **Journal of Department of Physical Education**. Bangkok: Group of Public Plan, Department of Physical Education.
- Football Association. (2012). **Regulations for the registration and control of referees**. [Online]. Available from: http://www.thefa.com/GetIntoFootball/Referee/NewsAndFeatures/2009/~/_media/Files/PDF/GetintoFootball/Referees/Ref_Regs-final__Jan2010__with_amendments.ashx [2012, January 15]
- Hayslip, J. B. and VanZandt Z. (2000). Using national standards and models of excellence as frameworks for accountability. **Journal of Career Development**, 27, 81.

- Isaacs, N. D., and Motta, D. (1981). **Sports Illustrated Basketball**. New York: Harper Collins.
- Ketkaew, V. (1990). **Tecnique of refereeing and regulation for football competition**. Bangkok: Thai Wattana Panich.
- Kolb, D.A., Rubin, I.M. and McIntyre, J.M. (1979). **Organisational psychology: An experiential approach**. London: Prentice-Hall.
- Lavanasakol. S. (2009). **Expected roles of ophthalmic nurse practitioner, government hospitals**. Master of Nursing Science Program in Nursing Administration, Chulalongkorn University.
- Mascarenahs, D. R. D., Collins, D., and Mortimer, P. (2005) Elite Refereeing Performance: Developing a Model for Sport Science Support. **The Sport Psychologist**, 19, 364-379.
- Moore, W. E. (1970). **The profesions: Roles and rules**. New York: Russell Sage Foundation.
- Nophunt, P. (2005). **A Construction of Rating Scales for the Football Referee**. Master of Education Thesis in Physical Education, Graduate School, Khon Kaen University.
- Panyachai, V. (2000). **A proposed model of career development for nursing teachers of nursing colleges under the jurisdiction of the Ministry of Public Health**. Master of Education Thesis in Educational Administration, Chulalongkorn University.
- Personnel Development Institute. (2008). **Guide for football refereeing**. Bangkok: Personnel Development Institute.
- Puakthong, W. (2002). **The actual and desirable characteristics of basketball referees as perceived by basketball players coaches and team managers**. Master of Education Thesis in Physical Education, Srinakharinwirot University.
- Sapwarobol, S., Adisakwatana, S., Ngamukote, S., Sirikwnpong, S., Makunen, K. (2012). Nutrients for enchancing performance ability. **Joural of Sports Science and Health**, 12 (1), 7-14.
- Srisongmuang, T.(2008). **Development of an instructional network model based on the sufficiency economy philosophy in basic education institutions**. Master of Education Thesis in Educational Administration, Chulalongkorn University.
- Sudthisa-nga, P. (1994). **Training and refereeing in football**. Bangkok: Thai Wattana Panich.
- Wongsamarn, V. (1989). **Guide for football refereeing**. Bangkok: Kurusapa Ladprao.

การวิเคราะห์รูปแบบการทำประตูของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งชั้น ในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010

นิพิฐพนธ์ มลาลาหอม และชัชชัย โกมารทัต

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อวิเคราะห์รูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูฟุตบอลของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งชั้นในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010

2. เพื่อเปรียบเทียบรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูฟุตบอลระหว่างทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งชั้นในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010

วิธีดำเนินการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงวิเคราะห์ โดยทำการวิเคราะห์จากภาพเคลื่อนไหวการแข่งขัน จำนวน 7 เกมการแข่งขัน ของทีมชาติสเปนกับทีมคู่แข่งชั้น โดยใช้โปรแกรม Focus X2 Version 1.5 แล้วนำผลที่บันทึกได้มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ นำเสนอเป็นตารางความถี่และค่าร้อยละ

ผลการวิจัย

1. รูปแบบการทำประตูที่นิยมในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งชั้น คือ การส่งจากด้านข้าง (17.48%) รูปแบบการทำประตูที่ได้ประตูคือ การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง (100%)

2. เมื่อเปรียบเทียบรูปแบบการทำประตูระหว่างทีมชาติสเปนกับทีมคู่แข่งชั้นพบว่า รูปแบบการทำประตูที่นิยมของทีมชาติสเปนคือ การส่งจากด้านข้าง (16.35%)

ซึ่งสอดคล้องกับทีมคู่แข่งชั้น คือ การส่งจากด้านข้าง (20.51%) รูปแบบการทำประตูที่ได้ประตูของทีมชาติสเปนคือ การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง (100%) ซึ่งต่างกับทีมคู่แข่งชั้นคือ การโด้กลับเร็ว (100%)

3. ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลในการทำประตู พบว่าปัจจัยทางด้านเทคนิคที่นิยมใช้มากที่สุด คือ เทคนิคการเล่นด้านกว้าง (32.17%) เทคนิคที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุดก็คือการหาที่ว่าง (16.67%)

4. เปรียบเทียบปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลในการทำประตู เทคนิคที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูของทีมชาติสเปนคือ การผ่านบอลยาว (20%) ซึ่งต่างจากทีมคู่แข่งชั้นที่ใช้การส่งแล้วเคลื่อนที่ (20%)

สรุปผลการวิจัย

รูปแบบการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดในภาพรวมคือ รูปแบบการส่งจากด้านข้าง (17.48%) รูปแบบการทำประตูที่มีการยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดในภาพรวมคือ รูปแบบการโด้กลับเร็ว (100%) และรูปแบบการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุดในภาพรวมคือ รูปแบบการส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง (100%)

คำสำคัญ : รูปแบบการทำประตู/ลูกเข้ากรอบ/ทีมชาติสเปน/ทีมคู่แข่งชั้น/ฟุตบอลโลก

AN ANALYSIS OF SUCCESSFUL GOAL ATTACKING PATTERN OF SPAIN TEAM AND ITS COMPETITORS IN THE 2010 WORLD CUP SOCCER TOURNAMENT

Nipitpon Malahom and Chuchchai Gomaratut

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purposes

1. An analysis of the successful goal attacking patterns and The important factors of Spain team and the competitors in the 2010 world Cup soccer tournament.

2. Comparison of the successful goal attacking patterns and the important factors of Spain team and the competitors in the 2010 World Cup Soccer Tournament.

Methods This study was analyze from the collected data from the DVD recording of seven games of the Spain team and competitor using sport analysis software Focus X2 Version 1.5. The obtained data were analyzed in terms of frequency and percentage.

Results

1. The goal attacking pattern which was most frequently used by Spain team and its competitors was Crossing (17.48%). and the goal attacking pattern which was used the most shoot on goal was Overlap (100%).

2. The comparison of the goal attacking pattern which was most frequently of Spain team was Crossing (16.35%) and the competitor

teams were Crossing (20.51%) too. The goal attacking pattern which was used the most shoot on goal of Spain team was Overlap (100%) and the competitor teams were Counter Attack (100%)

3. The goal attacking factor which was most frequently in term of the tactic was Wide Play (32.17%).The goal attacking factor was most likely to shoot on goal in term of the tactic was Running into Free Space (16.67%)

4. The goal attacking factor which was used the most shoot on goal of Spain team was Long Ball Crosses (20%) and the competitor teams were Passing and Moving (20%)

Conclusion The goal attacking pattern which was most frequently used by Spain team and its competitors was Crossing (17.48%). The goal attacking pattern was most likely to shoot on target was Counter Attack (100%) and The goal attacking pattern which was used the most shoot on goal was Overlap (100%).

Key Words : Attacking patterns / On target / Spain Team/ Competitor /World Cup

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ฟุตบอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายในประเทศไทยและทั่วโลก ในกีฬาฟุตบอลสิ่งที่จะตัดสินผลแพ้ชนะจะขึ้นอยู่กับจำนวนประตู ทีมที่ทำประตูได้มากกว่าย่อมเป็นฝ่ายชนะ ดังนั้นการยิงประตูจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งกับผลการแข่งขันในแต่ละนัด ดังนั้นผู้เล่นทุกคนจะต้องพยายามยิงประตูให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ในทุกรูปแบบหรือทุกโอกาสที่อำนวยให้เพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะ หากมีการฝึกที่ดีและถูกต้องจากความสามารถเป็นกลุ่มจนกระทั่งการเล่นเป็นทีมจะทำให้เกมรุกมีประสิทธิภาพมากขึ้น

การแข่งขันฟุตบอลโลกเป็นการแข่งขันฟุตบอลที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลก ปัจจุบันการแข่งขันฟุตบอลโลกได้ดำเนินมาจนถึงครั้งที่ 19 ในปี พ.ศ. 2553 (ค.ศ. 2010) โดยมีประเทศแอฟริกาใต้เป็นเจ้าภาพ ในการแข่งขันฟุตบอลโลกครั้งที่ 19 ในปี พ.ศ. 2553 (ค.ศ. 2010) ทีมที่เป็นแชมป์ฟุตบอลโลก คือ ทีมชาติ สเปน

ในการเล่นฟุตบอลนั้นในแต่ละยุคแต่ละสมัยการเล่นและรูปแบบการเล่นก็จะมีพัฒนาการของการเล่นใหม่ๆ เพื่อให้การเล่นของทีมมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น รูปแบบการทำประตูจะมีรูปแบบที่หลากหลายไม่ว่าจะเป็นการส่งจากด้านข้าง การส่งทะลุแนวป้องกัน การส่งลูกกลับหลัง ฯลฯ ปัจจัยที่สำคัญต่างๆ เช่น เรื่องตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ทำประตู เทคนิคที่ใช้ในการทำประตู แทคติกที่ใช้ในการทำประตู ฯลฯ ก็มีผลสำคัญในการทำประตูเช่นกัน ดังนั้นโค้ชจำเป็นที่จะต้องศึกษาและวิเคราะห์รูปแบบการทำประตูของทีมที่ประสบความสำเร็จ

สำเร็จเพื่อนำมาประยุกต์ใช้กับทีมของตนเองเพื่อให้ทีมตนเองพัฒนาและก้าวหน้ายิ่งขึ้น

การวิเคราะห์เกมการแข่งขันแบบ Notational Analysis และ โปรแกรมคอมพิวเตอร์วิเคราะห์เกมการแข่งขัน (โปรแกรม Focus X2 Version 1.5) ได้ถูกนำมาใช้ในงานวิจัยนี้ เนื่องจากว่าเป็นโปรแกรมที่มีประสิทธิภาพในการวิเคราะห์เกมการแข่งขัน เพื่อที่จะได้ทราบถึง แทคติกและเทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการแข่งขัน การเคลื่อนไหวและพื้นที่ที่ถูกใช้ในสนามของนักกีฬาและคู่แข่ง และข้อมูลในการแข่งขันต่างๆ ที่ต้องการทราบ ซึ่งสามารถเก็บบันทึกไว้ได้ เพื่อที่จะสามารถนำมาวิเคราะห์ ปรับปรุง เพิ่มประสิทธิภาพการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ให้บรรลุเป้าหมายของการแข่งขันที่ตั้งไว้ได้

ประโยชน์ของโปรแกรมวิเคราะห์เกมการแข่งขัน (Focus X2 Version 1.5) คือ สามารถวิเคราะห์เกมการแข่งขันจากไฟล์ DVD ที่บันทึกไว้ได้สามารถย้อนดูภาพเหตุการณ์ที่เกิดในการแข่งขันที่ต้องการจะวิเคราะห์ได้อย่างรวดเร็ว และสามารถดูซ้ำได้ตามต้องการสามารถกำหนดสิ่งที่ต้องการที่จะวิเคราะห์ได้ โดยตัวโปรแกรมจะมีการแบ่งการวิเคราะห์ออกเป็นหมวดหมู่ซึ่งสามารถกำหนดหมวดหมู่ที่ต้องการวิเคราะห์ได้ เช่น รูปแบบการทำประตู เทคนิคเฉพาะตัวของผู้เล่น แทคติกการเล่นของทีม พื้นที่ที่ใช้ในการทำประตู เวลาที่ใช้ในการทำประตู เป็นต้น สามารถประมวลผลในการวิเคราะห์ได้อย่างถูกต้อง รวดเร็ว และน่าเชื่อถือ ดังแสดงในรูปที่ 1



รูปที่ 1 แสดงภาพโปรแกรมคอมพิวเตอร์ขั้นสูงช่วยวิเคราะห์เกมการแข่งขัน (Focus X2 Version 1.5)

ด้วยเหตุนี้ในฐานะที่ผู้วิจัยกำลังศึกษาทางด้านการโค้ชกีฬา จึงสนใจที่จะทำการศึกษาวิจัยเรื่องการวิเคราะห์รูปแบบการทำประตู ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง ในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่ามีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีการศึกษาค้นคว้าวิจัยโดยผ่านกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ เพื่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ๆ ในรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูฟุตบอล ที่เป็นรูปธรรมชัดเจนกว่าที่เคยมีมาก่อน และเพื่อที่จะพัฒนาให้ก้าวหน้าประเทศอื่นๆ ในด้านกีฬาฟุตบอล ซึ่งถือเป็นการบุกเบิกองค์ความรู้และศาสตร์ใหม่ๆ ทางด้านรูปแบบการทำประตูฟุตบอล โดยทำการวิเคราะห์รูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูฟุตบอล ด้วยเห็นว่าการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งประโยชน์ทางด้านวิชาการ ประโยชน์ต่อสังคมและประโยชน์ต่อประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์รูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูฟุตบอลของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010
2. เพื่อเปรียบเทียบรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูฟุตบอลระหว่างทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010

สมมติฐานของการวิจัย

1. เกมการแข่งขันฟุตบอลระหว่างทีมชาติสเปนกับทีมคู่แข่งจะมีรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลในการทำประตูหลากหลายรูปแบบ
2. การเปรียบเทียบรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลในการทำประตูฟุตบอลระหว่างทีมชาติสเปนกับทีมคู่แข่ง จะมีการใช้รูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลในการทำประตูที่ต่างกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงวิเคราะห์ (Analytical Research) โดยทำการวิเคราะห์จากภาพเคลื่อนไหว บันทึกการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 จำนวน 7 เกม การแข่งขัน โดยแบ่งออกเป็น การแข่งขันในรอบแรก จำนวน 3 นัด รอบ 16 ทีมสุดท้ายจำนวน 1 นัด รอบ 8 ทีมสุดท้ายจำนวน 1 นัด รอบ 4 ทีมสุดท้ายจำนวน 1 นัด และรอบชิงชนะเลิศ จำนวน 1 นัด กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ทีมชาติสเปนซึ่งเป็นทีมที่ชนะเลิศการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 และทีมคู่แข่งจำนวน 7 ชาติ รวมทั้งหมด 8 ชาติที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เพื่อศึกษา วิเคราะห์และเปรียบเทียบรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูฟุตบอลของทีมชาติสเปนกับทีมคู่แข่ง โดยผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัยออกเป็น 3 ขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ขั้นตอนการศึกษาหาข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับรูปแบบและปัจจัยการทำประตูฟุตบอล

ทำการศึกษา วิเคราะห์ แนวคิดและทฤษฎีของรูปแบบและปัจจัยในการทำประตูฟุตบอล จากตำรา และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ เพื่อกำหนดกรอบของการศึกษา

2. ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010

ผู้วิจัยทำการวิจัยโดยการนำ ภาพเคลื่อนไหว บันทึกการแข่งขันที่ได้มาจากการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ณ ประเทศแอฟริกาใต้ ระหว่างวันที่ 11 มิถุนายน ถึง 11 กรกฎาคม ปี พ.ศ. 2553 (ค.ศ.2010) โดยการใช้ภาพเคลื่อนไหวบันทึกการแข่งขันเพื่อวิเคราะห์เกมการแข่งขันจำนวน 5 ครั้ง ต่อ 1 เกมการแข่งขัน แล้วนำข้อมูลที่ได้มาเปรียบเทียบกับสถิติหลังเกมการแข่งขันที่ผู้บรรยายการแข่งขันในต่างประเทศได้นำเสนอหลังเกมการแข่งขัน เพื่อให้ข้อมูลที่ได้มีความถูกต้องมากที่สุด

และใช้โปรแกรม Focus X2 Version 1.5 ซึ่งเป็นโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ใช้ในการวิเคราะห์การแข่งขันกีฬาโดยตรง โดยมีวิธีการปฏิบัติดังนี้คือ 1. สร้างรูปแบบการวิเคราะห์ 2. กำหนดข้อมูลที่จะวิเคราะห์จากรูปแบบและปัจจัยที่ได้จากการศึกษาตำรา และงานวิจัยจากต่างประเทศ ลงในโปรแกรม กำหนดปุ่มและสัญลักษณ์สำหรับการใส่ข้อมูล 3. เปิดดูเทปบันทึกการแข่งขันเมื่อพบการทำประตูจะหยุดภาพนิ่งสลับกับเปิดให้ภาพเล่นปกติ จนมีความเข้าใจชัดเจนในการวิเคราะห์ แล้วบันทึกข้อมูลต่างๆที่กำหนดไว้ลงไปคอมพิวเตอร์

การวิเคราะห์ข้อมูลจะแบ่งออกเป็นสองส่วนคือ

2.1 การวิเคราะห์รูปแบบการทำประตู จาก การวิเคราะห์รูปแบบการทำประตูที่ได้ ซึ่งมี 17 รูปแบบ คือ การส่งจากด้านข้าง (Crossing) การส่งทะลุแนวป้องกัน (Penetration) การเลี้ยงหลบคู่ต่อสู้ (Dribbling) การส่งลูกชิ่ง (Wall Pass) การส่งลูกกลับหลัง (Cut Back) การโต้กลับเร็ว (Counter Attack) การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง (Overlap) การส่งลูกยาวจากแดนหลัง (Long ball Crosses) ลูกเตะ ณ จุดเริ่มเล่น (Kick Off) ลูกเตะมุมยาว (Long Corner Kick) ลูกเตะมุมสั้น (Short Corner Kick) ลูกเตะโทษจังหวะเดียว (Direct Free Kick) ลูกเตะโทษสองจังหวะ (Indirect Free Kick) ลูกเตะโทษเขี่ยเปลี่ยนจุด (Free kick to the point) ลูกเตะโทษ ณ จุดโทษ (Penalty Kick) การทุ่มลูกบอล (Throw ins) ลูกเตะจากประตู (Goal Kick) หลังจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์หา

2.1.1 รูปแบบการทำประตูที่นิยมใช้

วิเคราะห์รูปแบบการทำประตู ในภาพรวมของทั้งทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง และ ได้ทำการวิเคราะห์แยกเฉพาะทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งด้วย

2.1.2 รูปแบบการทำประตูที่มีการยิงเข้ากรอบประตู

เพื่อให้งานวิจัยมีความละเอียดถูกต้องและสมบูรณ์ จึงได้ทำการวิเคราะห์รูปแบบการทำประตูที่มีการยิงเข้ากรอบประตูด้วย เนื่องจากการยิงเข้ากรอบประตุนั้นถือว่าลูกนั้นมีโอกาสที่จะได้ประตู ดังนั้นเทคนิคหรือเทคนิคที่ถูกนำมาใช้ จึงไม่อาจมองข้ามไปได้ ซึ่งการวิเคราะห์ก็จะวิเคราะห์รูปแบบการทำประตูที่มีการยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดในภาพรวมของทั้งทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง และวิเคราะห์แยกเฉพาะทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งด้วยเช่นกัน

2.1.3 รูปแบบการทำประตูที่ได้ประตู

ทำการวิเคราะห์เหมือนกับรูปแบบการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุด

2.1.4 รูปแบบการทำประตูที่ค้นพบใหม่

ทำการวิเคราะห์หารูปแบบการทำประตูในรูปแบบใหม่ๆ ที่อยู่นอกเหนือจากรูปแบบการทำประตูทั้ง 17 รูปแบบ ในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง

2.2 การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการทำประตู จากการวิเคราะห์ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูที่ได้จากการศึกษาตำรา และงานวิจัยจากต่างประเทศซึ่งมีอยู่ด้วยกัน 7 ปัจจัยคือ ตำแหน่งของผู้เล่นที่ส่งบอลให้เพื่อนร่วมทีมทำประตู ตำแหน่งผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตู เทคนิคที่ใช้ในการทำประตู เทคนิคที่ใช้ในการทำประตู พื้นที่ที่ส่งให้เพื่อนร่วมทีมทำประตู พื้นที่ที่ใช้ในการทำประตู และเวลาที่ใช้ในการทำประตู

3. ขั้นตอนการเปรียบเทียบรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตู

นำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์มาทำการเปรียบเทียบโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) นำเสนอเป็นตารางความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) โดยการเปรียบเทียบรูปแบบ

และปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตู ซึ่งจะนำเสนอให้เห็นในภาพรวมของทั้งสองทีมคือทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง และจะมีการนำเสนอรูปแบบและปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูเฉพาะทีมชาติสเปนและเฉพาะทีมคู่แข่ง เพื่อแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างกันในแต่ละรูปแบบและปัจจัย ที่แต่ละทีมได้นำมาใช้ในการแข่งขันครั้งนี้

ผลการวิจัย

รูปแบบการทำประตูฟุตบอลของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง

รูปแบบการทำประตูที่นิยม 3 อันดับแรกในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในภาพรวมของทั้ง 8 ทีมคือรูปแบบการส่งจากด้านข้าง มีการใช้งานจำนวน 25 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมด จำนวน 143 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 17.48 รองลงมาคือรูปแบบการเลี้ยงหลบลูกต่อลู มีการใช้งานจำนวน 21 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมด จำนวน 143 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 14.69 และรูปแบบการส่งลูกกลับหลัง มีการใช้งานจำนวน 20 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมด จำนวน 143 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 13.99 และเมื่อพิจารณาเฉพาะทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง จะเห็นได้ว่า รูปแบบการส่งจากด้านข้างก็ยังคงเป็นรูปแบบการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดของแต่ละทีมด้วยเช่นเดียวกัน นั่นคือทีมชาติสเปนใช้รูปแบบการส่งด้านข้าง จำนวน 17 ครั้งจากการทำประตูทั้งหมดของทีมชาติสเปน จำนวน 104 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 16.35 ส่วนทีมคู่แข่งใช้รูปแบบการส่งด้านข้างจำนวน 8 ครั้งจากการทำประตูทั้งหมดของทีมคู่แข่งจำนวน 39 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 20.51 และในการแข่งขันครั้งนี้ไม่พบรูปแบบการทำประตูในรูปแบบใหม่ที่อยู่นอกเหนือจากรูปแบบการทำประตูทั้ง 17 รูปแบบ ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงรูปแบบการทำประตุนิยาม 3 อันดับแรกในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปน และทีมคู่แข่ง

ทีม	อันดับ	รูปแบบการทำประตู	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
รวม 8 ทีม (ทีมชาติสเปนกับทีมคู่แข่ง)	1	การส่งจากด้านข้าง	25	17.48
	2	การเลี้ยงหลบคู่ต่อสู้	21	14.69
	3	การส่งลูกกลับหลัง	20	13.99
ทีมชาติสเปน	1	การส่งจากด้านข้าง	17	16.35
	2	การส่งลูกกลับหลัง	17	16.35
	3	การเลี้ยงหลบคู่ต่อสู้	14	13.46
ทีมคู่แข่ง	1	การส่งจากด้านข้าง	8	20.51
	2	การเลี้ยงหลบคู่ต่อสู้	7	17.95
	3	การส่งลูกชิง	6	15.38

รูปแบบการทำประตุนิยามที่มีการยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุด ในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในภาพรวมของทั้ง 8 ทีมคือการได้กลับเร็ว หมายถึง การตั้งรับอยู่ในแดนของตนเอง เมื่อตัดบอลได้ ก็เปิดเกมรุกเร็วสวนกลับขึ้นมาโดยผู้เล่นฝ่ายตรงข้ามยังไม่ทันได้ตั้งตัว โดยกำหนดว่าผู้เล่นใช้จังหวะการเล่นไม่เกิน 3 จังหวะ และไม่มีการทำผิดพลาด ซึ่งมีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 2 ครั้ง และเข้ากรอบจำนวน 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 ได้ประตูจำนวน 1 ครั้ง รองลงมาคือการส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 1 ครั้ง และเข้ากรอบ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 ได้ประตูจำนวน 1 ครั้ง และอันดับสามคือการส่งทะลุแนวป้องกัน มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 15 ครั้งและจำนวนครั้งที่เข้ากรอบ 14 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 93.33 ได้ประตู จำนวน 2 ครั้ง

เมื่อพิจารณาเฉพาะทีมชาติสเปนพบว่ารูปแบบการทำประตุนิยามที่มีการยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดคือ

ลูกเตะโทษสองจังหวะ จำนวนครั้งที่ยิงประตู 1 ครั้ง และเข้ากรอบ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 แต่ไม่ได้ประตู การได้กลับเร็ว จำนวนครั้งที่ยิงประตู 1 ครั้ง และเข้ากรอบ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 แต่ไม่ได้ประตู เช่นกัน และการส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง ซึ่งมีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 1 ครั้งและเข้ากรอบ 1 ครั้ง เท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 100 ได้ประตูจำนวน 1 ครั้ง ส่วนทีมคู่แข่ง คือ การส่งลูกกลับหลัง มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 3 ครั้ง และเข้ากรอบ 3 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 แต่ไม่ได้ประตู รองลงมาคือการส่งทะลุแนวป้องกัน มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 2 ครั้ง และจำนวนครั้งที่เข้ากรอบ 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 แต่ไม่ได้ประตู และอันดับสามคือลูกเตะโทษ ณ จุดโทษ มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 1 ครั้ง และจำนวนครั้งที่เข้ากรอบ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 แต่ไม่ได้ประตู เช่นกัน ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงรูปแบบการทำประตูที่มีการยิงเข้ากรอบประตู 3 อันดับแรกในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง

ทีม	อันดับ	รูปแบบการทำประตู	จำนวนครั้งที่ยิงประตู	จำนวนครั้งที่เข้ากรอบ	ร้อยละ
รวม 8 ทีม (ทีมชาติสเปนกับทีมคู่แข่ง)	1	การโด้กลับเร็ว	2	2	100
	2	การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง	1	1	100
	3	การส่งทะลุแนวป้องกัน	15	14	93.33
ทีมชาติสเปน	1	ลูกเตะโทษสองจังหวะ	1	1	100
	2	การโด้กลับเร็ว	1	1	100
	3	การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง	1	1	100
ทีมคู่แข่ง	1	การส่งลูกกลับหลัง	3	3	100
	2	การส่งทะลุแนวป้องกัน	2	2	100
	3	ลูกเตะโทษ ณ จุดโทษ	1	1	100

รูปแบบการทำประตูที่ได้ประตูในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในภาพรวมของทั้ง 8 ทีมคือ การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 1 ครั้ง และจำนวนครั้งที่ได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 รองลงมาคือการโด้กลับเร็ว มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 2 ครั้ง และจำนวนครั้งที่ได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 50 และอันดับสามคือการส่งลูกยาวจากแดนหลัง มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 4 ครั้ง และจำนวนครั้งที่ได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 25

เมื่อพิจารณาเฉพาะทีมชาติสเปนพบว่ารูปแบบการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุดคือ การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 1 ครั้ง และ

จำนวนครั้งที่ได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 รองลงมาคือการส่งลูกยาวจากแดนหลัง มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 4 ครั้ง และจำนวนครั้งที่ได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 25 และอันดับสามคือการส่งทะลุแนวป้องกัน มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 13 ครั้ง และจำนวนครั้งที่ได้ประตู 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 15.38 ส่วนรูปแบบการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุดของทีมคู่แข่งคือรูปแบบการโด้กลับเร็ว มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 1 ครั้ง และจำนวนครั้งที่ได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 และการส่งจากด้านข้าง มีจำนวนครั้งที่ยิงประตู 8 ครั้ง และจำนวนครั้งที่ได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 12.5 ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงรูปแบบการทำประตูที่ได้ประตู 3 อันดับแรกในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปน และทีมคู่แข่ง

ทีม	อันดับ	รูปแบบการทำประตู	จำนวนครั้งที่ยิงประตู	จำนวนครั้งที่ได้ประตู	ร้อยละ
รวม 8 ทีม (ทีมชาติสเปนกับทีมคู่แข่ง)	1	การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง	1	1	100
	2	การโด้กลับเร็ว	2	1	50
	3	การส่งลูกยาวจากแดนหลัง	4	1	25
ทีมชาติสเปน	1	การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง	1	1	100
	2	การส่งลูกยาวจากแดนหลัง	4	1	25
	3	การส่งทะลุแนวป้องกัน	13	2	15.38
ทีมคู่แข่ง	1	การโด้กลับเร็ว	1	1	100
	2	การส่งจากด้านข้าง	8	1	12.5
	3	-	-	-	-

ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลในการทำประตูฟุตบอล ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง

ปัจจัยสำคัญที่นิยมใช้ในการทำประตูฟุตบอลของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในเรื่องของตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตู ที่นิยมใช้มากที่สุดของทั้งทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือ ตำแหน่ง กองหน้า ซึ่งทีมชาติสเปนใช้ตำแหน่งกองหน้าทำประตู จำนวน 30 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมดของทีมชาติสเปนจำนวน 104 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 28.85 ส่วนทีมคู่แข่งใช้ตำแหน่งกองหน้าทำประตู จำนวน 10 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมดของทีมคู่แข่งจำนวน 39 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 25.64

ปัจจัยสำคัญทางด้านเทคนิคที่ใช้ในการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดของทั้งทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือการยิงด้วยหลังเท้า ซึ่งทีมชาติสเปนนำมาใช้ จำนวน 54 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมดของทีมชาติสเปนจำนวน 104 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 51.92 ส่วนทีมคู่แข่งใช้จำนวน 25 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมดของทีมคู่แข่งจำนวน 39 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 64.10 ปัจจัยสำคัญทางด้านเทคนิคที่นิยมใช้ในการทำประตูของทีมชาติสเปนคือการใช้เทคนิคเตะด้านกว้าง โดยใช้ไปถึง 34 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมดของทีมชาติสเปน 104 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 32.69 ส่วนทีมคู่แข่ง นิยมใช้การเล่นลูกตั้งเตะมีการใช้งานจำนวน 13 ครั้ง จากการทำประตูทั้งหมดของทีมคู่แข่งจำนวน 39 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 33.33 ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงปัจจัยสำคัญที่นิยมใช้ในการทำประตูฟุตบอลของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งชั้น

ปัจจัยที่	ชื่อปัจจัย	ทีม	ตำแหน่งที่นิยมใช้มากที่สุด	จำนวนครั้ง	ร้อยละ
1	ตำแหน่งของผู้เล่น ที่ส่งให้เพื่อนทำประตู	รวมทั้ง 8 ทีม	กองกลางตัวรุก	66	46.15
		ทีมชาติสเปน	กองกลางตัวรุก	51	49.04
		ทีมคู่แข่งชั้น	กองกลางตัวรุก	15	38.46
2	ตำแหน่งของผู้เล่น ที่ใช้ในการทำประตู	รวมทั้ง 8 ทีม	กองหน้า	40	27.97
		ทีมชาติสเปน	กองหน้า	30	28.85
		ทีมคู่แข่งชั้น	กองหน้า	10	25.64
3	เทคนิคที่ใช้ ในการทำประตู	รวมทั้ง 8 ทีม	ยิงด้วยหลังเท้า	79	55.24
		ทีมชาติสเปน	ยิงด้วยหลังเท้า	54	51.92
		ทีมคู่แข่งชั้น	ยิงด้วยหลังเท้า	25	64.1
4	เทคนิคที่ใช้ ในการทำประตู	รวมทั้ง 8 ทีม	เล่นด้านกว้าง	46	32.17
		ทีมชาติสเปน	เล่นด้านกว้าง	34	32.69
		ทีมคู่แข่งชั้น	ลูกตั้งเตะ	13	33.33
5	พื้นที่ที่ส่งให้ เพื่อนทำประตู	รวมทั้ง 8 ทีม	บริเวณหน้ากรอบ 18 หลา เยื้องด้านขวา	32	22.37
		ทีมชาติสเปน	บริเวณหน้ากรอบ 18 หลา เยื้องด้านขวา	21	20.19
		ทีมคู่แข่งชั้น	บริเวณหน้ากรอบ 18 หลา เยื้องด้านขวา	11	28.21
6	พื้นที่ที่ใช้ ในการทำประตู	รวมทั้ง 8 ทีม	บริเวณหน้ากรอบ 18 หลา เยื้องด้านขวา	27	18.88
		ทีมชาติสเปน	บริเวณหน้ากรอบ 18 หลา เยื้องด้านซ้าย	22	21.15
		ทีมคู่แข่งชั้น	บริเวณหน้ากรอบ 18 หลา เยื้องด้านขวา	9	23.08
7	เวลาที่ใช้ ในการทำประตู	รวมทั้ง 8 ทีม	3 วินาที	42	29.37
		ทีมชาติสเปน	3 วินาที	34	32.69
		ทีมคู่แข่งชั้น	5 วินาที	9	23.08

ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนคือตำแหน่งปีกขวามีการใช้งานจำนวน 10 ครั้ง เข้ากรอบ 8 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 80 ส่วนทีมคู่แข่งชั้นใช้ตำแหน่งกองกลางตัวกลาง มีการใช้งานจำนวน 5 ครั้งและยิงเข้ากรอบ 5 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูของทีมชาติสเปนคือตำแหน่งกองหลังตัวกลางซ้ายใช้งานจำนวน 4 ครั้ง ได้ประตู

1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 25 ส่วนทีมคู่แข่งชั้นใช้ตำแหน่งกองกลางตัวรุก จำนวน 7 ครั้ง ได้ประตู 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 28.57

สำหรับเทคนิคที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปน คือ การยิงด้วยข้างเท้าด้านนอก มีการใช้งานจำนวน 1 ครั้ง เข้ากรอบ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 ซึ่งเหมือนกับทีมคู่แข่งชั้นที่ใช้การยิงด้วยข้างเท้าด้านนอก มีการใช้งานจำนวน 1 ครั้ง

เข้ากรอบ 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 เช่นกัน ส่วนเทคนิคที่ใช้ในการทำประตู ที่ได้ประตู ของทีมชาติสเปน คือ การยิงด้วยข้างเท้าด้านใน มีการใช้งานจำนวน 25 ครั้ง ได้ประตู 3 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 12 ซึ่งเหมือนกับทีมคู่แข่งที่ใช้ การยิงด้วยข้างเท้าด้านใน มีการใช้งานจำนวน 4 ครั้ง และได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 25 เช่นกัน แทคติกที่ใช้ในการทำประตู ที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนคือ การหาที่ว่าง ซึ่งมีการใช้งาน 16 ครั้ง เข้ากรอบ 16 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 ส่วนทีมคู่แข่งที่ใช้ การส่งแล้วเคลื่อนที่ จำนวน 5 ครั้ง เข้ากรอบ 5 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 แทคติกที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตู ของทีมชาติสเปนคือ แทคติกการผ่านบอลยาว จำนวน 5 ครั้ง ได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 20 ซึ่งต่างจากทีมคู่แข่งที่ใช้การส่งแล้วเคลื่อนที่ โดยใช้งานจำนวน 5 ครั้ง และได้ประตู 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 20 ดังแสดงในตารางที่ 5

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากผลการวิจัยพบว่ารูปแบบการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งคือรูปแบบการส่งจากด้านข้าง มีการนำมาใช้งานถึง 25 ครั้งคิดเป็นร้อยละ 17.48 และเมื่อพิจารณาเฉพาะทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งจะเห็นได้ว่า การส่งจากด้านข้างก็ยังคงเป็นรูปแบบการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดของแต่ละทีมด้วยเช่นเดียวกัน นั่นคือทีมสเปนใช้การส่งด้านข้างจำนวน 17 ครั้งคิดเป็นร้อยละ 16.35 และทีมคู่แข่งใช้การส่งด้านข้างจำนวน 8 ครั้งคิดเป็นร้อยละ 20.51

ผลการวิจัยที่ได้มีความสอดคล้องกับตำราฟุตบอลต่างประเทศหลายๆเล่มที่ได้ศึกษาค้นคว้ามาว่า รูปแบบการส่งจากด้านข้างเป็นรูปแบบที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย เพราะการส่งจากด้านข้างเป็นการฉีกแนวรับของคู่ต่อสู้

ทำให้พื้นที่ของแนวรับเปิดกว้างขึ้นทำให้เกิดพื้นที่ว่างบริเวณกรอบประตูทำให้มีพื้นที่สามารถเข้าไปทำประตูได้ และผลการวิจัยนี้ก็มีความสอดคล้องกับผลการวิจัยของนักวิจัยท่านอื่นๆเช่น เทเวศน์ จันทรหอม (Jurnhom, 2003) ที่กล่าวไว้ว่า “ยุทธวิธีการรุกที่ใช้ในการแข่งขันฟุตบอลโลกครั้งที่ 17 การส่งจากด้านข้าง คือยุทธวิธีการรุกที่ใช้มากที่สุด” และงานวิจัยของนิพล โนนจ้อย (Nonjuy, 2004) พบว่า “การยิงประตูจากการส่งจากข้างสนามเป็นการยิงประตูที่สัมฤทธิ์ผลมากที่สุด”

รูปแบบการทำประตูที่ทีมชาติสเปนใช้ทำประตูได้มากที่สุด คือ การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง มีการใช้จำนวน 1 ครั้ง ได้ประตู จำนวน 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100 ทีมคู่แข่งทำประตูได้มากที่สุด คือ การโด้กลับเร็ว มีการใช้จำนวน 1 ครั้ง ได้ประตูจำนวน 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 100

รูปแบบการทำประตูของทีมชาติสเปนที่ทำประตูได้ คือ การส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง ยุทธวิธีการเล่นของสเปนจะเป็นการต่อบอลทำซึ่งเพื่อเข้าไปทำประตูเมื่อต้องเจอกับการประกบจากกองหลังจะประสบปัญหาในการเล่นวิธีการแก้ไขก็คือผู้เล่นในแนวรุกจะดึงตัวประกบออกไปแล้วให้ผู้เล่นที่อยู่ด้านหลังขึ้นมาทำประตูซึ่งสอดคล้องกับ ลักบาเกอร์ (Luxbacher, 1999) ที่กล่าวว่า การเข้าทำประตูในรูปแบบการส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิงนั้นเป็นรูปแบบการเล่นที่มีประสิทธิภาพเพราะจะทำให้แนวรับสับสนในการประกบตัวผู้เล่นฝ่ายรุก และเป็นการหลุดกับดักการเช็คตำแหน่งอีกด้วย ส่วนทีมคู่แข่งรูปแบบที่ทำประตูได้มากที่สุดคือ การโด้กลับเร็ว เพราะทีมชาติสเปนจะเป็นทีมที่ครองบอลได้ดีและมีโอกาสที่จะสร้างสรรค์เกมรุกอยู่ตลอดเวลา วิธีที่จะส่งบอลทำซึ่งเพื่อเข้าไปทำประตูทีมชาติสเปนจึงเป็นเรื่องที่ยาก ดังนั้น รูปแบบการโด้กลับเร็วจึงเป็นรูปแบบที่คู่แข่งใช้มากที่สุด

2. ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง

2.1 ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดคือ ตำแหน่งกองหน้า (27.97%) และเมื่อพิจารณาเฉพาะทีมชาติสเปนจะเห็นได้ว่า ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตู คือ ตำแหน่งกองหน้า (28.85%) เช่นเดียวกับทีมคู่แข่ง (25.64%) ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุด ในภาพรวมของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือ ตำแหน่ง ปีกขวา (77.78%) และตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนคือตำแหน่งปีกขวา (80%) เช่นกัน ส่วนทีมคู่แข่งใช้ตำแหน่งกองกลางตัวกลาง (100%) ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุด ในภาพรวมของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือ ตำแหน่งปีกซ้าย (18.18%) และเมื่อพิจารณาเฉพาะทีมชาติสเปน คือตำแหน่งกองหลังตัวกลางซ้าย (25%) ส่วนทีมคู่แข่งใช้ตำแหน่งกองกลางตัวรุก (28.57%)

ตำแหน่งในการยิงประตูฟุตบอลที่มีสถิติผลมากที่สุดในการศึกษารั้งนี้ เป็นตำแหน่งกองหน้า ซึ่งเป็นตำแหน่งหลักในการยิงประตูฟุตบอล เพราะว่าตำแหน่งกองหน้านั้นจะต้องฝึกฝนมาเพื่อยิงประตูให้ได้ไม่ว่าจะเป็น การยิงฟุตบอลโดย รูปแบบใด วิธีการใด สอดคล้องกับงานวิจัยของ ประโยค สุทธิสง่า (Sudthisa-nga, 1996) กล่าวไว้ว่า ตำแหน่งกองหน้านั้น จะเป็นการยิงประตู ในระยะที่ใกล้ประตู มีโอกาสยิงประตูได้บ่อย และมีโอกาสได้ประตูมาก

2.2 ปัจจัยสำคัญทางด้านเทคนิคที่นิยมใช้ในการทำประตูมากที่สุดในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งคือเทคนิคการเล่นด้านกว้าง (32.17%) และเมื่อพิจารณาเฉพาะทีมชาติ

สเปนจะเห็นได้ว่า เทคนิคการเล่นด้านกว้างก็ยังคงเป็น เทคนิคการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดของทีมด้วย เช่นเดียวกัน นั่นคือทีมสเปนมีการใช้การเล่นด้านกว้าง (32.69%) เทคนิคที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือ การหาที่ว่าง (95.45%) เทคนิคที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนคือ การหาที่ว่าง (100%) ส่วนทีมคู่แข่งใช้การส่งแล้วเคลื่อนที่ (100%) เทคนิคที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุด คือ การหาที่ว่าง (16.67%) เทคนิคที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูของทีมชาติสเปนคือ การผ่านบอลยาว (20%) ซึ่งต่างจากทีมคู่แข่งที่ใช้การส่งแล้วเคลื่อนที่ (20%) ซึ่งข้อดีของเทคนิคการเล่นด้านกว้างคือเป็นการกระจายผู้เล่นฝ่ายรับให้ออกจากแนวป้องกัน สร้างความสับสนในแนวรับของฝ่ายตรงข้าม ทำให้ทีมมีพื้นที่ในการเล่นมากขึ้น และมีโอกาสทำประตูได้มากขึ้น

ซึ่งสอดคล้องกับตำราของมิซาด ฮาซิค (Hasic, 2008) ที่ได้ทำการศึกษาว่า เทคนิคการเล่นด้านกว้าง เป็นเทคนิคที่ช่วยให้ทีมชาติบราซิลประสบความสำเร็จคว้าแชมป์ฟุตบอลโลก 1970 โดยสามารถเอาชนะทีมชาติอิตาลี ที่ถือว่าเป็นทีมที่มีเกมรับที่เหนียวแน่นไปได้ 4 ประตูต่อ 1 และเมื่อทีมชาติสเปนนำเทคนิคการเล่นด้านกว้างนี้มาใช้มากที่สุดในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ก็ส่งผลให้ทีมชาติสเปนได้เป็นแชมป์ฟุตบอลโลก เช่นกัน

เมื่อพิจารณาเทคนิคที่ใช้ในการทำประตู ที่เข้ากรอบประตูและที่ได้ประตู เทคนิคที่ใช้จะแตกต่างกันทั้งของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง เพราะในการฝึกทางด้านเทคนิคการทำประตูฟุตบอลนั้นจะต้องมีการฝึกที่หลากหลายเพราะถ้าเทคนิคที่เตรียมไว้ ไม่สามารถใช้ได้ ในสถานการณ์นั้น โค้ชจะต้องปรับและแก้ไขเทคนิค ในระหว่างเกมการแข่งขันให้ได้ ซึ่งสอดคล้องกับตำราของ มาร์เท่น (Martens, 2004) ที่ได้กล่าวไว้ว่า การฝึก

แทคติคได้จะต้องออกแบบการฝึกที่หลากหลายรูปแบบให้กับนักกีฬาได้ เพื่อที่จะทำให้นักกีฬาได้เรียนรู้ถึงวิธีการแก้ปัญหาและเลือกแทคติคที่เหมาะสมในสถานการณ์ที่แตกต่างกันได้ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่โค้ชจะต้องนำไปใช้ทั้งในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน

สรุปผลการวิจัย

1. รูปแบบการทำประตูที่นิยมใช้มากที่สุดในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในภาพรวมคือ รูปแบบการส่งจากด้านข้าง (17.48%) รูปแบบการทำประตูที่มีกรยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในภาพรวมคือ รูปแบบการได้กลับเร็ว (100%) และรูปแบบการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุดในการแข่งขันฟุตบอลโลก 2010 ของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งในภาพรวมคือ รูปแบบการส่งให้ตัวหลังสอดขึ้นมายิง (100%)

2. ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลในการทำประตู ซึ่งพิจารณาในเรื่องของตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตู ที่นิยมใช้มากที่สุดของทั้งทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือตำแหน่งกองหน้า (27.97%) ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือตำแหน่ง ปีกขวา (77.78%) และตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนคือตำแหน่ง ปีกขวา (80%) เช่นกัน ส่วนทีมคู่แข่งคือตำแหน่ง กองกลางตัวกลาง (100%) ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุดในภาพรวมของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือตำแหน่งปีกซ้าย (18.18%)

ตำแหน่งของผู้เล่นที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปน คือตำแหน่งกองหลังตัวกลางซ้าย (25%) ส่วนทีมคู่แข่งคือตำแหน่งกองกลางตัวรุก (28.57%)

ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลในการทำประตู ซึ่งพิจารณาทางด้านแทคติคที่นิยมใช้ในการทำประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่งคือ แทคติคการเล่นด้านกว้าง (32.17%) แทคติคที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือ การหาที่ว่าง (95.45%) และแทคติคที่ใช้ในการทำประตูที่ยิงเข้ากรอบประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนก็คือการหาที่ว่าง (100%) เช่นกัน ส่วนทีมคู่แข่งใช้การส่งแล้วเคลื่อนที่ (100%) แทคติคที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูมากที่สุดของทีมชาติสเปนและทีมคู่แข่ง คือ การหาที่ว่าง (16.67%) แทคติคที่ใช้ในการทำประตูที่ได้ประตูของทีมชาติสเปนคือ การผ่านบอลยาว (20%) ซึ่งต่างจากทีมคู่แข่งที่ใช้การส่งแล้วเคลื่อนที่ (20%)

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมในรูปแบบการป้องกันประตูในการแข่งขันฟุตบอลเพื่อให้นักวิจัยมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น เนื่องจากรูปแบบในเกมรับและการป้องกันประตูก็เป็นส่วนหนึ่งของความสำเร็จที่เกิดขึ้นในการแข่งขันฟุตบอลเช่นกัน

2. ควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับรูปแบบการครอบครองบอล การรับบอล การส่งบอล และการเลี้ยงบอล ในการแข่งขันฟุตบอล

เอกสารอ้างอิง

- Hasic, M. (2008). **Soccer Training Guide**. (Online), Retrieved January 24, 2011. from : <http://www.soccer-training-guide.com/index.html>
- Jumhom, T. (2003) **An Analysis Offensive And Defensive Tactics Of Football Playing In 17th World Cup 2002**, Master of Education degree in Physical Educationat, Srinakharinwirot University, Bangkok
- Kittikul, N. (1982) **Principles of modern football**. Bangkok. : Phithak Aksorn.
- Laohakul, W. (2002) **A licence coaching AWARD**. Bangkok. : The Football Association of Thailand Under The Patronage Of His Majesty The King.
- Lennox, J. and Rayfield, J. (2006) **Soccer Skills & Drills**. Champaign, IL : Human Kinetics.
- Luxbacher, J. (1999). **Attacking Soccer**. Champaign, Ill. : Human Kinetics
- Lyle, J. (2002). **Sports coaching concepts**. London & New York: Routledge.
- Martens, R. (2004) **Successful Coaching**. Champaign, Ill. : Human Kinetics.
- Nonjuy, N. (2004) **An Analysis of Football Score Formation in World Cup 2002**, Master of Education degree in Physical Educationat, Srinakharinwirot University, Bangkok
- Phalajivin, C. (1991) **Football**. Bangkok. : Siam Sport Printing.
- Sudthisa-nga, P. (1998). **Soccer tactics and teamwork**. Bangkok : Thai Watana Panich.
- Thongnum P. and Gomaratat, C. (2011). An Analytical Study of Sepak Takraw Front Net Ofeensive Pattern In The 24th King's Cup Tournament. **Journal of Sports Science and Health**, 12(1), 15-25.

การเปรียบเทียบผลของการฝึกเทนนิสระหว่างโปรแกรมการจับไม้มือเดียวกับโปรแกรมการจับไม้สองมือที่มีต่อความสามารถของผู้เริ่มฝึกกีฬาเทนนิสวัยเด็ก

ชัยวิชญ์ เหลี่ยมไพบูรณ์ และวันชัย บุญรอด

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการฝึกการจับไม้มือเดียวและการจับไม้สองมือที่มีต่อความสามารถของผู้เริ่มฝึกกีฬาเทนนิสวัยเด็ก

วิธีดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้สมัครเรียนเทนนิสในโครงการพัฒนาเยาวชนสู่นักเทนนิสอาชีพของลอนเทนนิสสมาคมแห่งประเทศไทย อายุระหว่าง 7-10 ปี จำนวน 30 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง ทดสอบการตีลูกหน้ามือแล้วแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม โดยวิธีจับคู่แล้วสุ่มกำหนดเข้าแต่ละกลุ่มๆ ละ 15 คน คือกลุ่มทดลองที่ 1 โปรแกรมการจับไม้มือเดียว และกลุ่มทดลองที่ 2 โปรแกรมการจับไม้สองมือ ทำการฝึกสัปดาห์ละ 3 ครั้ง เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ ทดสอบผลการฝึก 3 ครั้ง คือ ก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ วิเคราะห์ผลโดยหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า “ที” และการวิเคราะห์ความแปรปรวนชนิดวัดซ้ำหากพบว่ามีความแตกต่างจึงเปรียบเทียบเป็นรายคู่ โดยวิธีแอล เอส ดี กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. ผลการฝึกการตีลูกหน้ามือของกลุ่มทดลองที่ 1 มีความแตกต่างกันระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการตีลูกหลังมือของกลุ่มทดลองที่ 1 ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน

2. ผลการฝึกการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือของกลุ่มทดลองที่ 2 มีความแตกต่างระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการฝึกการตีลูกหน้ามือและหลังมือ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน

สรุปผลการวิจัย การฝึกกีฬาเทนนิสด้วยโปรแกรมการจับไม้มือเดียวไม่แตกต่างกันกับโปรแกรมการจับไม้สองมือ

คำสำคัญ : การจับไม้มือเดียว / การจับไม้สองมือ / ความสามารถในการตีเทนนิส / ผู้เริ่มฝึกวัยเด็ก

THE COMPARISON OF TENNIS TRAINING EFFECTS BETWEEN THE ONE-HANDED GRIP AND TWO-HANDED GRIP PROGRAM ON THE ABILITY OF YOUNG TENNIS BEGINNERS

Chaiwit Leampriboon and Wanchai Boonrod

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose The purpose of this research was to investigate and compare tennis training effects between the one-handed grip and two-handed grip program on the ability of young tennis beginners.

Methods Samples used in this research were applicants, between seven to ten years of age, who practiced tennis in the Project of Youth Development into Professional Tennis Players of the lawn Tennis Association of Thailand. Each subject was pretested with Hewitt's Tennis Achievement Test only in forehand groundstroke. Then, were matchedly assigned into two groups of 15 subjects as the experimental group I, one-handed grip program, and group II, two-handed grip program. All two groups practiced the tennis skills for 60 minutes a day, three days a week for 8 weeks. The subjects were tested at 3 different periods, as to before training, after 4 weeks training, and after 8 weeks training on forehand and backhand skills. The obtained data were analyzed in terms of means and standard deviations, t-test, One-way analysis of variance with repeated measures and LSD

(Least significant differences) were employed for statistical significance at the .05 level.

Results The results of this study were as follows:

1. The average in forehand of the group I before training, at the end of the fourth and the eighth weeks were significantly different among each group at .05 level. But backhand of the group II before training, at the end of the fourth and the eighth weeks were not significantly different.

2. The average in forehand and backhand of the group II before training, at the end of the fourth and the eighth weeks were significantly different among each group at .05 level.

3. The average in forehand and backhand between group I and group II before training, at the end of the fourth and the eighth weeks were not significantly different.

Conclusion Practicing tennis one-handed grip program was not significantly different from two-handed grip program.

Key Words : One-handed grip/ Two-handed grip/ Young tennis beginners.

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เทนนิสเป็นกีฬาที่มีผู้นิยมเล่นและมีการจัดการการแข่งขันกันมากทั้งภายในประเทศ ระหว่างประเทศ และระดับโลก เทนนิสเป็นกีฬาที่หนักแน่นแต่แฝงความละเอียดอ่อนสุภาพ นุ่มนวลไว้ เทนนิสเป็นกีฬาที่คนทั่วโลกกำลังให้ความสนใจและได้รับความนิยมอย่างสูง ซึ่งสามารถทำรายได้อย่างสูงให้แก่นักกีฬา เทนนิสอาชีพ การเล่นกีฬาเทนนิสให้ประสบความสำเร็จ หรือมีชัยชนะในการแข่งขันได้นั้น นักกีฬาจะต้องมีความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ (Apanukul and Intiraporn, 2009) จำนวนผู้เล่นกีฬาเทนนิสจึงได้เพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมาก เทนนิสเป็นกีฬาสากลที่มีความสำคัญประเภทหนึ่ง ซึ่งสามารถเล่นได้ทุกเพศทุกวัย ทุกระดับความสามารถ เป็นกีฬาที่มีความละเอียดอ่อนและมีลีลาทำทางอันงดงาม เป็นกีฬาที่เต็มไปด้วยความรู้เกี่ยวกับมารยาท และการปฏิบัติตนในทางสังคมที่ดี เทนนิสเป็นกีฬาที่ต้องใช้การประสานงานของประสาทกับปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกายเป็นอย่างดี เป็นกีฬาที่ต้องใช้ความรวดเร็วความว่องไวและใช้อวัยวะเกือบทุกส่วนของร่างกายในการเล่น ดังนั้น ประโยชน์ที่ได้จากการเล่นเทนนิสจึงมีอยู่มากทั้งในด้านสมรรถภาพทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ปัจจุบันเทนนิสเป็นกีฬาที่กำลังได้รับความนิยมเป็นอย่างมากในต่างประเทศ และได้รับความนิยมอย่างกว้างขวางในประเทศไทย ทั้งนี้เพราะเทนนิสเป็นกีฬาที่สามารถเป็นกีฬาอาชีพได้และใช้ในกิจกรรมการออกกำลังกายได้เป็นอย่างดีเล่นได้สนุกสนาน การที่จะเล่นกีฬาเทนนิสให้ดีนั้น จะต้องเรียนรู้ว่าถูกต้องมีใช้ฝึกเองโดยไม่มีผู้แนะนำ (Aompheng, 1988) การสอนนักเรียนให้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับกีฬาเทนนิสจึงเป็นเรื่องที่น่าสนับสนุนอย่างยิ่ง (Kerdkall, 1981) เทนนิสจึงเป็นวิชาหนึ่งที่บรรจุในหลักสูตรวิชาพลศึกษา ซึ่งเป็นวิชาเลือกในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลายพุทธศักราช 2524

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ 2529 และในสถาบันอุดมศึกษาหลายแห่ง

การที่นักเทนนิสจะมีความสามารถที่ดีนั้นจะต้องมีความพร้อมในหลายๆ ด้าน ประการแรก คือ ด้านสมรรถภาพทางกาย ซึ่งได้แก่ ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบหายใจ ความทนทาน และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ แขนและขา ซึ่งจะทำให้ นักเทนนิสสามารถที่จะควบคุมทักษะในการเล่นเทนนิสได้เป็นอย่างดี ดังที่ ศิลปชัย สุวรรณธาดา (Suwanthada, 1980) กล่าวไว้ว่า ตัวแปรของร่างกายสัมพันธ์กับหน้าที่ของร่างกายในแต่ละบุคคล การเพิ่มความทนทานของระบบไหลเวียนความอ่อนตัวหรือความแข็งแรงเป็นตัวแปรทางร่างกายซึ่งมีผลต่อการกระทำในท่าทางเดียวกันถ้าเขาหยุดการออกกำลังกายไม่รักษาตนเองให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์ จะทำให้ความสามารถของการกระทำนั้นลดน้อยลงไปอย่างรวดเร็ว ความแม่นยำในการเล่นเทนนิสก็เป็นสิ่งที่สำคัญ นักเทนนิสที่ดีจะต้องมีทักษะในการตีลูกหน้ามือ หลังมือที่แน่นอนแม่นยำ ซึ่งต้องอาศัยจังหวะของการเข้าหลุก การวางเท้า การเหวี่ยงไม้เข้าตี การส่งไม้ตามลูกบอล และการถ่ายน้ำหนักตัว จะต้องมีความสัมพันธ์กันตลอด สิ่งหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดความแม่นยำคือความแข็งแรงของมือและเท้า และร่างกายต้องมีความอ่อนตัว

การเคลื่อนไหวเบื้องต้น เป็นการเรียนรู้ขั้นพื้นฐานที่สำคัญอย่างหนึ่งโดยเฉพาะในวัยเด็ก เพราะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นเป็นการเคลื่อนไหวที่เป็นไปตามธรรมชาติลักษณะของร่างกาย และความรู้สึกของการทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทและกล้ามเนื้ออย่างแท้จริง การเคลื่อนไหวเบื้องต้นจะนำไปสู่ทักษะต่างๆ ถ้าหากได้มีการจัดกิจกรรมในการสอน ช่วยเหลือแนะนำให้ถูกต้องตั้งแต่แรก จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีพัฒนาการในด้านทักษะมูลฐานและการทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทและกล้ามเนื้อ ตลอดจนการช่วยเหลือ

ให้มีความรู้ความเข้าใจในความสามารถส่วนต่างๆของร่างกายตนเองในระดับสูงต่อไป (Peanchorp, 1980) การศึกษาในเรื่องการเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหว (Motor Learning) จึงเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการศึกษาด้านพลศึกษา เพราะการศึกษาในสาขาวิชานี้ได้ประยุกต์เอาความรู้ทางด้านกีฬา กายวิภาคและสรีรวิทยาของระบบประสาท จิตวิทยาและวิทยาศาสตร์หลายๆสาขาเพื่ออธิบายถึงขบวนการเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหว ตลอดจนวิเคราะห์ ปรับปรุง และแก้ไขการเคลื่อนไหวของมนุษย์ให้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น (Suwanthada, 1980)

ในประวัติศาสตร์ของเทนนิสแสดงให้เห็นว่าการจับไม้สองมือในการตีลูกกราวสะโตรก เริ่มนิยมใช้กันมากตั้งแต่ปีพุทธศักราช 2513 เนื่องจากมีนักเทนนิสที่ใช้การจับไม้แบบสองมือ ประสบความสำเร็จในการแข่งขันและมีชื่อเสียงมาก เป็นที่รู้จักของนักเทนนิสทุกคน เช่น โมนิกาเซเรส (Monica Seles) จิมมี่คอนเนอร์ (Jimmy Connors) คริส เอฟเวอร์ท ลอยด์ (Chris Evert Loyd) เมท วิลเอนเดอร์ (Mats Wilander) และ เทรซี่ ออสติน (Tracy Austin) นอกจากนั้น นพวรรณ เลิศชีวกรณต์ ใช้สองมือในการตีลูกกราวสะโตรกแทบทั้งสิ้น แต่เราก็มองเห็นถึงความสำเร็จของนักเทนนิสมืออาชีพทั้งหลายที่ใช้มือเดียวกราวสะโตรกเช่นกัน มีการค้นคว้าทางวิทยาศาสตร์ ที่นำไปสู่วิธีที่ดีที่สุดในการสอนลูก กราวสะโตรก สำหรับผู้เริ่มต้นเล่นเทนนิส โรสวอล (Roswall, 1974) ได้แสดงให้เห็นว่า การตีลูกกราวสะโตรก สองมือมีความเร็วของมุมที่กว้างกว่า และความเร็วของหน้าไม้ ได้เร็วเท่ากับการตีบอลด้วยความเร็ว การศึกษาแสดงให้เห็นว่า ในหัวข้อการใช้สองมือตีลูก เป็นขั้นตอนที่ฟุ้งติลูกบอลไปตามเส้นแทนที่จะใช้การตีทะแยง (cross) ในวงกว้าง มันเป็นการเห็นชัดเจนว่า ลูกบอลจะเยื้องอยู่ด้านหลังของเท้าหน้าในการยิงลูกดาวไลน์ (down line) มากกว่า

อยู่ด้านหน้าของเท้าหน้า ในปี ค.ศ. 1970 คอร์เนอร์ (Kornreich, 1970) ได้ทำการศึกษาพบว่า วัยเด็ก ไม่มีกำลังมากพอในการจับไม้แรกเกิด เพื่อพัฒนาให้เป็นลูกหลังมือที่ดีได้ และผู้หญิงหลายคนไม่สามารถทำการฝึกฝนตามปกติได้หลังจากได้เรียนมาแล้ว ด้วยเหตุผลที่ว่า บ่อยครั้งที่ข้อศอกนำไปสู่ไม้จับหรือเมื่อตีแล้วไม่ฟอลโลว์-ทู (Follow-through) ให้ตลอด การตีลูกสองมือจะทำให้ผู้เล่นเหล่านี้จำเป็นต้องใช้กำลัง เพื่อให้ทันต่อการตีที่เต็มสะโตรก (stroke) และโดยทั่วไปจะป้องกันไม่ให้ข้อศอกเป็นตัวนำครั้งหนึ่งการตีสองมือถือเป็นเรื่องใหญ่ มันกลับมาเป็นเรื่องง่ายกว่าในการปล่อยมือซ้ายลง เพื่อตีบอลอย่างสมบูรณ์ โดยการยิงด้วยมือเดียว ต่อมา เฮลด์แมน (Heldman, 1975) ศึกษาพบว่า ความได้เปรียบของลูกหน้ามือและหลังมือสองมือ คือ สามารถเอาชนะปัญหาของข้อมืออ่อนแอได้ และส่งผลถึงความแน่นอนและหลอกในการตีด้วย และเป็นการง่ายในการเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนที่ของลูกโดยการตีบอลลงยากกว่า หรือช้าโดยการรวมข้อมือทั้งสองเพื่อพุ่งไปหน้า หรือเพื่อยกหัวไม้ขึ้นสูง แต่ลูกหลังมือสองมือเป็นการจำกัดการเอื้อมตีบอล และเป็นการยากที่จะกระทำทันทีในการตีอันเดอร์สปิน (under spin) นอกจากนั้น ไบรอัน (Bryant, 1986) แนะนำว่า นักเทนนิสที่ใช้สองมือในการตีลูกหลังมือจะมีความมั่นใจในการตีลูกหลังมือ และในขณะเดียวกัน ต้องยอมเสียสละเพื่อพุ่งไปให้เกี่ยวพันการตีลูกต่ำๆ ให้มากขึ้น และมีข้อบกพร่องในการเอื้อมตี แต่การตีลูกหลังมือสองมือ จัดให้มีโอกาสตีทั้งลูกที่ท็อปสปิน (top spin) และลูกสไลซ์ (Slice) โดยไม่ต้องเปลี่ยนกริยา การเปลี่ยนขึ้นอยู่กับท่าทางการสวิง (swing) และตำแหน่งของแขน ซึ่งขึ้นอยู่กับร่างกาย และ บอลเลตเตอร์ (Bolletteri, 1988) แนะนำว่า การตีลูกหน้ามือและหลังมือมือเดียวเป็นธรรมดาที่จัดให้ผู้เล่นพร้อมมีเวลาเข้าถึงได้มาก ความสามารถ ที่จะตีแต่ละลูกได้มาก

(ลูกสไลซ์ ลูกครอบ ลูกวอลเลย์) จะเปลี่ยนกริฟเล็กน้อยหรือไม่เปลี่ยนกริฟเลย และง่ายกว่าในการปรับเพื่อเล่นลูกวอลเลย์ แต่จำนวนแน่นอนของกำลังถูกนำมาใช้อย่างถูกต้อง ในการตีลูกหลังมือมือเดียว ถ้ากำลังไม่ถูกนำมาใช้ ปัญหาสามารถแก้ไขได้ เช่น การรื้อข้อมือให้สัมพันธ์กับร่างกายเราขณะเคลื่อนไหว และการหมุนไปทางด้านลูกหลังมือ เพื่อตีลูกโฟร์แฮนด์ สำหรับครูสอนเทนนิสบางคน แนะนำว่าผู้เล่นซึ่งมีข้อมืออ่อนหรือผู้เล่นซึ่งจำต้องหมุนเคลื่อนไหวได้แคล่วคล่องบนเท้าทั้งสองข้าง ควรสอนให้ตีลูกสองมือ ครูสอนเทนนิสบางคนก็ใช้ทั้งสองวิธีในการสอนเทนนิสแก่ผู้เล่นเทนนิสที่เริ่มหัดเล่นเทนนิสใหม่ๆ เราจำเป็นต้องรู้ว่าการสอนลูกกราวสะโตรกด้วยมือเดียวหรือสองมือว่าวิธีไหนเป็นวิธีการสอนที่ดีกว่า ซึ่งในเรื่องของการจับไม้มือเดียวตีลูกและการจับไม้สองมือตีลูกเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการได้เปรียบและการเสียเปรียบ และควรจะตีลูกสองแบบนี้อย่างไร

จากที่กล่าวมาทั้งหมด ผู้วิจัยเห็นว่าการศึกษารื่องการตีลูกกราวสะโตรกแบบมือเดียวและสองมือซึ่งถูกนำมากล่าวในเวลานี้และถือเป็นเรื่องสำคัญในการตัดสินใจเพื่อหาวิธีที่ดีที่สุด ในการสอนเริ่มต้นแก่ผู้เริ่มฝึกกีฬาเทนนิสใหม่ๆ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาและเปรียบเทียบผลของการฝึกเทนนิสระหว่างโปรแกรมการจับไม้มือเดียวกับโปรแกรมการจับไม้สองมือที่มีต่อความสามารถของผู้เริ่มฝึกกีฬาเทนนิสวัยเด็ก

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกการจับไม้มือเดียวและการจับไม้สองมือที่มีต่อความสามารถของผู้เริ่มฝึกกีฬาเทนนิสวัยเด็ก
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการฝึกการจับไม้มือเดียวและการจับไม้สองมือที่มีต่อความสามารถของผู้เริ่มฝึกกีฬาเทนนิสวัยเด็ก

วิธีการดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้สมัครเรียนเทนนิสในโครงการพัฒนาเยาวชนสู่นักเทนนิสอาชีพของลอนเทนนิสสมาคมแห่งประเทศไทย อายุระหว่าง 7-10 ปี จำนวนกลุ่มตัวอย่างจากตารางของโคเฮน (Cohen, 1969) ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 อำนาจของการทดสอบ (Power of the test) เท่ากับ .75 และขนาดของผลกระทบ (Effect size) เท่ากับ 1.00 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 15 คน ในการวิจัยครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่าง 30 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน

เกณฑ์การคัดเข้าของกลุ่มตัวอย่าง (Inclusion criteria)

1. เป็นผู้ที่ยังไม่เคยหัดเล่นเทนนิสมาก่อน
2. อายุระหว่าง 7-10 ปี
3. ไม่เป็นโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย เช่น โรคหัวใจ โรคหอบหืด

4. ยินดีและเต็มใจให้ความร่วมมือในการทำวิจัย

เกณฑ์การคัดออกของกลุ่มตัวอย่าง (Exclusion criteria)

1. เกิดเหตุสุดวิสัยที่ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมการวิจัยต่อไปได้ เช่น เกิดการบาดเจ็บ
2. ผู้เข้าร่วมวิจัยไม่สามารถเข้าร่วมการฝึกตามโปรแกรมมากกว่า 80%
3. ผู้เข้าร่วมวิจัยไม่สมัครใจเข้าร่วมงานวิจัยต่อ

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ให้กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบก่อนการฝึก (Pre-test) ด้วยการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือโดยใช้แบบทดสอบวัดสัมฤทธิ์ผลทางทักษะกีฬาเทนนิสของเฮวิตท์ (Hewitt's Tennis Achievement Test)
2. แบ่งกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการทดสอบก่อนการฝึก (Pre-test) ออกเป็น 2 กลุ่มๆ ละ 15 คน

โดยใช้ผลจากการทดสอบตามข้อ 1 วัดความสามารถทางทักษะกีฬาเทนนิส ก่อนการฝึกเท่ากันหรือใกล้เคียงกันมากที่สุด ด้วยวิธีจับคู่ (Matching group) โดยแบ่งกลุ่มทดลองเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 1 ฝึกด้วยโปรแกรมการจับไม้มือเดียว กลุ่มทดลองที่ 2 ฝึกด้วยโปรแกรมการจับไม้สองมือ

3. ทำการปฐมนิเทศก่อนเข้าสู่โปรแกรมฝึกโดยใช้เวลา 15 นาที ที่สนามเทนนิสลอนเทนนิสสมาคมแห่งประเทศไทย โดยผู้วิจัยได้อธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนที่สำคัญในการเข้ารับการทดลอง และการเก็บข้อมูล

4. ผู้วิจัยดำเนินการฝึกตามโปรแกรมการฝึกซึ่งประกอบด้วย การจับไม้มือเดียว การจับไม้สองมือ โดยใช้แบบทดสอบวัดสัมฤทธิ์ผลในการเล่นเทนนิสของเฮวิตท์ (Hewitt's Achievement Test) เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ช่วงเวลา 17.00-18.00 น. เก็บรวบรวมข้อมูล โดยทำการทดสอบ ก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ โดยการฝึกทักษะใช้เวลาในการฝึกทั้งหมดครั้งละ 60 นาที

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่างมาทำการวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์โดยคำนวณหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนแบบทดสอบระหว่างกลุ่มทดลองโดยการทดสอบค่า “ที” (Independent

t-test) และเปรียบเทียบคะแนนจากแบบทดสอบทักษะเทนนิสระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ของกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนชนิดวัดซ้ำ (One-way analysis of variance with repeated measures) และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีแอลเอสดี (LSD : Least significant differences) โดยใช้ความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือของกลุ่มทดลองที่ 1 มีความแตกต่างกันระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหลังมือของกลุ่มทดลองที่ 1 ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือของกลุ่มทดลองที่ 2 มีความแตกต่างระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและหลังมือ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือระหว่าง ก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลองที่ 1 (โปรแกรมการจับไม้มือเดียว) และกลุ่มทดลองที่ 2 (โปรแกรมการจับไม้สองมือ)

กลุ่มการทดลอง	โปรแกรมการฝึก	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก 4 สัปดาห์		หลังการฝึก 8 สัปดาห์		F	P
		$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
กลุ่มที่ 1	การตีลูกหน้ามือ	19.06	9.39	19.06	6.11	22.86 ⁺⁺	9.03	6.072	0.006
	การตีลูกหลังมือ	21.93	4.66	22.46	5.71	24.26	8.11	2.748	0.081
กลุ่มที่ 2	การตีลูกหน้ามือ	18.53	8.60	19.80	8.82	26.33 ⁺⁺	11.81	16.316	0.000
	การตีลูกหลังมือ	21.60	5.46	22.53	5.93	24.86 ⁺⁺	5.52	7.906	0.002

⁺p<.05 แตกต่างกับก่อนการฝึก

⁺⁺p<.05 แตกต่างกับหลังการฝึก 4 สัปดาห์

อภิปรายผลการวิจัย

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือของกลุ่มทดลองที่ 1 มีความแตกต่างกันระหว่าง ก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหลังมือของกลุ่มทดลองที่ 1 ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน

จากผลการเปรียบเทียบของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือ จากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนชนิดวัดซ้ำ (One-Way analysis of variance with repeated measures) ของคะแนนการทดสอบทักษะเทนนิสของกลุ่มการฝึกการจับไม้มือเดียว หลังการฝึก 8 สัปดาห์ แตกต่างจากคะแนนเฉลี่ยก่อนการฝึก และคะแนนเฉลี่ยหลังการฝึก 4 สัปดาห์ โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือเพิ่มสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด มีการพัฒนาการตีลูกหน้ามือเพิ่มมากขึ้น การเรียนรู้ทักษะจะช่วยให้ผู้เรียนมีการพัฒนาการทางด้านทักษะในการตีเทนนิส ตามคำกล่าวของศิลปินชัย

สุวรรณธาดา (Suwanthada, 1980) กล่าวว่า การเรียนรู้ หมายถึง ขบวนการที่ทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในลักษณะค่อนข้างถาวร ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากการฝึกหัดและประสบการณ์ และสอดคล้องกับบอลเลตเตอรี (Bolletteri, 1988) แนะนำว่า การตีลูกหน้ามือเป็นธรรมชาติที่จัดให้ผู้เล่นพร้อมมีเวลาเข้าถึงได้มาก มีความสามารถที่ดี และเล่นแต่ละลูกได้มาก เช่น ลูกสโลว์ ลูกดรอพ ลูกวอลเลย์ และจากผลการเปรียบเทียบของคะแนนการทดสอบการตีลูกหลังมือ จากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนชนิดวัดซ้ำ (One-Way analysis of variance with repeated measures) ของคะแนนการทดสอบทักษะเทนนิสของกลุ่มการฝึกการจับไม้มือเดียว หลังการฝึก 8 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน คอร์เนอร์ (Kornreich, 1970) กล่าวว่า วัยเด็กบางคนไม่มีกำลังมากพอในการจับไม้แรกเกิด เพื่อพัฒนาให้เป็นลูกหลังมือที่ดีได้ และผู้หญิงหลายคนไม่สามารถทำการฝึกฝนตามปกติได้หลังจากได้เรียนมาแล้ว การตีลูกหลังมือด้วยการจับไม้มือเดียวจะทำให้ผู้เล่นเหล่านี้จำเป็นต้องใช้กำลัง เพื่อให้ทันต่อการตีที่เต็มสโตรก

(Stroke) จึงทำให้ผู้เรียนมีการแสดงทักษะที่ผิดพลาดอยู่เสมอ

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือของกลุ่มทดลองที่ 2 มีความแตกต่างระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนชนิดวัดซ้ำ (One-Way analysis of variance with repeated measures) เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและหลังมือของกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ฝึกเทนนิสโดยการจับไม้สองมือในพัฒนาการครั้งที่ 2 และ 3 ซึ่งอยู่ในสัปดาห์ที่ 4 และ 8 ตามลำดับ พบว่ากลุ่มทดลองที่ 2 มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและหลังมือ ก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยวิธีแอล เอส ดี (LSD) พบว่าหลังการฝึก 8 สัปดาห์แตกต่างจากคะแนนเฉลี่ยก่อนการฝึก และคะแนนเฉลี่ยหลังการฝึก 4 สัปดาห์ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิจัยดังกล่าวอธิบายได้ว่าหลังจากกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการฝึกเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์แล้ว มีคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและหลังมือเพิ่มมากขึ้น คือคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและหลังมือในการทดสอบสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับการฝึก มีการพัฒนาการตีลูกหน้ามือและหลังมือเพิ่มมากขึ้น การเรียนรู้ทักษะจะช่วยให้ผู้เรียนมีการพัฒนาการทางด้านทักษะในการตีเทนนิส ตามคำกล่าวของศิลาชัย สุวรรณธาดา (Suwanthada, 1980) กล่าวว่า การเรียนรู้ หมายถึง ขบวนการที่ทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในลักษณะค่อนข้างถาวร ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากการฝึกหัดและประสบการณ์ ซึ่งสอดคล้องกับเฮลด์แมน

(Heldman, 1975) กล่าวว่า ความได้เปรียบของลูกหน้ามือและลูกหลังมือของการจับไม้สองมือ คือสามารถเอาชนะปัญหาของข้อมืออ่อนแอได้ เป็นการง่ายในการเปลี่ยนทิศทางของแต่ละลูกโดยการตีบอลลงง่ายกว่า ซึ่งตรงกับคำกล่าวของ อนันต์ อัฒชู (Attchoo, 1980) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้เกิดจากการเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงของระบบประสาท ซึ่งมาจากระบบการรับรู้แล้วทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ในระบบประสาทนั่นเอง การเรียนรู้ประกอบด้วยพฤติกรรมที่กว้างขวาง การที่จะรู้ว่าการเรียนรู้ได้เกิดขึ้นก็ด้วยการสังเกตและวัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือการเปลี่ยนแปลงความสามารถที่แสดงออก ลักษณะของการพัฒนาการเรียนรู้ทักษะกีฬาเทนนิสในการวิจัยครั้งนี้เป็นต้น ตามผลการศึกษาของ ฟิทท์ และ พอสเนอร์ (Fitt and Posner, 1967) ที่ว่าการพัฒนาของการเรียนรู้ทักษะสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ขั้น คือขั้นความรู้ความเข้าใจ (Cognitive Phase) ซึ่งเป็นช่วงของการฝึกหัดที่มีความผิดพลาดเกิดขึ้นเป็นอย่างมาก ขั้นการเชื่อมโยง (Associative Phase) ซึ่งความผิดพลาดในการฝึกหัดเริ่มลดน้อยลงแต่ความคงที่ของทักษะก็ยังไม่มากนัก และขั้นอัตโนมัติ (Autonomous Phase) ผู้เรียนฝึกหัดจนเกิดความชำนาญในทักษะ เป็นสิ่งที่ติดจนเป็นนิสัย และสามารถที่จะแสดงออกได้ โดยไม่ต้องคิดถึงหลักและวิธีการที่เป็นพื้นฐานอีกต่อไป ลักษณะของการพัฒนาขั้นนี้คือผู้เรียนมีมาตรฐานของทักษะหรือมีความสม่ำเสมอและความคงที่ของระดับความสามารถสูง

3. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและหลังมือ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการฝึก หลังการฝึก 4 สัปดาห์ และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน

จากผลการเปรียบเทียบของคะแนนการทดสอบการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือ จากการทดสอบค่า "ที" (t-test) ของคะแนนการทดสอบทักษะเทนนิส

ระหว่างกลุ่มการฝึกการจับไม้มือเดียวกับการฝึกการจับไม้สองมือภายหลังการฝึก 4 สัปดาห์และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่าการฝึกทักษะการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือหลังการฝึก 8 สัปดาห์ของกลุ่มการฝึกการจับไม้มือเดียวมีความสามารถไม่แตกต่างกับกลุ่มการฝึกการจับไม้สองมือ สาเหตุที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจากโปรแกรมการฝึกทักษะการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือทั้งสองโปรแกรมที่สร้างขึ้นมีการใช้เวลารูปแบบ และความหนักในการฝึกที่เหมือนกัน แต่จะต่างกันเพียงแต่การจับไม้เท่านั้น โดยกลุ่มทดลองที่ 1 การจับไม้มือเดียว กลุ่มทดลองที่ 2 การจับไม้สองมือ ในการฝึกครั้งนี้ผู้เรียนทั้งสองกลุ่มอยู่ในขั้นความรู้ ความเข้าใจ คือ เมื่อผู้เริ่มเรียนทักษะใหม่จะพบกับคำถามตัวเองเกี่ยวกับความรู้ในทักษะพื้นฐานของกีฬานั้นๆ เช่น ทักษะพื้นฐานที่สำคัญมีอะไรบ้าง จะแสดงทักษะเหล่านั้นอย่างไร ทำอย่างไรถึงจะเล่นได้ดีและอื่นๆ คำถามเหล่านี้ผู้เรียนจะต้องคิดค้นหาคำตอบ ซึ่งอาจได้จากครูผู้สอน จากหนังสือ หรือจากวารสารอื่นๆ นอกจากนี้อาจจะได้รับคำตอบจากการฝึกหัดของตนเอง จึงทำให้ผู้เรียนยังอยู่ในขั้นหาความรู้ความเข้าใจจากสิ่งเร้าในการเรียนรู้ทักษะ ซึ่งผู้เรียนจะมีการแสดงทักษะที่ผิดพลาดอยู่เสมอ ศิลปชัย สุวรรณธาดา (Suwanthada, 1980) กล่าวว่า ผู้เรียนจะต้องตอบสนองจากสิ่งเร้านักเทนนิสบางคนฝึกหัดทั้งเช้าและเย็น บางคนเมื่อมีโอกาสอำนวยเท่านั้น การฝึกหัดจึงเป็นการสร้างความสัมพันธ์กันระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนองของสิ่งเร้านั้น ซึ่งสิ่งเร้า คือ ลูกเทนนิส ความเร็วของลูกเทนนิส ลักษณะการหมุนของลูก การเล่นของคู่ต่อสู้ ความกดดันต่างๆ ซึ่งสิ่งเร้า (Stimulus) เป็นสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งเป็นตัวการที่ทำให้บุคคลมีปฏิกิริยาหรือพฤติกรรมตอบสนองออกมา ในสภาพการเรียนการสอน สิ่งเร้าจะหมายถึงครู กิจกรรมการสอน และ

อุปกรณ์การสอนต่างๆที่ครูนำมาใช้ ผลย้อนกลับอาจจะได้รับตรงจากนักกีฬาเองและจากแหล่งอื่นๆ เช่น ครู เพื่อน และโค้ชต้นแบบอื่นๆ ผลย้อนกลับจากตัวนักกีฬาส່วนมากได้รับการมองเห็น การได้ยิน การสัมผัส และการรับรู้ความรู้สึกภายในร่างกายของข้อต่อ กล้ามเนื้อ หูชั้นใน และผลย้อนกลับในลักษณะนี้ไม่เพียงพอในการปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น เพราะฉะนั้นผลย้อนกลับเสริมจากแหล่งอื่นโดยเฉพาะ อย่างยิ่งจากครูผู้สอน จึงมีความสำคัญในการพัฒนาทักษะกีฬาเทนนิส ครูจะต้องมีความรู้ความเข้าใจและแสดงทักษะที่ถูกต้องหรือมาตรฐานได้เป็นอย่างดีและต้องมีความรู้และต้องใช้ผลย้อนกลับแก่ผู้เรียนได้อย่างถูกต้องในการสอนเทนนิส ครูผู้สอนอาจให้ผลย้อนกลับในขณะที่แสดงทักษะแล้ว หรือก่อนการแสดงทักษะเพื่อเป็นการทบทวนควรให้ผลย้อนกลับที่สำคัญๆกับผู้หัดใหม่ เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจ และตั้งใจในการเล่นเทนนิสมากขึ้น ผลย้อนกลับจากการมองเห็น การฟัง นักเทนนิสหัดใหม่เรียนเทนนิสอย่างเข้าใจ จะทำให้มีพัฒนาการตีเทนนิสที่ดีขึ้น นอกจากนี้นักเทนนิสหัดใหม่จะลืมน้อยกว่าอาจจะลืมนักเตะทั้งลำดับของการแสดงท่าการตี การส่งไม้แรกเกิดตามลูก (Forlow too) นักเทนนิสก็จะเกิดการลืมนเกี่ยวกับจังหวะการตี ทำให้จังหวะการตีไม่ราบรื่นเหมือนกัน บางครั้งนักเทนนิสอาจจะรู้สึกเบื่อหน่ายต่อการฝึกซ้อม ทั้งนี้เนื่องมาจากการฝึกหนักจนเกินไป ไม่ได้พักผ่อนอย่างเพียงพอ ทำให้ความสามารถการตีเทนนิสลดลง

จากการศึกษาจากหนังสือนิตยสารเทนนิสเกมเซตแมท โดยแฟรง ครุสตา (Krusta, 2010) ได้เปรียบเทียบหลักทฤษฎีกับความสามารถนักกีฬามาเป็นเวลาพอสมควรและผลปรากฏว่า ขึ้นอยู่กับตัวนักกีฬาจะตีมือเดียวหรือสองมือก็ไม่ต่างกัน หากวิเคราะห์ห้อยอดถึงคุณค่าทั้งสองสไตล์ เราคงต้องมุ่งประเด็นไปที่อนาคตของเทนนิสว่ากำลังไปในทิศทางใด นักเทนนิสยุคใหม่

จะมีร่างกายที่แข็งแรงกว่าเทียบกับนักเทนนิสในปัจจุบัน (เร็วกว่า แรงกว่า และกระฉับกระเฉงกว่า) ซึ่งทำให้การส่งบอลในภาพรวมนั้นเร็วขึ้น เนื่องมาจากเทรนด์แบบนี้ นักเทนนิสจะตีจากสมดุลงที่เคลื่อนไหว (ตีจากการเคลื่อนไหว) กันมากขึ้น นักเทนนิสจะตีลูกกลางอากาศ หรือขณะลูกกำลังกระดอนกันมากขึ้น เทรนด์พื้นสนามที่ช้าลงจะส่งผลให้ลูกเทนนิสกระดอนสูงมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเนตรนภา เรืองไชย (Rungchai, 2003) ได้ทำการศึกษากการเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการฝึกด้วยมือเดียว และสองมือที่มีต่อความสามารถในการตีลูกกระดอนพื้นทางด้านหน้ามือในกีฬาเทนนิส ผลการวิจัยพบว่า ความสามารถในการตีลูกกระดอนพื้นทางด้านหน้ามือหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มที่ฝึกด้วยมือเดียว ดีกว่าการฝึกตีด้วยสองมือ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และความสามารถในการตีลูกกระดอนพื้นทางด้านหน้ามือหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6 ระหว่างกลุ่มที่ฝึกตีด้วยมือเดียว และกลุ่มที่ฝึกตีด้วยสองมือ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาวัยเด็กอายุ 7-10 ปี ซึ่งไม่มีประสบการณ์ในการเล่นเทนนิสมาก่อน เด็กมีการใช้ไม้ที่มีขนาด น้ำหนัก ที่แตกต่างกัน และวิธีการจับไม้ตามความถนัด เด็กที่เริ่มฝึกหัดเทนนิสไม่มีความรู้ การเลือกใช้ไม้ และวิธีการจับไม้ซึ่งยังไม่มีคามถนัด เฉพาะอย่าง ผลของโปรแกรมการฝึกทั้งสองกลุ่มจึงไม่แตกต่างกัน แต่อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาถึงค่าเฉลี่ยความสามารถในการตีลูกหน้ามือและการตีลูกหลังมือ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 พบว่ากลุ่มที่ฝึกการจับไม้สองมือมีค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มที่ฝึกการจับไม้มือเดียวเล็กน้อย

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ในการฝึกทักษะกีฬาเทนนิสสำหรับผู้เริ่มฝึกหัดทักษะใหม่ๆ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการสอนอย่างถูกวิธี และได้รับการเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดจากผู้สอน เพราะเป็นช่วงที่ผู้เรียนจะจดจำและใช้ความพยายามการฝึกซ้อมอย่างสม่ำเสมอ ใช้เวลาคุ้มค่าอย่างเพียงพอ และมีการทบทวนซ้ำ จะทำให้เกิดการเรียนรู้และจดจำทักษะได้รวดเร็ว

2. การฝึกการจับไม้มือเดียวหรือการจับไม้สองมือ จะใช้การฝึกการสอนแบบการจับไม้มือเดียวหรือการจับไม้สองมือก็ได้ แต่ควรคำนึงถึงองค์ประกอบอย่างอื่นด้วย เช่น ร่างกาย รูปร่าง อายุ เพศ เพื่อเป็นแนวทางในการตัดสินใจเลือกวิธีสอนเทนนิสแก่ผู้เริ่มต้นหัดใหม่ๆ

3. การเลือกใช้ไม้เทนนิส เป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่ง ต้องดูขนาดและน้ำหนักที่เหมาะสมกับผู้เรียนที่เริ่มต้นฝึกหัดใหม่ๆ

4. ในการฝึกพยายามกระตุ้นผู้เรียนทำการฝึกต่อเนื่องสม่ำเสมอตลอดเวลาและเต็มความสามารถ

ข้อเสนอเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาการวิจัยนี้เพิ่มเติม อาจเพิ่มระยะเวลาการฝึกจากเดิม 8 สัปดาห์เป็น 12 สัปดาห์ หรือเปลี่ยนแปลงจากการแสดงทักษะแบบเปิด ไปเป็นการแสดงทักษะแบบปิด

2. ศึกษาเปรียบเทียบผลการฝึกระหว่างเพศชายหรือเพศหญิง

3. ศึกษาการเปรียบเทียบผลการฝึกทักษะอื่นๆ ในกีฬาเทนนิส เช่น การตีลูกวอลเลย์ การเลิร์ฟ ที่มีต่อนักกีฬาระดับสูง

4. ศึกษาเปรียบเทียบผลการฝึกการจับไม้มือเดียว และการจับไม้สองมือที่มีต่อทักษะกีฬาประเภทอื่นๆ เช่น ซอฟท์เทนนิส สควอช

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างนักเทนนิสที่เข้าร่วมวิจัย ได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี และขอบคุณลอนเทนนิสสมาคมแห่งประเทศไทยที่เอื้อเฟื้อสถานที่ในการทำการวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- Aompheng A. (1988). **tennis technic and judge**. Faculty of Education Chulalongkorn University.
- Attchoo, A. (1980). **Motor Skill**. Journal of Physical Education. (6 July 1980)
- Apanukul, S. and Intiraporn, C. (2009), The effect of eccentric training on leg muscular fitness in male tennis players. **Journal of Sport science and Health**, 10(2), 94-103.
- Bollettieri, N. (1988). **Nick Bollettieri Hand Book**. : Florida USA.
- Bryant, J.E. (1986). Ground stroke-basic backhand. **Game set match A Beginning Tennis Guide**. (5 feb 1986) : 17-22.
- Frank C. (2010). **Game set match Tennis books**. Bangkok (2 December 2010) : 32-35.
- Fitt, Paul M. and Postner, Michael I. (1967). **Human Performance**. California book/ Cole Publishing Co.
- Kerdkall F. (1981). **Physical Education**. Thaiwatanapanitt Bangkok.
- Heldman, J. (1975). All about the two-handed backhand. **Rod Lavar's Tennis digest**.
- Kornreich. (1970). **World Tennis**. New York : The Meredith Publishing Co.
- Netnapa Ruengchai. (2003). **Comparison the Effect of One-handed and two-handed Training Program on Forehand Ground Stroke in Tennis**. Bangkok : Master Thesis in Physical Education, Kasetsart University.
- Peanchorp W. (1980). **Method training of Physical**. Faculty of Education Chulalongkorn University.
- Roswal, G. (1974). **A cinematographic analysis of one-handed and two-handed tennis backhand strokes**. Master Thesis The Brihham young University, Provo, Utah.
- Suwanthada, S. (1980). **Learning Motor Skills**. Bangkok: Department of Physical Education Chulalongkorn University.

อุบัติการณ์การบาดเจ็บระหว่างการซ้อมและการแข่งขันของนักกีฬาฟุตบอลชาย ของ تیمมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

เชาว์วิทย์ สุทธิวานิช¹ อี๊ด ลอประยูร¹ และดร.ณรรณ สุขสม²

¹คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

²คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอุบัติการณ์การเกิดการบาดเจ็บระหว่างการฝึกซ้อมและการแข่งขันฟุตบอลในนักฟุตบอลชายของ تیمมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

วิธีดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาฟุตบอลชายจำนวน 102 คน ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยครั้งที่ 39 “สงขลานครินทร์เกมส์” ทำการเก็บข้อมูลส่วนบุคคลและทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาฟุตบอล จำนวน 8 ประเภท ได้แก่ การวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันใต้ผิวหนัง ความสามารถในการกระโดดสูง ความสามารถในการกระโดดขาเดียวในแนวราบ การวิ่งเร็ว 40 เมตร ความสามารถในการเปลี่ยนทิศทางขณะวิ่ง วิ่งซิกแซก การวิ่ง 3 เหลี่ยม และการวิ่งไป-กลับ จากนั้นทำการเก็บข้อมูลการบาดเจ็บระหว่างการฝึกซ้อมเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ก่อนการแข่งขัน และเก็บข้อมูลการบาดเจ็บระหว่างการแข่งขันเป็นระยะเวลา 2 สัปดาห์ นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ และนำเสนอเป็นจำนวน เปอร์เซ็นต์ ค่าเฉลี่ย และค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานและใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุโลจิสติกส์ในการหาความสัมพันธ์ระหว่างการบาดเจ็บกับลักษณะโครงสร้างของร่างกาย และสมรรถภาพทางกายทั่วไป

ผลการวิจัย ผลการศึกษาพบว่าบาดเจ็บเกิดขึ้นทั้งหมด 66 ครั้ง ต่อเวลาการฝึกซ้อมและแข่งขันทั้งหมด 3911.08 ชั่วโมง คิดเป็น 16.87 ครั้ง/1000 ชั่วโมง โดยจำแนกเป็นเกิดอัตราการบาดเจ็บระหว่างการฝึกซ้อม คิดเป็น 9.82 ครั้ง/1000 ชั่วโมง และเกิด

อัตราการบาดเจ็บระหว่างการแข่งขัน คิดเป็น 46.42 ครั้ง/1000 ชั่วโมง ระหว่างการฝึกซ้อม พบว่า ชนิดของการบาดเจ็บที่พบมากที่สุด คือ กล้ามเนื้อฉีกขาด (45%) ตำแหน่งที่ได้รับบาดเจ็บบ่อยที่สุด คือ ข้อเท้า (14.94%) และสาเหตุของการบาดเจ็บที่พบบ่อยที่สุด คือ การปะทะ/ชน (38.71%) ระหว่างช่วงของการแข่งขัน พบว่า ชนิดของการบาดเจ็บที่พบมากที่สุด คือ เอ็นข้อเท้าแพลง (40%) ตำแหน่งที่ได้รับบาดเจ็บบ่อยที่สุด คือ ข้อเท้า (18.39%) และสาเหตุของการบาดเจ็บที่พบบ่อยที่สุด คือ การถูกสไลด์ (42.86%) การบาดเจ็บระดับรุนแรงที่จำเป็นต้องหยุดพักจากการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันมากกว่า 28 วัน ได้แก่ เอ็นไขว้หน้าของข้อเข่าฉีกขาด และเอ็นประกับด้านในของข้อเข่าฉีกขาด ซึ่งพบในการแข่งขันรอบตัดเชือกมากกว่ารอบแรก อย่างไรก็ตามพบว่าความมึนคืดของข้อเข่า ความยาวของขาทั้งสองข้าง และสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาไม่สัมพันธ์กับการเกิดการบาดเจ็บอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

สรุปผลการวิจัย อัตราการบาดเจ็บของนักฟุตบอลทีมชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาระดับมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับสูง โดยอัตราการบาดเจ็บในขณะแข่งขันจะสูงกว่าขณะฝึกซ้อม 5 เท่า การบาดเจ็บส่วนใหญ่จะไม่รุนแรง และลักษณะโครงสร้างของร่างกายและสมรรถภาพทางกายไม่มีผลต่อการบาดเจ็บ

คำสำคัญ: อุบัติการณ์ของการบาดเจ็บ / นักกีฬาฟุตบอล / สมรรถภาพทางกาย / ลักษณะโครงสร้างของร่างกาย

THE INCIDENCE OF INJURY OF MALE SOCCER PLAYERS OF THE UNIVERSITY TEAMS IN URBAN AND SUBURB AREAS OF BANGKOK DURING TRAINING AND MATCHES

Chaowit Suttiwanit¹, Ead Lonprayoon ¹, and Daroonwan Suksom²

¹Faculty of Medicine, Chulalongkorn University

²Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose The purpose of this study was to determine the incidence of injury of the male soccer players of the university teams in urban and suburb areas of Bangkok during training and competition in the 39th University Games “Songklanagarind Games”.

Methods The personal information and specific physical fitness, consisted of the percentage of body fat, jump and reach, triple hop, 40 meters sprint, four line sprint, zigzag run, three corner run and shuttle run were assessed. After that the injury information during training were recorded before the competition for 4 weeks. The injury information during tournament were recorded for 2 weeks. The results were analyzed and reported as number, percentage, mean and standard deviation. The multiple logistic regression were used to analyze the relationship between injury data and anthropometric and the physical fitness.

Results The result shows 66 injuries occurred during 3,911.08 hours of exposure, giving an injury incidence of 16.87 per 1000 hours. The mean injury incidence was 9.82 injuries per 1000 training hours and 46.42 injuries per 1000 match hours. During training,

the most common injuries were muscle strain. The most common sites of injuries were the ankle (14.94%) and caused by contact (38.71%). During matches, most common injuries were ligament sprain. The most common site of injuries were also the ankle (18.39%) but caused by sliding (42.86%). The serious injuries (need to rest > 28 days) diagnosed as anterior cruciate ligament sprain and medial collateral ligament sprain were found more frequent during knock-out round in the competition rather than training. However, there were no correlation between the injury occurrence and Q-angle, leg length discrepancy and physical fitness.

Conclusion The injury incidence of the male soccer players participating in the University Games was high level. The injury incidence during matches was higher 5 times than in training. The most common injuries were mild degree and typically not involved with the anthropometric characteristics and physical fitness.

Key Words: Incidence of injury / Soccer players / Physical fitness / Anthropometric characteristics

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมมากที่สุด ในปัจจุบันทั่วโลกมีนักฟุตบอลประมาณ 240 ล้านคน แบ่งเป็นนักฟุตบอลเพศชายจำนวนประมาณ 200 ล้านคน และนักฟุตบอลหญิงจำนวน 40 ล้านคน อย่างไรก็ตามจำนวนของนักฟุตบอลที่เพิ่มสูงขึ้นนำไปสู่จำนวนของการบาดเจ็บที่เพิ่มขึ้น ส่งผลให้เสียค่าใช้จ่ายในการรักษาและสูญเสียเวลาในการฝึกซ้อมและแข่งขัน (Junge and Dvorak, 2005) การศึกษาสาเหตุการบาดเจ็บของนักฟุตบอลอาชีพอังกฤษจาก 4 สโมสร ใน 3 ฤดูกาลระหว่างเดือนพฤศจิกายน ค.ศ.1994 – พฤษภาคม ค.ศ.1997 พบว่าอัตราการบาดเจ็บทั้งหมด คิดเป็น 8.5 ครั้งต่อ 1,000 ชั่วโมงของเวลาการฝึกซ้อมและแข่งขันทั้งหมด ซึ่งอัตราการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นระหว่างช่วงแข่งขันคิดเป็น 27.7 ครั้งต่อ 1,000 ชั่วโมงของเวลาการแข่งขัน และอัตราการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นระหว่างช่วงฝึกซ้อมคิดเป็น 3.3 ครั้งต่อ 1,000 ชั่วโมงของเวลาการฝึกซ้อม ซึ่งการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นร้อยละ 67 ของการบาดเจ็บทั้งหมดเกิดระหว่างช่วงแข่งขันและพบมากในช่วง 15 นาทีสุดท้ายของแต่ละครึ่งอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ ชนิดของการบาดเจ็บส่วนใหญ่ประกอบด้วย กล้ามเนื้อฉีกขาด (Muscle strain) ร้อยละ 41 ข้อเคล็ด (Sprain) ร้อยละ 20 และกล้ามเนื้อฟกช้ำ (Contusion) ร้อยละ 20 ส่วนบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บมากที่สุด ได้แก่ ต้นขา ร้อยละ 23 ข้อเท้า ร้อยละ 17 ข้อเข่า ร้อยละ 14 และขาส่วนล่าง ร้อยละ 13 โดยผลที่ได้จากการศึกษานี้พบอัตราการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อฉีกขาดสูง แสดงถึงความเป็นไปได้ของการมีข้อบกพร่องในโปรแกรมการฝึกสมรรถภาพ และวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อและอบอุ่นร่างกายสำหรับแต่ละสโมสร (Hawkins and Fuller, 1999)

ส่วนในภูมิภาคเอเชีย ในปี ค.ศ. 2000 มีการศึกษาอุบัติการณ์และรูปแบบของการบาดเจ็บที่มีความต้องการการรักษาทางการแพทย์ในนักฟุตบอลเอเชียระหว่างการแข่งขันเอเชียนคัพที่ประเทศเลบานอน และแข่งขันฟุตบอลชิงแชมป์เอเชียรุ่นอายุไม่เกิน 19 ปี ที่ประเทศอิหร่าน พบว่ามีการบาดเจ็บทั้งหมด 260 ครั้ง แต่มีเพียง 84 ครั้งที่ทำให้นักกีฬาขาดการฝึกซ้อมและแข่งขัน โดยอุบัติการณ์การบาดเจ็บระหว่างการแข่งขันในรอบตัดเชือกมีอัตราการบาดเจ็บที่เกิดขึ้น คิดเป็น 124.9 ครั้งต่อ 1,000 ชั่วโมงของเวลาการแข่งขัน และอุบัติการณ์การบาดเจ็บระหว่างการแข่งขันในรอบแรก มีอัตราการบาดเจ็บที่เกิดขึ้น คิดเป็น 154.2 ครั้งต่อ 1,000 ชั่วโมงของการแข่งขัน นอกจากนี้บริเวณที่ได้รับบาดเจ็บบ่อยคือ ข้อเข่า ร้อยละ 18.5 รยางค์ขาส่วนล่าง ร้อยละ 17.3 และข้อเท้า ร้อยละ 14.2 ส่วนการวินิจฉัยที่พบบ่อยคือ กล้ามเนื้อฟกช้ำ ข้อเคล็ด และกล้ามเนื้อฉีกขาด เป็นต้น ซึ่งแม้จะไม่มีหลักฐานแน่ชัดว่าลักษณะโครงสร้างของร่างกายเป็นปัจจัยเสี่ยงของการบาดเจ็บ แต่สันนิษฐานว่าสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของรูปแบบของการบาดเจ็บได้ สำหรับประเทศไทย กีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมเป็นจำนวนมาก และได้รับการบรรจุไว้ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยในแต่ละครั้ง แต่ยังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับอุบัติการณ์การบาดเจ็บของนักกีฬาฟุตบอลระหว่างการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับอุบัติการณ์การบาดเจ็บระหว่างการฝึกซ้อม/การแข่งขันในนักกีฬาฟุตบอลชายตัวแทนมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล เพื่อเป็นความรู้สำหรับการป้องกันการบาดเจ็บในกีฬาฟุตบอล รวมทั้งเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับพัฒนางานวิจัยต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอุบัติการณ์การเกิดการบาดเจ็บระหว่างการซ้อมและการแข่งขันฟุตบอลในนักกีฬาฟุตบอลทีมชายของมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการบาดเจ็บระหว่างการซ้อมและการแข่งขันฟุตบอลกับลักษณะโครงสร้างของร่างกาย และสมรรถภาพทางกายทั่วไปในนักกีฬาฟุตบอลทีมชายของมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาฟุตบอลชายของทีมมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 5 มหาวิทยาลัย ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ($n=23$) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ($n=21$) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ($n = 17$) มหาวิทยาลัยมหิดล ($n = 21$) และ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ($n = 21$)

วิธีได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) รายละเอียด มีดังนี้

1. จำนวนมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลที่ทำการส่งทีมฟุตบอลชายของมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลกีฬา มหาวิทยาลัยรอบคัดเลือกในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีจำนวนทั้งสิ้น 22 แห่ง ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยรามคำแหง มหาวิทยาลัยกรุงเทพ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยรังสิต มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีปทุม

มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิต มหาวิทยาลัยธนบุรี วิทยาลัยราชพฤกษ์ วิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี มหาวิทยาลัยเกริก สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีมหานคร และวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

2. คณะกรรมการบริหารกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (กกมท.) ทำการจับสลากแบ่งสายการแข่งขันรอบคัดเลือกออกเป็น 8 สาย เพื่อหาผู้ชนะเลิศในแต่ละสาย จำนวน 8 ทีม เป็นตัวแทนเขตเข้าร่วมการแข่งขันรอบมหกรรมกีฬามหาวิทยาลัยครั้งที่ 39 และภายหลังสิ้นสุดการแข่งขันฟุตบอลกีฬามหาวิทยาลัยรอบคัดเลือกในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ได้จำนวนมหาวิทยาลัยทั้งสิ้น 9 มหาวิทยาลัย ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย(แชมป์เก่า) มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี และวิทยาลัย นอร์ทกรุงเทพ

3. ผู้วิจัยทำการสำรวจมหาวิทยาลัยทั้ง 9 ทีม ชำรงต้นว่าทีมของมหาวิทยาลัยได้มีการเรียนการสอนสาขาวิชากายภาพบำบัด เนื่องจากจำเป็นต้องขอให้ นักศึกษากายภาพบำบัดของแต่ละมหาวิทยาลัยเป็นผู้ช่วยวิจัย จะได้มีความน่าเชื่อถือของการบันทึกข้อมูลด้านการบาดเจ็บและการรักษาของนักกีฬา ผลสรุปว่าได้กลุ่มตัวอย่างตามข้อกำหนดจำนวนทั้งสิ้น 5 ทีม ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัย

1. เป็นนักกีฬาฟุตบอลเพศชายที่ได้รับการลงทะเบียนเป็นนักฟุตบอลมหาวิทยาลัยในปีการศึกษา 2554

2. ไม่เคยถูกลงโทษจากองค์กรที่ตรวจสอบเกี่ยวกับการใช้สารหรือวิธีการต้องห้าม

3. ลงนามในใบแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมศึกษาวิจัย

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัยออกจากการวิจัย

1. ได้รับการบาดเจ็บที่รุนแรงจนไม่สามารถเข้าร่วมการฝึกซ้อมและแข่งขันได้ตามโปรแกรมของทีม

2. นักกีฬาขอลอนตัวจากการเข้าร่วมงานวิจัย

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ศึกษาทบทวนวรรณกรรม และเอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย ก่อนเริ่มการวิจัย

2. ติดต่อผู้จัดการทีมและผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลทีมชายของมหาวิทยาลัยจำนวน 5 มหาวิทยาลัย ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลการทดสอบสมรรถภาพทางกายและข้อมูลเกี่ยวกับการบาดเจ็บ ทำการชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับการศึกษาและผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยเซ็นใบยินยอมเข้าร่วมโครงการ

3. ก่อนการแข่งขันฟุตบอลกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 39 รอบมหกรรม 11 สัปดาห์ ทำการเก็บข้อมูลส่วนบุคคลของนักฟุตบอลทีมชายแต่ละมหาวิทยาลัย ดังต่อไปนี้ ส่วนสูงขณะยืน (Standing height; เซนติเมตร) น้ำหนักตัว (Body weight; กิโลกรัม) ดัชนีมวลกาย (Body Mass Index; กิโลกรัม/เมตร²) การวัดมุมคว (Q-angle; องศา) ของเข่าทั้งสองข้าง ทำโดยให้นักฟุตบอลยืนไม่สวมรองเท้าและหัวเข่าเหยียด (Full extension) ปลายเท้าชี้ไปข้างหน้า ทำเครื่องหมายลงบนจุดกึ่งกลางของลูกสะบ้า หาตำแหน่งของ Anterior Superior

Iliac Spine (ASIS) และลากเส้นจาก ASIS ไปยังจุดกึ่งกลางของลูกสะบ้า จากนั้นลากเส้นจากจุดกึ่งกลางของ Tibial tubercle ผ่านจุดกึ่งกลางของลูกสะบ้า โดยวัดมุมระหว่างเส้น ASIS ถึงจุดกึ่งกลางลูกสะบ้า กับเส้นที่ลากจาก Tibial tubercle ผ่านจุดกึ่งกลางลูกสะบ้า และวัดความแตกต่างของความยาวขาทั้งสองข้าง (Leg-length discrepancy) โดยให้นักกีฬานอนลงบนเตียงในท่า Anatomical position แล้วทาปสายวัดจาก ASIS ไปตาม Anteromedial ของต้นขา ลูกสะบ้า ขาส่วนล่าง จนถึงตำแหน่ง Medial malleolus เฝียงตามแนวลงและเฉียงไปทางด้านนอก นำค่าที่ได้ของขาทั้งสองมาลบกันเพื่อหาความแตกต่างของความยาวขา (หน่วยเป็นเซนติเมตร)

4. ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาฟุตบอลทีมชายแต่ละมหาวิทยาลัยก่อนการแข่งขันฟุตบอลกีฬามหาวิทยาลัยครั้งที่ 39 รอบมหกรรม เป็นระยะเวลา 9 สัปดาห์ ได้แก่ เปอร์เซ็นต์ไขมันของร่างกาย ความสามารถในการกระโดดสูง ความสามารถในการกระโดดขาเดียวในแนวราบ การวิ่งเร็ว 40 เมตร ความสามารถในการวิ่งเปลี่ยนทิศทาง วิ่งซิกแซก วิ่ง 3 เหลี่ยม การวิ่งไป-กลับ และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง (Junge and Dvorak, 2005) โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

4.1 เปอร์เซ็นต์ไขมันของร่างกาย (% Body Fat)

ใช้เครื่องวัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง (Skinfold caliper) วัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง 7 ตำแหน่ง ได้แก่ บริเวณ Biceps Subscapular Suprailiac Chest Abdominal Front thigh และ Mid-axilla และนำค่าที่วัดได้ (หน่วยเป็นมิลลิเมตร) ไปคำนวณเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกายโดยใช้วิธีของสิริ (Siri equation)

4.2 การกระโดดสูง (Jump and reach test)

ให้นักฟุตบอลกระโดดให้สูงสุดเท่าที่จะสามารถทำได้ โดยอนุญาตให้กระโดดได้ 3 ครั้ง วัดระยะห่างจากจุดที่ปลายนิ้วกลางแตะในท่ายืนตรงไปยังจุดที่ปลายนิ้วกลางแตะ ใช้ผลของการกระโดดครั้งที่สูงสุด (หน่วยเป็นเซนติเมตร)

4.3 การกระโดดขาเดียวในแนวราบ (Triple hop)

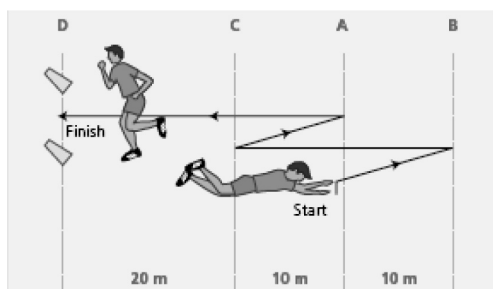
ให้นักฟุตบอลยืนอยู่หลังเส้นจุดเริ่มต้นแล้วกระโดดขาเดียวไปข้างหน้า 3 ก้าวด้วยเท้าขวาแตะพื้นข้างเดียว แล้วจึงสลับมาใช้เท้าซ้ายข้างเดียวกระโดดไปข้างหน้า 3 ก้าวและทำการวัดระยะที่กระโดดได้ไกลสุดจากจุดตั้งต้น โดยวัดแยกข้างซ้ายและข้างขวาจำนวน 3 ครั้ง แล้วหาค่าเฉลี่ย (หน่วยเป็นเมตร)

4.4 การวิ่งเร็ว 40 เมตร (40 Meters sprint)

ให้เตรียมสนามทดสอบทางยาว 40 เมตร โดยนักฟุตบอลวิ่งจากจุดเริ่มต้นจนถึงจุด 40 เมตร แล้วจับเวลา โดยอนุญาตให้ทดลองวิ่งได้ 1 ครั้ง และเอาจริงอีก 1 ครั้ง วัดระยะเวลาที่ทำได้ (หน่วยเป็นวินาที)

4.5 การวิ่งเปลี่ยนทิศทาง (Four Line Sprint)

เตรียมสนามเพื่อการทดสอบและให้นักฟุตบอลวิ่งตามรูปที่ 1 แล้วจับเวลานับตั้งแต่ให้สัญญาณเริ่มทดสอบเริ่มจากจุด A-B-C-A-D จนผ่านจุด D (หน่วยเป็นวินาที)



รูปที่ 1 การวิ่งเปลี่ยนทิศทาง

4.6 การวิ่งซิกแซก (Zigzag run)

เตรียมสนามเพื่อการทดสอบตามรูปที่ 2 ให้นักฟุตบอลวิ่งไปที่ละจุดจากกรวยหมายเลข 1 ไปอ้อมกรวยหมายเลข 2 วิ่งไล่ไปเรื่อยจนผ่านกรวยหมายเลข 6 แล้วจับเวลาตั้งแต่ให้สัญญาณเริ่มการทดสอบจนกระทั่งผ่านกรวยหมายเลขที่ 6 (หน่วยเป็นวินาที)

รูปที่ 2 การวิ่งซิกแซก

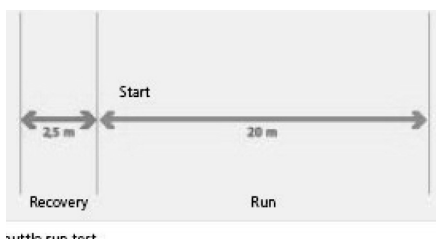
4.7 การวิ่ง 3 เหลี่ยม (Three Corner Run)

เตรียมสนามฟุตบอลตามรูปที่ 3 ให้นักฟุตบอลวิ่งจาก A B C D แล้วจับเวลาก่อนเริ่มการทดสอบ และขณะที่ถึงจุด D (หน่วยเป็นวินาที)

รูปที่ 3 การวิ่ง 3 เหลี่ยม

4.8 การวิ่งไป-กลับ (Shuttle Run Test)

ให้นักฟุตบอลวิ่งไปกลับระยะ 20 เมตร ติดต่อกัน โดยเมื่อวิ่งครบ 1 รอบ แล้วให้พักได้ 5 วินาที โดยก่อนการทดสอบให้จับชีพจรขณะพัก และหลังการทดสอบสิ้นสุดลงให้จับชีพจรอีกครั้งหนึ่ง (หน่วยเป็นจำนวนรอบสูงสุดที่ได้) รูปที่ 4



shuttle run test

รูปที่ 4 การวิ่งไป-กลับ

4.9 ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง (Curl-ups/ Crunches)

ให้นักฟุตบอลนอนหงายบนพื้นราบตั้งเข่าขึ้น วางเท้าทั้งสองข้างราบกับพื้น แขนสองข้างแนบไว้ด้านข้างลำตัว และเหยียดตรง เอาฝ่ามือแตะพื้น นิ้วมือเหยียดตรง และทำเครื่องหมายไว้ที่จุดซึ่งห่างจากปลายนิ้วกลางทั้ง 2 ข้าง เป็นระยะ 7.5 เซนติเมตร แล้วยกศีรษะ ส่วนคอ และท่อนบนของแผ่นหลังให้พ้นพื้น และให้ปลายนิ้วกลางไปแตะจุดที่ทำเครื่องหมายเอาไว้ (หน่วยเป็นจำนวนครั้งที่ทำได้ภายใน 1 นาที)

5. ทำการเก็บข้อมูลการบาดเจ็บ โดยมีรายละเอียดดังนี้

5.1 ติดต่อนักศึกษากายภาพบำบัดประจำทีม ให้เป็นผู้ช่วยวิจัยสำหรับเก็บบันทึกข้อมูลการบาดเจ็บของแต่ละทีม

5.2 นัดประชุมผู้ช่วยวิจัยของแต่ละทีมเพื่ออธิบายวิธีการบันทึกข้อมูลการบาดเจ็บในแบบฟอร์มบันทึกการบาดเจ็บ ซึ่งประกอบด้วย วัน-เวลาที่ได้รับบาดเจ็บ บริเวณของร่างกายที่ได้รับบาดเจ็บ ชนิดของ

การบาดเจ็บที่ได้รับ ระยะเวลาที่ทำให้ขาดจากการฝึกซ้อมและการแข่งขัน สถานการณ์ที่ทำให้เกิดการบาดเจ็บ และการรักษาที่ได้รับโดยทำการทดลองนำร่องก่อนการศึกษาจริง

5.3 เก็บรวบรวมข้อมูลการบาดเจ็บจากการฝึกซ้อมและการแข่งขันของนักกีฬาฟุตบอลทีมชายของมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ (เดือนเมษายน – พฤษภาคม 2555) ในรายการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 39 โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจะสังเกตการเกิดการบาดเจ็บและบันทึกข้อมูลทั้งหมด การบาดเจ็บเบื้องต้นจะวินิจฉัยโดยนักศึกษากายภาพบำบัดและตรวจยืนยันโดยแพทย์ ในภายหลัง อัตราการเกิดการบาดเจ็บจะนำเสนอเป็นจำนวนการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นต่อ 1,000 ชั่วโมงการฝึกซ้อม/แข่งขัน และติดตามผลการบาดเจ็บโดยผู้ช่วยวิจัยแต่ละทีมจดบันทึกข้อมูลระยะเวลาช่วงฝึกซ้อมและช่วงแข่งขันของทีมในทุกสัปดาห์ ลงในแบบบันทึกข้อมูล จากนั้นรวบรวมข้อมูลและนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ทางสถิติ

5.4 ทำการประเมินความรุนแรงของการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นโดยแบ่งตามจำนวนวันที่ต้องหยุดพักจากการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน ดังนี้ การบาดเจ็บระดับไม่รุนแรง (หยุดพัก 1-3 วัน) การบาดเจ็บระดับต่ำ (หยุดพัก 4-7 วัน) การบาดเจ็บระดับปานกลาง (หยุดพัก 8-28 วัน) และการบาดเจ็บระดับรุนแรง (หยุดพัก > 28 วัน) และคำนวณอัตราการบาดเจ็บโดยใช้สูตร (Wayne, 2009) คือ

อัตราการบาดเจ็บระหว่างฝึกซ้อม (Training injury rates) = (จำนวนการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นทั้งหมดระหว่างฝึกซ้อม/TIE) x 1000

อัตราการบาดเจ็บระหว่างแข่งขัน (Match injury rates) = (จำนวนการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นทั้งหมดระหว่างแข่งขัน/MIE) x 1000

อัตราการบาดเจ็บทั้งหมด (Total injury rates)

$$= \frac{[\text{จำนวนการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นทั้งหมด} / (\text{TIE} + \text{MIE})]}{\times 1000}$$

TIE ; Training injury exposure คือ ค่าระยะเวลาของการฝึกซ้อม (นาทิต)

MIE ; Match injury exposure คือ ค่าระยะเวลาของการแข่งขัน (นาทิต)

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ SPSS version 17.0 เพื่อหาค่าทางสถิติดังนี้

1. นำเสนอเป็น ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปอร์เซ็นต์ (%)
2. ข้อมูลเกี่ยวกับอัตราเกิดการบาดเจ็บจะนำเสนอเป็นจำนวนการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นต่อ 1,000 ชั่วโมงการฝึกซ้อม/แข่งขัน
3. ใช้สถิติการวิเคราะห์การถดถอยพหุโลจิสติกส์ (Multiple logistic regression) ในการหาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะโครงสร้างร่างกายกับสมรรถภาพทางกาย
4. กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ($p < 0.05$)

ผลการวิจัย

ข้อมูลลักษณะทั่วไปของนักกีฬาฟุตบอลทีมชาย

มหาวิทยาลัยพบว่า นักกีฬามีอายุเฉลี่ย 21.30 ± 1.77 ปี น้ำหนักเฉลี่ย 68.35 ± 7.59 กิโลกรัม ส่วนสูงเฉลี่ย 174.35 ± 6.25 เซนติเมตร ค่าเฉลี่ยของดัชนีมวลกายเท่ากับ 22.46 ± 1.89 กิโลกรัม/เมตร² ค่าเฉลี่ยของมูมคิวของขาซ้ายเท่ากับ 8.20 องศา ค่าเฉลี่ยของมูมคิวของขาขวาเท่ากับ 8.25 องศา ค่าเฉลี่ยความยาวขาข้างซ้ายเท่ากับ 90.10 ± 4.69 เซนติเมตร และค่าเฉลี่ยความยาวขาข้างซ้ายเท่ากับ 90.08 ± 4.65 เซนติเมตร นอกจากนี้พบว่านักกีฬาส่วนใหญ่มีความแตกต่างของความยาวขาทั้งสองข้างไม่เกิน 0.5 เซนติเมตร จำนวน 98 คน แต่พบนักกีฬาที่มีความแตกต่างของความยาวขาทั้งสองข้างมากกว่า 0.5 เซนติเมตร จำนวน 4 คน ตามลำดับ ส่วนข้อมูลสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาฟุตบอลทีมชายมหาวิทยาลัยพบว่า นักกีฬามีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการกระโดดสูงเท่ากับ 52.45 ± 5.15 เซนติเมตร ค่าเฉลี่ยความสามารถในการกระโดด ขาเดียวในแนวราบเท่ากับ 6.23 ± 0.61 เมตร ค่าเฉลี่ยของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้องเท่ากับ 69.17 ± 9.69 ครั้ง ค่าเฉลี่ยของการวิ่ง 40 เมตรเท่ากับ 5.70 ± 0.30 วินาที ค่าเฉลี่ยของการวิ่งซิกแซกเท่ากับ 8.95 ± 0.46 วินาที ค่าเฉลี่ยของความสามารถในการวิ่งเปลี่ยนทิศทางเท่ากับ 14.85 ± 0.71 วินาที ค่าเฉลี่ยของการวิ่งสามเหลี่ยมเท่ากับ 32.77 ± 3.56 วินาที และมีค่าเฉลี่ยของการวิ่งไป-กลับเท่ากับ 12.32 ± 3.24 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไปและสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาจำนวน 102 คน

ตัวแปร	Mean $\pm$ SD	Range (min-max)
อายุ (ปี)	21.30 $\pm$ 1.77	18-28
น้ำหนัก (กิโลกรัม)	68.35 $\pm$ 7.59	52-87
ส่วนสูง (เซนติเมตร)	174.35 $\pm$ 6.25	157-190
ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/เมตร ²)	22.46 $\pm$ 1.89	17.04-26.8
มุมคิ้ว (°)		5.00-13.00
- ชายชาย	8.20 $\pm$ 2.56	
- ชายขาว	8.25 $\pm$ 2.60	
ความยาวขา (เซนติเมตร)		79.0-98.0
- ชายชาย	90.10 $\pm$ 4.69	
- ชายขาว	90.08 $\pm$ 4.65	
เปอร์เซ็นต์ไขมันใต้ผิวหนัง (เปอร์เซ็นต์)	10.47 $\pm$ 3.16	5.13-16.01
ความสามารถในการกระโดดสูง (เซนติเมตร)	52.45 $\pm$ 5.15	40-61
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง (ครั้ง)	69.17 $\pm$ 9.69	47-96
วิ่งชิกแซก (วินาที)	8.95 $\pm$ 0.46	8.05-10.06
ความสามารถในการกระโดดขาเดียวในแนวราบ (เมตร)	6.23 $\pm$ 0.61	5.1-8.3
วิ่งเร็ว 40 เมตร (วินาที)	5.70 $\pm$ 0.30	5.206-6.381
ความสามารถในการวิ่งเปลี่ยนทิศทาง (วินาที)	14.85 $\pm$ 0.71	13.32-17.13
วิ่งไป-กลับ (รอบ)	12.32 $\pm$ 3.24	8-21
วิ่ง 3 เหลี่ยม (วินาที)	32.77 $\pm$ 3.56	27.25-37.77

พบการบาดเจ็บเกิดขึ้นทั้งหมด 66 ครั้ง ต่อเวลาการฝึกซ้อมและแข่งขันทั้งหมด 3911.08 ชั่วโมง คิดเป็น 16.87 ครั้ง/1000 ชั่วโมง โดยจำแนกเป็นเกิดอัตราการบาดเจ็บคิดเป็น 9.82 ครั้ง/1000 ชั่วโมง ที่ใช้ในการฝึกซ้อม และเกิดอัตราการบาดเจ็บคิดเป็น 46.42 ครั้ง/1000 ชั่วโมงที่ใช้ในการแข่งขัน ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 3 แสดงอัตราการบาดเจ็บ จำแนกตามระดับความรุนแรงของการบาดเจ็บที่พบระหว่างการฝึกซ้อมและแข่งขัน พบว่า การบาดเจ็บที่เกิดขึ้นอยู่ใน

ระดับไม่รุนแรงส่วนใหญ่เป็นการฉีกขาดของเอ็นข้อต่อที่เกิดขึ้นในช่วงฝึกซ้อม 9.09% และช่วงการแข่งขัน 18.18% และการฉีกขาดของกล้ามเนื้อ ซึ่งเกิดขึ้นในช่วงฝึกซ้อม 9.09% และช่วงการแข่งขัน 10.61% การบาดเจ็บระดับปานกลางและรุนแรงที่จำเป็นต้องหยุดพักจากการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันมากกว่า 28 วัน คือการฉีกขาดของเอ็นข้อต่อ ได้แก่ เอ็นไขว้หน้าของข้อเข่าฉีกขาด และเอ็นประกับด้านในของข้อเข่าฉีกขาด ซึ่งจะพบในการแข่งขันรอบตัดเชือกมากกว่ารอบแรก

ตารางที่ 2 แสดงอัตราการบาดเจ็บระหว่างการฝึกซ้อมและการแข่งขัน (ครั้ง / 1000 ชั่วโมง)

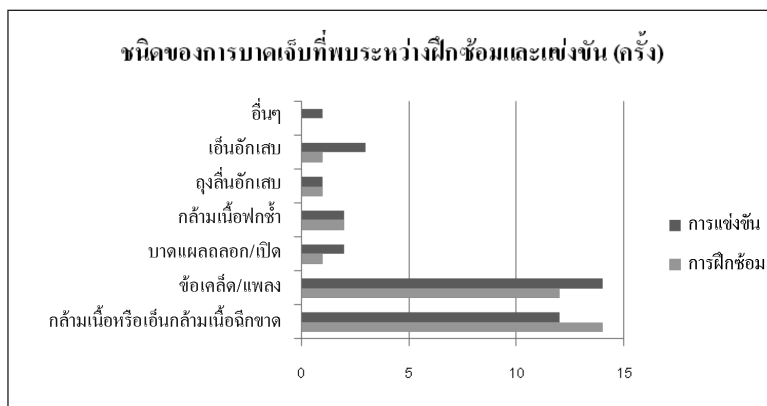
กิจกรรม	ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกซ้อม / แข่งขัน (ชั่วโมง)	จำนวนการบาดเจ็บ (ครั้ง)	อัตราการบาดเจ็บ / 1000 ชั่วโมงของการฝึกซ้อมและแข่งขัน (ครั้ง / 1000 ชั่วโมง)
ระหว่างฝึกซ้อม	3157.08	31	9.82
ระหว่างแข่งขัน	754	35	46.42
ทั้งหมด	3911.08	66	16.87

ตารางที่ 3 แสดงอัตราการบาดเจ็บจำแนกตามระดับความรุนแรงของการบาดเจ็บที่พบระหว่างฝึกซ้อมและแข่งขัน

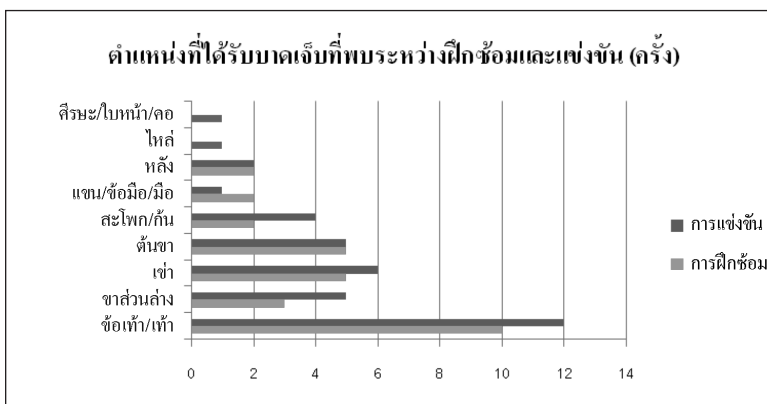
ชนิดของการบาดเจ็บ	ระดับความรุนแรง					
	ไม่รุนแรง (Minor)		ต่ำ (Mild)		ปานกลางและรุนแรง (Moderate&Severe)	
	ฝึกซ้อม (%)	แข่งขัน (%)	ฝึกซ้อม (%)	แข่งขัน (%)	ฝึกซ้อม (%)	แข่งขัน (%)
การฉีกขาดของเอ็นข้อต่อ (Ligament sprains)	9.09	18.18	6.06	3.03	0	3.03
การฉีกขาดของกล้ามเนื้อ (Muscle strain)	9.09	10.61	6.06	3.03	0	0
การฉีกขาดของ MCL ร่วมกับ ACL (Knee internal derangement)	0	0	0	0	3.03	1.52
การฟกช้ำของกล้ามเนื้อ (Muscle contusion)	4.55	1.52	0	1.52	0	0
อื่นๆ (Others)	4.55	4.55	1.52	4.55	0	0

ในระหว่างฝึกซ้อมชนิดการบาดเจ็บที่พบบ่อยที่สุดคือ กล้ามเนื้อหรือเอ็นกล้ามเนื้อฉีกขาด 14 ครั้ง (45%) คิดเป็นอัตราการบาดเจ็บ 14 ครั้ง/3,157.08 ชั่วโมงของการฝึกซ้อม หรือเท่ากับ 4.43 ครั้ง/1000 ชั่วโมงของการฝึกซ้อม และระหว่างการแข่งขันชนิดการบาดเจ็บที่พบบ่อยที่สุดคือ ข้อเคล็ด/แพลง 14 ครั้ง (40%) คิดเป็นอัตราการบาดเจ็บ 14 ครั้ง/ 754 ชั่วโมงของการแข่งขัน หรือเท่ากับ 18.57 ครั้ง/ 1000 ชั่วโมงของการแข่งขัน ดังแสดงในแผนภูมิที่ 1 ก

จากการพิจารณาดำแหน่งที่ได้รับบาดเจ็บพบว่า ในระหว่างฝึกซ้อมพบการบาดเจ็บบริเวณข้อเท้าและเท้ามากที่สุด 10 ครั้ง (32%) คิดเป็นอัตราการบาดเจ็บ 10 ครั้ง/ 3,157.08 ชั่วโมงของการฝึกซ้อม หรือเท่ากับ 3.17 ครั้ง/1000 ชั่วโมงของการฝึกซ้อม ขณะที่ระหว่างการพบการบาดเจ็บบริเวณข้อเท้าและเท้า มากที่สุดคือจำนวน 12 ครั้ง (34%) เช่นเดียวกัน คิดเป็นอัตราการบาดเจ็บ 12 ครั้ง/ 754 ชั่วโมงของการแข่งขัน หรือเท่ากับ 15.92 ครั้ง/1000 ชั่วโมงของการแข่งขัน ดังแสดงในแผนภูมิที่ 1 ข



(ก)



(ข)

แผนภูมิที่ 1 แสดงชนิดของการบาดเจ็บ (ก) และตำแหน่งต่างๆที่ได้รับบาดเจ็บ (ข) ที่พบระหว่างการฝึกซ้อม (Training) และแข่งขัน (Match)

จากการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายของนักกีฬากับการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นโดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุโลจิสติกส์ พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กันระหว่างจำนวนการบาดเจ็บกับสมรรถภาพทางกาย อันได้แก่ ความสามารถในการกระโดดสูง

ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง การวิ่งซิกแซก ความสามารถในการกระโดดขาเดียวในแนวราบ การวิ่งเร็ว 40 เมตร ความสามารถในการวิ่งเปลี่ยนทิศทาง และการวิ่งไป-กลับ ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างจำนวนการบาดเจ็บ (ครั้ง) กับลักษณะโครงสร้างร่างกายและสมรรถภาพทางกาย

ตัวแปร	การบาดเจ็บที่เกิดขึ้นทั้งหมด	
	Odds-ratio	P – value
ความสามารถในการกระโดดสูง (เซนติเมตร)	1.075	0.119
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง (ครั้ง)	1.016	0.517
วิ่งซิกแซก (วินาที)	0.587	0.314
ความสามารถในการกระโดดขาเดียวในแนวราบ (เมตร)	0.816	0.168
วิ่งเร็ว 40 เมตร (วินาที)	1.612	0.930
ความสามารถในการวิ่งเปลี่ยนทิศทาง (วินาที)	1.040	0.187
วิ่งไป-กลับ (รอบ)	1.035	0.648

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษานี้พบว่านักกีฬาฟุตบอลทีมชายของ 5 มหาวิทยาลัยมีอัตราการบาดเจ็บอยู่ในระดับสูง แต่การบาดเจ็บส่วนใหญ่จะไม่รุนแรง โดยนักกีฬามีค่าเฉลี่ยของมุมคิ้วของขาซ้าย เท่ากับ 8.20 องศา และของขาขวา เท่ากับ 8.25 องศา โดยทั้งสองค่าอยู่ในเกณฑ์ปกติของมุมคิ้วซึ่งไม่ควรเกิน 15 องศา ส่วนค่าเฉลี่ยของดัชนีมวลกายมีค่าเท่ากับ 22.46 ± 1.89 กิโลกรัม/เมตร² และค่าดัชนีมวลกายดังกล่าวอยู่ในระดับปกติ โดยอ้างอิงคู่มือทดสอบสมรรถภาพทางกายภาคสนามของนักกีฬาฟุตบอล ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง 18.5 ถึง 24.9 กิโลกรัม/เมตร²

ค่าสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาพบว่านักกีฬามีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการกระโดดสูงเท่ากับ 52.45 ± 5.15 เซนติเมตร โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับ

ปานกลาง ค่าเฉลี่ยของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้องเท่ากับ 69.17 ± 9.69 ครั้ง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับดีมาก และค่าเฉลี่ยของการวิ่ง 40 เมตร เท่ากับ 5.70 ± 0.30 วินาที มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง โดยอ้างอิงจากเกณฑ์สมรรถภาพทางกายภาคสนามของนักกีฬาฟุตบอล ซึ่งมีค่าความสามารถในการกระโดดสูงอยู่ระหว่าง 58 ถึง 62 กิโลกรัม/เมตร² มีค่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้องมากกว่า 63 ครั้งขึ้นไป และมีค่าเฉลี่ยของการวิ่ง 40 เมตร อยู่ระหว่าง 5.40 ถึง 5.79 วินาที ตามลำดับ (กองวิทยาศาสตร์การกีฬา, 2005)

อุบัติการณ์การบาดเจ็บของนักฟุตบอลทีมชายของมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลระหว่างฝึกซ้อมและแข่งขัน พบว่ามีอัตราการบาดเจ็บใกล้เคียงกันเมื่อเทียบกับการศึกษาอุบัติการณ์ในการแข่งขันฟุตบอลชิงแชมป์เอเชีย รุ่นอายุไม่เกิน 19 ปี

และการแข่งขันฟุตบอลเอเชียนคัพ ณ ประเทศอิหร่าน และเลบานอน (46.42 vs 45.8 ต่อ 1000 ชั่วโมงของการแข่งขัน) (Yoon et al., 2004) และมีค่าน้อยกว่าเป็น 2 เท่าหรือเทียบเท่ากับอุบัติการณ์การบาดเจ็บรายการแข่งขันฟุตบอลโลกปี 2002 ณ ประเทศญี่ปุ่นกับเกาหลีใต้ (46.42 vs 81.0 ต่อ 1000 ชั่วโมงของการแข่งขัน) (Junge et al., 2004) แต่มีค่าอุบัติการณ์สูงกว่าเป็น 5 เท่า เมื่อเทียบกับการบาดเจ็บในการแข่งขันฟุตบอลยูฟ่าแชมเปียนลีก ระหว่างฤดูกาล 2001-2002 (26.12 vs 9.4 ต่อ 1000 ชั่วโมงของการแข่งขัน) ซึ่งอาจมีผลเนื่องจากลักษณะและสมรรถภาพของนักกีฬาระดับมหาวิทยาลัยและระดับอาชีพที่แตกต่างกัน (Ekstrand et al., 2009)

จากผลของการศึกษาวิจัยนี้ พบว่า ชนิดการบาดเจ็บที่พบบ่อยขณะฝึกซ้อม คือ กล้ามเนื้อหรือเอ็นกล้ามเนื้อฉีกขาด คิดเป็น 45% และขณะแข่งขัน คือ ข้อเคล็ด/แพลง คิดเป็น 40% ของการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นทั้งหมด เมื่อเทียบกับการศึกษาอุบัติการณ์การบาดเจ็บทีมสโมสรฟุตบอลของประเทศอังกฤษ 4 ดิวิชั่น ในปี 1999 พบว่า ชนิดการบาดเจ็บที่พบบ่อยขณะฝึกซ้อม คือ กล้ามเนื้อหรือเอ็นกล้ามเนื้อฉีกขาด คิดเป็น 53% และขณะแข่งขัน คือ กล้ามเนื้อฟกช้ำ คิดเป็น 28% ของการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นทั้งหมด (Hawkins et al., 1999) การพบอุบัติการณ์ชนิดของการบาดเจ็บในการศึกษานี้ที่แตกต่างจากในการศึกษาของต่างประเทศอาจมีสาเหตุเนื่องจากระดับทักษะของนักฟุตบอลจากเอเชียนั้นต่ำกว่านักฟุตบอลจากยุโรป ซึ่งผลของระดับทักษะที่ต่ำกว่า จะทำให้ความถี่ของอุบัติการณ์ของการบาดเจ็บสูงขึ้น นอกจากนี้มีงานวิจัยที่รายงานว่า นักฟุตบอลของประเทศฮ่องกงตัวเล็กกว่าและบางกว่านักฟุตบอลจากยุโรป อีกทั้งนักฟุตบอลที่เคยได้รับการบาดเจ็บมาก่อนหรือผู้ที่ได้รับการรักษาที่ยังไม่สมบูรณ์

มีความเสี่ยงของการบาดเจ็บที่สูงกว่าผู้ที่ไม่เคยได้รับการบาดเจ็บ และนักฟุตบอลที่ถนัดขาข้างซ้ายมีความเสี่ยงของการบาดเจ็บที่สูงกว่าเมื่อเทียบกับนักฟุตบอลที่ถนัดขาข้างขวาเป็นต้น (Carolyn et al., 2005) จึงอาจสรุปได้ว่าอุบัติการณ์การบาดเจ็บที่สูงกว่าและชนิดของการบาดเจ็บมีความเกี่ยวข้องกับความแตกต่างของลักษณะทางกายของนักฟุตบอลร่วมด้วย (Yoon et al., 2004)

เมื่อทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายของนักกีฬากับการบาดเจ็บที่เกิดขึ้น โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุโลจิสติกส์ พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กันระหว่างเกิดการบาดเจ็บทั้งหมดที่เกิดขึ้นกับสมรรถภาพทางกาย ซึ่งสอดคล้องกับการประเมินปัจจัยเสี่ยงของการบาดเจ็บในนักฟุตบอลระดับไฮสคูลของแคลิฟอร์เนียและแคนาดา ในปี 2005 (Carolyn et al., 2005) พบว่าการบาดเจ็บของรยางค์ส่วนล่างคิดเป็น 78.21% ของการบาดเจ็บทั้งหมด โดยมีการบาดเจ็บบริเวณข้อเท้าและข้อเข่ามากที่สุดทั้งเพศชายและเพศหญิง ส่วนชนิดการบาดเจ็บที่พบบ่อยที่สุดในเพศชายคือ เอ็นข้อเท้าแพลง สมองได้รับการกระทบกระเทือน และกล้ามเนื้อฉีกขาดตามลำดับ แต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นกับลักษณะทางกายทั่วไป เช่น ค่าดัชนีมวลกาย การฝึกการทรงตัว ความแข็งแรง ความยืดหยุ่น และความทนทานของร่างกาย

สรุปผลการวิจัย

อัตราการบาดเจ็บของนักฟุตบอลทีมชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาระดับมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับสูง โดยอัตราการบาดเจ็บในขณะแข่งขันจะสูงกว่าขณะฝึกซ้อม 5 เท่า การบาดเจ็บส่วนใหญ่จะไม่รุนแรง และลักษณะโครงสร้างของร่างกายและสมรรถภาพทางกายไม่มีผลต่อการบาดเจ็บ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับอุบัติการณ์การบาดเจ็บของนักกีฬาฟุตบอลชายในระดับอาชีพของไทย ซึ่งมีแพทย์หรือนักกายภาพบำบัดประจำทีมที่สามารถให้ข้อมูลการบาดเจ็บของนักกีฬาที่ถูกต้องและแม่นยำ

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณโครงการทุนวิจัยรัชดาภิเษกสมโภช คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และอาสาสมัครที่เข้าร่วมการวิจัยทุกท่าน

เอกสารอ้างอิง

- Arnason, A., and Gudmundsson, A. (1996). Soccer injuries in Iceland. **Scandinavian Journal of Medicine of Science in Sports**, 6, 40-5.
- Beattie, P., Isaacson, K., Riddle, D.L., and Rothstein, J.M. (1990). Validity of Derived Measurements of Leg-length Differences obtained by use of a Tape Measure. **Physical Therapy**, 70(3), 150-7.
- Carolyn, A.E., PT, PhD., Willem, H.M., MD, PhD., and Sara, E.H., Bsc. (2005). Evaluation of Risk Factors for Injury in Adolescent Soccer. **The American Journal Sports Medicine**, 33, 1882-91.
- Dick, R., MS, Putukian, M., MD, FASCM, Agel, J., MA, Evans, T.A., and Marshall, SW. (2007). Descriptive Epidemiology of collegiate men's soccer injuries: National Collegiate Athletic Association Injury Surveillance System, 1988-1989 Through 2002-2003. **Journal of Athletic Training**, 42(2), 270-7.
- Dick, R., MS, Putukian, M., MD, FASCM, Agel, J., MA, Evans, T.A., and Marshall, S.W. (2007). Descriptive Epidemiology of collegiate women's soccer injuries: National Collegiate Athletic Association Injury Surveillance System, 1988-1989 Through 2002-2003. **Journal of Athletic Training**, 42(2), 278-285.
- Ellen, EY., MPH, Schroeder, MJ., MS, Fields, SK., JD, Collins, CL., MA, and Comstock, RD. (2008). The epidemiology of United States High School soccer injuries. **The American Journal Sports Medicine**, 36(10), 1930-7.
- Emami, M.J., Ghahramani, M.H., and Abdinejad, F. (2007). Q-angle : An Invaluable Parameter for Evaluation of Anterior knee pain. **Archives of Iranian Medicine**, 10, 24-6.
- Favero, J.P., Midgley, A.W., and Bentley D.J. (2009). Effects of an Acute Bout of static stretching on 40 m Sprints performance : Influence of baseline flexibility. **Research in Sports Medicine**, 17(1), 50-60.
- Fuller, C.W., Dick, R.W., Corlette, J., and Schmalz, R. (2007). Comparison of the incidence nature and cause of injuries sustained on grass and new generation artificial turf by male and female football players. Part 1: match injuries. **British Journal of Sports Medicine**, 41(1), 20-6.
- Fuller, C.W., Dick, R.W., Corlette, J., and

- Schmalz, R. (2007). Comparison of the incidence nature and cause of injuries sustained on grass and new generation artificial turf by male and female football players. Part 2: training injuries. **British Journal of Sports Medicine**, 41(1), 27-32.
- Gallo, P.O., MD, Argemi, R., MD, Batista, J., MD, et al. (2006). The epidemiology of injuries in a professional soccer team in Argentina. **International Journal of Sports Medicine**, 7(4), 255-65.
- Hagglund, M., Walden, M., Bahr, R., and Ekstrand, J. (2005). Methods for epidemiological study of injuries to professional football players : developing the UEFA model. **British Journal of Sports Medicine**, 39, 340-6.
- Julie, A., MA, ATC, Evans, T.A., and Randall, D. (2007). Descriptive Epidemiology of soccer injuries: National Collegiate Athletic Association Injury Surveillance system, 1988-1989 Through 2002-2003. **Journal of Athletic Training**, 42(2), 270-7.
- Julie, A., MA, ATC, Marshall, SW., Prentice, W.E., and Arnheim, D.D. (2000). **Principles of athletic training**. 10th edition: McGraw-Hill., 185-9.
- Junge, A. and Dvorak, J. **F-MARC Football Medicine Manual** FIFA Medical Assessment and Research Center., 9-17.
- Junge, A., PhD, Dvorak, J., MD, and Baumann, T.G., MD. (2004). Football Injuries During the World Cup 2002. **The American Journal Sports Medicine**, 32(1), 23-6.
- Randall, D., MS, FACSM, Julie, A., MA, ATC, and Marshall, SW. (2007). National Collegiate Athletic Association Injury Surveillance System Commentaries : Introduction and Methods. **Journal of Athletic Training**, 42(2), 173-182.
- The Physical Performance Laboratory Manual of soccer player**. (2006). Bangkok: New thaimithganpim. 21-8.
- Wayne, V. (2009). Training volume and injury incidence in a professional rugby union team. **South African Journal Sports Medicine**, 21, 97-101.
- Yoon, Y.S., MD, Chai, M., and Shin, D.W., MD, PhD. (2004). Football injuries at Asian tournaments. **The American Journal Sports Medicine**, 32, 36-41.

การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา

ศิยาพร อารมณสุขโข และเทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย ใช้เทคนิควิธีวิจัยแบบเดลฟาย ทำการรวบรวมความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความสามารถด้านการบริหารจัดการกีฬา จำนวน 20 ท่าน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม จำนวน 3 รอบ โดยรอบที่ 1 เป็นแบบสอบถามปลายเปิดและแบบสอบถามปลายปิดในรอบที่ 2 และ 3 โดยการหาค่ามัธยฐาน (Median: Md) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile range: IR) และค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (IMd-Mol) ซึ่งมีการกำหนดว่าข้อที่นำไปใช้ต้องมีค่ามัธยฐานมากกว่าหรือเท่ากับ 3.50 มีค่าพิสัยระหว่างควอไทล์น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1.50 และมีค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่าง ค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยมน้อยกว่าหรือเท่ากับ 1.00

ผลการวิจัย การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา ประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้

1. มาตรฐานด้านความรู้ ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับระหว่างมากถึงมากที่สุด (Md=4.00-4.97, IMd-Mol=0.00-0.62, IR=0.53-1.29) โดยข้อที่มีค่ามัธยฐานสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ มีคุณวุฒิไม่ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี มีความรู้หลักการ

บริหารจัดการกีฬาและมีความรู้ในการจัดโครงการกีฬา

2. มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับระหว่างมากถึงมากที่สุด (Md=3.88-4.79, IMd-Mol=0.04-0.67, IR=0.04-1.44) โดยข้อที่มีค่ามัธยฐานสูงสุด 4 อันดับแรก ได้แก่ กำหนดนโยบายให้เป็นไปตามระบบ ใช้ภาวะผู้นำได้เหมาะสม ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้และกำหนดวัตถุประสงค์งานได้อย่างชัดเจน

3. มาตรฐานการปฏิบัติตน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด (Md=4.67-5.00, IMd-Mol=0.00-0.33, IR=0.50-1.08) โดยข้อที่มีค่ามัธยฐานสูงสุด 4 อันดับแรก ได้แก่ ซื่อสัตย์สุจริต มีธรรมาภิบาล ตรงต่อเวลา ปฏิบัติตนตามจรรยาบรรณของวิชาชีพ

สรุปผลการวิจัย การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ มาตรฐานด้านความรู้ มาตรฐานด้านการปฏิบัติงานและมาตรฐานด้านการปฏิบัติตน ในการนำผลการวิจัยไปใช้เป็นมาตรฐานวิชาชีพนั้นจำเป็นต้องผ่านกระบวนการประชาพิจารณ์จากสมาชิกในวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาเพื่อให้เกิดการยอมรับและสามารถนำไปใช้กับนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาในอนาคตต่อไป

คำสำคัญ : บริหารจัดการ / นักบริหารจัดการกีฬา / มาตรฐานวิชาชีพ / เทคนิคเดลฟาย

A DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL STANDARDS OF SPORT ADMINISTRATORS FOR DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION

Siyaporn Arromsukkho and Teprasit Gulthawatvichai

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose The purpose of this research was to develop professional standards of sport administrators for Department of Physical Education.

Methods Delphi technique was used in terms of gathering opinions from 20 experts who had knowledges and experiences in the administrations. The data were collected by open-ended questionnaires in the first round and close-ended questionnaires in the second and the third round. Subsequently, the opinions were calculated to find median (Md), interquartile range (IR) and absolute value of the difference between median and mode (IMd-Mol) in order to conclude the expert consensus. The statement criteria employed as a development of professional standards of sport administrators for Department of Physical Education were the median value was equal to or more than 3.50 in value, the interquartile range was equal to or less than 1.50 in value and the absolute value of the difference between median and mode was equal to or less than 1.00.

Results It was found that the details of the development of professional standard of sport administrators for Department of Physical Education in three standards were as follow;

1. Standard of knowledge, the experts had high to highest level of mutual agreement

(Md=4.00-4.97, IMd-Mol=0.00-0.62, IR=0.53-1.29). The highest median items were to have a qualification of the bachelor's degree, to have knowledge of sport administration and sport project.

2. Standard of performance, the experts had high to highest level of mutual agreement (Md=3.88-4.79, IMd-Mol=0.04-0.67, IR=0.04-1.44). The highest median items were to systematize policy, be proper leadership, coordinate with others and specify the objective apparently.

3. Standard of conduct, the experts had highest level of mutual agreement (Md=4.67-5.00, IMd-Mol=0.00-0.33, IR=0.50-1.08). The highest median items were honesty, good governance, punctuality and professional ethic.

Conclusion A development of professional standards of sport administrators for Department of Physical Education consisted of three standards which were; Standard of knowledge, Standard of performance and Standard of conduct. Before applying the results of the research to the professional standards, consensus was the application to be necessarily used by collecting from sport administrators of committee in order to become widely accepted and universally applied.

Key Words : Administration / Sport administrators / Professional standards / Delphi technique

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การกีฬามีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน การพัฒนาการกีฬาของประเทศ การบริหารจัดการกีฬาจึงเป็นสิ่งสำคัญเป็นอย่างมาก อันจะเห็นได้จากแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2550-2554) ที่ได้มียุทธศาสตร์ในการพัฒนาการบริหารการกีฬา โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาระบบการบริหารการกีฬาของประเทศให้มีประสิทธิภาพ เน้นให้ทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องมีส่วนร่วมในการพัฒนาการกีฬาของชาติ

การบริหารจัดการกีฬาเพื่อการขับเคลื่อนการกีฬาของประเทศให้พัฒนาขึ้นไปนั้นได้มีองค์กรทางการกีฬาหลายส่วนที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาการกีฬาของประเทศทั้งองค์กรที่ไม่แสวงผลกำไรและองค์กรที่แสวงกำไร (Russell Hoyer and others, 2006) ในองค์กรต่าง ๆ นั้นนักบริหารจัดการกีฬาเป็นส่วนที่สำคัญ จึงควรตระหนักถึงความสำคัญในการผลิตและพัฒนาผู้บริหารจัดการกีฬาให้มีความรู้ความสามารถ มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทางในการบริหารจัดการกีฬาและวิทยาการด้านอื่นๆที่เกี่ยวข้องเพื่อสามารถประยุกต์ความรู้และทฤษฎีทางการบริหารจัดการกีฬาไปใช้ให้เกิดประโยชน์

กรมพลศึกษา เป็นหน่วยงานหนึ่งที่มีภารกิจดำเนินการส่งเสริมและพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ การกีฬานันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬาและการพัฒนาบุคลากรสาขาที่เกี่ยวข้อง มีเป้าหมายในการดำเนินการส่งเสริมและพัฒนาบุคลากรด้านการกีฬา นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬา ซึ่งการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาอยู่ในส่วนของการพัฒนาบุคลากรซึ่งกรมพลศึกษาได้ให้ความสำคัญในการพัฒนาให้บุคลากรมีคุณภาพและเป็นอีกส่วนหนึ่งในการช่วยพัฒนาการกีฬาของชาติ

การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพ เป็นกระบวนการในการพัฒนาระบบการทำงานให้เกิดเป็นมาตรฐาน

และสามารถสร้างความเท่าเทียมให้เกิดขึ้นในสังคมได้เป็นอย่างดี (Panyachai, 2000) เพราะการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพ มีกระบวนการวัดค่าและประเมินผลในการให้บริการของผู้ที่อยู่ในวิชาชีพอย่างเป็นระบบ อันเนื่องมาจากการกำหนดให้มีเกณฑ์มาตรฐานด้านต่างๆ เพื่อใช้ยึดถือเป็นแนวทางในการดำเนินการของแต่ละวิชาชีพ โดยการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพ เกิดขึ้นจากความร่วมมือของกลุ่มสมาชิกภายในสาขาวิชาชีพ (Hayslip and VanZandt, 2000)

ในปัจจุบันทุกอาชีพต้องมีมาตรฐานของวิชาชีพที่กำหนดคุณลักษณะและความรู้ความชำนาญเฉพาะของผู้ประกอบอาชีพนั้น โดยผู้ที่ประกอบอาชีพจะต้องได้รับการฝึกอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติอย่างเพียงพอก่อนที่จะออกไปประกอบอาชีพ การกำหนดให้มีมาตรฐานวิชาชีพนั้น เพื่อวัดและประเมินค่า ผู้ประกอบอาชีพมาตรฐานด้านความรู้ มาตรฐานด้านทักษะและมาตรฐานประสบการณ์วิชาชีพ โดยองค์กรที่รับผิดชอบหรือหน่วยงานที่ถูกกฎหมายกำหนดให้มีอำนาจหน้าที่ในการกำกับดูแลเป็นผู้จัดทำมาตรฐานวิชาชีพ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาอาชีพให้มีมาตรฐานสูงที่สุดส่งผลให้ผู้ที่ประกอบอาชีพ ผู้รับบริการ ผู้ที่เกี่ยวข้องและสาธารณชนได้เห็นความสำคัญของอาชีพนั่นๆและผู้ประกอบอาชีพเป็นที่ยอมรับนับถือและได้รับการยกย่องในสังคม (Department of Physical Education, 2012)

การพัฒนาบุคลากรทางการกีฬาให้มีมาตรฐานสากล ดำเนินการได้โดยการจัดทำมาตรฐานวิชาชีพบุคลากรวิชาชีพ บุคลากรทางการกีฬา และจัดทำกฎระเบียบ และข้อบังคับที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพทางการกีฬาและเป็นการยกระดับมาตรฐานวิชาชีพทางการกีฬาให้สูงขึ้น อันจะเป็นผลดีต่อการพัฒนากีฬาในด้านต่างๆ ที่มีคุณภาพและมีมาตรฐานสูงขึ้น ทำให้ผู้ประกอบอาชีพทางการกีฬาได้รับความเชื่อถือศรัทธา

มีเกียรติและศักดิ์ศรีในสังคมต่อการพัฒนากีฬาของชาติ (Department of Physical Education, 2012)

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจ ที่จะศึกษาเรื่อง การพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นที่จะต้องดำเนินการพัฒนามาตรฐานให้เกิดขึ้นในสาขาวิชาชีพให้เป็นรูปธรรมมากขึ้น เพื่อผลักดันและเสริมสร้างทรัพยากรบุคลากรทางการกีฬาให้มีคุณภาพ และเพื่อให้สามารถใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติหน้าที่ของนักบริหารจัดการกีฬา หรือผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการกีฬาที่มีอยู่ในปัจจุบันและที่กำลังจะมีแนวโน้มเพิ่มจำนวนมากขึ้นอย่างต่อเนื่องในอนาคต เป็นการเพิ่มศักยภาพการบริหารจัดการการกีฬาของประเทศไทยให้เจริญก้าวหน้าต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ และมีประสบการณ์ในด้านการบริหารจัดการกีฬา จำนวน 20 คน ใช้การคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection sampling) ภายใต้เกณฑ์คุณสมบัติของผู้เชี่ยวชาญที่ผู้วิจัยกำหนด ซึ่งประกอบด้วย 1) เป็นบุคลากรด้านการบริหารจัดการกีฬาทั่วประเทศ 2) มีประสบการณ์ในการบริหารจัดการกีฬาไม่ต่ำกว่า 5 ปีและ 3) มีคุณวุฒิการศึกษาในระดับปริญญาโททั้งจากสถาบันการศึกษาในประเทศหรือต่างประเทศเป็นอย่างน้อย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามรอบที่ 1 เป็นแบบสอบถาม

ปลายเปิด เพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา

2. แบบสอบถามรอบที่ 2 เป็นแบบสอบถามปลายปิดแบบมาตราประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 5 ระดับ โดยพัฒนาขึ้นจากคำตอบของผู้เชี่ยวชาญจากการทำแบบสอบถามรอบที่ 1

3. แบบสอบถามรอบที่ 3 เป็นแบบสอบถามปลายปิดแบบมาตราประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 5 ระดับ ซึ่งคล้ายกับแบบสอบถามในรอบที่ 2 แตกต่างกันในในรอบที่ 3 มีการระบุค่ามัธยฐาน (Median) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile range) และคำตอบเดิมของผู้เชี่ยวชาญในรอบที่ผ่านมา

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ศึกษารวบรวมข้อมูลจากบทความ วารสาร ตำรา อินเทอร์เน็ตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาสร้างเป็นแบบสอบถามรอบที่ 1 ภายใต้การแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาและนำเครื่องมือไปตรวจสอบหาความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง

2. ติดต่อผู้เชี่ยวชาญทางโทรศัพท์ เพื่อแนะนำตัวและสอบถามความสมัครใจในการตอบแบบสอบถาม จากนั้นดำเนินการจัดทำหนังสือขอความอนุเคราะห์นำส่งให้กับผู้เชี่ยวชาญทั้ง 20 ท่าน

3. นำแบบสอบถามรอบที่ 1 ที่แก้ไขปรับปรุงแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 20 ท่านตอบแบบสอบถาม ซึ่งใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 25 วัน จากนั้นผู้วิจัยจะรวบรวมความคิดเห็นที่เหมือนกันหรือใกล้เคียงกัน นำมาปรับปรุงพัฒนาเป็นแบบสอบถามรอบที่ 2

4. ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามรอบที่ 2 ภายใต้การแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาและนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นคณะกรรมการบริหาร คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาแล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงใหม่ โดยการนำประเด็นต่างๆที่ได้จากแบบสอบถามรอบที่ 1 มาทำเป็นแบบสอบถามปลายปิดแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert Scale)

5. นำแบบสอบถามรอบที่ 2 ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 20 ท่านตอบแบบสอบถามซึ่งใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 14 วันจากนั้นผู้วิจัยจะนำคำตอบที่ได้แต่ละข้อมาหาค่ามัธยฐาน (Median) และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range) เพื่อนำมาสร้างแบบสอบถามรอบที่ 3

6. นำแบบสอบถามรอบที่ 3 ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 20 ท่านตอบแบบสอบถาม โดยใช้ข้อความเหมือนแบบสอบถามรอบที่ 2 แต่มีการแสดงค่ามัธยฐาน (Median) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range) ที่คำนวณได้และคำตอบเดิมของผู้เชี่ยวชาญท่านนั้น ๆ ในรอบที่แล้ว เพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาคำตอบของตนเองอีกครั้งว่า จะยืนยันคำตอบเดิมหรือเปลี่ยนแปลงคำตอบ

7. ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามรอบที่ 3 เพื่อสรุปเป็นการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. แบบสอบถามรอบที่ 1 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลจากคำตอบของคำถามปลายเปิด โดยผู้วิจัยนำมาจัดเป็นข้อย่อยและตัดข้อมูลที่ซ้ำซ้อนออก เพื่อนำไปสร้างเป็นข้อคำถามในแบบสอบถามรอบที่ 2

2. แบบสอบถามรอบที่ 2 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้รับกลับคืนมาจากผู้เชี่ยวชาญโดยคำนวณหาค่ามัธยฐานและค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ โดยกำหนดให้เป็นเกณฑ์ในการสรุปความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญแล้วนำค่าที่ได้ไปแสดงในแบบสอบถามรอบที่ 3 เพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาอีกครั้งหนึ่ง

3. แบบสอบถามรอบที่ 3 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลจากค่ามัธยฐาน ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์และค่าสัมบูรณ์ของผลต่างระหว่างค่ามัธยฐานและค่าฐานนิยม ซึ่งมีเกณฑ์ในการพิจารณาข้อความที่ได้รับฉันทามติ คือ ต้องมีค่ามัธยฐานไม่ต่ำกว่า 3.50 มีค่าสัมบูรณ์ของผลต่างระหว่างค่ามัธยฐานและค่าฐานนิยมไม่เกิน 1.00 และมีค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ไม่เกิน 1.50 (Srisongmuang, 2008) อีกทั้งคำตอบจากรอบนี้จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงคำตอบจากรอบที่แล้วไม่เกินร้อยละ 15 จึงจะถือว่าเป็นเกณฑ์ที่ยอมรับได้ (Lavanaskol, 2009) แล้วจึงนำผลที่ได้มาสรุปเป็นมาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาต่อไป

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่าข้อคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญที่มีความเห็นสอดคล้องกัน มีจำนวนทั้งสิ้น 149 ข้อ และเมื่อพิจารณาคำตอบที่สอดคล้องกันในระดับความเหมาะสมมากถึงมากที่สุด พบว่ามีจำนวน 148 ข้อ ที่สามารถนำไปสู่ข้อสรุปของการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาแต่ละมาตรฐานในภาพรวมของ 3 มาตรฐาน โดยมาตรฐานวิชาชีพด้านความรู้ของนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับระหว่างมากถึงมากที่สุด มีค่ามัธยฐาน (Md) อยู่ระหว่าง 4.00-4.97 ค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (IMd-Moi) อยู่ระหว่าง 0.00-0.62 และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IR) อยู่ระหว่าง 0.53-1.29 มาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติงานของนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับระหว่างมากถึงมากที่สุด มีค่ามัธยฐาน (Md) อยู่ระหว่าง 3.88-4.79 ค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (IMd-Moi) อยู่ระหว่าง 0.04-0.67 และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IR) อยู่ใน

ระหว่าง 0.04-1.44 และมาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติตนของนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่ามัธยฐาน (Md) อยู่ในระหว่าง 4.67-5.00

ค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (IMd-Mol) อยู่ในระหว่าง 0.00-0.33 และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IR) อยู่ในระหว่าง 0.50-1.08 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 มัธยฐาน (Md) ค่าสัมบูรณ์ของผลต่างระหว่างค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม (IMd-Mol) และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IR) ของการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา ในภาพรวม 3 มาตรฐาน

มาตรฐานวิชาชีพนักบริหาร จัดการกีฬาของกรมพลศึกษา	Md	IMd-Mol	IR	ระดับความ เหมาะสม	ความสอดคล้องของ กลุ่มผู้เชี่ยวชาญ
1. มาตรฐานด้านความรู้	4.00-4.97	0.00-0.62	0.53-1.29	มาก-มากที่สุด	สอดคล้อง
2. มาตรฐานด้านการปฏิบัติงาน	3.88-4.79	0.04-0.67	0.04-1.44	มาก-มากที่สุด	สอดคล้อง
3. มาตรฐานด้านการปฏิบัติตน	4.67-5.00	0.00-0.33	0.50-1.08	มากที่สุด	สอดคล้อง

มาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา จากการทำวิจัยโดยใช้เทคนิควิธีวิจัยแบบเดลฟาย มีรายละเอียดดังนี้

1. มาตรฐานวิชาชีพด้านความรู้

จำนวนข้อที่สามารถนำไปใช้เป็นมาตรฐานวิชาชีพนี้มี 9 ด้าน จำนวน 45 ข้อ มีรายละเอียดดังนี้

1.1 ความรู้ทั่วไป มีจำนวน 2 ข้อ ประกอบด้วย มีคุณวุฒิไม่ต่ำกว่าระดับปริญญาตรีและผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรการจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา

1.2 ความรู้พื้นฐานด้านการกีฬา มีจำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย มีความรู้เกี่ยวกับกีฬา ทักษะกีฬา พื้นฐาน มีความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมการเล่นและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬาของคนไทย มีความรู้เกี่ยวกับกฎ กติกา มารยาท และวิธีการเล่นของแต่ละชนิดกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะเฉพาะของแต่ละชนิดกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับความเหมาะสมของกีฬาแต่ละชนิดกับบุคคลแต่ละระดับและมีความรู้เกี่ยวกับ บทบาท

อำนาจหน้าที่ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเกี่ยวกับการส่งเสริมกีฬา

1.3 ความรู้เกี่ยวกับหลักการบริหารจัดการกีฬา มีจำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วย มีความรู้เกี่ยวกับหลักการบริหารจัดการกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของการจัดการแข่งขันกีฬาในแต่ละตำแหน่งกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับการจัดการสถานที่และอุปกรณ์กีฬา มีความรู้เกี่ยวกับกฎ กติกา ระเบียบและธรรมเนียมปฏิบัติของแต่ละชนิดกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับการจัดการทรัพยากรมนุษย์ มีความรู้เกี่ยวกับการจัดการความเปลี่ยนแปลงทางสังคมและชุมชนโดยใช้กิจกรรมกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับหลักการจัดการแข่งขันกีฬาแต่ละชนิดกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับวิธีการจัดโปรแกรมการแข่งขันกีฬาแต่ละชนิดกีฬา มีความรู้การจัดการความเสี่ยงที่เกิดจากการจัดกิจกรรมกีฬาและมีความรู้เกี่ยวกับมาตรฐานการแข่งขันกีฬานิตต่าง ๆ ในระดับพื้นฐานและมวลชน

1.4 ความรู้เกี่ยวกับภาวะผู้นำ จริยธรรม และ จิตวิทยาการเป็นนักบริหารจัดการการกีฬา มีจำนวน 4 ข้อ ประกอบด้วย มีความรู้เกี่ยวกับภาวะผู้นำ บทบาทหน้าที่และคุณลักษณะของนักบริหารจัดการการกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับจิตวิทยาในการเป็นผู้นำ จิตวิทยาในการบริหารจัดการ จิตวิทยามวลชนเพื่อการสร้างความสามัคคีโดยใช้กิจกรรมกีฬา มีความรู้ทางจริยธรรม และคุณลักษณะของผู้นำทางการกีฬาและมีความรู้ในการปฏิบัติเกี่ยวกับมนุษยสัมพันธ์ในการจัดการกีฬา

1.5 ความรู้เกี่ยวกับการจัดการเชิงกลยุทธ์ ในการกีฬา มีจำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย มีความรู้ในการเขียนแผน ดำเนินการ ควบคุมแผนงานและการติดตามกีฬา มีความรู้ในการวิเคราะห์เกี่ยวกับกระบวนการจัดทำแผนงาน โครงการพัฒนากีฬา มีความรู้เกี่ยวกับกระบวนการจัดการเชิงกลยุทธ์กีฬา มีความรู้เกี่ยวกับการจัดทำยุทธศาสตร์และแผนงานพัฒนากีฬา มีความรู้ในการวิเคราะห์นโยบาย ยุทธศาสตร์และแผนงานการพัฒนากีฬา มีความรู้ในการสร้างวิสัยทัศน์ร่วมและความร่วมมือในการดำเนินงานตามแผนงานกีฬา

1.6 ความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงาน มีจำนวน 3 ข้อ ประกอบด้วย มีความรู้ในการดำเนินงานและการจัดทำโครงการจัดกิจกรรมการกีฬา มีความรู้ในการกำกับดูแลประเมินกิจกรรมโครงการกีฬาแต่ละโครงการ และมีความรู้ในหลักการบริหารและการจัดการกีฬาตามหลักการและขั้นตอนของการจัดการกีฬา

1.7 ความรู้เกี่ยวกับการกำกับดูแลการเงินและการหาผู้ให้การสนับสนุนด้านการเงิน มีจำนวน 7 ข้อ ประกอบด้วย มีความรู้เกี่ยวกับระเบียบการเงินและหลักการจัดการการเงินอย่างถูกต้อง สอดคล้อง มีความรู้ในการสร้างความสัมพันธ์ สร้างเครือข่ายของการให้การสนับสนุนด้านการเงิน มีความรู้ด้านการให้ สิทธิประโยชน์ แก่ผู้ให้การสนับสนุนด้านการเงิน มีความรู้ด้านการตลาด มีความรู้เกี่ยวกับแนวคิดและวิธีการ ในการระดมทุน

หรือการจัดหารายได้ มีความรู้ในกระบวนการปฏิบัติงาน การเงินและแนวทางในการหาผู้สนับสนุนและมีความรู้กฎหมายเบื้องต้น เช่น การทำสัญญา การละเมิด ลิขสิทธิ์ เป็นต้น

1.8 ความรู้เกี่ยวกับการสื่อสารและการประชาสัมพันธ์ มีจำนวน 4 ข้อ ประกอบด้วย มีความรู้ในการประชาสัมพันธ์ที่ดีและการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีในการสื่อสารระหว่างบุคคลและหน่วยงาน มีความรู้ในการประยุกต์แนวทางและการปฏิบัติการประชาสัมพันธ์ มาใช้กับกิจกรรมกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับหลักการ ความสำคัญ ความจำเป็น ประโยชน์และรูปแบบของการสื่อสารและการประชาสัมพันธ์และมีความรู้ในความ ต้องการและข้อจำกัดต่างๆของสื่อมวลชน

1.9 ความรู้เกี่ยวกับการบริหารจัดการภายในและภายนอกองค์กร มีจำนวน 3 ข้อประกอบด้วย มีความรู้เกี่ยวกับการจัดหน่วยงานภายในองค์กร มีความรู้เกี่ยวกับการอำนวยการภายในองค์กรและมีความรู้เกี่ยวกับการประสานงานภายในและภายนอกองค์กร

2. มาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติงาน

จำนวนข้อที่สามารถนำไปใช้เป็นมาตรฐานวิชาชีพด้านนี้มี 8 ด้าน จำนวน 84 ข้อ มีรายละเอียดดังนี้

2.1 พื้นฐานด้านกีฬา มีจำนวน 2 ข้อ ประกอบด้วย มีประสบการณ์ด้านปฏิบัติงานด้านการจัดการกีฬา มาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปีและสามารถเข้าใจกฎ กติกา มารยาทและวิธีการเล่นกีฬาในแต่ละชนิด

2.2 หลักการบริหารจัดการกีฬา มีจำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วย สามารถกำหนดวัตถุประสงค์ และนโยบายหรือโครงการให้เป็นไปตามระบบสอดคล้องกับสภาพจริงเพื่อความเป็นไปได้ในการปฏิบัติงานและเกิดความรวดเร็วในการทำงานให้บรรลุวัตถุประสงค์ สามารถนำเสนอโครงการและเป็นที่ปรึกษาให้แก่ผู้ได้

บังคับบัญชาและผู้สนับสนุน สามารถดำเนินการและควบคุมการดำเนินการจัดการกีฬาให้บรรลุวัตถุประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถประสานงานกับทุกฝ่ายเพื่อจัดการแข่งขันกีฬาระดับสากล สามารถประสานงานระดับท้องถิ่นเพื่อจัดการแข่งขันกีฬาระดับท้องถิ่น สามารถจัดการแข่งขันกีฬาได้ในระดับท้องถิ่น สามารถจัดระเบียบวิธีการทำงานเพื่อให้เจ้าหน้าที่ฝ่ายต่างๆ ร่วมมือกันปฏิบัติงานเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน สามารถจัดการแข่งขันกีฬาได้ในรูปแบบที่เป็นสากลปฏิบัติ สามารถจัดการความเสี่ยงที่เกิดจากกิจกรรมกีฬาและสามารถจัดการด้านสถานที่และอุปกรณ์กีฬา

2.3 ภาวะผู้นำ จริยธรรม และจิตวิทยาการเป็นนักบริหารจัดการการกีฬา มีจำนวน 7 ข้อ ประกอบด้วย สามารถเลือกใช้ภาวะผู้นำได้อย่างเหมาะสมในเวลาสถานการณ์ต่างๆ มีทักษะการพัฒนา เพิ่มพูนความรู้อย่างต่อเนื่อง สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น ลดปัญหาความขัดแย้งและได้รับความร่วมมือสามารถใช้ภาวะผู้นำและหลักจิตวิทยาในการทำงานและครองใจคนได้อย่างเหมาะสม เป็นผู้นำที่ดี มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม สามารถใช้ภาวะผู้นำและจิตวิทยาในการจูงใจและสร้างศรัทธาในการทำงานร่วมกับหน่วยงานและบุคคลอื่นและมีมนุษยสัมพันธ์ในการจัดกิจกรรม

2.4 การจัดการเชิงกลยุทธ์ในการกีฬา มีจำนวน 21 ข้อ ประกอบด้วย สามารถกำหนดวัตถุประสงค์ได้ชัดเจนสอดคล้องกับการดำเนินการ สามารถจัดดำเนินการได้ถูกต้องตามขั้นตอนอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถวิเคราะห์สถานการณ์ จุดอ่อน จุดแข็ง โอกาสและอุปสรรคของการจัดการกีฬา สามารถวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อจัดทำนโยบายการจัดการกีฬา สามารถวางแผนกลยุทธ์ เพื่อจัดทำแผนปฏิบัติการและโครงการเชิงกลยุทธ์ สามารถนำแผนการจัดการกีฬาไปปฏิบัติ สามารถควบคุมให้ทุกฝ่ายดำเนินการตามแผนงาน สามารถสร้างวิสัยทัศน์ร่วมและความร่วมมือในการ

ดำเนินงานตามแผน สามารถกำหนดนโยบาย วางแผนการดำเนินงานและประเมินคุณภาพการจัดการกีฬา สามารถจัดทำยุทธศาสตร์ในการปฏิบัติงานที่ชัดเจน และใช้กลยุทธ์ในการปฏิบัติให้บรรลุผลสำเร็จ สามารถวางแผนการบริหารความเสี่ยง สามารถจัดการวางแผนกลยุทธ์ได้หลายมิติ สามารถหากกลยุทธ์ที่เหมาะสมและตอบสนองนโยบาย พันธกิจของกรมพลศึกษาทั้งผู้ให้บริการและผู้รับบริการ มีทักษะการจัดการกลยุทธ์เชิงรุก สามารถวิเคราะห์วางแผนการนำเทคโนโลยีสารสนเทศมาใช้อย่างเหมาะสม สามารถวิเคราะห์สถานการณ์ทั้งภายในและภายนอก สามารถจัดทำแผนพัฒนาคุณภาพการจัดการกีฬา สามารถวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อวางแผนการบริหารความเสี่ยงในการปฏิบัติงาน สามารถพัฒนาการกีฬาตามยุทธศาสตร์พัฒนากีฬาชาติ สามารถจัดทำแผนยุทธศาสตร์ในองค์กรและสามารถสร้างวิสัยทัศน์ร่วมกับผู้ถือประโยชน์ร่วม

2.5 การดำเนินงาน การจัดทำทรัพยากร การกำกับดูแล และควบคุมการจัดกิจกรรมกีฬา มีจำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย สามารถดำเนินการตามแผนและโครงการ สามารถดำเนินงานโครงการการจัดกิจกรรมกีฬาในระดับท้องถิ่น สามารถจัดสรรและจัดวางทรัพยากรตามโครงการและแผน สามารถกำกับดูแลแผนและโครงการตามตัวชี้วัด เป้าหมาย และวัตถุประสงค์ สามารถจัดทำโครงการและสำรวจความต้องการกิจกรรมกีฬาในชุมชนและสามารถประสานงานกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่เกี่ยวข้องกับกีฬา การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา

2.6 การกำกับดูแลการเงิน และการหาผู้ให้การสนับสนุนด้านการเงิน มีจำนวน 11 ข้อประกอบด้วย สามารถจัดการงบประมาณอย่างถูกต้องและเป็นระบบ สามารถบริหารจัดการงบประมาณการเงินและบัญชีได้อย่างถูกต้อง โปร่งใส และตรวจสอบได้ สามารถเตรียมการจัดงบประมาณ พิจารณานุมัติงบประมาณ

ควบคุมการเบิกจ่ายและตรวจสอบหลักฐาน สามารถจัดสรรงบประมาณตามระเบียบทางการเงินของราชการ มีทักษะการต่อรองด้านการสนับสนุนเงินทุน สามารถจัดทำบดูลและบัญชีรายรับรายจ่าย รวมถึงการคำนวณจุดคุ้มทุน สามารถประเมินความคุ้มค่าด้านงบประมาณให้สอดคล้องกับสังคม ธุรกิจ การเงิน และแนวโน้มเศรษฐกิจของประเทศ สามารถระดมทุนหรือจัดหารายได้และจัดหาผู้สนับสนุน สามารถจัดหาการสนับสนุนและดูแลผลประโยชน์ให้ผู้สนับสนุน สามารถสรรหางบประมาณเพื่อสนับสนุนองค์กรได้หลากหลายวิธีและสามารถจัดการกิจกรรมการกุศล

2.7 การสื่อสารและการประชาสัมพันธ์ มีจำนวน 11 ข้อ ประกอบด้วย สามารถจัดทำรายงานเชิงสถิติที่แสดงจำนวนตัวเลขหรือหมวดหมู่ สามารถจัดทำรายงานให้ผู้บริหารหรือผู้บังคับบัญชาทราบความก้าวหน้า และการดำเนินงาน สามารถสร้างความสัมพันธ์อันดีกับสื่อมวลชน และประชาชน สามารถสื่อสารและประชาสัมพันธ์องค์กรได้ดีและต่อเนื่อง สามารถนำเทคโนโลยีมาใช้ได้อย่างเหมาะสม สามารถเลือกวิธีการสื่อสารประชาสัมพันธ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถจัดทำรายงานเหตุการณ์ แสดงการสอดคล้องตรวจตราควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในหน่วยงาน สามารถนำเสนอผลงานผ่านสื่อต่างๆได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถจัดทำรายงานประชาสัมพันธ์เพื่อแสดงผลงานหรือวิธีการปฏิบัติงานให้ประชาชนทราบ เพื่อสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างหน่วยงานกับชุมชน สามารถใช้ประโยชน์ครบทุกด้านจากสื่อ เทคโนโลยีและประชาสัมพันธ์และสามารถทำข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับงานที่รับผิดชอบ

2.8 การบริหารจัดการภายในและภายนอกองค์กร มีจำนวน 16 ข้อ ประกอบด้วย สามารถจัดบุคลากรให้เหมาะสมกับความสามารถและหน้าที่ที่รับผิดชอบ สามารถพัฒนาบุคลากรให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถใช้ภาวะผู้นำ

ในการวินิจฉัยสั่งการและจูงใจให้ร่วมงานได้มีส่วนร่วมในการทำงาน สามารถเสริมสร้างขวัญและกำลังใจบุคลากรในหน่วยงาน สามารถให้คำปรึกษาและแก้ไขปัญหาการทำงานให้แก่บุคลากรในหน่วยงาน สามารถสรรหาบุคลากรที่มีประสิทธิภาพเข้ามาปฏิบัติงาน สามารถชี้แนะและกระตุ้นส่งเสริมให้ร่วมงานทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถประเมินผลและติดตามตรวจสอบคุณภาพการสั่งงาน สามารถวินิจฉัยสั่งการตามลำดับชั้น มีทักษะการบริหารจัดการแนวใหม่ สามารถจัดหน่วยงาน จัดหมวดหมู่ของงานในหน่วยงานเพื่อกำหนดตัวบุคคลตามความสามารถและหน้าที่ที่รับผิดชอบ สามารถกำหนดหน้าที่และความรับผิดชอบที่ต้องปฏิบัติของบุคคลในองค์กรเพื่อไม่ให้เกิดความสับสนในการปฏิบัติหน้าที่ สามารถกำหนดอำนาจหน้าที่การจัดสายบังคับบัญชาของบุคลากร สามารถปฏิบัติตามระบบและกระบวนการบริหารจัดการที่วางไว้ให้บรรลุตามเป้าหมาย สามารถออกคำสั่งที่เป็นกระบวนการต่อเนื่องจากการตัดสินใจ หรือการวินิจฉัยที่มาจากการรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูลและการตัดสินใจ และสามารถติดต่อข่าวสาร ข้อเท็จจริง ทศนคติ การแสดงความคิดเห็นจากบุคคลหนึ่งหรือหลายคนไปยังอีกบุคคลหนึ่งหรือหลายคนเพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน

3. มาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติตน

จำนวนข้อที่สามารถนำไปใช้เป็นมาตรฐานวิชาชีพด้านนี้มีจำนวน 19 ข้อ มีรายละเอียด ได้แก่ มีความซื่อสัตย์สุจริต โปร่งใส ตรวจสอบได้ มีธรรมาภิบาล มีความตรงต่อเวลา ปฏิบัติตนตามจรรยาบรรณของวิชาชีพ มีความรับผิดชอบต่อวิชาชีพและเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กร มีจิตมุ่งบริการ จริงใจ เป็นผู้นำเชิงคุณธรรม จริยธรรมและปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าคิด กล้าทำ มีวินัยในตนเอง พัฒนาตนเองด้านวิชาชีพบุคลิกภาพและวิสัยทัศน์ ให้ทันต่อ

การพัฒนาทางวิทยาการ เศรษฐกิจ สังคม และการเมือง มีบุคลิกภาพที่ดี น่าเชื่อถือ ทำงานด้วยความตั้งใจ ให้ประสบผลสำเร็จและเกิดประโยชน์ต่อคนรอบข้าง ส่งเสริมและพัฒนาให้ผู้ร่วมงานมีคุณธรรมและจริยธรรมที่เหมาะสม สามารถปรับตัวได้ทุกสถานการณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลทุกระดับ มีความอดทนอดกลั้น มีความสุภาพ อ่อนโยน มีความเสียสละ มีความมุ่งมั่นและขยันขันแข็ง แจ่มใส

อภิปรายผลการวิจัย

เนื่องจากการศึกษาในเรื่องการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาในปัจจุบันยังไม่มีรูปแบบที่ชัดเจน จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องพบว่าแม้แต่เพียงการพัฒนามาตรฐานหลักสูตรทางด้านการจัดการกีฬาเท่านั้น ยังไม่มีการศึกษาในลักษณะของการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาโดยตรง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้อภิปรายผลการวิจัยดังนี้

1. มาตรฐานวิชาชีพด้านความรู้

ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกัน เกี่ยวกับมาตรฐานวิชาชีพด้านความรู้ของนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาทั้ง 9 ด้าน ได้แก่ ความรู้ทั่วไป มีความรู้ด้านการกีฬา ความรู้เกี่ยวกับหลักการบริหารจัดการกีฬา ความรู้เกี่ยวกับภาวะผู้นำ จริยธรรมและจิตวิทยาการเป็นนักบริหารจัดการการกีฬา ความรู้เกี่ยวกับการจัดการเชิงกลยุทธ์ในการกีฬา ความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงาน การจัดการทรัพยากร การกำกับดูแล และควบคุมการจัดกิจกรรมกีฬา ความรู้เกี่ยวกับการกำกับดูแลการเงินและการหาผู้ให้การสนับสนุนด้านการเงิน ความรู้เกี่ยวกับการสื่อสารและการประชาสัมพันธ์และความรู้เกี่ยวกับการบริหารจัดการภายในและภายนอกองค์กร ทั้งนี้เป็นเพราะว่าความรู้เป็นพื้นฐานที่สำคัญในการผลิตและพัฒนาผู้บริหารจัดการที่จะปฏิบัติงานในด้านการบริหารจัดการกีฬาโดยหากมีความรู้แล้ว

สามารถนำมาประยุกต์ไปใช้กับการปฏิบัติงานในทุกๆ ส่วนแล้วนั้นก็จะเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้การบริหารจัดการมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ซึ่งในลักษณะของการเป็นวิชาชีพมีความสอดคล้องกับที่พรพิมล นียมพันธ์ุ (Niyomphan, 2007) กล่าวว่า ผู้บริหารมืออาชีพนั้น หมายถึง ผู้บริหารที่มีการใช้หลักวิชาความรู้ประยุกต์กับความสามารถมีการใช้ศิลปะหรือยุทธศิลป์ควบคู่กับยุทธศาสตร์หรือหลักการต่างๆในการบริหารงานให้บรรลุเป้าหมายตามนโยบาย

2. มาตรฐานวิชาชีพการปฏิบัติงาน

ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกัน เกี่ยวกับมาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติงานของนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาทั้ง 8 ด้าน ได้แก่ พื้นฐานด้านกีฬา หลักการบริหารจัดการกีฬา ภาวะผู้นำ จริยธรรม และจิตวิทยาการเป็นนักบริหารจัดการการกีฬา การจัดการเชิงกลยุทธ์ในการกีฬา การดำเนินงาน การจัดการทรัพยากร การกำกับดูแล และควบคุมการจัดกิจกรรมกีฬา การกำกับดูแลการเงินและการหาผู้ให้การสนับสนุนด้านการเงิน การสื่อสารและการประชาสัมพันธ์ และการบริหารจัดการภายในและภายนอกองค์กร สอดคล้องกับที่กรมพลศึกษา (Department of Physical Education, 2012) ได้กำหนดไว้ว่า ในปัจจุบันทุกอาชีพต้องมาตรฐานของวิชาชีพที่กำหนดคุณลักษณะและความรู้ความชำนาญเฉพาะของผู้ประกอบอาชีพนั้น โดยผู้ที่ประกอบอาชีพจะต้องได้รับการฝึกอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติอย่างเพียงพอก่อนที่จะออกไปประกอบอาชีพ การกำหนดให้มีมาตรฐานวิชาชีพนั้นเพื่อวัดและประเมินค่าผู้ประกอบอาชีพมาตรฐานด้านความรู้ มาตรฐานด้านทักษะและมาตรฐานประสบการณ์วิชาชีพ สอดคล้องกับไวิลเลนสกี (Wilensky, 1964) ได้กล่าวว่า ลักษณะของงานอาชีพนั้นการปฏิบัติงานต้องใช้เทคนิคเฉพาะ มีความรู้ทางวิชาการรองรับและการปฏิบัติงานต้องครอบคลุมไปถึงการถ่ายทอดความรู้

ทางด้านทักษะด้วยและแคทซ์ (Katz, 1974) กล่าวว่า ผู้บริหารจำเป็นจะต้องมีทักษะต่างๆในการจัดการองค์การให้ประสบความสำเร็จ คือ ทักษะด้านเทคนิคงาน หมายถึง ทักษะหรือความสามารถของผู้บริหารที่จะทำงานเฉพาะด้านให้สำเร็จได้ด้วยดี

3. มาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติตน

ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกัน เกี่ยวกับ มาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติตนของนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้ง 19 ข้อ ได้แก่ มีความซื่อสัตย์สุจริต โปร่งใส ตรวจสอบได้ มีธรรมาภิบาล มีความตรงต่อเวลา ปฏิบัติตนตามจรรยาบรรณของวิชาชีพ มีความรับผิดชอบต่อวิชาชีพและเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กร มีจิตมุ่งบริการจริงใจ เป็นผู้นำเชิงคุณธรรม จริยธรรมและปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าคิด กล้าทำ มียุติในตนเอง พัฒนาดตนเองด้านวิชาชีพบุคลิกภาพและวิสัยทัศน์ให้ทันต่อการพัฒนาทางวิทยาการ เศรษฐกิจ สังคม และการเมือง มีบุคลิกภาพที่ดี น่าเชื่อถือ ทำงานด้วยความตั้งใจให้ประสบผลสำเร็จและเกิดประโยชน์ต่อคนรอบข้าง ส่งเสริมและพัฒนาให้ผู้ร่วมงานมีคุณธรรมและจริยธรรมที่เหมาะสม สามารถปรับตัวได้ทุกสถานการณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลทุกระดับ มีความอดทน อดกลั้น มีความสุภาพ อ่อนโยน มีความเสียสละ มีความมุ่งมั่นและขยันหมั่นเพียร ซึ่งเป็นข้อกำหนดที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะ ความประพฤติ ยึดหลักการแห่งคุณธรรมและจริยธรรมในการเป็นนักบริหารจัดการกีฬาวินิจฉัย สอดคล้องกับเรื่องยศ วัชรเกตุ (Watcharakate, 2003) ที่พบว่า ทักษะพื้นฐานทางวิชาชีพ ประกอบด้วยการจัดการทั่วไป ภายใต้คุณธรรมและจริยธรรมและทองทิพภา วิริยะพันธุ์ (Viriyaphan, 2003) ได้กล่าวว่า ผู้บริหารมืออาชีพควรมีความรับผิดชอบต่อวิชาชีพและมีจริยธรรมและคุณธรรมสำหรับเป็นกรอบแนวคิดในทางปฏิบัติ

ผู้บริหารควรประพฤติและปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม เพื่อสร้างศรัทธาโดยการยึดมั่นในธรรมะ นอกจากนี้โคลบ์, รูบินและแมคอินไทร์ (Kolb, Rubin and McIntyre, 1979) ได้กล่าวถึงลักษณะของความเป็นวิชาชีพไว้ว่า ต้องมีจรรยาบรรณวิชาชีพเพื่อปกป้องผู้รับบริการประกอบวิชาชีพ โดยผู้ประกอบวิชาชีพต้องทำงานอย่างมีสำนึกในความรับผิดชอบยอมรับบรรทัดฐานและมาตรฐานของอาชีพนั้น มีความเป็นสมาชิกภาพและได้รับการรับรองจากกลุ่ม

สรุปผลการวิจัย

ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันเกี่ยวกับการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาจากการวิจัยโดยใช้เทคนิควิธีวิจัยแบบเดลฟายใน 3 มาตรฐาน ดังนี้

มาตรฐานวิชาชีพด้านความรู้ ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับระหว่างมากถึงมากที่สุด รวม 9 ด้าน จำนวน 45 ข้อ ได้แก่ ด้านความรู้ทั่วไป ประกอบด้วย มีคุณวุฒิไม่ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี และผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรการจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา มีความรู้พื้นฐานด้านการกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับหลักการบริหารจัดการกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับภาวะผู้นำ จริยธรรม และจิตวิทยาการเป็นนักบริหารจัดการกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับการจัดการเชิงกลยุทธ์ในการกีฬา ความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงาน การจัดทำงบประมาณ การกำกับดูแลและควบคุมการจัดกิจกรรมกีฬา มีความรู้เกี่ยวกับการกำกับดูแลการเงินและการหาผู้ให้การสนับสนุนด้านการเงิน มีความรู้เกี่ยวกับการสื่อสารและการประชาสัมพันธ์และมีความรู้เกี่ยวกับการบริหารจัดการภายในและภายนอกองค์กร

มาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติงาน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับระหว่างมากถึงมากที่สุด รวม 8 ด้าน จำนวน 84 ข้อ ได้แก่

พื้นฐานด้านกีฬา หลักการบริหารจัดการกีฬา ภาวะผู้นำ จริยธรรมและจิตวิทยาการเป็นนักบริหารจัดการการกีฬ การจัดการเชิงกลยุทธ์ในการกีฬา การดำเนินงาน การจัดวางทรัพยากร การกำกับดูแล และควบคุมการจัดกิจกรรมกีฬา การกำกับดูแลการเงินและการหาผู้ให้การสนับสนุนด้านการเงิน การสื่อสารและการประชาสัมพันธ์และการบริหารจัดการภายในและภายนอกองค์กร

มาตรฐานวิชาชีพด้านการปฏิบัติตน ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นสอดคล้องกันอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 19 ข้อ ได้แก่ เป็นผู้นำเชิงคุณธรรม จริยธรรมและปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี ปฏิบัติตนตามจรรยาบรรณของวิชาชีพ ส่งเสริมและพัฒนาให้ผู้ร่วมงานมีคุณธรรมและจริยธรรมที่เหมาะสม มีวินัยในตนเอง พัฒนาตนเองด้านวิชาชีพบุคลิกภาพและวิสัยทัศน์ให้ทันต่อการพัฒนาทางวิทยาการ เศรษฐกิจ สังคมและการเมือง มีความซื่อสัตย์สุจริต โปร่งใส ตรวจสอบได้ มีความรับผิดชอบต่อวิชาชีพและเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กร มีความตรงต่อเวลา มีบุคลิกภาพที่ดี น่าเชื่อถือ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลทุกระดับ มีความอดทน อดกลั้น มีธรรมาภิบาล มีความเสียสละ มีความมุ่งมั่น ยึดมั่น แจ่มใส มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าคิด กล้าทำ มีจิตมุ่งบริการ จริ่งใจ สามารถปรับตัวได้ทุกสถานการณ์ มีความสุขภาพ อ่อนโยน และทำงานด้วยความตั้งใจให้ประสบผลสำเร็จและเกิดประโยชน์ต่อคนรอบข้าง

สำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้พัฒนาเพื่อเป็นมาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาให้มีประสิทธิภาพสูงสูดนั้น จำเป็นต้องผ่านกระบวนการประชาพิจารณ์จากสมาชิกในวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาเสียก่อน เพื่อให้มาตรฐานวิชาชีพที่ได้มานั้นเป็นที่

ยอมรับและสามารถใช้เป็นข้อปฏิบัติ ข้อกำหนดและแนวทางสำหรับนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาในอนาคตต่อไป

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ควรสนับสนุนในด้านองค์ความรู้ของบุคลากรตามมาตรฐานด้วยการจัดหลักสูตรโครงการอบรมอย่างต่อเนื่องและสอดคล้อง สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาวิชาชีพของนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา
2. ควรจัดโครงการเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับมาตรฐานวิชาชีพ ก่อนนำมาตรฐานวิชาชีพสำหรับนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษาไปใช้ เพื่อให้บุคลากรมีความรู้ความเข้าใจในเบื้องต้นเพื่อเตรียมพัฒนาตนเองต่อไป

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการทำการวิจัยเกี่ยวกับประสิทธิผลของการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพนักบริหารจัดการกีฬาของกรมพลศึกษา
2. ควรมีการทำการพัฒนามาตรฐานวิชาชีพสำหรับนักบริหารจัดการกีฬาของระดับประเทศต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณกรมพลศึกษาและคณะวิทยาศาสตร์การกีฬาที่ได้มอบทุนอุดหนุนในการทำวิจัย และขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่ให้ข้อเสนอแนะ ตรวจสอบแก้ไขข้อมูลและให้ความร่วมมือตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- Department of Physical Education. (2012). **A developmant of professional standards.** Journal of Department of Physical Education. Bangkok: Group of Public Plan, Department of Physical Education.
- Hayslip, J. B. and VanZandt Z. (2000). **Using national standards and models of excellence as frameworks for accountability.** Journal of Career Development, 27, 81.
- Hurd, A. R. (2005). **Competency development for entry level public park and recreation employees.** Journal of Park and Recreation Administration, 23, 45-62.
- Katz, W.A. 1974. **Introduction to reference work.** New York: McGraw-Hill.
- Kolb, D.A., Rubin, I.M. and McIntyre, J.M. (1979). **Organisational psychology: An experiential approach.** London: Prentice-Hall.
- Lavanasakol, S. (2009). **Expected roles of ophthalmic nurse practitioner, government hospitals.** Master of Nursing Science Program in Nursing Administration, Chulalongkorn University.
- Niyomphan, P. (2007). **The opinoin of administrators and teachers about the trait of professional administrators in Chachoengsao Educational service area office 1.** Master of Education Thesis in Educational Administration, Rajabhat Rajanagarindra University
- Panyachai, V. (2000). **A proposed model of career development for nursing teachers of nursing colleges under the jurisdiction of the Ministry of Public Health.** Master of Education Thesis in Educational Administration, Chulalongkorn University.
- Russell, R.V. (1948). **Leadership in recreation** (2nd ed). New York: McGraw-Hill.
- Srisongmuang, T. (2008). **Development of an instructional network model based on the sufficiency economy philosophy in basic education institutions.** Master of Education Thesis in Educational Administration, Chulalongkorn University.
- Viriaphan, T. (2003). **The strategy of Differentiation.** Bangkok : Informedia International.
- Watcharakate, R. (2003). **Characteristics and Basic Skills of Personnel in Recreation Profession.** Master of Science Thesis in Management of Recreation, Srinakharinwirot University.
- Wilensky, H L. 1964. **The professionalization of everyone?.** American Journal of Sociology. 70, 2.

ส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี

วรวิรี นาคพนม และจุฑา ดิงศักดิ์

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยนี้เป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนา รูปแบบการบริหารจัดการของสนามกอล์ฟให้มีประสิทธิภาพและตรงตามความต้องการของผู้ใช้บริการมากขึ้น

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาส่วนประสมทางการตลาด (7P's) ที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟของผู้ใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี และเพื่อเปรียบเทียบส่วนประสมทางการตลาด (7P's) ที่มีผลต่อการตัดสินใจของผู้ใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีโดยจำแนกตามอายุ อาชีพ และรายได้

วิธีดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่างจำนวน 390 คน ซึ่งเลือกด้วยวิธีการสุ่มแบบบังเอิญ และเป็นผู้ใช้บริการสนามกอล์ฟ 10 สนามในจังหวัดชลบุรี ซึ่งเลือกด้วยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติ โดยหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า "ที" (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way analysis of variance: One-way ANOVA) ในกรณีที่พบความแตกต่างเป็นรายคู่ ใช้การวิเคราะห์รายคู่ด้วยวิธีเชฟเฟ (Scheffé post-hoc test)

ผลการวิจัย ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 95.9 มีช่วงอายุ 30-50 ปี คิดเป็น ร้อยละ 54.1 ประกอบอาชีพพนักงานบริษัท เอกชนคิดเป็นร้อยละ 33.1 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 40,001 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 66.2 เล่นกอล์ฟมากกว่า 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 52.3 มีแต้มต่อในการเล่นกอล์ฟ 10-18 คิดเป็น ร้อยละ 46.9 ความถี่ในการออกรอบเล่นกอล์ฟ 1-2 ครั้ง/เดือน คิดเป็น

ร้อยละ 42.3 ออกรอบเล่นกอล์ฟในวันเสาร์และวันอาทิตย์ คิดเป็นร้อยละ 66.7 และรับทราบเกี่ยวกับบริการของสนามกอล์ฟจากเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 73.6

ส่วนประสมทางการตลาด (7P's) ที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.06$) โดยด้านที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟ 3 อันดับแรก ได้แก่ ด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ ($\bar{X} = 3.26$) ด้านบุคลากร ($\bar{X} = 3.21$) และด้านกระบวนการให้บริการ ($\bar{X} = 3.20$)

เมื่อเปรียบเทียบโดยจำแนกตามอายุพบว่าอายุที่แตกต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาด (7P's) แตกต่างกัน เปรียบเทียบโดยจำแนกตามอาชีพพบว่าอาชีพที่แตกต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาด (7P's) แตกต่างกัน และเปรียบเทียบโดยจำแนกตามรายได้พบว่ารายได้เฉลี่ยต่อเดือนที่แตกต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาด (7P's) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดทุกด้าน ดังนั้น ผู้บริหารสนามกอล์ฟควรปรับปรุงการบริหารจัดการและบริการให้ตอบสนองความต้องการของผู้ใช้บริการตามข้อเสนอแนะของการวิจัยครั้งนี้ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ทั้งสองฝ่ายคือฝ่ายผู้ให้บริการ ซึ่งก็คือสนามกอล์ฟและผู้ใช้บริการ

คำสำคัญ : ส่วนประสมทางการตลาด/ สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี

MARKETING MIX AFFECTING THE GOLFERS' DECISION TO SELECT GOLF COURSES IN CHONBURI PROVINCE

Worawee Nakpanom and Juta Tingsabhat

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

This study was designed for the improvement and the development of the administrative model of the effective and desirable golf courses.

Purpose The purposes of this study were to study the marketing mix (7P's) affecting the golfers' decision to select golf courses in Chonburi province and to compare the marketing mix (7P's) affecting the golfers' decision categorized by ages, occupations and incomes.

Methods The samples were 390 golfers selected by accidental random sampling from 10 random golf courses in Chonburi province. The 10 golf courses were selected by Multi-stage random sampling. The questionnaire was used as research tool. The collected data were analyzed statistically in terms of frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test statistic value, one-way analysis of variance: ANOVA and analyzed the differences in pairs by Scheffé post-hoc test.

Results The majority of respondents were male (95.9%) aging between 30-50 years old (54.1%) working in private sector (33.1%) earning more than 40,001 Baht monthly income (66.2%) learning to play golf more than 6 years (52.3%) holding handicaps in between 10-18

(46.9%) playing golf 1-2 times a month (42.3%) playing golf during weekend (66.7%) and getting information about golf courses from their friends (73.6%).

The overall marketing mix (7P's) affecting the golfers' decision to select golf courses in Chonburi province were at the high level ($\bar{X} = 3.06$). The most 3 factors affecting the golfers' decision to select golf courses were the physical: evidence & presentation ($\bar{X} = 3.26$) the people ($\bar{X} = 3.21$) and the process ($\bar{X} = 3.20$)

Comparing marketing mix (7P's) affecting the golfers' decision to select golf courses was found out that there were statistically significant differences at .05 level as categorized by ages, occupations and incomes.

Conclusion Findings from this study showed that the golfers who played golf in Chonburi province golf courses concentrated on all marketing mix factors. Therefore, the administrators of those golf courses should be concerned to improve the management and services to suit the golfers' needs and suggestions from this study which will be benefit of both parties, the golf course administration and the golfers.

Key Words : Marketing mix/ Golf courses in Chonburi province

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กีฬาอล์ฟเป็นกีฬานานาชาติหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมการท่องเที่ยวของประเทศไทย โดยช่วยดึงดูดนักท่องเที่ยวที่ชอบเล่นกอล์ฟจากต่างประเทศเข้ามา เนื่องจากประเทศไทยมีสนามกอล์ฟอยู่มากมายทั่วทุกภาคของประเทศ ทำให้นักกอล์ฟทั้งในประเทศและต่างประเทศเดินทางไปเล่นกอล์ฟยังสนามกอล์ฟที่มีอยู่ทั่วประเทศ ซึ่งเป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวของจังหวัดนั้นๆ ด้วย

ในประเทศไทยมีสนามกอล์ฟให้บริการอยู่ทั้งหมด 249 สนาม จังหวัดชลบุรีถือเป็นจังหวัดที่มีสนามกอล์ฟมากที่สุดในประเทศ คือ 20 สนาม (Thansettakij newspaper, 2011) เนื่องจากการคมนาคมที่สะดวกและมีสนามกอล์ฟมากที่สุด ทำให้จังหวัดชลบุรีได้รับเกียรติให้มีการจัดการแข่งขันกอล์ฟรายการสำคัญๆ ต่างๆ อย่างสม่ำเสมอ เช่น การแข่งขันกอล์ฟสตรี (Honda LPGA THAILAND) เป็นหนึ่งในรายการกอล์ฟอาชีพหญิงระดับโลก (LPGA - Ladies Professional Golf Association) อันมีฐานการแข่งขันอยู่ที่ประเทศสหรัฐอเมริกา จัดขึ้นในประเทศไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2549-2554 ยกเว้นปี พ.ศ.2551 (Ladies Professional Golf Association, 2011)

นอกจากนี้ยังมีการจัดการแข่งขันรายการอื่นๆ อีก ได้แก่ การแข่งขันกอล์ฟ Royal Trophy 2010 เป็นการแข่งขันกอล์ฟประเภททีมระหว่างทีมยุโรปกับทีมเอเชีย ซึ่งด้วยพระราชทานของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ยกเว้นปี พ.ศ.2551 (Entertainment Group Limited, 2011)

แม้จะมีสนามที่มีคุณภาพมากมายแต่ทุกสนามก็มีจุดเด่นและจุดด้อยของตนเองแตกต่างกันไป เช่น บางแห่งสนามสวยแต่ราคาแพง บางแห่งสนามราคาถูกแต่อยู่ไกล บางแห่งใกล้แต่ทางเข้าสนามถนนค่อนข้างลำบาก ทำให้ความสนใจของนักกอล์ฟที่ไปเล่นกระจายตัวกันออกไปตามความต้องการของแต่ละคน

จากสาเหตุดังกล่าวนี้การที่จะพัฒนาสนามกอล์ฟจึงจำเป็นต้องทราบว่าผู้มาใช้บริการให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดด้านใด เพื่อนำไปปรับปรุงสนามกอล์ฟให้ได้มาตรฐานและเกิดความพึงพอใจสูงสุดแก่ผู้มาใช้บริการ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจของผู้ที่เข้ามาใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญในการประกอบธุรกิจบริการเพื่อจะได้เป็นประโยชน์ต่อการจัดการสนามกอล์ฟ และเป็นแนวทางในการศึกษาเพิ่มเติมด้านการตลาดเกี่ยวกับการบริหารธุรกิจกีฬาอล์ฟ ซึ่งในปัจจุบันมีแนวโน้มของการใช้บริการเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาส่วนประสมทางการตลาด (7P's) ที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟของผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบส่วนประสมทางการตลาด (7P's) ที่มีผลต่อการตัดสินใจของผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีโดยจำแนกตามอายุ อาชีพ และรายได้

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี จำนวน 390 คน

วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

1. การสุ่มสนามกอล์ฟ ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Random Sampling) โดยขั้นที่หนึ่ง ใช้ระดับรายได้ต่อปีของสนามกอล์ฟ แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ 1) ขนาดใหญ่ มีรายได้เกิน 100 ล้านบาทต่อปี จำนวน 6 สนาม 2) ขนาดกลาง มีรายได้ 50-100 ล้านบาทต่อปี จำนวน 5 สนาม และ 3) ขนาดเล็ก

มีรายได้ต่ำกว่า 50 ล้านบาทต่อปี จำนวน 8 สนาม ขั้นที่สอง สุ่มแบบแบ่งชั้นตามสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) ที่ 50% จากแต่ละกลุ่ม ได้สนามกอล์ฟขนาดใหญ่ 3 สนาม ขนาดกลาง 3 สนาม และขนาดเล็ก 4 สนาม และขั้นที่สาม สุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีจับสลากชื่อสนามกอล์ฟจากแต่ละกลุ่ม รวม 10 สนาม

2. การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ใช้สูตรในกรณีที่ไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอนของกัลยา วาณิชยบัญชา (Vanichbunsha, 2005) โดยกำหนดค่าความเชื่อมั่นไว้ที่ 95% ได้จำนวนผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี จำนวน 390 คน และสุ่มแบบแบ่งชั้นตามสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) โดยสุ่มจากสนามขนาดใหญ่ 3 สนาม สนามละ 43 คน รวม 129 คน สนามขนาดกลาง 3 สนาม สนามละ 43 คน รวม 129 คน และสนามขนาดเล็ก 4 สนาม สนามละ 33 คน รวม 132 คน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 390 คน โดยในแต่ละสนามใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างผู้เข้าใช้บริการแบบบังเอิญ (Accidental sampling)

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับส่วนประสมทางการตลาด โดยศึกษาแนวคิดและทฤษฎีส่วนประสมทางการตลาดเกี่ยวกับธุรกิจบริการของบิตเนอร์และบูมส์ (Bitner, J. and Booms, B., 1981) ซึ่งประกอบไปด้วย 7 ด้าน ได้แก่ ด้านผลิตภัณฑ์ (Product) ด้านราคา (Price) ด้านสถานที่ให้บริการ (Place) ด้านการส่งเสริมการตลาด (Promotion) ด้านบุคลากร (People) ด้านกระบวนการให้บริการ (Process) และการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ (Physical: evidence & presentation) และศึกษาข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับกีฬา กอล์ฟ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาสร้างแบบสอบถามแล้วให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความตรงและความถูกต้องของเนื้อหา (Content Validity) ผ่านการตรวจสอบของผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน โดยวัดค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์และเนื้อหา (Index of Item Objective Congruence, IOC) ได้ค่าเท่ากับ 0.928 แล้วจึงนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาคุณภาพของแบบสอบถาม และเพื่อตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ 0.944

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้ 1. ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าใช้บริการตามลักษณะประชากร 2. ข้อมูลพฤติกรรมในการเข้าใช้บริการสนามกอล์ฟ 3. ส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟ ประกอบด้วย ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านสถานที่ให้บริการ ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านกระบวนการให้บริการ และด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ

3. ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม โดยเดินทางไปแจกและเก็บแบบสอบถามกลับคืนด้วยตนเองที่สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีที่ผ่านการสุ่ม จำนวน 10 สนาม ได้แก่ 1) สนามพินิกซ์ กอล์ฟ แอนด์ คันทรีคลับ 2) สนามแหลมฉบัง อินเตอร์เนชั่นแนล คันทรีคลับ 3) สนามบางพระ อินเตอร์เนชั่นแนล กอล์ฟ คลับ 4) สนามเขาเขียว คันทรี คลับ 5) สนามเม้าท์เทน ซาโดว์ กอล์ฟ คลับ (ปัญญา ฮิลล์ กอล์ฟ) 6) สนามพัฒนากอล์ฟ แอนด์ สปอร์ต รีสอร์ท 7) สนามบูรพา กอล์ฟ คลับ 8) สนามเพชรเซอร์ ฮิลล์ กอล์ฟ แอนด์ คันทรี คลับ 9) สนามกรีนวิวด กอล์ฟ คลับ (โนเบิล เฟลส) และ 10) สนามกอล์ฟ ราชนาวิ พลุตาหลวง

ใช้เวลาเก็บข้อมูลระหว่างเดือน มกราคม-กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2555 เมื่อเก็บข้อมูลเสร็จจึงนำแบบสอบถามที่ได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถามลงรหัสข้อมูลและนำข้อมูลไปวิเคราะห์ผล

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าใช้บริการตามลักษณะประชากรและข้อมูลพฤติกรรมในการเข้าใช้บริการ โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) และการหาค่าร้อยละ (Percentage) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟประกอบด้วย ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านสถานที่ให้บริการ ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านกระบวนการให้บริการ และด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ โดยหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

3. การทดสอบค่า “ที” (t-test) ใช้ในการวิเคราะห์

เปรียบเทียบความแตกต่างของความคิดเห็นเกี่ยวกับส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี โดยจำแนกตามเพศของผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟ

4. วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way analysis of variance: ANOVA) เกี่ยวกับส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี โดยจำแนกตามอายุ อาชีพ และรายได้ ในกรณีพบค่าความแตกต่างเป็นรายกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ความแตกต่างนั้นเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffé post-hoc test)

ผลการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามโดยรวมให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีทุกด้านอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.06$) โดยด้านที่ผู้เข้าใช้บริการให้ความสำคัญ 3 อันดับแรก ได้แก่ ด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ ($\bar{X} = 3.26$) ด้านบุคลากร ($\bar{X} = 3.21$) และด้านกระบวนการให้บริการ ($\bar{X} = 3.20$) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี

ส่วนประสมทางการตลาด	$\bar{X}$	SD	แปลผล
ด้านผลิตภัณฑ์	2.69	0.52	มาก
ด้านราคา	2.99	0.59	มาก
ด้านสถานที่ให้บริการ	3.07	0.55	มาก
ด้านการส่งเสริมการตลาด	2.87	0.63	มาก
ด้านบุคลากร	3.21	0.55	มาก
ด้านกระบวนการให้บริการ	3.20	0.49	มาก
ด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ	3.26	0.54	มาก
รวม	3.06	0.40	มาก

เมื่อเปรียบเทียบโดยจำแนกตามอายุ พบว่า ผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านผลิตภัณฑ์ ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไปให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุระหว่าง 30-50 ปี ด้านสถานที่ให้บริการ ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุระหว่าง 30-50 ปีให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี และผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไปให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี ด้านบุคลากร ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุระหว่าง 30-50 ปีให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี และผู้เข้า

ใช้บริการที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไปให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี ด้านกระบวนการให้บริการ ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุระหว่าง 30-50 ปีให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี และผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไปให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี และด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุระหว่าง 30-50 ปีให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี และผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไปให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าเอฟ (F) และเปรียบเทียบรายคู่ส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีโดยจำแนกตาม อายุ

ส่วนประสมทางการตลาด	(1)		(2)		(3)		F	p	เปรียบเทียบรายคู่
	ต่ำกว่า 30 ปี		30-50 ปี		51 ปีขึ้นไป				
	(n = 39)		(n = 211)		(n = 140)				
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD			
ด้านผลิตภัณฑ์	2.69	0.46	2.63	0.51	2.78	0.53	3.467	.032*	2-3
ด้านราคา	2.97	0.53	2.98	0.59	3.03	0.61	.252	.777	-
ด้านสถานที่ให้บริการ	2.79	0.55	3.09	0.55	3.12	0.53	6.055	.003*	1-2,1-3
ด้านการส่งเสริมการตลาด	2.66	0.66	2.92	0.62	2.84	0.63	2.949	.054	-
ด้านบุคลากร	2.95	0.68	3.24	0.53	3.25	0.51	5.381	.005*	1-2,1-3
ด้านกระบวนการให้บริการ	2.88	0.58	3.23	0.45	3.25	0.49	9.843	.000*	1-2,1-3
ด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ	2.92	0.63	3.28	0.48	3.31	0.58	8.870	.000*	1-2,1-3
รวม	2.85	0.49	3.07	0.37	3.11	0.41	6.721	.001*	1-2,1-3

*p < .05 ($F_{2, 387} = 3.01$)

เมื่อเปรียบเทียบโดยจำแนกตามอาชีพ พบว่า ผู้เข้าใช้บริการที่มีอาชีพต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านการส่งเสริมการตลาด ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีอาชีพอื่นๆให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอาชีพพนักงานเรียน/นักศึกษา และผู้เข้าใช้

บริการที่มีอาชีพอื่นๆให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอาชีพธุรกิจส่วนตัว และด้านกระบวนการให้บริการ ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีอาชีพอื่นๆให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีอาชีพพนักงานเรียน/นักศึกษา ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าเอฟ (F) และเปรียบเทียบรายคู่ส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีโดยจำแนกตาม อาชีพ

ส่วนประสม ทางการตลาด	(1) นักเรียน/ นักศึกษา (n = 20)		(2) ข้าราชการ/ พนักงาน รัฐวิสาหกิจ (n = 97)		(3) พนักงาน บริษัทเอกชน (n = 129)		(4) ธุรกิจส่วนตัว (n = 124)		(5) อื่นๆ (n = 20)		F	p	เปรียบเทียบ รายคู่
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD			
ด้านผลิตภัณฑ์	2.75	0.37	2.68	0.59	2.69	0.48	2.67	0.48	2.73	0.70	.138	.968	-
ด้านราคา	3.10	0.67	3.07	0.59	2.99	0.56	2.90	0.59	3.18	0.65	1.783	.131	-
ด้านสถานที่ให้บริการ	2.91	0.48	3.09	0.62	3.04	0.51	3.06	0.53	3.35	0.51	1.925	.106	-
ด้านการส่งเสริม การตลาด	2.55	0.69	2.86	0.59	2.95	0.62	2.77	0.65	3.28	0.44	4.888	.001*	1-5,4-5
ด้านบุคลากร	3.11	0.64	3.23	0.51	3.19	0.54	3.20	0.54	3.50	0.64	1.670	.156	-
ด้านกระบวนการ ให้บริการ	2.98	0.54	3.17	0.51	3.21	0.48	3.20	0.48	3.53	0.43	3.339	.011*	1-5
ด้านการสร้างและ นำเสนอลักษณะทาง กายภาพ	3.03	0.58	3.28	0.57	3.26	0.46	3.24	0.58	3.52	0.63	2.154	.074	-
รวม	2.94	0.47	3.07	0.43	3.06	0.39	3.03	0.37	3.30	0.41	2.480	.044	-

*p < .05 ($F_{4, 385} = 2.39$)

เมื่อเปรียบเทียบโดยจำแนกตามรายได้ พบว่า ผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านบุคลากร ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ระหว่าง 20,001-40,000 บาทให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ต่ำกว่าหรือเท่ากับ

20,000 บาท และผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ 40,001 บาทขึ้นไปให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท ด้านกระบวนการให้บริการ ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ 40,001 บาทขึ้นไปให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท และด้านการสร้าง

และนำเสนอลักษณะทางกายภาพ ได้แก่ ผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ระหว่าง 20,001-40,000 บาทให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท และผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ 40,001 บาทขึ้นไปให้ความสำคัญมากกว่าผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าเอฟ (F) และเปรียบเทียบรายคู่ส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้นามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีโดยจำแนกตาม รายได้

ส่วนประสมทางการตลาด	(1) ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท (n = 41)		(2) 20,001-40,000 บาท (n = 91)		(3) 40,001 บาทขึ้นไป (n = 258)		F	p	เปรียบเทียบรายคู่
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD			
ด้านผลิตภัณฑ์	2.72	0.49	2.64	0.58	2.70	0.50	.571	.565	-
ด้านราคา	3.07	0.58	3.09	0.54	2.95	0.61	1.991	.138	-
ด้านสถานที่ให้บริการ	2.98	0.59	3.14	0.62	3.06	0.51	1.461	.233	-
ด้านการส่งเสริมการตลาด	2.83	0.66	2.96	0.58	2.84	0.65	1.357	.259	-
ด้านบุคลากร	2.95	0.63	3.24	0.63	3.25	0.49	5.439	.005*	1-2,1-3
ด้านกระบวนการให้บริการ	2.97	0.59	3.19	0.50	3.24	0.47	5.541	.004*	1-3
ด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ	3.01	0.54	3.29	0.59	3.29	0.52	4.833	.008*	1-2,1-3
รวม	2.93	0.50	3.08	0.43	3.07	0.37	2.560	.079	-

*p < .05 ($F_{2, 387} = 3.01$)

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดโดยรวมอยู่ในระดับมากทั้งหมด ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.06 และให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดในรายด้านอยู่ในระดับมากทั้งหมด โดยด้านที่ผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีให้ความสำคัญ 3 อันดับแรก เรียงตามลำดับ ได้แก่ ด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.26 ด้านบุคลากร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.21 และ ด้านกระบวนการให้บริการ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.20

ในด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ ผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ผู้เข้าใช้บริการให้ความสำคัญมากในเรื่องสนามกอล์ฟมีอากาศถ่ายเทสะดวก และมีความร่มรื่น ห้องน้ำ ห้องแต่งตัวมีความสะอาด และมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน การออกแบบทิวทัศน์ในสนามกอล์ฟโดยรอบมีความสวยงาม เช่น บริเวณแท่นที่ ฯลฯ ป้ายบอกทางไปสนามแสดงไว้อย่างชัดเจนและคลับเฮ้าส์มีการออกแบบและตกแต่งอย่าง

สวยงามกว้างขวาง แสดงถึง ผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟ ในจังหวัดชลบุรีให้ความสำคัญกับการออกแบบสนาม ที่มีร่มเงาจากต้นไม้ หรือสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ ที่จะช่วยคลายร้อนให้กับผู้เข้าใช้บริการที่ต้องเล่นกอล์ฟ กลางแจ้งเกือบตลอดเวลา โดยเฉพาะสนามกอล์ฟ ในจังหวัดชลบุรี ในวันที่อากาศแจ่มใสจะมีอุณหภูมิ โดยเฉลี่ย 30-40 องศาเซลเซียส มีการออกแบบตกแต่ง ในทุกๆ ที่ของสนามได้อย่างสวยงาม สร้างบรรยากาศ ที่ตื่นตาตื่นใจให้กับผู้เล่น หมั่นคอยดูแลห้องน้ำ/ห้อง อาบน้ำให้อยู่ในสภาพที่พร้อมใช้อยู่เสมอ และป้ายบอก ทางไปสนามที่สังเกตได้ง่าย ตัวหนังสือบนป้ายชัดเจน ให้ข้อมูลทิศทางที่ถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษา ของ วิฑู สรเพชญ์พิสัย (Soraphetphisai, 2003) ที่ได้ ศึกษา พฤติกรรมการเลือกใช้บริการสนามฝึกซ้อมกอล์ฟ ของผู้บริโภคในจังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ความสำคัญในระดับมาก ลำดับแรกในเรื่อง มีระบบระบายอากาศที่ดีไม่อึดอัด และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ภทริณี วรวัลย์ (Vorawan, 2006) ที่ได้ศึกษา ลักษณะของสนามกอล์ฟ ที่นักท่องเที่ยวยาวชนเลือกใช้ในจังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า นักท่องเที่ยวให้ความสำคัญในด้าน ลักษณะของสนามกอล์ฟโดยเฉพาะวิวทัศนที่สวยงาม บริเวณรอบสนาม

ในด้านบุคลากร ผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟ ในจังหวัดชลบุรีให้ความสำคัญกับส่วนประสมทาง การตลาดด้านบุคลากรโดยรวมอยู่ในระดับมาก ผู้เข้าใช้ บริการให้ความสำคัญมากในเรื่องแคดดี้ (caddy) และ พนักงานทั่วไปมีกิริยามารยาทสุภาพเรียบร้อย ยิ้มแย้ม เอาใจใส่ ให้คำแนะนำและบริการที่ดี มีจำนวนเพียงพอ และมีความชำนาญในหน้าที่ แสดงถึง ผู้เข้าใช้บริการ สนามกอล์ฟให้ความสำคัญกับแคดดี้ (caddy) และ พนักงานที่มีกิริยามารยาทที่ดี ซึ่งจะช่วยสร้างความรู้สึ กที่ดีต่อการเล่นกอล์ฟของผู้เข้าใช้บริการ สนามกอล์ฟ

ในจังหวัดชลบุรีต้องมีการอบรมบุคลิกลภาพให้กับ พนักงาน เพื่อให้ความรู้และกระตุ้นความมุ่งมั่นตั้งใจ ที่จะให้บริการ (Service Mind) ซึ่งสอดคล้องกับผลการ ศึกษาของ ประพันธ์ หาญเหมย (Hanmaey, 2009) ที่ได้ศึกษา ปัจจัยส่วนประสมการตลาดบริการที่มีผลต่อ ผู้บริโภคในการเลือกใช้สนามฝึกซ้อมกอล์ฟในจังหวัด ลำปาง ผลการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ความสำคัญกับส่วนประสมการตลาดโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ใน ระดับมาก ปัจจัยย่อยที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ลำดับแรก คือ พนักงานสุภาพ/อภัยภัยดี/มีมารยาท/ ซื่อสัตย์ และผลการศึกษาของ วิฑู สรเพชญ์พิสัย (Soraphetphisai, 2003) ที่ผลการศึกษาพบว่า ผู้ตอบ แบบสอบถามให้ความสำคัญในระดับมากลำดับแรกคือ พนักงานมีความรู้ขั้นตอนการให้บริการ/อย่างรวดเร็ว

ในด้านกระบวนการให้บริการ ผู้เข้าใช้บริการ สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีให้ความสำคัญกับส่วน ประสมทางการตลาดด้านกระบวนการให้บริการโดยรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ผู้เข้า ใช้บริการให้ความสำคัญมากในเรื่องการดูแล จัดการ การเล่นกอล์ฟในสนามของแต่ละกลุ่มไม่ให้เกิดขัดกัน การจัดกลุ่มออกรอบตามคิวอย่างยุติธรรมเท่าเทียมกัน ระบบรักษาความปลอดภัยและทรัพย์สินของผู้ใช้บริการ การติดต่อจองสนามทำได้สะดวก การจำหน่ายค่าสนาม ค่าแคดดี้และค่าบริการอื่น ถูกต้อง รวดเร็ว การให้บริการ รับ-ส่งถุงกอล์ฟ ถูกต้อง รวดเร็ว การแก้ไขปัญหาที่ เกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็ว และการให้บริการปฐมพยาบาล ชั้นต้นและส่งโรงพยาบาลกรณีฉุกเฉิน แสดงถึง ผู้เข้า ใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีอาจจะเคยพบ สนามกอล์ฟที่มีผู้มาใช้บริการมาก ทำให้ต้องรอคอย ระหว่างเล่นในแต่ละหลุม โดยเฉพาะวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ การดูแล จัดการ ไม่ให้การ เล่นล่าช้าหรือติดขัด จะทำให้ผู้เข้าใช้บริการเกิดความพึง พอใจต่อการใช้บริการสนามกอล์ฟมากขึ้น สนามกอล์ฟ

ต้องดูแลผู้เข้าใช้บริการทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน จัดให้ลงเล่นตามลำดับ ไม่มีการแทรกให้กับผู้ที่มาทีหลัง ควรมีการรักษาความปลอดภัยลานจอดรถหรือทรัพย์สินอื่นๆ ของผู้มาใช้บริการอย่างเข้มงวด มีเจ้าหน้าที่สำหรับติดต่อจองวัน เวลาในการเล่นอย่างเพียงพอ เปิดช่องทางให้ติดต่อได้สะดวกทั้งทางโทรศัพท์หรืออินเทอร์เน็ต การเตรียมเจ้าหน้าที่ให้พร้อมและเพียงพอต่อการชำระค่าบริการต่างๆ จะทำให้บริการได้รวดเร็ว การให้บริการรับ-ส่งถุงกอล์ฟจากแต่ละจุด ตั้งแต่เริ่มนำลงจากรถของผู้มาใช้บริการ ไปถึงหลุมที่เริ่มเล่น จนกระทั่งกลับมาขึ้นรถอีกครั้ง ต้องถูกต้องและรวดเร็ว หากมีปัญหาเกิดขึ้น จะต้องมีพนักงานที่มีความสามารถและพร้อมที่จะเข้าไปดูแลแก้ไขตลอดเวลา และมีอุปกรณ์หรือเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ในการรักษาพยาบาลเบื้องต้นไว้ประจำสนาม ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ พอดีจิตติสวัสดิ์ (Thitisawat, 2006) ที่ได้ศึกษา ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยด้านการตลาดของบริการสนามกอล์ฟในจังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ความสำคัญในระดับมากกับเรื่องมีการจัดคิว (ลำดับก่อน-หลัง) เมื่อรับบริการ

เมื่อเปรียบเทียบส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี โดยจำแนกตามอายุ พบว่า ผู้เข้าใช้บริการที่มีอายุแตกต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านผลิตภัณฑ์ ด้านสถานที่ให้บริการ ด้านบุคลากร ด้านกระบวนการให้บริการ และด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ ดังนั้น ผลจากการเปรียบเทียบจึงตรงกับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า ผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีที่มีอายุต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ภัทริณี วรวัลย์ (Vorawan, 2006) ที่ได้ศึกษา ลักษณะของสนามกอล์ฟ

ที่นักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นเลือกใช้ในจังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า อายุของนักท่องเที่ยวมีผลต่อการให้ความสำคัญด้านสภาพสนาม ด้านบุคลากร รวมถึงด้านบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก

เมื่อเปรียบเทียบส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี โดยจำแนกตามอาชีพ พบว่า ผู้เข้าใช้บริการที่มีอาชีพแตกต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านการส่งเสริมการตลาดและด้านกระบวนการให้บริการ ดังนั้น ผลจากการเปรียบเทียบจึงตรงกับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า ผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีที่มีอาชีพต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ภัทริณี วรวัลย์ (Vorawan, 2006) ที่ได้ศึกษา ลักษณะของสนามกอล์ฟที่นักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นเลือกใช้ในจังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า อาชีพของนักท่องเที่ยวมีผลต่อการให้ความสำคัญด้านราคา ด้านสภาพสนาม ด้านบุคลากร ด้านการส่งเสริมการตลาด และด้านบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก

เมื่อเปรียบเทียบส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรี โดยจำแนกตามรายได้ พบว่า ผู้เข้าใช้บริการที่มีรายได้แตกต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านบุคลากร ด้านกระบวนการให้บริการ และด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ ดังนั้น ผลจากการเปรียบเทียบจึงตรงกับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า ผู้เข้าใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีที่มีรายได้ต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ภัทริณี วรวัลย์ (Vorawan, 2006) ที่ได้ศึกษา ลักษณะของสนามกอล์ฟที่นักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นเลือกใช้ในจังหวัด

เชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า รายได้ของนักท่องเที่ยว มีผลต่อการให้ความสำคัญด้านราคา สภาพสนาม บุคลากรที่มีคุณภาพ และการส่งเสริมการตลาด และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ฟอดี ฐิติสวัสดิ์ (Thitisawat, 2006) ที่ได้ศึกษา ความคิดเห็นเกี่ยวกับ ปัจจัยด้านการตลาดของบริการสนามกอล์ฟในจังหวัด สุราษฎร์ธานี ผลการศึกษาพบว่า ระดับความคิดเห็นของ ปัจจัยด้านการตลาดทั้ง 8 ด้าน แตกต่างกัน ระหว่าง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำและรายได้เฉลี่ยต่อเดือนสูง ในด้านราคาและค่าใช้จ่ายของผู้ใช้บริการ

สรุปผลการวิจัย

ส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจ เลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีนั้น ผู้ตอบแบบ สอบถามโดยรวมให้ความสำคัญกับด้านการสร้างและ นำเสนอลักษณะทางกายภาพ ด้านบุคลากร และด้าน กระบวนการให้บริการ ผู้ใช้บริการที่มีอายุต่างกัน ให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกัน ในด้านผลิตภัณฑ์ ด้านสถานที่ให้บริการ ด้านบุคลากร ด้านกระบวนการให้บริการ และด้านการสร้างและ นำเสนอลักษณะทางกายภาพ ผู้ใช้บริการที่มีอาชีพ ต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาด แตกต่างกัน ในด้านการส่งเสริมการตลาดและด้าน กระบวนการให้บริการ และผู้ใช้บริการที่มีรายได้ ต่างกันให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาด แตกต่างกัน ในด้านบุคลากร ด้านกระบวนการให้บริการ และด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. จากผลการวิจัยพบว่า มีข้อเสนอแนะสนาม กอล์ฟในจังหวัดชลบุรีเกี่ยวกับส่วนประสมทางการตลาด ดังต่อไปนี้

- ด้านผลิตภัณฑ์ ควรจัดให้มีบริการให้เช่า รถกอล์ฟ และตรวจสอบการให้บริการอาหาร/เครื่องดื่ม ในสนามให้เพียงพอต่อจำนวนผู้มาใช้บริการ

- ด้านราคา ควรกำหนดราคาค่าใช้บริการ ต่างๆให้เหมาะสมกับกลุ่มผู้มาใช้บริการของตน

- ด้านสถานที่ให้บริการ ควรจัดสรรพื้นที่ จอดรถให้กว้างขวาง เพียงพอต่อจำนวนผู้มาใช้บริการ ดูแลสภาพทางเข้า-ออกของสนาม เพิ่มจำนวนห้องน้ำ/ ห้องอาบน้ำให้เพียงพอ

- ด้านการส่งเสริมการตลาด ควรกำหนดวัน หรือช่วงเวลาสำหรับลดราคา เพื่อดึงดูดความสนใจของ ผู้มาใช้บริการ

- ด้านบุคลากร ควรจัดอบรมเพื่อสร้างเสริม บุคลิกภาพที่ดีให้กับพนักงานให้มีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะ ให้บริการ (Service Mind)

- ด้านกระบวนการให้บริการ ควรจัดพนักงาน ทำหน้าที่คอยตรวจสอบความเรียบร้อยในแต่ละจุด รวมทั้งดูแลการเล่นภายในสนามไม่ให้ติดขัดด้วย

- ด้านการสร้างและนำเสนอลักษณะทาง กายภาพ ควรดูแลรักษา ปรับปรุงทิวทัศน์ภายในสนาม กอล์ฟให้สวยงาม และตรวจสอบสภาพของห้องน้ำ/ ห้องอาบน้ำให้สมบูรณ์อยู่ตลอดเวลา

2. จากผลการวิจัยพบว่า มีข้อเสนอแนะสนาม กอล์ฟในจังหวัดชลบุรีเกี่ยวกับผู้มาใช้บริการ ดังต่อไปนี้

- ควรกำหนดให้มีราคาดพิเศษให้แก่ผู้ใช้ บริการที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี ผู้ใช้บริการที่ประกอบ อาชีพนักเรียน/นักศึกษา และผู้มาใช้บริการที่มีรายได้ ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท เพราะเป็นกลุ่มที่มี รายได้น้อย

- ควรมีการจัดกิจกรรมเพื่อดึงดูดความสนใจ ให้แก่ผู้มาใช้บริการที่มีอายุ 30-50 ปี และผู้มา ใช้ บริการที่มีรายได้ 20,001-40,000 บาท เพราะเป็น กลุ่มที่ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการตลาดมากกว่า

กลุ่มอายุอื่น เช่น จัดการแข่งขันชิงรางวัล ขายกรีนฟี แบบเล็มคูปอง ฯลฯ

- ควรให้บริการและการเอาใจใส่เป็นพิเศษให้แก่ผู้ที่ใช้บริการที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไป ผู้ที่ใช้บริการที่ประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว ผู้ที่ใช้บริการที่มีรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป เพราะมีความพร้อมทางฐานะและเป็นกลุ่มที่ใส่ใจคุณภาพของบริการมากกว่ากลุ่มอายุอื่น

- ควรเพิ่มสิทธิพิเศษให้แก่หน่วยงานราชการ บริษัทเอกชน เพราะในแต่ละสถานที่ที่มีผู้ที่ใช้บริการอยู่รวมกลุ่มกัน มีการจัดตั้งชมรมภายในเพื่อทำการแข่งขัน ดังนั้นการสร้างเครือข่ายความสัมพันธ์ระหว่าง สนามกอล์ฟกับองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนที่มีบุคลากรเล่นกอล์ฟ จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ทั้งสองฝ่าย เช่น สนามกอล์ฟมีรายได้เพิ่มขึ้นทั้งจากการเข้ามาเล่นตามปกติหรือเช่าสนามเพื่อจัดการแข่งขัน ผู้ที่ใช้บริการที่ประกอบอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ และผู้ที่ใช้บริการที่ประกอบอาชีพพนักงานบริษัท เอกชนเสียค่าใช้จ่ายน้อยลง

- ควรสร้างรูปแบบการใช้บริการร่วมกันที่น่าสนใจ เช่น เล่นกอล์ฟพร้อมพักโรงแรมราคาพิเศษหรือรับประทานอาหารร้านที่มีชื่อเสียงในราคาพิเศษให้แก่ผู้ที่ใช้บริการ เพื่อดึงดูดกลุ่มผู้ที่ใช้บริการที่เดินทางมาจากต่างจังหวัด

3. เมื่อเปรียบเทียบส่วนประสมทางการตลาดที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีโดยจำแนกตามอายุ อาชีพ และรายได้ ทำให้ทราบว่าผู้ที่ใช้บริการที่มีอายุ อาชีพ รายได้แตกต่างกันนั้นให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดแตกต่างกัน สนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีจึงควรทำการสำรวจกลุ่มผู้ที่ใช้บริการของตนเอง ว่ามีอายุ อาชีพ รายได้ อยู่ในช่วงใดมากที่สุดเพื่อที่จะได้ปรับปรุงสนามในด้านของส่วนประสมทางการตลาดที่กลุ่มอายุ อาชีพ รายได้นั้นๆให้ความสำคัญ เพื่อรักษาระดับความพึงพอใจของ

ผู้ที่ใช้บริการเดิมที่มีต่อสนาม และอาจช่วยเพิ่มจำนวนผู้ที่ใช้บริการที่มีอายุ อาชีพ รายได้ในช่วงเดียวกันด้วย

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่มอบทุนในการทำวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบคุณผู้บริหารสนามกอล์ฟในจังหวัดชลบุรีและเจ้าหน้าที่ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลของผู้วิจัย

เอกสารอ้างอิง

- Bitner, J. and Booms, B. (1981). **Marketing strategies and organizational structures for service firms**. Chicago : American Marketing Association.
- Entertainment Group Limited. (2011). **The History of The Royal Trophy golf tournament**. Retrieved August 5, 2011, from website: http://theroyaltrophy.com/site_2012/?p=1371
- Hanmaey, P. (2009). **Services marketing mix factors affecting customers towards selecting golf driving ranges in Lampang Province**. Master of Business Administration Degree, Chiang Mai University.
- Ladies Professional Golf Association. (2011). **The History of the Honda LPGA Thailand golf tournament**. Retrieved August 5, 2011, from website: http://www.lpga.com/tournament_winners.aspx?mid=1&pid=38
- Pragobmas, P. and Gulthawatvichai, T. (2007). The study of His Majesty the King's 80th Birthday Anniversary Stadium (5th December

2007). **Journal of Sports Science and Health**, 11(3), 68-82.

Soraphetphisai, W. (2003). **Consumers behavior in selection of a golf driving range in Chiang Mai**. Master of Business Administration Degree, Chiang Mai University.

Thansettakij newspaper. (2011). **Column: Property Focus: Only 249 golf courses all over Thailand**. Retrieved August 5, 2011, from website: <http://www.foxbbee.com/life/node/2737>

Thitisawat, F. (2006). **Marketing mix opinions of golf courses in Surat Thani**. Master of Management Degree, Walailuk University.

Vanichbunsha, K. (2005). **Statistics for research**. Bangkok: Chulalongkorn University.

Vorawan, P. (2006). **The attributes of golf courses in Chiang Mai chosen by the Japanese tourists**. Master of Arts (Tourism Industry Management) Degree, Chiang Mai University.

ผลของการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งที่มีผลต่อสุขสมรรถนะ ในเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

กিজา ถนอมสิงห์ และถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งที่มีผลต่อสุขสมรรถนะในเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

วิธีดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตหญิง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 52 คน (อายุ 18-24 ปี) โดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองฝึกด้วยโปรแกรมการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่ง และกลุ่มควบคุม คือ กลุ่มที่ออกกำลังกายตามปกติโดยไม่เกี่ยวข้องกับการเดิน-วิ่ง เช่น วาดน้ำ ปั่นจักรยาน เต้นแอโรบิก เทนนิส แบดมินตัน เป็นต้น กลุ่มทดลองออกกำลังกายด้วยการเดิน-วิ่งเป็นกลุ่มเป็นเวลา 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วันๆ ละ 30-50 นาที นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการทดสอบค่าทีแบบรายคู่ (paired t-test) เพื่อเปรียบเทียบภายในกลุ่ม เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance) และ

เปรียบเทียบเป็นรายคู่ตามวิธีของแอลเอสดี (LSD) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ผลการวิจัย หลังการทดลอง 10 สัปดาห์พบว่า กลุ่มฝึกออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งมีผลต่อการพัฒนาค่าเฉลี่ยของเปอร์เซ็นต์ไขมัน มวลไขมัน น้ำหนักตัว รอบเอว ความอ่อนตัว ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและการหายใจดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นมวลกล้ามเนื้อที่ไม่มีความแตกต่างกัน

สรุปผลการวิจัย โปรแกรมการฝึกออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งเป็นกิจกรรมออกกำลังกายที่ทำได้ง่าย มีเพื่อน เหมาะสำหรับเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกินซึ่งไม่ค่อยออกกำลังกายและมีสมรรถภาพทางกายที่ต่ำและเหมาะสมกับเยาวชนหญิงทั่วไปที่ต้องการมีเพื่อนในการทำกิจกรรมลดน้ำหนัก

คำสำคัญ: เยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน / สุขสมรรถนะ / การออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่ง

EFFECTS OF GROUP EXERCISE WITH WALKING-RUNNING ON HEALTH-RELATED PHYSICAL FITNESS IN OVERWEIGHT FEMALE YOUTHS

Gidja Tanomsing-ha and Thanomwong Kritpet

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose The purpose of this investigation was to study the effects of group exercise with walking-running on health-related physical fitness in overweight female youths.

Method Fifty-two female youths were students of Chulalongkorn University (ages 18-24 years). They had been purposively selected for this study, and divided into two groups which were experimental group and control group. The experimental group had to undergo the program of group exercise with walking-running. The control group had to ordinarily exercise their programs which were not related to walking-running such as swimming, cycling, aerobic dance, tennis, badminton and soon. The duration of training was ten weeks, three days per week with 30-50 minutes for one session. The obtained data were analyzed in terms of means and standard deviation, paired t-test, one way analysis of covariance and multiple comparisons by using least significant

difference (LSD) at the 0.05 level.

Results After 10 weeks, the results indicated that the experimental group which received the group exercise with walking-running was significantly improved more than the control group at the .05 level such as body weight, fat mass, waistline, flexibility, muscular strength, muscular endurance, and cardio-respiratory fitness. While muscle mass showed no difference compared to the control group after 10 weeks.

Conclusion The program of group exercise with walking-running was easy activities and having friends. The program was designed for overweight female youths who are not exercise regularly and low physical fitness therefore, this program is suitable for those who want to be healthy and loss body weight with friends.

Key Words: Overweight female youths / Health-related physical fitness / Group exercise with walking-running

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

แผนการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ.2550-2554) เน้นการสร้างวัฒนธรรมสุขภาพพอเพียง เพื่อสังคมแห่งสุขภาพะ โดยส่งเสริมภาคประชาสังคมและการรวมตัวกันทำงาน เสริมสร้างระบบสุขภาพชุมชนให้เข้มแข็งพอเพียง ฟังตนเองได้อยู่กันอย่างเกื้อกูล รวมถึงเร่งเชิงรุกด้านอาหาร ออกกำลังกาย สุขภาพจิต และสิ่งแวดล้อมเพื่อสุขภาพ ปัจจุบันการเจ็บป่วยโดยรวมลดลงแต่การเจ็บป่วยด้วยโรคที่ป้องกันได้ยังมีแนวโน้มสูงขึ้นต่อเนื่องซึ่งเป็นผลมาจากพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพทั้งการบริโภคอาหาร การใช้ชีวิตที่เสี่ยงต่อการป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหัวใจและโรคมะเร็งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ทุกกลุ่มอายุ (Office of the National Economic and Social Development Board, 2007)

ในรอบ 10 ปีที่ผ่านมาพบว่า คนไทยในกลุ่มอายุ 20-29 ปี มีภาวะโรคอ้วนเพิ่ม 7 เท่าตัว จากร้อยละ 3 เป็นร้อยละ 21 พบว่าเพศหญิงมีรอบเอวเกินมาตรฐานมากที่สุด และเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดหัวใจ (Ministry of Public Health, 2010) ผลการสำรวจภาวะอ้วนลงพุงในประชาชนอายุ 15 ปี ขึ้นไปทั่วประเทศ ในปี 2551 ของกรมอนามัยพบว่า เพศชายมีรอบเอวเกินมาตรฐานคือ ตั้งแต่ 90 เซนติเมตร ขึ้นไปร้อยละ 34 และเพศหญิงรอบเอวตั้งแต่ 80 เซนติเมตรขึ้นไปร้อยละ 58 เนื่องจากมีไขมันสะสมในช่องท้องมากเกินไปทำให้เป็นโรคอ้วนลงพุงหรือที่เรียกว่าเมแทบอลิกซินโดรม (Metabolic Syndrome) ทำให้มีระดับน้ำตาลในเลือดสูง ความดันโลหิตสูงและระดับไขมันในเลือดสูง ซึ่งเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดหัวใจโรคหลอดเลือดสมองมากขึ้น (Department of Health, 2008)

สำหรับโทษของการขาดการออกกำลังกายในวัยหนุ่มสาว สามารถแบ่งออกได้ 2 ประเภท คือ ประเภท

ที่ 1 หนุ่มสาวที่ขาดการออกกำลังกายตั้งแต่เด็กจะทำให้เริ่มเกิดการเสื่อมในด้านรูปร่างและหน้าที่การทำงานของอวัยวะภายในหลายระบบ เช่นมีอาการเหนื่อยหอบใจสั่น เมื่อมีกิจกรรมทางกายเพียงเล็กน้อย ประเภทที่ 2 หนุ่มสาวที่เคยออกกำลังกายมาตั้งแต่เด็กแต่ขาดการออกกำลังกายเมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว แม้การเจริญเติบโตจะไม่มีปัญหามาก่อน แต่รูปร่างทรวดทรงอาจเปลี่ยนแปลงไป เนื่องมาจากการที่กล้ามเนื้อลดน้อยลงและมีการสะสมไขมันมากขึ้น สุขสมรรถนะในด้านต่างๆ จะลดต่ำลงอย่างรวดเร็ว การมีสุขสมรรถนะต่ำประกอ กับสุขภาพไม่สมบูรณ์เท่าที่ควรย่อมส่งผลเสียทางสังคม จิตใจ รวมถึงบุคลิกภาพและอาจส่งผลกระทบต่อกระเทือนต่อการเรียนด้วย ดังนั้น การขาดการออกกำลังกายจึงส่งผลเสียต่อร่างกายและจิตใจ (Jintanasaree, 2005)

ผลกระทบที่ตามมาจากภาวะน้ำหนักเกินมาตรฐาน ได้แก่ การตายก่อนวัยอันควรด้วยโรคเรื้อรังต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด ความดันโลหิตสูง ความผิดปกติของกระดูกและข้อต่อ และโรคมะเร็ง (WHO, 2000) และยังส่งผลถึงปัญหาด้านจิตใจจากภาวะน้ำหนักเกิน ได้แก่ โรควิตกกังวล โรคซึมเศร้า ใจลอย ท้อแท้ เบื่อหน่ายชีวิต คิดมาก จากความรู้สึกที่ไม่เห็นคุณค่าในตัวเอง อาจกล่าวได้ว่าคนที่มีความน้ำหนักเกินจะมีความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าคนน้ำหนักปกติ รู้สึกมีปมด้อย อาย ถูกล้อเลียน ถูกคนอื่นมองแบบตลก ทำงานช้า ไม่คล่องแคล่ว ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจเป็นสาเหตุของโรคจิตและโรคประสาทได้ง่ายโมคัดัด (Mokdad, et al., 2000)

การออกกำลังกายเป็นกลุ่มที่เกิดจากการที่บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มีการติดต่อสัมพันธ์กันโดยอาศัยหลักกลุ่มเพื่อน (Peer Group) ซึ่งกลุ่มเพื่อนดังกล่าวมีความสำคัญต่อบุคคลและสังคมเป็นอย่างมาก เพราะกลุ่มจะช่วยหล่อหลอม เสริมสร้างบุคลิกภาพ ปลุกฝังค่านิยม บรรทัดฐานที่สำคัญของสังคมเพื่อให้บุคคล

เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม เช่น ความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ (Queral, 1996) การเล่นเป็นกลุ่มที่ไม่มีรูปแบบเป็นการเล่นที่แสดงถึงสัมพันธภาพและการตัดสินใจเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มซึ่งการรวมเป็นกลุ่มนั้นขึ้นอยู่กับกระบวนการแลกเปลี่ยนระหว่างสมาชิกในกลุ่มที่มีข้อตกลงร่วมกันตามบทบาทและหน้าที่ของสมาชิก (Eitzen, 1989) หากบุคคลในกลุ่มมีความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม บุคคลย่อมพร้อมที่จะเสียสละหรือแสดงพฤติกรรมตามที่กลุ่มต้องการในทางสังคมวิทยา การช่วยเหลือกันภายในกลุ่มจะสูงโดยธรรมชาติแล้วมนุษย์เป็นสัตว์สังคมจึงมีแนวโน้มที่จะอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มๆ ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้ลักษณะดังกล่าวมาประยุกต์ใช้ในการออกแบบการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งเพื่อสร้างเสริมสุขสมรรถนะในเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

จากเหตุผลและความสำคัญดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยวิธีการเดิน-วิ่งว่ามีผลต่อสุขสมรรถนะที่ดีขึ้นของเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกินหรือไม่และใช้เป็นแนวทางในการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อปรับปรุงให้เหมาะสมในการควบคุมน้ำหนักและสร้างเสริมสุขสมรรถนะในทุกๆด้าน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งที่มีผลต่อสุขสมรรถนะในเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

สมมติฐานการวิจัย

การออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งมีผลต่อสุขสมรรถนะที่ดีขึ้นในเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Experimental research design) และได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมโดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบันชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตหญิงจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่มีภาว่น้ำหนักเกิน จากคณะต่างๆที่ลงทะเบียนเรียนกิจกรรมกีฬาเป็นจำนวนน้อยคือ ไม่ถึง 10 คนในแต่ละภาคการศึกษา ได้แก่ คณะอักษรศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี คณะรัฐศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ คณะนิเทศศาสตร์ คณะจิตวิทยา คณะสหเวชศาสตร์ และคณะเศรษฐศาสตร์ ในปีการศึกษา 2554 อายุระหว่าง 18-24 ปี จากตารางการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของโคเฮน (Cohen, 1988) ค่าแอลฟาที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 กำหนดค่าขนาดของผลกระทบ (Effect size) ที่ .70 ค่าอำนาจของการทดสอบ (Power of the test) ที่ .80 ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 26 คน รวมทั้งหมด 52 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1 เครื่องมือสำหรับการฝึกเดิน-วิ่งเป็นกลุ่ม ได้แก่

1.1.1 นาฬิกาจับเวลา

1.1.2 กรวยฝึกซ้อมขนาดเล็กสูง 30

เซนติเมตร

1.2 เครื่องมือสำหรับทดสอบมีดังนี้

1.2.1 เครื่องวัดองค์ประกอบของร่างกาย (220 body composition analysis) ประเทศเกาหลีใต้ ประกอบด้วย น้ำหนัก (กิโลกรัม) เปอร์เซ็นต์ไขมัน

มวลไขมัน มวลกล้ามเนื้อ

1.2.1 สายวัดรอบเอว

1.2.3 แบบทดสอบความอดทนของกล้ามเนื้อขา ความสามารถของกล้ามเนื้อที่สามารถทำงานซึ่งมีความหนักพอประมาณได้ติดต่อกันเป็นเวลานานโดยไม่เสื่อมประสิทธิภาพ ทดสอบโดยการลุกยืนและนั่งต่อเนื่องจนครบ 30 วินาที

1.2.4 เครื่องวัดกำลังหลังและขา (Back and Leg Dynamometer) แบบเข็ม

1.2.5 เครื่องวัดความอ่อนตัว (Sit and Reach) ประเทศญี่ปุ่น

1.2.6 สายวัดอัตราการเต้นของหัวใจยี่ห้อ Polar S710i

1.2.7 แบบทดสอบความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและการหายใจใช้ 1 เดิน 1 ไมล์หรือ 1.6 กิโลเมตร (1 Mile Walk Test)

2. โปรแกรมการฝึกที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ โปรแกรมออกกำลังกายด้วยการเดิน-วิ่งเป็นกลุ่มระยะเวลาทั้งหมด 10 สัปดาห์จะแบ่งเป็น 3 ช่วง ดังรายละเอียดต่อไปนี้ ช่วงที่ 1 สัปดาห์ที่ 1-2 (ระยะเวลาออกกำลังกายประมาณ 50 นาที) ช่วงที่ 2 สัปดาห์ที่ 3-6 (ระยะเวลาออกกำลังกายประมาณ 40 นาที) และช่วงที่ 3 คือ สัปดาห์ที่ 7-10 (ระยะเวลาออกกำลังกายประมาณ 30 นาที) แบ่งเป็นสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 50 นาที 40 นาที และ 30 นาที ตามลำดับแต่ละช่วงแตกต่างกันที่อัตราส่วนระหว่างช่วงฝึกหนัก (High Intensity) และช่วงพัก (Recovery) ของโปรแกรมคือ (1: 3 ช่วงที่ 1) (1:2 ช่วงที่ 2) หรือ (1:1 ช่วงที่ 3) ตามลำดับ

2.1 โปรแกรมการฝึกออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งเป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน มีดังนี้

สัปดาห์ที่ 1-2 เป็นช่วงของการปรับตัวและ

สร้างความคุ้นเคยกับการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่ง อัตราส่วนระหว่างช่วงฝึกหนัก (High Intensity) และช่วงพัก (Recovery) อัตราส่วน 1:3 ยกตัวอย่างเช่น วิ่งระยะทาง 200 เมตร และช่วงพักลดความเร็วลงด้วยการเดินระยะทาง 600 เมตร ช่วงนี้คืออัตราส่วน 1:3 รวมระยะเวลาการออกกำลังกายทั้งหมดประมาณ 50 นาที อัตราการเต้นของหัวใจอยู่ที่ 64-74% ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุด (ACSM, 2010)

สัปดาห์ที่ 3-6 ควบคุมจังหวะการวิ่งและควบคุมอัตราส่วนระหว่างช่วงฝึกหนัก (High Intensity) และช่วงพัก (Recovery) เป็นอัตราส่วน 1:2 ยกตัวอย่างเช่น วิ่งระยะทาง 200 เมตรและช่วงพักลดความเร็วลงด้วยการเดินระยะทาง 400 เมตร ช่วงนี้คืออัตราส่วน 1:2 คือวิ่ง 200 เมตร เดินพัก 400 เมตร รวมระยะเวลาการออกกำลังกายทั้งหมดประมาณ 40 นาที อัตราการเต้นของหัวใจอยู่ที่ 64-74% ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุด (ACSM, 2010) เมื่อครบ 4 สัปดาห์เสริมแรงจิตใจด้วยรางวัล

สัปดาห์ที่ 7-10 ผู้เข้าร่วมวิจัยมีความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อและระบบไหลเวียนโลหิตเพิ่มขึ้น สามารถที่จะควบคุมความเร็วและการเคลื่อนไหวได้เป็นอย่างดี ความหนักในการออกกำลังกายสูงขึ้นโดยลดระยะทางในการเดินและเวลาการออกกำลังกาย อัตราส่วนระหว่างช่วงฝึกหนัก (High Intensity) และช่วงพัก (Recovery) ลดลงเป็นอัตราส่วน 1:1 ยกตัวอย่างเช่น วิ่งระยะทาง 200 เมตรและช่วงพักลดความเร็วลงด้วยการเดินระยะทาง 200 เมตร ช่วงนี้คืออัตราส่วน 1:1 คือวิ่ง 200 เมตรเดินพัก 200 เมตร รวมระยะเวลาการออกกำลังกาย 30 นาที อัตราการเต้นของหัวใจอยู่ที่ 64-74% ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุด (ACSM, 2010) เมื่อครบ 4 สัปดาห์เสริมแรงจิตใจด้วยรางวัล

2.2 กลุ่มควบคุมให้ออกกำลังกายตามปกติ โดยไม่เกี่ยวข้องกับการเดิน-วิ่ง เช่น วายน้ำปั่นจักรยาน เต้นแอโรบิก เทนนิส แบดมินตัน เป็นต้น ระยะเวลา 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. การออกแบบโปรแกรมการฝึกออกกำลังกาย เป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งมีขั้นตอนดังนี้

1.1 ศึกษาโปรแกรมการออกกำลังกายในรูปแบบ ต่างๆจากหลักการ ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.2 ออกแบบโปรแกรมการฝึกออกกำลังกาย โดยทำการศึกษาก่อนการวิจัย (Pilot study) และ นำแบบประเมินเนื้อหาของโปรแกรมการฝึกที่ผู้วิจัย สร้างขึ้น คือ โปรแกรมการฝึกออกกำลังกายเป็นกลุ่ม ด้วยการเดิน-วิ่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ จำนวน 5 ท่าน เพื่อวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ (Index of Item Objective Congruence; IOC) ได้ ค่าเท่ากับ 0.95

1.3 ตรวจสอบแก้ไขโปรแกรมการฝึกออก กำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดินวิ่งตามคำแนะนำของ ผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

2. ขั้นตอนทดลอง

2.1 เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการเลือกแบบ เฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) ซึ่งเป็นนิสิตหญิง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่มีภาวะน้ำหนักเกินอายุ ระหว่าง 18-24 ปี จำนวน 52 คน

2.2 ผู้วิจัยได้อธิบายวัตถุประสงค์ ข้อตกลง และประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย รวมถึงขั้นตอน การเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการ ทำวิจัย และเมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจึงได้ให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในหนังสือยินยอม เข้าร่วมวิจัย

2.3 ดำเนินการทดสอบและเก็บข้อมูลก่อน การทดลองทั้งกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ประกอบด้วย

2.3.1 วัดองค์ประกอบของร่างกาย โดยใช้เครื่องวัดองค์ประกอบของร่างกาย (220 body composition analysis) จากประเทศเกาหลีใต้ ประกอบด้วย น้ำหนัก (Body weight) เปอร์เซนต์ ไขมัน (Percent body fat) มวลไขมัน (Body fat mass) มวลกล้ามเนื้อ (Muscle mass)

2.3.2 วัดรอบเอวโดยใช้สายวัดรอบเอว มีหน่วยเป็นนิ้ว

2.3.3 วัดความอ่อนตัว (Flexibility) มี หน่วยเป็นเซนติเมตรโดยใช้เครื่องวัดความอ่อนตัว แบบตัวเลขผู้รับการทดสอบนั่งเหยียดขาตรงสอดได้ ม้าวัด เท้าชิดกันและตั้งฉากกับพื้นแนบกับที่ยันเท้า แขนเหยียดตรงมือเสมอกันอยู่บนม้าวัดแล้วก้มตัวไป ข้างหน้าจนไม่สามารถก้มตัวต่อไปได้อีกและรักษา ระยะทางให้ได้ 2 วินาทีขึ้นไป

2.3.4 วัดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscular strength) มีหน่วยเป็นกิโลกรัม/หนักตัว ใช้เครื่องวัดกำลังหลังและขา (Back and leg dynamometer) ยี่ห้อ ทีเคเค TTK แบบเข็มประเทศญี่ปุ่น

2.3.5 วัดความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscular Endurance) มีหน่วยเป็นจำนวนครั้งโดยใช้ แบบทดสอบของทดสอบโดยการลุกยืนและนั่งต่อเนื่อง จนครบ 30 วินาที วินเทอร์ และคณะ (Winter et al., 2007)

2.3.6 ความอดทนของระบบไหลเวียน โลหิตและการหายใจ ใช้แบบทดสอบการทำงานของ หัวใจและประสิทธิภาพในการไหลเวียนโลหิตเดิน 1 ไมล์ หรือ 1.6 กิโลเมตร (1 Mile Walk Test) จับเวลา มีหน่วยเป็นนาที

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำค่าของตัวแปรต่างๆมาวิเคราะห์ทางสถิติ โดยหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และ เปอร์เซ็นต์การเปลี่ยนแปลง (Percent change)

2. วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปร ระหว่างก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง 10 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance)

3. วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปร ภายในกลุ่มทดลองทั้งก่อนการทดลองและหลังการฝึก สัปดาห์ที่ 2, 6 และ 10 จำนวน 4 ครั้งภายในกลุ่ม ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบ วัดซ้ำ (One-Way Analysis of Variance with Repeated Measures) หากพบความแตกต่างจะ เปรียบเทียบเป็นรายคู่ด้วยวิธีแอลเอสดี (LSD) ที่ระดับ ความมีนัยสำคัญ .05

4. วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปร ภายในกลุ่มควบคุมระหว่างก่อนการทดลองและหลัง

การทดลอง 10 สัปดาห์ โดยค่าทดสอบค่าทีแบบรายคู่ (Paired t-test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05

ผลการวิจัย

เปอร์เซ็นต์ไขมัน มวลไขมัน น้ำหนักตัว รอบเอว ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและการหายใจระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงของสุขสมรรถนะ แตกต่างกับก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ซึ่งประกอบด้วย เปอร์เซ็นต์ไขมัน มวลไขมัน รอบเอวความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอดทนของ กล้ามเนื้อ และความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิต และการหายใจ และกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงของ สุขสมรรถนะแตกต่างกับก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัวแปรยกเว้น มวลกล้ามเนื้อ ไม่มีความแตกต่างกัน ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของสุขสมรรถนะระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง 10 สัปดาห์ เมื่อใช้ค่าเฉลี่ยก่อนการทดลองเป็นตัวแปรร่วม(Analysis of Covariance)

ตัวแปร	กลุ่มควบคุม (n = 26)		กลุ่มทดลอง (n = 26)	
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง
	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$
เปอร์เซ็นต์ไขมัน (%)	35.10±5.09	33.9±5.84 [#]	32.78±3.45	30.66±3.21 ^{#*}
มวลไขมัน (กิโลกรัม)	22.31±6.60	21.55±7.31 [#]	19.02±5.30	17.40±5.36 ^{#*}
มวลกล้ามเนื้อ (กิโลกรัม)	21.73±2.45	22.07±7.31	21.04±4.90	21.20±4.46
น้ำหนักตัว (กิโลกรัม)	62.54±9.83	62.28±10.6	58.07±1.09	56.68±1.04 ^{#*}
รอบเอว (นิ้ว)	31.75±2.55	31.04±2.61 [#]	31.10±4.64	29.46±4.83 ^{#*}
ความอ่อนตัว (เซนติเมตร)	9.88±6.00	10.42±6.10	9.58±1.13	14.61±1.20 ^{#*}
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (กิโลกรัม/น้ำหนักตัว)	1.26±0.57	1.51±0.62 [#]	1.23±0.62	1.82±0.66 ^{#*}
ความอดทนของกล้ามเนื้อ (ครั้ง)	22±3.99	23±3.43 [#]	23±9.63	30±8.13 ^{#*}
ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิต และการหายใจ (นาที)	16.61±0.86	16.29±0.93 [#]	16.61±2.55	14.68±2.57 ^{#*}

*p<.05 แตกต่างกับกลุ่มควบคุม

[#]p<.05 แตกต่างกับก่อนการทดลอง

อภิปรายผลการวิจัย

จากสมมุติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ว่าการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งจะมีผลต่อสุขสมรรถนะที่ดีขึ้น ในเยาวชนหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ จากผลการวิจัยทั้ง 10 สัปดาห์แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยทางสุขสมรรถนะทั้งหมดของกลุ่มทดลองที่ฝึกออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งและกลุ่มควบคุมที่ออกกำลังกายตามปกติ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นมวลกล้ามเนื้อซึ่งไม่มีความแตกต่างกัน

องค์ประกอบร่างกาย ประกอบด้วย เปอร์เซ็นต์ไขมัน มวลไขมัน มวลกล้ามเนื้อ น้ำหนักตัว รอบเอว

แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการออกกำลังกายด้วยการเดินวิ่งเป็นกลุ่มสามารถลดเปอร์เซ็นต์ไขมัน มวลไขมัน น้ำหนักตัว รอบเอวได้เนื่องจากการออกกำลังกายด้วยการเดิน-วิ่งเป็นกลุ่มมีอัตราส่วนระยะทางของการวิ่งและการเดินที่เป็นลักษณะการออกกำลังกายแบบหนัก สลับเบาเป็นการออกกำลังกายสลับช่วงระหว่างช่วงความหนักของการออกกำลังกายสูงและช่วงความหนักของการออกกำลังกายต่ำ สลับช่วงเช่นนี้จนครบจำนวนเที่ยวที่กำหนด การสลับด้วยช่วงความหนักของการออกกำลังกายต่ำจะช่วยเพิ่มการกำจัดของเสีย และขนส่งสารอาหารและออกซิเจนไปยังเซลล์กล้ามเนื้อ จึงทำให้สามารถออกกำลังกายได้เพิ่มขึ้นกว่าที่เคยทั้ง

ด้านความหนักและระยะเวลา สามารถออกกำลังกายได้มากและนานกว่า ลดการบาดเจ็บและความเมื่อยล้าจากการออกกำลังกายตามปกติของกลุ่มควบคุมซึ่งในกลุ่มนี้จะเป็นในลักษณะของการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับเพลลาดและคณะ (Paillard et al., 2004) ศึกษาผลของการเดินเร็วที่มีต่อสมรรถภาพการใช้ออกซิเจนและองค์ประกอบของร่างกายของผู้สูงอายุ เป็นเวลา 12 สัปดาห์ พบว่าการเดินเร็วมีผลต่อสมรรถภาพการใช้ออกซิเจนสูงสุดเพิ่มขึ้นและมวลไขมันของร่างกายลดลง ดังการวิจัยของ อาวุธ สมบูรณ์ยิ่ง (Somboonying, 2002) ศึกษาผลของการวิ่งเหยาะๆ และการปั่นจักรยานต่อร้อยละของไขมันในร่างกายของผู้หญิงวัยรุ่นอายุ 18-19 ปี ที่ความหนัก 60-70% ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุดพบว่า ร้อยละของไขมันในร่างกายลดลงและกระดูก เห็นแสงวีโล และคณะ (Hensangvilai et al., 2003) ได้ศึกษาการออกกำลังด้วยการเดินแบบ 12 นาที ทำ 2 ครั้งต่อวัน 5 วันต่อสัปดาห์เป็นเวลา 8 สัปดาห์พบว่าสามารถลดน้ำหนักตัว ลดความยาวเส้นรอบเอวต่อเส้นรอบสะโพกสอดคล้องกับ วีรศักดิ์ แก้วทรัพย์ (Kaewsap, 2008) ศึกษาการออกกำลังกายแบบแอโรบิกที่ความหนัก 60-70% ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุดวันละ 60 นาที ความถี่ 5 วันต่อสัปดาห์เป็นเวลา 8 สัปดาห์ ช่วยพัฒนาสุขสมรรถนะของเด็กอ้วนให้ดีขึ้นได้โดยลดเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย

นอกจากนี้สุขสมรรถนะทางด้านความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อที่สามารถยืดเหยียดได้มากขึ้นอาจเนื่องมาจากการยืดเหยียดที่ช่วงอบอุ่นร่างกายและช่วงผ่อนคลายกล้ามเนื้อทุกครั้งซึ่งผู้วิจัยกำหนดให้ยืดเหยียดกล้ามเนื้อแบบหยุดค้างไว้ (Static stretching) หลังจากอบอุ่นร่างกายยืดเหยียดกล้ามเนื้อแบบหยุดค้างไว้ 10 วินาที และช่วงผ่อนคลายกล้ามเนื้อใช้เวลา 30 วินาที ทำซ้ำ 2 ครั้งต่อท่า จำนวน 10 ท่า โดยหายใจเข้าออกตามปกติอย่างช้าๆ และผ่อนคลายไม่กลั้นหายใจขณะทำ

โดยจะเน้นการใช้ข้อต่อให้เคลื่อนไหวมากขึ้นเกินมุขปกติ ส่งผลให้เนื้อเยื่อเกี่ยวพันและกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องบริเวณรอบๆ ข้อต่อมีความอ่อนตัวเพิ่มขึ้น เพิ่มมุมของการเคลื่อนไหวได้มากขึ้น และทำให้กล้ามเนื้อ ข้อต่อมีความยืดหยุ่นดี โดยผสมผสานท่าฤๅษีดัดตนบางท่าในการยืดเหยียดกล้ามเนื้อสอดคล้องกับนิภาพร เหล่าชา และ วิจิต คณิสฺสเกษม (Laochar and Kanungsukkasem, 2010) ศึกษาผลของการออกกำลังกายท่าฤๅษีดัดตนที่มีต่อความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและความอ่อนตัวในผู้หญิงวัยทำงานเป็นเวลา 8 สัปดาห์ พบว่าการออกกำลังกายท่าฤๅษีดัดตนซึ่งเป็นการออกกำลังกายที่สามารถเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและเพิ่มความอ่อนตัวของลำตัวในผู้หญิงวัยทำงานได้

ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่สามารถออกแรงดึงเครื่องวัดกำลังขาได้เพิ่มขึ้นและความอดทนกล้ามเนื้อหลังการทดลอง 10 สัปดาห์พัฒนาขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับประจักษ์ อินทร์โต (Into, 2007) เปรียบเทียบสุขสมรรถนะที่เกิดจากการฝึกวิ่งเหยาะกับการฝึกวิ่งลดแรงกระแทก ที่ความหนัก 65-75% ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุด เป็นเวลา 8 สัปดาห์ พบว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนและขาหลังกล้ามเนื้อขาเพิ่มขึ้น รวมทั้งความแข็งแรงและความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดดีขึ้น ในปีเดียวกันศศิภา จินาจินและ ฤณอมวงศ์ ฤกษ์พันธ์ (Jinajin and Kritpet, 2007) ศึกษาผลของการเดินนับก้าวที่มีต่อสุขสมรรถนะของกลุ่มวัยทำงานที่มีภาวะน้ำหนักเกิน ทั้งเพศชายและเพศหญิง ติดเครื่องนับก้าวตั้งแต่เวลาตื่นนอนจนเข้านอน มีกิจกรรมให้ความรู้ นันทนาการ เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ พบว่าการเพิ่มกิจกรรมทางกายด้วยการเดิน 7,500-9,999 ก้าวต่อวันมีผลที่ดีขึ้นต่อสุขสมรรถนะของบุคคลวัยทำงานที่มีภาวะน้ำหนักเกินทั้งเพศชายและเพศหญิงสอดคล้องกับคาร์ล (Clarke, 1986) กล่าวถึงความสัมพันธ์ระหว่างความแข็งแรงและความ

อดทนของกล้ามเนื้อ คือความอดทนของกล้ามเนื้อ จะเปลี่ยนไปตามความแข็งแรงของกล้ามเนื้อถ้าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น ความอดทนของกล้ามเนื้อ จะเพิ่มขึ้นตามไปด้วย

ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและการหายใจหลังการทดลอง 10 สัปดาห์พัฒนาขึ้นจากการทดสอบเดิน 1 ไมล์ซึ่งสอดคล้องกับสมรรถภาพ สิลละมาด (Seelamad, 2004) กล่าวว่า การออกกำลังกายแบบหนักสลับเบาจะช่วยเพิ่มการกำจัดของเสีย และขนส่งสารอาหารและออกซิเจนไปยังเซลล์กล้ามเนื้อ จึงทำให้ออกกำลังกายได้เพิ่มขึ้นทั้งด้านความหนักและระยะเวลา สามารถออกกำลังกายได้มากและนานกว่า ลดการบาดเจ็บและความเมื่อยล้าจากการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ บอดี้ (Bode, 2005) กล่าวว่า การออกกำลังกายแบบหนักสลับเบา มีผลต่อการพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและการหายใจ โดยกระตุ้นการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจและปอด ด้วยกำลังแรงเต็มที่ในช่วงความหนักของงานสูง และคลายตัวลงในช่วงความหนักของงานต่ำ หรือช่วงพัก ซึ่งช่วงเวลานี้หลอดเลือดจะขยายตัวเนื่องจากต้องการเลือดที่มีออกซิเจนอยู่ การขยายของหลอดเลือดนี้จะช่วยพัฒนาหลอดเลือดแดงให้มีความยืดหยุ่นมากขึ้นและมีขนาดใหญ่ขึ้น ทำให้การแลกเปลี่ยนออกซิเจนดีขึ้น พัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหัวใจ เพิ่มความแข็งแรงและความอดทนของร่างกาย

การออกกำลังกายเป็นกลุ่มนั้นเป็นโปรแกรมการออกกำลังกายที่นำบุคคลที่มีลักษณะคล้ายกันมาจัดตั้งเป็นกลุ่มออกกำลังกาย มีการทำกิจกรรมร่วมกันอยู่ในพื้นที่เดียวกันและเวลาเดียวกันซึ่งโดยธรรมชาติแล้วมนุษย์เป็นสัตว์สังคมจึงมีแนวโน้มที่จะอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มๆ การออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งนี้ทำให้สมาชิกกลุ่มได้พบปะพูดคุยกัน ช่วยส่งเสริมให้เกิดความมั่นใจในตนเอง กล้าแสดงความคิดเห็น เกิดการกระตุ้นให้คนอื่นๆ ที่เคยท้อแท้หมดหวังกับการออกกำลังกาย

กายเพื่อลดน้ำหนักให้กลับมามีความหวังมากยิ่งขึ้น เพิ่มความสนใจสมาชิกในกลุ่มมากขึ้นสอดคล้องกับ เอิตเซน (Eitzen, 1989) กล่าวว่า การออกกำลังกายเป็นกลุ่มเป็นการออกกำลังกายที่มีประสิทธิภาพเนื่องจากความสนับสนุนของสมาชิกกลุ่ม การมีส่วนร่วมของทุกคนในครอบครัวซึ่งเป็นแรงผลักดัน และการให้รางวัลเป็นแรงจูงใจขั้นพื้นฐานที่ทำให้สมาชิกแสดงทักษะความสามารถออกมาได้อย่างเต็มที่ ทำให้การออกกำลังกายบรรลุจุดประสงค์ของการสร้างเสริมสุขสมรรถนะดังที่ตั้งไว้จึงต้องมีรูปแบบและวิธีการที่ชัดเจนเพื่อให้ผู้รับการฝึกทุกคนเข้าใจและสามารถทำตามได้ตรงกันส่งผลให้สุขสมรรถนะของผู้เข้าร่วมวิจัยในกลุ่มทดลองมีพัฒนาการอย่างต่อเนื่อง

สรุปผลการวิจัย

โปรแกรมการออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งที่ความหนัก 64-74% ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุด (สำหรับผู้มีระดับกิจกรรมทางกายน้อยไม่ออกกำลังกาย) 3 วัน/สัปดาห์ ระยะเวลา 30-50 นาที เป็นการออกกำลังกายที่ง่าย ประหยัด และยังได้เพื่อนซึ่งคอยเป็นแรงผลักดันให้เพื่อนในกลุ่มเข้าร่วมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และใส่ใจดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น จึงเกิดการพัฒนาสุขสมรรถนะในด้านต่างๆอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งพัฒนาบุคลิกภาพ จิตใจ อารมณ์และสังคมให้สามารถทำหน้าที่ของตนเองได้อย่างสมบูรณ์

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. เป็นการส่งเสริมสุขภาพเยาวชนหรือคนวัยทำงานที่มีภาวะน้ำหนักเกิน ควรนำผลงานวิจัยเสนอแก่คณะหรือหน่วยงานของภาครัฐและเอกชนให้จัดตั้งชมรมเพื่อรวมกลุ่มกันออกกำลังกายอย่างจริงจัง
2. การออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่งเป็นโปรแกรมการออกกำลังกายที่ทำให้เยาวชนหญิงมีเพื่อน มีทัศนคติและเห็นคุณค่าของการมีสุขภาพดีจนสามารถ

ลดน้ำหนักตัวได้และมีสุขภาพสมรรถนะที่ดีขึ้น จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการออกกำลังกายแบบง่ายๆ

3. การออกกำลังกายเป็นกลุ่มด้วยการเดิน-วิ่ง ควรมีข้อระมัดระวังเกี่ยวกับรองเท้าที่สวมใส่ ต้องดูซับแรงกระแทกได้ดีไม่หลวมหรือคับเกินไปจะช่วยป้องกันการบาดเจ็บที่เท้าและข้อเท้าได้ดี

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณอาสาสมัครทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีและทุนสนับสนุนจากกองทุนอุดหนุนในการทำวิทยานิพนธ์บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เอกสารอ้างอิง

- Bode, L. **Interval walking**. (2005). [Online]. Available from: www.workoutsforyou.com. [2005, may 29]
- Clarke, H.H. (1986). **Muscle strength and Endurance in man**. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Cohen, J. (1998). **Statistical power analysis for the behavioral sciences**. New York: Academic Press.
- Department of Health. (2000). **Obesity Summit 2010, Weight Reduction from A-Z**.
- Eitzen, D. S. (1989). **Sport in contemporary society**. New York : St.Martin's Press.
- Eric, E. (2002). The affective beneficence of vigorous exercise revisited. **British Journal of Health Psychology**, 7, 47-66.
- Hof, A.L. (2002). Mechanics of human triceps surae muscle in walking, running and jumping. **ActaPhysiol Scand**, 174, 17-30.
- Into, P. (2007). **A Comparison of Fitness resulting From Jogging Training and Elliptical Training**. Master's Thesis, Physical Education, Department of Physical Education, Srinakharinwirot University.
- Jinajin, S. (2008). Effect of walking on health-related physical Fitness in overweight working group. **Journal of Sports Science and Health**, Chulalongkorn University, 9(2) (July-December). 48-62.
- Jintanasaree, J. Disadvantage. (2005). lack of exercise. **Journal of Sports**. 60.
- Junyawattananon, B. (2001). **Motives for and Barriers to Physical Activities of Surin Provincial Public Health Office's Personnel**. Master's Thesis, Health Promotion, Faculty of Education, Chiang Mai University.
- Kaewsup, W. (2008). **Effect of Aerobic Exercise Intensity at 60-75% MHR on Physical Fitness in Obese Children**. Master's Thesis, Sports science, Faculty of Graduate School, Chiang Mai University.
- Korakot H., Sainatee P. and Peanchai K. (2003). **The effects of 12 Minute Walk Test exercise program in obese women**. Research report, Department of Physical Therapy, Faculty of Associated Medical Science, Chiang Mai University.
- Kosuwan, S. (2007). The Effect of self-efficacy enhancing program on perceived self practice and body weight among overweight female adolescent student, Amphor

- Lomsak, Phetchaboon Province. **Journal of Nursing Science Naresuan University**, 1, 32-46.
- Laochar, N. and Kanungsukkasem, V. (2011). Effects of hermit self stretching exercise on muscle strength and flexibility of working women. **Journal of Sports Science and Health**, 12(2), 116-126.
- Mokdad, A.H., Serdura, M.K., Dietz, W.H., Bowman, B.A., Marks, J.S., and Koplan, J.P. (2000). The continuing epidemic of obesity in the United States. **Journal of the American Medical Association**, 284, 1650-1651.
- Office of the National Economic and Social Development Board. (2007). **The National Economic and Social Development Plan 10**.
- Paillard, T. Lafont, C., Costes-Salon, M.C., Riviere, D. & Dupui, P. (2004). Effects of brisk walking on static and dynamic balance, locomotion, body composition and aerobic capacity in aging healthy active men. **The American Journal of Sports Medicine**, 25: 539-546.
- Queral, M. (1996). **The Social Environment and Human Behavior : A Diversity Perspective**. Boston: Allyn and Bacon.
- Seelamad, S. (2004). **Scientific Principles of Coaching**. Bangkok: Chulalongkorn University Printing House.
- Siwanuwat N., Kritpet, T. and Chakraphan, D. (2007). A comparison of effects of accumulated and continuous walking on health-related physical fitness in working-women. **Journal of Sports Science and Health**, 8(1), 23-33.
- Sirikarnjanakovit, S. and Kritpet, T. (2008). A Comparative Study of The Effects of Interval Walking and Continuous Walking on Health-Related Physical Fitness In Elderly Women. **Journal of Sports Science and Health**, 9(2), 20-29.
- Somboonying, A. (2002). **Effects of Jogging and Cycling on Percentage of Body Fat in 18-19 Years Old Women**. Master's Thesis, Sports Science, Graduate School, Chiang Mai University.
- Warburton, E.R., McKenzie, D.C., Haykowsky, M.J., Taylor, A., Shoemaker, P., Ignaszewski, A.P., and Chan, S.Y. (2005). Effectiveness of high-intensity interval training for therehabilitation of patients with coronary artery disease. **American Journal of Cardiology**, 95, 1080-1084.
- Williams and Wilkins. (2010). **American College of Sports Medicine ACSM's guidelines testing and prescription**. (8th ed). Wolter's Kluwer. Lippincott.
- Williams and Wilkins. (2006). **American College of Sports Medicine ACSM's guidelines for exercise testing and prescription**. (7th ed). Philadelphia: Lippincott.
- World Health Organization. (2000). **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Report of a WHO convention, Geneva. WHO technical report series 894, Geneva 2000.

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ

นพพล โพธิ์นาม และสุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ และการทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ

วิธีดำเนินการวิจัย การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักร้องอาชีพของบริษัทจีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) จำนวน 198 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นได้ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (IOC=0.85) หาค่าความเที่ยงโดยหาค่าสัมประสิทธิ์ของครอนบราค (r=0.88) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การแจกแจงความถี่ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันและการวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย มีดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.16$, $SD = 0.37$) ค่านิยมทางสุขภาพอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 3.95$, $SD = 0.24$) และการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 3.97$, $SD = 0.47$)

2. ปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมสามารถร่วมกันทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพได้ร้อยละ 41.7 ($R^2=.417$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ได้สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐานดังนี้

ความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ = (.713) ระยะเวลาในการทำงาน + (.591) การสนับสนุนทางสังคม + (.397) ค่านิยมทางสุขภาพ + (-.126) อายุ

สรุปผลการวิจัย ความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ อยู่ในระดับดี ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และสามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคม

คำสำคัญ : ความสุขสมบูรณ์ / ค่านิยมทางสุขภาพ / การสนับสนุนทางสังคม / ปัจจัยส่วนบุคคล / นักร้องอาชีพ

THE RELATIONSHIPS BETWEEN PERSONAL FACTORS, HEALTH VALUES AND SOCIAL SUPPORT ON THE WELLNESS OF PROFESSIONAL SINGERS

Noppon Potinam and Suchitra Sukhonthasab

Faculty of Sport Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose To study the wellness of professional singers by focusing on relationships between personal factors, health values, social support and the wellness of professional singers, and to predicting the wellness of professional singers.

Methods This research was a descriptive. The subjects use in this study consisted of 198 professional singers in GMM Grammy Public Company Limited. The questionnaire were tested for content validity by a panel of experts of IOC = 0.85 and demonstrated acceptable reliability with Cronbrach's alpha of $r = 0.88$ Data were analyzed by mean, percentile, standard deviation, Pearson product's moment correlation coefficient, and multiple regression analysis.

Results

1. The mean score of professional singers regarding wellness ($\bar{X} = 4.16$, SD = 0.37) health values ($\bar{X} = 3.95$, SD = 0.24) and social support ($\bar{X} = 3.97$, SD = 0.47) were found at a good level.

2. The relationship among personal factors, health values and social support towards professional singers' wellness were found significant related at .05 level.

3. All factors regarding personal factors, health values, and social support, correlated significantly predict professional singers' wellness 41.70 percent ($R^2 = .417$) at .05 level.

Standard predicted equation for professional singers' wellness was:

Professional singers' wellness = (.713) duration of work + (.591) social support + (.397) health values + (-.126) age

Conclusion The wellnesses of professional singers are at the good level. Factors that related and can predict wellness are personal factors, health values, and social support.

Key Words : Wellness / Health values / Social support / Personal factor / Professional singers

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาสุขภาพของวัยรุ่นนั้น ส่วนใหญ่เป็นปัญหาที่สังคมมักไม่ค่อยให้ความสนใจมากนัก แท้จริงแล้วปัญหาด้านสุขภาพของวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อคุณภาพของสังคมทั้งในปัจจุบันและอนาคตเพราะวัยรุ่นเป็น 1 ใน 4 ของประชากรปัจจุบัน ซึ่งหมายความว่าวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่ใหญ่ที่สุดกลุ่มหนึ่งในสังคม (Institute for Population and Social Research Mahidol University, 2003) ดังนั้นปัญหาทางด้านพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมอันส่งผลต่อสุขภาพของวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งที่สำคัญและควรได้รับการแก้ไข ปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นคือการเลียนแบบ วัยรุ่นเป็นวัยที่ชอบเลียนแบบโดยจะศึกษาและทำตามต้นแบบหรือบุคคลที่ตนเองชื่นชอบ วัยรุ่นส่วนใหญ่มักถือเอาแบบอย่างการปฏิบัติตนของนักร้องหรือดาราที่ตนเองชื่นชอบเป็นหลักนอกเหนือการเลียนแบบเพื่อนและบิดามารดา (Deepanwong, 1996) แบนดูรา (Bandura, 1985) กล่าวว่า การเลียนแบบพฤติกรรมของบุคคลส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) หรือการเรียนรู้โดยการเลียนแบบจากต้นแบบ (Model) โดยที่ต้นแบบ (Model) อาจเป็นต้นแบบที่มีชีวิตหรือต้นแบบสัญลักษณ์ที่พบเห็นในโทรทัศน์ หนังสือ นิตยสาร คำบอกเล่า

“นักร้อง” เป็นอาชีพหนึ่งที่สามารถเป็นต้นแบบ (Model) ทางพฤติกรรมได้ เนื่องจากอาชีพนักร้องสามารถปรากฏตัวให้ได้พบเห็นกันอยู่ทั่วไปในสื่อทุกประเภท นักร้องจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้เกิดค่านิยมต่อวัยรุ่นได้ (Buaban, 2006) นอกจากนี้ นักร้องส่วนใหญ่ในปัจจุบันเป็นวัยรุ่น การเป็นนักร้องที่ดีมีพฤติกรรมที่เหมาะสมจึงสามารถเป็นแบบอย่างให้แก่กลุ่มเป้าหมายทั้งที่เป็นกลุ่มวัยรุ่นและกลุ่มคนในช่วงอายุอื่นๆ ในปัจจุบันนอกเหนือจากภาพที่สื่อนำเสนอเกี่ยวกับผลงานเพลงซึ่งต้องการนำเสนอในเรื่องความสามารถของนักร้องแล้วจะเห็นได้ว่ามีการ

ให้ความสำคัญกับเรื่องภาพลักษณ์ที่ดีของนักร้องในแง่การทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมและการมีพฤติกรรมที่ดีด้วย เพราะภาพลักษณ์เหล่านี้จะมีผลต่อการได้รับความนิยมจากกลุ่มเป้าหมายรวมทั้งบุคคลต่างๆ ในสังคม (Chakraphun, 2006) แต่การเป็นต้นแบบของนักร้องอาชีพที่ดึ้นนั้นไม่สามารถเป็นได้ทุกคน เพราะนักร้องอาชีพมักมีปัญหาในการทำงานและการใช้ชีวิตประจำวันที่แตกต่างกันกลุ่มอาชีพทั่วไปโดยเฉพาะปัญหาเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น การใช้เสียงมากเกินไป การพักผ่อนไม่เพียงพอ การรับประทานอาหารไม่ถูกสุขลักษณะ การไม่มีเวลาออกกำลังกาย การเกิดภาวะความเครียดจากการทำงาน เป็นต้น จนเป็นสาเหตุให้เกิดโรคต่างๆ อาทิ กล้องเสียงอักเสบ โรคกรดไหลย้อน เนื่องมาจากเสียงสูง ซึ่งมักเกิดกับนักร้องอาชีพ (Archanupaphon, 2010) และการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น การเสพสารเสพติด เป็นต้น

บริษัท จีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) ถือว่าเป็นสื่อมวลชนด้านธุรกิจบันเทิงที่สำคัญแห่งหนึ่งของประเทศไทย เป็นแหล่งผลิตนักร้องอาชีพที่มีชื่อเสียงแก่วงการเพลงไทย นอกจากนี้ยังมีบทบาทสำคัญที่บริษัทได้ดำเนินการควบคู่กับการดำเนินธุรกิจคือกิจกรรมที่ทำคุณประโยชน์แก่สังคมซึ่งนับว่ามีบทบาทและส่งผลกระทบต่อสังคมอย่างมาก เช่น โครงการ Just Say No อันเป็นโครงการรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด โครงการรณรงค์วันงดสูบบุหรี่โลก โครงการรณรงค์งดดื่มสุรา เป็นต้น นอกเหนือจากการจัดกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมแล้ว นักร้องอาชีพในบริษัทยังได้รับรางวัลเกี่ยวกับการเป็นต้นแบบที่ดีทางสังคม โดยเฉพาะรางวัลและการเป็นพรีเซ็นเตอร์ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เช่น รางวัลบุคคลที่มีผลงานยอดเยี่ยมและดีเด่นในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ศิลปินแกนนำรณรงค์ “สุขเล็กเหล่า” และพรีเซ็นเตอร์โครงการ “แคชยันต์ = ออกกำลังกาย” พรีเซ็นเตอร์ “เนื่องในวันงดสูบบุหรี่โลก” แกนนำรณรงค์

ป้องกันการติดเชื้อเอดส์ เป็นต้น (GMM Grammy Public Company Limited, 2011) เนื่องจากจำนวนนักร้องค่ายนี้มีมากมายและหลากหลายแนวเพลงอีกทั้งบริษัทแกรมมี่มีลักษณะเป็นบริษัทที่ครบวงจรในด้านบันเทิงไม่ว่าจะเป็น สื่อทางโทรทัศน์ วิทยุ อินเทอร์เน็ต นิตยสารต่างๆ จึงอาจกล่าวได้ว่าคนส่วนใหญ่ในสังคมไทยสามารถรับรู้การเคลื่อนไหวด้านงานเพลงและการทำกิจกรรมต่างๆของนักร้องบริษัท จีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) ได้ตลอดเวลา (Chaiwatthamongkol, 2005) ทำให้มีกลุ่มเป้าหมายที่ติดตามมีมากมายเช่นเดียวกัน ดังนั้นจึงเป็นหน้าที่ของบริษัทและตัวของนักร้องเองที่จะทำให้การเป็นนักร้องอาชีพของแต่ละคนสามารถพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพในทุกด้านโดยมีพื้นฐานมาจากการมีสุขภาพดี “ความสุขสมบูรณ์” ซึ่งเป็นที่ยอมรับโดยทั่วกันว่าคือกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชีวิตหลายด้าน โดยความสุขสมบูรณ์ตามแนวคิดของเฮทเลอร์ (Hettler cited in Warner, 1984) ประกอบด้วยการพัฒนาชีวิต 6 ด้านได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ด้านสติปัญญา ด้านการงานอาชีพ และด้านจิตวิญญาณ ความสุขสมบูรณ์ของนักร้องจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ นักร้องทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีผลทางอ้อม คือเป็นแบบอย่างด้านสุขภาพแก่บุคคลทั่วไปในสังคม

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับความสุขสมบูรณ์ของนักร้อง โดยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้บริหารในการพิจารณาสนับสนุนส่งเสริมให้นักร้องอาชีพทุกคนมีความสุขสมบูรณ์ รวมทั้งสามารถเป็นแบบอย่างด้านสุขภาพที่ดีแก่ประชาชนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคม

กับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ

3. เพื่อศึกษาความสามารถในการทำนายของปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมต่อความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบันชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ณ วันที่ 6 มกราคม 2555

ประชากร

ประชากร คือ นักร้องอาชีพในสังกัดบริษัท จีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) ที่เซ็นสัญญากับบริษัทจนถึงปี 2555 ทั้งหมด 500 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักร้องอาชีพที่เซ็นสัญญากับบริษัท จีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) ใน ปี พ.ศ. 2555 ทั้งหมดจำนวน 227 คน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเกี่ยวกับประเด็นปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพ การสนับสนุนทางสังคม และความสุขสมบูรณ์ 6 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา ด้านการงานอาชีพและด้านจิตวิญญาณ โดยแบบสอบถามได้ผ่านการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) และปรับแก้ไขตามคำแนะนำผู้ทรงคุณวุฒิ ได้ค่า IOC ทั้งฉบับเท่ากับ 0.85 นำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มประชานักร้องอาชีพ ที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน จากนักร้องอาชีพบริษัทอื่น

เพื่อหาความเที่ยงของแบบสอบถาม นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยหาค่าสัมประสิทธิ์ของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) กำหนดค่าความเที่ยงที่ 0.65 (Kannasute, 1999) แบบสอบถามที่สร้างขึ้นได้ค่าความเที่ยง 0.88

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ทำการแจกแบบสอบถามให้กับต้นสังกัดค่ายเพลงและนักร้องอาชีพโดยตรง โดยใช้การเก็บจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างนักร้องอาชีพที่มีทั้งหมดในปี พ.ศ. 2555 จำนวน 227 คน ใช้ระยะเวลาในการรวบรวมข้อมูลประมาณ 1 เดือน ได้รับแบบสอบถามจำนวน 198 ชุด คิดเป็นร้อยละ 87.22

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการแปลผล

2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขสมบูรณ์โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.5 โดยกำหนดเกณฑ์

การแปลความหมายของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ดังนี้ (Kannasute, 1999)

ค่าระหว่าง 0.70-0.90 มีความสัมพันธ์ในระดับสูง

ค่าระหว่าง 0.30-0.69 มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

ค่าระหว่าง ≤ 0.29 มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ

3. การทำนายปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ โดยใช้การวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

ผลการวิจัย

1. ความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ ดังแสดงในตารางที่ 1

นักร้องอาชีพมีความสุขสมบูรณ์ภาพรวม ($\bar{X} = 4.16$, $SD = 0.37$) ด้านสังคม ($\bar{X} = 4.28$, $SD = 0.75$) ด้านอารมณ์ ($\bar{X} = 4.22$, $SD = 0.71$) ด้านสติปัญญา ($\bar{X} = 4.13$, $SD = 1.96$) ด้านการงานอาชีพ ($\bar{X} = 4.45$, $SD = 0.46$) และด้านจิตวิญญาณ ($\bar{X} = 4.40$, $SD = 0.39$) อยู่ในระดับดี ยกเว้นความสุขสมบูรณ์ด้านร่างกายอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.50$, $SD = 0.42$)

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ จำแนกเป็นรายด้าน 6 ด้าน (n=198)

ความสุขสมบูรณ์	$\bar{X}$	SD	ระดับ
ด้านร่างกาย	3.50	0.42	ปานกลาง
ด้านสังคม	4.28	0.75	ดี
ด้านอารมณ์	4.22	0.71	ดี
ด้านสติปัญญา	4.13	1.96	ดี
ด้านการงานอาชีพ	4.45	0.46	ดี
ด้านจิตวิญญาณ	4.40	0.39	ดี
รวม	4.16	0.37	ดี

2. ปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ ดังแสดงในตารางที่ 2

2.1 ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ คือ ปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาในการทำงานมีความสัมพันธ์ในระดับต่ำกับความสุขสมบูรณ์ ($r=.229$)

2.2 ค่านิยมทางสุขภาพมีความสัมพันธ์ในระดับต่ำกับความสุขสมบูรณ์ ($r=.157$)

2.3 การสนับสนุนทางสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ คือ การสนับสนุนทางสังคมด้านเพื่อนหรือเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์ในระดับปานกลางกับความสุขสมบูรณ์ ($r=.565$)

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขสมบูรณ์ของนักกริ่งอาชีพ ($n=198$)

	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)						
	ร่างกาย	อารมณ์	สังคม	สติปัญญา	การทำงานอาชีพ	จิตวิญญาณ	รวม 6 ด้าน
ปัจจัยส่วนบุคคล							
อายุ	-.023	-.040	.155*	.169*	.377*	.000	.116
ระยะเวลาในการทำงาน	.170*	.107	.179*	.132	.418*	.105	.229*
ค่านิยมทางสุขภาพ							
ค่านิยมทางสุขภาพ	.249*	.078	.145*	-.032	-.165*	.233*	.157*
การสนับสนุนทางสังคม							
ด้านต้นสังกัด	.103	.122	.102	.089	-.054	.062	.132
ด้านครอบครัว	-.132	.071	.217*	.174*	-.003	.153*	.112
ด้านเพื่อนหรือเพื่อนร่วมงาน	.104	.030	.645*	.851*	.066	.104	.565*
ด้านแฟนคลับ	.077	.240*	-.119	-.282*	.013	.263*	-.025

* มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ความสามารถในการทำนายของปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมทางสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมต่อความสุขสมบูรณ์ของนักกริ่งอาชีพ ดังแสดงในตารางที่ 3

การทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักกริ่งอาชีพโดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ พบว่า ตัวแปรที่มี

อำนาจในการทำนายความแปรปรวนของพฤติกรรมสุขภาพได้ดีที่สุด 3 อันดับแรก คือ ระยะเวลาในการทำงาน ($Beta = .713$) การสนับสนุนทางสังคม ($Beta = .591$) และค่านิยมทางสุขภาพ ($Beta = .397$) ตามลำดับ โดยมีค่าประสิทธิภาพการทำนาย (R^2) เท่ากับร้อยละ 41.7 สามารถสร้างสมการทำนายความสุข

สมบรูณ์รวมทั้ง 6 ด้านของนักร้องอาชีพ ดังนี้

สมการในรูปคะแนนดิบ

ความสุขสมบรูณ์รวมทั้ง 6 ด้าน = (.720) ค่านิยมทางสุขภาพ + (.556) การสนับสนุนทางสังคม + (.307) ระยะเวลาในการทำงาน + (.074) อายุ + (-1.609)

สมการในรูปคะแนนมาตรฐาน

ความสุขสมบรูณ์รวมทั้ง 6 ด้าน = (.713) ระยะเวลาในการทำงาน + (.591) การสนับสนุนทางสังคม + (.397) ค่านิยมทางสุขภาพ + (-.126) อายุ

ตารางที่ 3 ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของการทำนายรูปคะแนนดิบ (b) และคะแนนมาตรฐาน (Beta) ในการทำนายความสุขสมบรูณ์รวมทั้ง 6 ด้าน ของนักร้องอาชีพ (n=198)

ตัวทำนาย	b	Se.b	Beta	t	P-value
อายุ	-.074	.047	-.126	-1.563	.120
ระยะเวลาในการทำงาน	.307	.038	.713	7.993	.000*
ค่านิยมทางสุขภาพ	.720	.110	.397	6.529	.000*
การสนับสนุนทางสังคม	.556	.058	.591	9.665	.000*
Constant	-1.609	.559	-	-2.878	.000*
R = .646 R ² = .417 F = 34.530 P-value = .000*					

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

1. ความสุขสมบรูณ์ทั้ง 6 ด้านของนักร้องอาชีพ

1.1 ความสุขสมบรูณ์ด้านร่างกายภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.50$, $SD = 0.42$) อาจเป็นเพราะนักร้องอาชีพมักมีปัญหาในการทำงานและการใช้ชีวิตประจำวันที่แตกต่างกันจากกลุ่มอาชีพทั่วไปโดยเฉพาะปัญหาเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น การใช้เสียงมากเกินไป การพักผ่อนไม่เพียงพอ การรับประทานอาหารไม่ถูกสุขลักษณะ การไม่มีเวลาออกกำลังกาย การเกิดภาวะความเครียดจากการทำงาน เป็นต้น จนเป็นสาเหตุให้เกิดโรคต่างๆ อาทิ กล้องเสียงอักเสบ โรคกรดไหลย้อน เนื่องมาจากสายเสียง ซึ่งมักเกิดกับนักร้องอาชีพ (Archanupaphon, 2010: Online) และนักร้องอาชีพของบริษัทจีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด

(มหาชน) ส่วนน้อยที่จะได้ร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกายและการดำเนินชีวิต อาทิ การรณรงค์เกี่ยวกับการขับชี่ยานพาหนะ กิจกรรมรณรงค์เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ที่ถูกต้อง โครงการศิลปินแกนนำรณรงค์ป้องกันการติดเชื้อเอดส์ (GMM Grammy Public Company Limited, 2010) ศิลปินแกนนำรณรงค์ “สุขเล็กเหล่า” ฟรีเซ็นเตอร์โครงการ “แค่ขยับ = ออกกำลังกาย” ฟรีเซ็นเตอร์ “เนื่องในวันงดสูบบุหรี่โลก” เป็นต้น (GMM Grammy Public Company Limited, 2011)

1.2 ความสุขสมบรูณ์ด้านสังคมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.28$, $SD = 0.75$) อาจเป็นเพราะนักร้องอาชีพของบริษัทจีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) ได้ร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับการแสดงบทบาทที่แสดงความรับผิดชอบ

ต่อสังคม เช่น โครงการร่วมใจบริจาคโลหิต เป็นโครงการที่บริษัทฯ ร่วมกับสภาอากาศไทย จัดกิจกรรมเพื่อเชิญชวนผู้บริหาร พนักงาน และศิลปิน เข้าร่วมบริจาคโลหิตเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ โครงการเพื่อเด็กและเยาวชนเป็นกิจกรรมที่แกรมมี่สร้างสรรค์ขึ้น เพื่อส่งเสริมและพัฒนาเด็กและเยาวชนซึ่งเป็นกำลังสำคัญของชาติให้มีแนวคิดและทัศนคติที่ดีต่อตนเอง บุคคลรอบข้าง และสังคมส่วนรวม อาทิ โครงการมอบของขวัญเพื่อน้องในวันเด็กแห่งชาติ กิจกรรมรณรงค์เนื่องในวันเยาวชนแห่งชาติ การบริจาคหนังสือเพื่อเยาวชน กิจกรรมเลี้ยงอาหารและให้กำลังใจเด็กด้อยโอกาส กิจกรรมทำบุญเดือนเกิดเพื่อเด็กยากไร้ ฯลฯ (GMM Grammy Public Company Limited, 2010)

1.3 ความสุขสมบูรณ์ด้านอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.22$, $SD = 0.71$) อาจเป็นเพราะนักร้องอาชีพของบริษัทจีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) ได้ทำกิจกรรมเกี่ยวกับดนตรีและมีความชอบเกี่ยวกับดนตรีอยู่แล้ว จึงเป็นสาเหตุที่ทำให้จิตใจมีความสุข และผ่อนคลายความเครียด และนักร้องอาชีพได้ทำกิจกรรมที่ชอบกับเพื่อนร่วมงานอยู่เสมอ ซึ่งถือว่าการร้องเพลงและการเล่นดนตรีเป็นกิจกรรมหนึ่งในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้านอารมณ์ โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของวิญญูญัตถ์ บุญทัน และคณะ (Bunthan et al., 2011) ที่ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพ สังกัดสำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยการมีกลุ่มเพื่อนทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และสามารถทำนายพฤติกรรมสุขภาพได้สูงสุด และงานวิจัยของภคพงศ์ วิเศษสินธุ์ และคณะ (Wisessintu et al., 2011) พบว่า เพื่อนหรือกลุ่มเพื่อนที่ทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพและการทำนายพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรสายสนับสนุนของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.4 ความสุขสมบูรณ์ด้านสติปัญญาอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.13$, $SD = 1.96$) อาจเป็นเพราะนักร้องอาชีพจำเป็นต้องมีการร้องเพลงอยู่เสมอจึงฝึกฝนและเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะการร้องเพลงเพิ่มเติมและต้องศึกษางานเพลงจากสื่ออื่นๆอยู่เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพวงแก้ว แสนคำ (Sankum, 2006) ที่พบว่าความสมบูรณ์ด้านสติปัญญาที่บุคคลรู้จักใช้แหล่งทรัพยากรที่มีเพื่อขยายความรู้ไปสู่การพัฒนาทักษะและศักยภาพของตน

1.5 ความสุขสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.45$, $SD = 0.46$) อาจเป็นเพราะนักร้องอาชีพมีความสุขกับงานที่ทำ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของปิติมา ฉายโอภาส (Chaiaopadh, 2003) ซึ่งพบว่าความสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพ จะวัดจากความพึงพอใจต่อการทำงานของบุคคล รวมทั้งความรู้สึกด้านบวกที่ได้รับจากการทำงานนั้น การที่บุคคลบรรลุความสมบูรณ์ด้านการงานอาชีพจะช่วยเพิ่มความพึงพอใจ และพบกับความสมบูรณ์ในชีวิตโดยผ่านทางงานรูปแบบของความสมบูรณ์นั้น สามารถใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพได้ในทุกที่ทำงานและยิ่งประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

1.6 ความสุขสมบูรณ์ด้านจิตวิญญาณอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.40$, $SD = 0.39$) อาจเป็นเพราะนักร้องอาชีพได้ประสบความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายคือการทำงานและมีความสุขกับงานและสิ่งที่ตนรัก นั่นก็คือการร้องเพลงจนสามารถเป็นนักร้องอาชีพ ซึ่งได้ทำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ในชีวิต สอดคล้องกับกรีนเบิร์ก ดินทิแมนและโอเคส (Greenberg, Dintiman and Oakes, 1995) ที่กล่าวว่า สุขภาพทางจิตวิญญาณเป็นความเชื่อในอำนาจบางอย่างรวมกันเป็นความรู้สึกของการเชื่อมต่อเรื่องจุดมุ่งหมายในชีวิต และการค้นหาความหมายของชีวิต

2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ

2.1 ปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาในการทำงานมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .229$) อาจเนื่องมาจากนักร้องอาชีพที่มีอายุน้อยถึงแม้จะมีความรู้เกี่ยวกับอาชีพยังไม่มาก แต่ก็มีรุ่นพี่หรือทีมงานคอยให้ความสนับสนุน เป็นที่ปรึกษาทั้งยังปรับตัว เปิดรับสิ่งใหม่ๆ ที่เข้ามาค่อนข้างง่าย เนื่องจากเป็นช่วงที่ต้องเรียนรู้ หาประสบการณ์ทำงาน สอดคล้องกับงานวิจัยของชุตติมา บุณณนิต (Buranatanid, 1996) พบว่าการทำงานของพยาบาลที่ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม ความมีคุณค่าในตนเองและการสนับสนุนทางสังคมกับระดับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข พบว่า อายุมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับความสุขสมบูรณ์ของอาจารย์พยาบาล

2.2 ค่านิยมทางสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .156$) อาจเนื่องมาจากนักร้องอาชีพมีจุดมุ่งหมายในการทำงานและต้องทำเพื่อความสำเร็จในผลงานต่างๆ ของตัวเองที่รับผิดชอบ ตลอดจนการดูแลสุขภาพของนักร้องอาชีพเอง ดังนั้นค่านิยมทางสุขภาพที่นักร้องอาชีพคิดว่ามีผลต่อการดำเนินชีวิตต่อตัวนักร้องเองก็จะให้คุณค่าหรือให้ความสำคัญต่อสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพนั้นๆ และได้ยึดเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน สอดคล้องกับ เฉลิมพลตันสกุล (Tansakul, 1998) ได้กล่าวว่าหลัก “ค่านิยม” ที่ว่า ค่านิยม หมายถึง “ความเชื่อซึ่งจะแสดงออกในรูปแบบของวิถีปฏิบัติทางพฤติกรรม หรือในรูปของสิ่งที่พึงยึดถือเป็นจุดหมายปลายทางของชีวิต” โดยที่

ความเชื่อเฉพาะอย่างนี้มีคุณสมบัติไม่ได้ผูกติดอยู่กับเฉพาะสิ่ง แต่เป็นแกนกลางที่สอดผ่าน (Transcent) ข้ามสถานการณ์ สิ่งของ และบุคคล มีคุณสมบัติในการนำกระทำ นำเจตคติ มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ ดีชั่ว ชอบไม่ชอบ และช่วยในการเปรียบเทียบระหว่างสิ่งของสถานการณ์และระหว่างเป้าหมายที่เฉพาะ

2.3 การสนับสนุนทางสังคมด้านเพื่อนหรือเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์ในระดับปานกลางกับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .565$) อาจเนื่องมาจากนักร้องอาชีพได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและผู้ร่วมงานมากจะมีระดับความสุขสมบูรณ์มาก โดยบุคคลได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่จากคนใกล้ชิดทำให้รู้สึกปลอดภัย อบอุ่น สามารถระบายความรู้สึกออกมาได้จะมีความสุขสมบูรณ์มากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับความรักหรือการช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้างเช่นเดียวกับการศึกษาของโรเจอร์ (Roger, 1992) ที่พบว่าบุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะมีระดับความสุขสมบูรณ์ที่สูงกว่าบุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมต่ำกว่า

3. การทำนายความสุขสมบูรณ์

จากการวิจัยพบว่า ตัวแปรทั้ง 4 ตัว ได้แก่ อายุ ระยะเวลาในการทำงาน ค่านิยมทางสุขภาพ การสนับสนุนทางสังคม มีความสามารถในการทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพที่แตกต่างกัน โดยปัจจัยที่สามารถทำนายความสุขสมบูรณ์เรียงลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาในการทำงาน ($Beta = .713$) การสนับสนุนทางสังคม ($Beta = .591$) และค่านิยมทางสุขภาพ ($Beta = .397$) หมายความว่า เมื่อปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาการทำงานเพิ่มขึ้น 1 คะแนน จะมีผลทำให้ความสุขสมบูรณ์ทั้ง 6 ด้านเพิ่มขึ้น .713 คะแนน ซึ่งทั้ง 4 ตัวแปรสามารถร่วมกันทำนายความสุขสมบูรณ์

ทั้ง 6 ด้าน ของนักร้องอาชีพ ได้ร้อยละ 41.7 ซึ่งจะเห็นได้ว่า ปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาในการทำงานมีความสามารถในการทำนายความสุขสมบูรณ์มากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับความสัมพันธ์ ที่ปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาในการทำงานมีความสัมพันธ์กับความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ และสอดคล้องกับการวิจัยของเพลย์สัน (Payson, 1989) ที่พบว่า จำนวนปีปฏิบัติงานว่าเป็นประสบการณ์การทำงานของคนที่มีผลทำให้เกิดความคุ้นเคยและสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของการทำงานได้มากขึ้นทั้งมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในการทำงานเป็นส่วนหนึ่งของความสุขสมบูรณ์ของชีวิตการทำงาน

สรุปผลการวิจัย

ความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพอยู่ในระดับดี ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และสามารถทำนายความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพ ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมด้านเพื่อนหรือเพื่อนร่วมงาน ปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาในการทำงาน และค่านิยมทางสุขภาพตามลำดับ บริษัทจึงควรคำนึงถึงปัจจัยเหล่านี้เพื่อจัดกิจกรรมในการสร้างเสริมความสุขสมบูรณ์ให้กับนักร้องอาชีพในสังกัดต่อไป

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมความสุขสมบูรณ์ของนักร้องอาชีพดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. บริษัทจีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) ควรมีโครงการสำหรับนักร้องอาชีพให้มีการออกกำลังกายร่วมกันทั้งนักร้องด้วยกัน หรือนักร้องกับเจ้าหน้าที่ทีมงาน เนื่องจากการวิจัยพบว่ามีกลุ่มเพื่อนหรือเพื่อนร่วมงาน

ทำให้นักร้องอาชีพสนใจในการดูแลสุขภาพมากขึ้น

2. ต้นสังกัดย่อยที่ดูแลนักร้องอาชีพควรสนับสนุนโครงการการดูแลสุขภาพส่วนบุคคลแก่นักร้อง เช่น การให้ผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการและการออกกำลังกายมาแนะนำและให้ข้อมูลที่ถูกต้องในการปฏิบัติสำหรับการดูแลสุขภาพของนักร้องอาชีพโดยตรงเป็นประจำ เนื่องจากการวิจัยพบว่าค่านิยมทางสุขภาพของนักร้องบางอย่างยังไม่มีดี เช่น การออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร การสูบบุหรี่ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. ต้นสังกัดรวมถึงผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ นักร้องในสังกัด ช่วยกันส่งเสริมการสร้างบรรยากาศสิ่งแวดล้อมในการดูแลสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อความสุขสมบูรณ์ที่ดีขึ้น

2. ต้นสังกัด และผู้ที่ดูแลนักร้องควรจัดตารางให้นักร้องออกกำลังกายอย่างชัดเจน และดูแลการรับงานในการทำงานของนักร้องให้มีเวลาพักผ่อนให้เหมาะสม

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขสมบูรณ์ของนักแสดง

2. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ค่านิยมสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมกับความสุขสมบูรณ์ของนักดนตรี

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ที่ดูแลศิลปินจากต้นสังกัดต่างๆ และนักร้องอาชีพบริษัทจีเอ็มเอ็ม แกรมมี่ จำกัด (มหาชน) ทุกท่านที่ได้สละเวลาและให้ความร่วมมือในการวิจัยในครั้งนี้เป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

- Archanupaphon, S. (2010). **Inflammation of The Larynx**. Retrieved December 11, 2010, from Mho Chaw Bann Website : <http://www.doctor.or.th/node/6417>.
- Bandula, A. (1985). **Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognitive Theory**. Upper Shaddlr River, NJ: Prentice Hall Inc.
- Buaban, S. (2006). **Factor Affecting Teenagers' Imitative Behavior Based on Actors and Singers**. A thesis for the degree of Master of Arts program in mass communication, Faculty of Arts, Ramkhamhaeng University, Bangkok.
- Bunthan, W., Thanawat, I., and Sukonthasab, S. (2011). Factor relating to health behaviors of professional nurses under medical service department Bangkok metropolitan administration. **Journal of Sports Science and Health**, 12(3), 93-105.
- Buranatanid, C. (1996) **Relationships between Personal Factors Sense Environment Social Support and Wellness of Professional Nurses Government Hospitals Bangkok Metropolis**. A thesis for the of Master of Nursing Science, Faculty of Nursing, Chulalongkorn University, Bangkok.
- Chaiaopadh, P. (2003). **Relationships between Personal Factors Sense of Coherence Social Support and Wellness of Professional Nurses Government Hospitals Bangkok Metropolis**. A thesis for the of Master of Nursing Science, Faculty of Nursing, Chulalongkorn University, Bangkok.
- Chaiwatthamongkol, W. (2005). **Attitude Total Satisfaction and Purchasing Behavior Towards Popular Music of GMM Grammy Public Company Limited in Bangkok Metropolitan Area**. A thesis for the degree of Master of Business Administration in Marketing, Faculty of Business Administration, Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Chakraphun, D. (2006). **Image Management Strategies of Thai Singer and The Perception of Their Target Audiences**. A thesis for the degree of Master of Arts program in Public Relation, Faculty of Communication Arts, Chulalongkorn University, Bangkok.
- Deepanwong, N. (1996). **Grammy Entertainment Singers Influence of Non-Verbal Language upon Youth**. A thesis for the degree of Master of Arts program in Public Relation, Faculty of Communication Arts, Chulalongkorn University, Bangkok.
- GMM Grammy Public Company Limited. (2011). **Annual Report 2010**. Bangkok.
- GMM Grammy Public Company Limited. (2011). **Annual Report 2011**. Bangkok.
- Greenbreg, J. S., Dintiman, G. B. & Oakes, B. M. (1998). **Physical Fitness and Wellness**. Massachusetts: Allyn & Bacan.

- Institute for Population and Social Research, Mahidol University. (2003). **Thai Health 2003**. Bangkok: Amarin Printing And Publishing Public Company Limited.
- Kannasut, P. (1999) **Statistics for Research in Behaviroal and Social Science**. Bangkok: Chulalongkorn University.
- Payson, A.A. (1989). **Job Satisfaction and Need Satisfaction of Psychiatric Register Nurses; The Influence of Nurse Manager Decision making Style**. EDD thesis Health Science University of Bridgeport.
- Roger, S.U. (1992) How design impacts wellness. **Healthcare Forum**. 35(5), 24-25.
- Sankum, P. (2006). **Relationship between Personal Factors Burden Sense of Coherence Social Support and Wellness of Traumatic Brain Injury Patients' Caregivers**. A thesis for the of Master of Nursing Science, Faculty of Nursing, Chulalongkorn University,Bangkok.
- Tansakul, C. (1998). **Public Health Behavioral Science**. Bangkok: Sahaparchaphanich Company.
- Warner, M. J. (1984). Wellness Promotion in Higher Education. **NASPA Journal**.
- Wisessintu, P., Imsomboon, T., and Sukhonthasab, S. (2011). Factor relating to health behaviors of Chulalongkorn University supporting personnel. **Journal of Sports Science and Health**, 12(2), 104-115.

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม อาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร จังหวัดปทุมธานี

กมล นามเสนาะ และสุจิตรา สุนทรทรัพย์

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อสุขภาพของพนักงานที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร เนื่องจากต้องอยู่ในสภาพแวดล้อมของโรงงานอุตสาหกรรมที่อาจเกิดปัญหาสุขภาพจากการทำงานได้ตลอดเวลา

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยมุ่งเน้นศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร จังหวัดปทุมธานี

วิธีดำเนินการวิจัย การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร จังหวัดปทุมธานี จำนวน 450 คน โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นที่ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ 0.80 และหาค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.85 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและหาความสัมพันธ์ของตัวแปรโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม

มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.93$) โดยพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 3.87$) และมีพฤติกรรมด้านการออกกำลังกายอยู่ในระดับไม่ดี ($\bar{X} = 1.85$)

สรุปผลการวิจัย ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นโรงงานอุตสาหกรรมจึงควรให้ความสำคัญกับปัจจัยต่างๆเหล่านี้ เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร

คำสำคัญ : ปัจจัยที่สัมพันธ์ / พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ / พนักงานโรงงานอุตสาหกรรม อุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์

FACTORS RELATING TO HEALTH PROMOTING BEHAVIOR OF WORKERS IN FOOD INDUSTRIAL AND PROCESSED FOOD PRODUCTS FACTORIES, PATHUMTHANI PROVINCE

Pamorn Namsanor and Suchitra Sukonthasab

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Health promoting behaviors are important for workers' health in food industrial and processed food product factory because being in industrial environment can cause work-related health problems at any time.

Purposes The purposes of this study were to examine factors relating to health promoting behaviors by focusing on the relationship among predisposing factors, enabling factors, reinforcing factors and health promoting behavior and to examine food industrial and processed food product factory workers' health promoting behaviors in Pathumthani province.

Methods This study was a descriptive research. Subjects were 450 food processing factory workers in Pathumthani province. Data collections were performed by using the questionnaire which was developed by the researcher. The content validity was tested by expert panel judges with IOC at 0.80 and demonstrated acceptable reliability with Cronbachs alpha at 0.85. The data were analyzed by mean, percentile, and standard deviation. The relationship between each variable was tested

by Pearson's Product Moment Correlation Coefficient.

Results There was a significant relationship between predisposing factors, enabling factors, reinforcing factors and health promoting behavior ($p < 0.05$). The total food industrial and processed food product factory workers' health promoting behaviors were at moderate level ($\bar{X} = 2.93$) while stress management behavior was at high level ($\bar{X} = 3.87$) and exercise behavior was at low level ($\bar{X} = 1.85$).

Conclusion Factors relating to health promoting behaviors were predisposing factors, enabling factors, and reinforcing factors. The total food industrial and processed food product factory workers' health promoting behavior were at moderate level. Therefore, the food industrial and processed food product factories should consider these factors to promote food industrial and processed food product factory workers' health.

Key Words: Factors relating / Health promoting behavior / Food industrial and processed food products factories workers

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากการที่ประเทศไทยได้เปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางเศรษฐกิจจากการผลิตภาคเกษตรกรรมมาสู่ภาคอุตสาหกรรมส่งผลให้เกิดการขยายตัวทางเศรษฐกิจอย่างต่อเนื่อง อุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารเป็นหนึ่งในอุตสาหกรรมที่มีการผลิตเพื่อการส่งออกเป็นสินค้ารายสำคัญของประเทศ สถิติการส่งออกอาหารขององค์การการค้าโลก (World Trade Organization; WTO) ปี 2552 ระบุว่าประเทศไทยเป็นประเทศผู้ส่งออกสินค้าอาหารเป็นลำดับที่ 12 ของโลก (National Food Institute, 2009) เนื่องจากประเทศไทยมีความได้เปรียบทางด้านวัตถุดิบทางการเกษตร อีกทั้งมีศักยภาพในการพัฒนารูปแบบและคุณภาพของผลิตภัณฑ์ได้ตรงตามความต้องการของตลาดโลก ส่งผลให้อุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารในประเทศไทยได้รับการสนับสนุนและขยายตัวเพิ่มมากขึ้น ซึ่งอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารเป็นอุตสาหกรรมที่มีสัดส่วนของการใช้แรงงานคนมากกว่าเครื่องจักรเนื่องจากกระบวนการผลิตบางขั้นตอนไม่สามารถใช้เครื่องจักรได้โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขั้นตอนการทำความสะอาดและการตัดแต่งวัตถุดิบทำให้แรงงานต้องใช้ทักษะและความชำนาญเฉพาะบุคคลในการทำงานเพื่อลดความสูญเสียในกระบวนการผลิต (Industrial Economics, 2009)

สำหรับปัญหาสุขภาพของพนักงานที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมโดยเฉพาะอย่างยิ่งพนักงานที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมขนาดใหญ่จะพบปัญหาสุขภาพที่เกิดจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมมากกว่าโรคที่เกิดจากการทำงาน เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคมะเร็ง เป็นต้น (Praphansin, 2000) โรคเหล่านี้เกิดจากการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง ขาดการออกกำลังกาย

กำลังกาย สูบบุหรี่ ดื่มสุราและมีความเครียด นอกจากนี้ยังพบพฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ ที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพ เช่น อุบัติเหตุจากการทำงาน อุบัติเหตุจากการจราจร พฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์ พฤติกรรมการใช้สารเสพติด เป็นต้น ข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าพนักงานที่ทำงานในโรงงานยังมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องในการดำรงชีวิตและส่งผลกระทบไปยังสุขภาพอันจะทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง การสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรมหรือสถานประกอบการโรงงานจึงเป็นสิ่งสำคัญเพราะการสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานจะส่งผลให้คนงานมีสุขภาพดี มีความสุข ลดการขาดและลางาน ลดความเครียด ลดอุบัติเหตุจากการทำงาน อันจะส่งผลกระทบต่อสถานประกอบการในด้านดี คือ ลดต้นทุนการผลิต ช่วยเพิ่มผลผลิตสร้างงานที่มีคุณภาพ สร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้า เป็นการเพิ่มยอดขายสินค้าหรือใช้บริการ ดังนั้นการที่พนักงานมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพนเดอร์ (Pender, 1996) กล่าวว่าพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพเป็นการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเพื่อคงไว้หรือยกระดับภาวะสุขภาพของตนเอง ความพอใจของชีวิตและความมีคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วยกิจกรรม 6 ด้าน คือ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านกิจกรรมทางกาย ด้านโภชนาการ ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณและด้านการจัดการกับความเครียด พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพดังกล่าวถือว่าเป็นกลวิธีหลักในการลดอัตราการเจ็บป่วย และพัฒนาภาวะสุขภาพอันจะนำไปสู่การทำหน้าที่ของบุคคลได้สูงสุด (Lee and Estes, 1997)

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร จังหวัดปทุมธานี เพื่อจะได้

ทราบข้อมูลพื้นฐานเพื่อใช้ในการกำหนดแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่เหมาะสมของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร เพื่อให้พนักงานมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร จังหวัดปทุมธานี
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร จังหวัดปทุมธานี

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน ณ วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2555

ประชากร

ประชากรเป็นพนักงานที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารในจังหวัดปทุมธานี จำนวน 21,662 คน (Pathumthani province industry office, 2010)

กลุ่มตัวอย่าง

กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ ทาโร ยามาเน่ (Yamane, 1970) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ความคลาดเคลื่อน .05 ได้กลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสม 400 คน แต่ในการรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้เพิ่มกลุ่มตัวอย่างเป็น 450 คน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 0.80 และนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 30 ราย นำมาคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Coefficient Alpha) ได้ค่าเท่ากับ 0.85 สำหรับแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพวิเคราะห์หาความเที่ยงเพื่อวัดความสอดคล้องภายในโดยใช้วิธีของคูเดอร์ริชเชดสัน (Kuder-Richardson; KR-21) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.75

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลร่วมกับผู้ช่วยวิจัยทำการแจกแบบสอบถามให้กับพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร จำนวน 3 โรงงาน สุ่มตัวอย่างพนักงานในแต่ละโรงงานด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายโดยวิธีจับสลาก หลังจากนั้นแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองโดยแบบสอบถามแบ่งเป็น 6 ส่วน จำนวน 84 ข้อ ใช้เวลาตอบประมาณ 20 นาที ซึ่งเป็นการตอบแบบสอบถามเพียงครั้งเดียว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ประกอบด้วย คำถาม 6 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน รายได้

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด การสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การทำงานที่ปลอดภัย

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพด้านการมีนโยบายสร้างเสริมสุขภาพ การจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การมีสถานที่/อุปกรณ์เอื้อต่อการปฏิบัติกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในโรงงานอุตสาหกรรม

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเสริมต่อการสร้างเสริมสุขภาพด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆและการได้รับการสนับสนุนทางสังคม

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ 6 ด้าน ได้แก่ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการกับความเครียด การสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การทำงานที่ปลอดภัย

แบบสอบถามใช้ตามกรอบแนวคิดแบบจำลองการวางแผนการส่งเสริมสุขภาพ (PRECEDE-PROCEED Model) (Green and Kreuter, 2005) ในขั้นตอนที่ 3 การวิเคราะห์ทางการศึกษาและนิเวศวิทยา (Education and Ecological Assessment) เป็นกรอบแนวคิดเพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ส่วน

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยวิเคราะห์ด้วยสถิติค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. สถิติวิเคราะห์ (Analytical Statistics) ใช้ในการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ

และปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมโดยการวิเคราะห์โดยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

เกณฑ์การแปลผลระดับความสัมพันธ์ (Munro, 2001)

ค่า r ระหว่าง 0.00-0.25 หมายถึง มีความสัมพันธ์ในระดับเล็กน้อย

ค่า r ระหว่าง 0.26-0.49 หมายถึง มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ

ค่า r ระหว่าง 0.50-0.69 หมายถึง มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

ค่า r ระหว่าง 0.70-0.89 หมายถึง มีความสัมพันธ์ในระดับสูง

ค่า r ระหว่าง 0.90-1.00 หมายถึง มีความสัมพันธ์ในระดับสูงมาก

ผลการวิจัย

1. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับเล็กน้อยกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ($r = 0.253$) ปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับเล็กน้อยกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ($r = 0.188$) ปัจจัยเอื้อด้านนโยบาย/การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับเล็กน้อยกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ($r = 0.116$) ปัจจัยเสริมด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆและการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคล มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ($r = 0.474$) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำเข้า ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ปัจจัย	r	ระดับความสัมพันธ์	p-value
ปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ	0.253	เล็กน้อย	0.00*
ปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ	0.188	เล็กน้อย	0.00*
ปัจจัยเอื้อด้านนโยบายและการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพ	0.116	เล็กน้อย	0.014*
ปัจจัยเสริมด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ/ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคล	0.474	ต่ำ	0.00*

*p < .05 มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร พบว่ามีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.93$, $SD = 0.57$) เมื่อจำแนกรายข้อ พบว่า มีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในระดับดี 3 อันดับแรก คือ การไม่เคยพ่นคลายความเครียดด้วยการรับประทานยาคลายเครียด ($\bar{X} = 3.87$, $SD = 0.37$) การไม่เคยสูบบุหรี่ ($\bar{X} = 3.52$, $SD = 0.65$)

และการรับประทานอาหารเช้า 3 มื้อต่อวัน ($\bar{X} = 3.49$, $SD = 0.53$) และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในระดับไม่ดี คือ การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาจนกระทั่งมีเหงื่อออกทุกครั้ง ($\bar{X} = 1.89$, $SD = 0.79$) และการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาครั้งละ 15-30 นาที อย่างน้อย 3 วัน/สัปดาห์ ($\bar{X} = 1.85$, $SD = 0.77$) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผล พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (n = 450)

พฤติกรรม	การปฏิบัติกิจกรรม (ร้อยละ)				$\bar{X}$	SD	การแปลผล
	ประจำ	บ่อยๆ	บางครั้ง	ไม่เคย			
1. รับประทานอาหารเช้า 3 มื้อต่อวัน	50.9	47.3	1.8	-	3.49	0.53	ดี
2. รับประทานอาหารเช้าที่มีรสจัด เช่น เค็มจัด หวานจัด เผ็ดจัด เปรี้ยวจัด*	1.6	16.7	66.9	14.9	2.95	0.61	ปานกลาง
3. ใช้น้ำมันเครื่องดีเซล*	1.1	8.2	64.7	26	3.16	0.60	ดี
4. ใช้น้ำสะอาดอย่างน้อย วันละ 6-8 แก้ว	4.9	53.6	41.3	0.2	2.63	0.57	ปานกลาง
5. รับประทานผักและผลไม้	4.7	50.9	44	0.4	2.60	0.58	ปานกลาง

ตารางที่ 2 ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผล พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (n = 450) (ต่อ)

พฤติกรรม	การปฏิบัติกิจกรรม (ร้อยละ)				$\bar{X}$	SD	การแปลผล
	ประจำ	บ่อยๆ	บางครั้ง	ไม่เคย			
6. ท่านออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ครั้งละ 15-30 นาทีอย่างน้อย 3 วัน/สัปดาห์	5.6	9.6	53.1	31.8	1.89	0.79	ไม่ดี
7. ท่านออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา จนกระทั่งมีเหงื่อออกทุกครั้ง	5.6	6.9	54.7	32.9	1.85	0.77	ไม่ดี
8. เมื่อไม่สบายใจท่านจะปรึกษาปัญหา พูดคุยกับผู้ใกล้ชิดที่ไว้วางใจได้	2.7	48.4	46.7	2.2	2.52	0.59	ปานกลาง
9. ท่านผ่อนคลายความเครียดโดยการ ฟังเพลง ดูหนัง ดูทีวี	6.2	63.3	30.4	-	2.76	0.55	ปานกลาง
10. ท่านผ่อนคลายความเครียดด้วยการ รับประทานยาคลายเครียด*	0.2	0.9	10.2	88.7	3.87	0.37	ดี
11. ท่านหยุดพักเมื่อรู้สึกว่าคุณ เหนื่อยล้ามากเกินไป	6.7	71.1	22.2	-	2.84	0.51	ปานกลาง
12. ท่านพักผ่อนนอนหลับอย่างน้อยวันละ 6-8 ชั่วโมง	3.3	72.2	24.4	-	2.79	0.48	ปานกลาง
13. ท่านสูบบุหรี่*	0.9	6.0	32.9	60.2	3.52	0.65	ดี
14. ท่านหลีกเลี่ยงที่จะอยู่ในบริเวณที่มี ควันบุหรี่	10.9	62.9	26	0.2	2.84	0.59	ปานกลาง
15. ท่านดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์*	-	7.8	53.3	38.9	3.31	0.60	ดี
16. ท่านปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้ดื่มสุรา หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	9.8	61.3	28.9	-	2.81	0.59	ปานกลาง
17. ท่านอ่านป้ายคำเตือนที่ติดในโรงงาน และเครื่องจักร	19.3	68.4	12	0.2	3.07	0.56	ดี
18. ท่านใช้ผ้าปิดจมูกในขณะที่ทำงาน	34.4	63.3	2.2	-	3.32	0.51	ดี
19. ท่านสวมถุงมือ รองเท้า เพื่อความ ปลอดภัยขณะทำงาน	35.3	62.7	2	-	3.33	0.51	ดี
20. ท่านใช้ที่อุดหูเพื่อป้องกันเสียงดัง ในขณะที่ทำงาน	19.6	69.8	10.4	0.2	3.09	0.55	ดี
รวม					2.93	0.57	ปานกลาง

* พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางลบ

อภิปรายผลการวิจัย

ความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยนำ กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในการศึกษาครั้งนี้พบว่า พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารในภาพรวมมีความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพในระดับดี ทั้งนี้เนื่องจากพนักงานส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 73.6 จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย ร้อยละ 47.6 และร้อยละ 17.1 ตามลำดับ ซึ่งในหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการได้บรรจุรายวิชาสุขศึกษาเป็นวิชาบังคับ จึงทำให้พนักงานมีความรู้พื้นฐานทางด้านสุขภาพอนามัยมาบ้างแล้ว ประกอบกับในปัจจุบันมีเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงการนำเสนอข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพตามสื่อต่างๆ เช่น โทรศัพท์ วิทยุ อินเทอร์เน็ต ทำให้พนักงานมีโอกาสได้รับความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ อีกทั้งหน่วยงานของภาครัฐและเอกชนรวมทั้งโรงงานอุตสาหกรรมก็มีการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารสุขภาพผ่านสื่ออย่างต่อเนื่อง เหตุดังกล่าวจึงทำให้พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารมีความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพสอดคล้องกับการศึกษาของวันเพ็ญ แก้วปาน และคณะ (Kaewpan et al., 2009) และเย็นฤดี แสงเพชร (Saengpetch, 2007) ที่พบว่าความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพของแรงงานชายสูงอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในการศึกษาครั้งนี้พบว่า พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูป

ผลิตภัณฑ์อาหารส่วนใหญ่มีทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพภาพรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 3.01$, $SD = 0.46$) และมีความสัมพันธ์กันในทางบวก ทั้งนี้เนื่องจากทัศนคติเป็นความเชื่อของบุคคลและการที่พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารมีทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพในทางบวกก็แสดงให้เห็นว่าพนักงานมีแนวโน้มที่จะปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพสอดคล้องกับการศึกษาของศิริพร จันทรไพศรี (Janpaisri, 2005) ที่พบว่าเจตคติต่อการส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่าการที่พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารมีความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพอยู่ในระดับดี จึงทำให้เกิดทัศนคติเชิงบวกเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพตามไปด้วยสอดคล้องกับแนวคิดแบบจำลองการวางแผนการส่งเสริมสุขภาพ (PROCEED-PRECEDE Model) (Green and Kreuter, 2005) ที่ระบุว่าปัจจัยนำด้านความรู้และทัศนคติเป็นปัจจัยพื้นฐานของบุคคล และเป็นแรงจูงใจในการที่จะให้บุคคลมีการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยเอื้อ กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ปัจจัยเอื้อด้านนโยบายสร้างเสริมสุขภาพในโรงงานอุตสาหกรรม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า โรงงานอุตสาหกรรมมีนโยบายสร้างเสริมสุขภาพ ร้อยละ 100 ประกอบด้วย นโยบายปลอดบุหรี่ นโยบายส่งเสริมการออกกำลังกาย และกีฬา นโยบายความปลอดภัยในการทำงาน นโยบายจัดสถานที่พักผ่อนหย่อนใจและมีการประกาศแจ้งให้

พนักงานรับทราบนโยบายสร้างเสริมสุขภาพ แสดงให้เห็นว่าโรงงานอุตสาหกรรมให้ความสำคัญกับการมีนโยบายที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพของพนักงาน ซึ่งสอดคล้องแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพตามกฎหมายที่ระบุว่าการสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพจะเอื้อต่อการมีสุขภาพดีเพราะนโยบายเป็นข้อความแสดงเจตจำนงขององค์กรให้ดำเนินการตามนโยบายต่อการมีสุขภาพดีและจะเอื้อให้มีการสร้างสรรค์กิจกรรมเพื่อการมีสุขภาพดี สอดคล้องกับการศึกษาของวันเพ็ญ แก้วปาน และคณะ (Kaewpan et al., 2009) และไพโรจน์ พรหมพันธุ์ (Prompanjai, 1997) ที่พบว่านโยบายสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของธิดา แดงชาติ (Dangehat, 2005) ที่พบว่านโยบายการสร้างเสริมสุขภาพไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงพยาบาลตำรวจ

สำหรับปัจจัยเอื้อต่อการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่าโรงงานอุตสาหกรรมมีการจัดบอร์ดหรือการจัดเสียงตามสาย จัดให้มีโรงอาหารและอาหารที่มีคุณภาพ สะอาด ถูกสุขลักษณะจัดน้ำดื่มที่สะอาดให้พนักงานอย่างเพียงพอ ร้อยละ 100 อาจเนื่องมาจากโรงงานอุตสาหกรรมทุกแห่งมีนโยบายในเรื่องดังกล่าวชัดเจนจึงทำให้มีการดำเนินการตามนโยบายซึ่งเป็นในส่วนของการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในโรงงานอุตสาหกรรม ส่วนการจัดสถานที่พักผ่อนหย่อนใจในช่วงเวลาพัก เช่น สวนหย่อม ห้องนั่งเล่น อย่างเพียงพอ มีสถานที่สำหรับออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างเพียงพอ ร้อยละ 99.6 และการจัดหาอุปกรณ์กีฬาหลากหลายชนิดยังไม่เพียงพอ ร้อยละ 66.4

อาจเนื่องจากบางโรงงานมีพนักงานจำนวนมากและความต้องการอุปกรณ์กีฬาหรืออุปกรณ์สำหรับออกกำลังกายก็มีความแตกต่างกันออกไป ทำให้บางครั้งอุปกรณ์กีฬาไม่เพียงพอความต้องการของพนักงาน สอดคล้องกับการศึกษาของเย็นฤดี แสงเพชร (Saengpetch, 2007) ศิริพร จันทน์ไพศรี (Janpaisri, 2005) ที่พบว่าการจัดสภาพสิ่งแวดล้อมภายในโรงงานอุตสาหกรรมมีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานและคนงานในโรงงานอุตสาหกรรม

ความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ปัจจัยเสริมด้านการรับรู้ข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพจากสื่อต่างๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า พนักงานได้รับข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพภาพรวมในระดับปานกลาง โดยได้รับข้อมูลข่าวสารจากหนังสือพิมพ์/นิตยสาร/วารสาร การพูดคุยกับคนในครอบครัว การพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานและการพูดคุยกับหัวหน้างานในระดับดี ทั้งนี้อาจเนื่องจากการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อประเภทหนังสือพิมพ์ นิตยสาร วารสาร โรงงานอุตสาหกรรมในแต่ละแห่งได้จัดไว้บริการให้กับพนักงานตามสถานที่ต่างๆของโรงงานอาทิเช่น ห้องสมุดในโรงงาน สถานพยาบาลในโรงงาน จึงทำให้พนักงานสามารถเข้าถึงสื่อประเภทนี้ได้ง่ายในการรับรู้ข่าวสารทางสุขภาพ ประกอบกับพนักงานมีการพูดคุยข่าวสารทางสุขภาพกับคนในครอบครัว เพื่อนร่วมงานและหัวหน้างาน ทั้งนี้เนื่องจากพนักงานใช้เวลาทำงานอยู่ที่โรงงานอุตสาหกรรมเป็นส่วนใหญ่ เพื่อนร่วมงานและหัวหน้างานจึงเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดกับพนักงานในการพูดคุยแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและการสร้างเสริมสุขภาพสอดคล้องกับการศึกษาของวันเพ็ญ แก้วปาน

และคณะ (Kaewpan et al., 2009) เย็นฤดี แสงเพชร (Saengpetch, 2007) ศิริพร จันทน์ไพศรี (Janpaisri, 2005) ไพโรจน์ พรหมพันธุ์ (Prompunjai, 1997) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากสื่อในด้านต่างๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของ คนงานในโรงงานอุตสาหกรรม

สำหรับปัจจัยเสริมด้านการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลต่างๆ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า พนักงานได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากคู่สมรส พ่อ/แม่ พี่/น้อง/ญาติ เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน นายจ้าง เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยประจำโรงงานโดยให้กำลังใจ สนับสนุน กระตุ้นเตือนให้พนักงานมีการปฏิบัติกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพภาพรวมในระดับปานกลาง โดยได้รับการสนับสนุนเรื่องของการพิทักษ์ของการดื่มสุราและ/หรือการเลิกดื่มสุราอย่างปลอดภัย การผ่อนคลายความเครียดจากการทำงานและ/หรือชีวิตประจำวัน การป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุและ/หรือการทำงานที่ปลอดภัยในระดับดี ทั้งนี้ อาจเนื่องจากพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรมส่วนใหญ่ มักจะพบปัญหาในเรื่องของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีความเครียดจากการทำงาน การได้รับการสนับสนุนจาก คู่สมรส พ่อ/แม่ พี่/น้อง/ญาติ เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน นายจ้าง เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยประจำโรงงานถือว่าเป็น สิ่งสำคัญที่จะทำให้พนักงานปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริม อย่างถูกต้องสอดคล้องกับแนวคิดของเพนเดอร์ (Pender, 1996) ที่ระบุว่า แหล่งสนับสนุนทางสังคมของบุคคล ได้แก่ เพื่อน บุคคลในครอบครัว จะให้คำแนะนำในด้าน ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเข้าใจปัญหาและแก้ปัญหาได้ กลุ่มผู้ดูแลสุขภาพจะเป็นองค์กรทางวิชาชีพ ที่ให้การช่วยเหลือและมีทักษะในการให้บริการในเรื่อง เฉพาะเจาะจงได้ดีโดยเฉพาะกลุ่มแพทย์ พยาบาล

เจ้าหน้าที่สาธารณสุข สอดคล้องกับการศึกษาของ วันเพ็ญ แก้วปาน และคณะ (Kaewpan et al., 2009) เย็นฤดี แสงเพชร (Saengpetch, 2007) ศิริพร จันทน์ไพศรี (Janpaisri, 2005) ไพโรจน์ พรหมพันธุ์ (Prompunjai, 1997) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคม จากบุคคลมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของคนงานสูงอายุในสถานประกอบการ

พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ พบว่า พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($= 2.93$, $SD = 0.57$) แสดงให้เห็นว่า พนักงานยังมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น ขาดการออกกำลังกาย การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น ทั้งนี้ อาจเนื่องจากพนักงานอาจจะเข้าใจว่า การออกแรงจากการทำงานก็เป็นการออกกำลังกาย ประกอบกับพนักงานที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม ส่วนใหญ่มีระบบการทำงานแบบหมุนเวียนกะจึงทำให้ ไม่สามารถจัดสรรเวลาในการออกกำลังกายอย่างมีแบบแผนหรือมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอได้ สอดคล้องกับการศึกษาของศิริพร จันทน์ไพศรี (Janpaisri, 2005) เย็นฤดี แสงเพชร (Saengpetch, 2007) พบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของวัยแรงงาน ในสถานประกอบการโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพรายข้อ พบว่า พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในระดับดี 3 อันดับแรก คือ การไม่เคยผ่อนคลายความเครียด ด้วยการรับประทานยาคลายเครียด ($\bar{X} = 3.87$, $SD = 0.37$) การไม่เคยสูบบุหรี่ ($\bar{X} = 3.52$, $SD = 0.65$) และการรับประทานอาหารเช้า 3 มื้อต่อวัน ($\bar{X} = 3.49$, $SD = 0.53$) เนื่องจากพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร มีความรู้และ

ทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพในระดับดี จึงนำมาสู่การปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในด้านการจัดการความเครียด คือ การไม่เคยผ่อนคลายความเครียด ด้วยการรับประทานยาคลายเครียด ด้านการสูบบุหรี่ คือ การไม่เคยสูบบุหรี่ และด้านการรับประทานอาหาร คือ การรับประทานอาหารครบ 3 มื้อต่อวัน ส่วนของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในระดับไม่ดี คือ การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาจนกระทั่งมีเหงื่อออกทุกครั้ง ($\bar{X} = 1.85$, $SD = 0.79$) และการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬารั้งละ 15-30 นาที อย่างน้อย 3 วัน/สัปดาห์ ($\bar{X} = 1.89$, $SD = 0.77$) อาจเนื่องจากอุปสรรคกีฬาและออกกำลังกายไม่เพียงพอกับความต้องการของพนักงาน รวมทั้งเวลาของการทำงานของพนักงานเป็นแบบหมุนเวียนกะซึ่งเป็นเวลาที่ไม่นั่นนอนสอดคล้องกับการศึกษาของมาหะมะ กาสอ และคณะ (Kaso et al., 2009) พบว่า ลูกจ้างที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมในจังหวัดสงขลามีพฤติกรรมออกกำลังกายอยู่ในระดับไม่ดี

สรุปผลการวิจัย

จากผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยนำด้านความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ ปัจจัยเอื้อด้านนโยบาย/การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพ ปัจจัยเสริมด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ/การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางโดยมีพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านการจัดการกับความเครียด การรับประทานอาหาร การไม่สูบบุหรี่อยู่ในระดับดีและมีพฤติกรรมออกกำลังกายอยู่ในระดับไม่ดี

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพสำหรับพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอาหารและแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหาร ดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. โรงงานควรมีการจัดหาอุปกรณ์กีฬาที่หลากหลายให้กับพนักงานอย่างเพียงพอ เพื่อให้สอดคล้องกับสถานที่ที่จัดไว้ให้และมีผู้ดูแลอุปกรณ์กีฬาให้อยู่ในสภาพที่พร้อมใช้งานโดยอาจจัดเวลาให้พนักงานออกกำลังกายร่วมกันเพื่อเป็นการกระตุ้นให้ทุกคนเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย

2. จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า สื่อที่ใช้ในการให้ข้อมูลข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพที่ได้มีประสิทธิภาพคือสื่อประเภทบุคคล เช่น เพื่อนร่วมงาน หัวหน้างาน เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยประจำโรงงาน ดังนั้น โรงงานควรมีการจัดอบรมพนักงานเพื่อเป็นแกนนำในการสร้างเสริมสุขภาพในโรงงานอุตสาหกรรมและมีการจัดตั้งชมรมสร้างเสริมสุขภาพภายในโรงงานอุตสาหกรรม

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตภาวะสุขภาพ พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม

2. ควรศึกษาในกลุ่มอุตสาหกรรมอื่นๆ เช่น อุตสาหกรรมเหล็ก อุตสาหกรรมอิเล็กทรอนิกส์ อุตสาหกรรมพลาสติก อุตสาหกรรมเกษตร เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลพื้นฐานทางสุขภาพเปรียบเทียบกับอุตสาหกรรมอาหาร สำหรับนำไปกำหนดเป็นนโยบายกฎระเบียบต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมสุขภาพต่อไป

3. ควรมีการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบงานสร้างเสริมสุขภาพเพิ่มเติมซึ่งจะสะท้อนให้เห็น

ปัญหาในภาพรวมของปัญหาพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานที่แท้จริง

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้บริหาร พนักงานโรงงานอุตสาหกรรม ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี และขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่ให้ทุนสนับสนุนการวิจัยในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- Bunthan, W., Imsomboon, T. and Sukonthasab, S. (2011). Factors relating to health behaviors of professional nurses under medical service department, Bangkok metropolitan administration. **Journal of Sports Science and Health**, 12(3), 93-105.
- Chareungate, P. (1997). **Factors affecting health promotion behaviors among secondary school teachers, general education office, Nakhonnayok Province**, (M.A.), Mahidol University, Bangkok Thailand, Graduate School.
- Durongrittchai, W. (2010). **Health promotion: Concepts principles and applications in nursing practice**. (2th ed). Samutprakarn: Huachiew Chalermprakiet University Press Project.
- Dangehat, A. (2004). **Factors related to health promotion behaviors of health personnel in police general hospital**, (M.A.), Kasetsart University, Bangkok.
- Green, L.W. & Kreuter, M.W. (2005). **Health promotion planning and education and ecological approach**. (4rd ed). California: Mayfield, 2005.
- Janpaisri, S. (2005). **Factors related to health promoting behaviors among thai middle-aged men in Pathumthani province**. (M.A.), Mahidol University. Bangkok Thailand.
- Jinaphat, N. (2008). **Health promoting behavior of public health personal, Kanchanaburi province**. (M.A.), Mahidol University. Bangkok Thailand.
- Kaewpan, W. (2009). **Health status health risk behaviors and health promoting behaviors of aging worker (45-60 years)**.
- Kaso, M., Sangsupawanich, P., and Phakthongsuk, P., (2009). Prevalence of health-risk behaviors among employees in medium-size factories, Songkhla province. **Songkla Med J**, 27(2), 105-116.
- Lee, P., and Estes, C. (1997). **The nation's health (5th ed)**. Sudbury, MA. John & Bartlett.
- Moonmeaung, N (2000). **Factors affecting the health of workers in the industrial province of Chonburi**. (M.A.), Burapha University. Chonburi Thailand.
- Munro, H.B. **Statistical Methods for health care research**. (4th ed). Philadelphia: Lippincott, 2001.
- Nakornkat, K. (2009). **A research project to lay out guidelines for promotion in the private sector: cases of the four northern**.

- National Food Institute. (2009). **Food industry Thailand**. Retrieved September 10, 2011, from Psi Phi:Website: www.industry.go.th/Lists.
- Pathumthani Province Industry office. (2010). **The industrial directory in pathumthani**. Retrieved September 10, 2011, from Psi Phi:Website:<http://www.industry.go.th/ops/pio/pathumthani>
- Pender, N.J., (1996). **Health promotion in nursing practice**. (3rded). Connecticut: Appleton & Lange.
- Pender, N.J., Murdaugh, C.L. & Parsons, M.A (2006). **Health promotion in nursing practice**. (5thed). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Praphansin, M. (2000). **Health workers in the workplace**. Nontaburi: Department of Health Ministry of Public Health Textbooks Project.
- Prompunjai, P. (1997). **Factors affecting health promotion behaviors among workers in industrial factories, Nakhonratchasima province**. (M.A.), Mahidol University. Bangkok Thailand.
- Saengpetch, Y. (2007). **Factors related to health promoting behaviors among thai aging meal workers in Samutprakarn province**. (M.A.), Mahidol University. Bangkok Thailand.
- Silapasuwan, P. (2001). **The concept of occupational health nursing: theory and practice: a good growth of printing**. Bangkok: Chanreandee Press.
- The office of Industrial Economics. (2009). **The productivity and performance industry in Bangkok**.
- Thiraphongnapalai, P. (1998). **Factors affecting health promotion behaviors among secondary school teachers, department of general education, bangkok**. (M.A.), Mahidol University. Bangkok Thailand. Graduate School.
- Wisessintu, P., Imsomboon, T. and Sukonthasab, S. (2011). Factors relating to health behaviors of Chulalongkorn University supporting personal. **Journal of Sports Science and Health**, 12(2), 103-115
- World Health Organization. (1986). **Health Promotion Ottawa Charter**. Division of Health Promotion, Education and Communication, Health Education and Health Promotion Unit, Geneva: WHO.

ความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยว พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

ทัศตะวัน ด่วนตระกูลศิลป์ และเทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติเป็นแหล่งนันทนาการเพื่อการเรียนรู้ระบบ ไม่ใช่สถานที่ให้การศึกษา รูปแบบเดียวกับโรงเรียนหรือสถานศึกษา นักท่องเที่ยวเป็นผู้เลือกตัดสินใจในการท่องเที่ยว พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติจึงควรมีการดำเนินการปรับปรุงการให้บริการเพื่อตอบสนองความพึงพอใจสูงสุดของนักท่องเที่ยว

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร และศึกษาเปรียบเทียบระหว่างความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานครตามข้อมูลทั่วไปของนักท่องเที่ยวย

วิธีดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่าง คือ นักท่องเที่ยวยชาวไทยที่เดินทางท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานครจำนวน 400 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนมิถุนายนถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2554 นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า “ที” (t-test) วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way Analysis of Variance : ANOVA) และการเปรียบเทียบรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe)

ผลการวิจัย นักท่องเที่ยวยชาวไทยมีความคาดหวังโดยรวมระดับมาก ($\bar{X} = 3.75$) และทุกด้านอยู่ในระดับมากด้วย ได้แก่ ด้านบุคลากร ($\bar{X} = 3.80$) ด้านกิจกรรมนันทนาการ ($\bar{X} = 3.79$) ด้านความปลอดภัย ($\bar{X} = 3.78$) ด้านการจัดการ ($\bar{X} = 3.73$) ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ($\bar{X} = 3.73$) และด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ($\bar{X} = 3.68$) ตามลำดับ

นักท่องเที่ยวยชาวไทยมีความพึงพอใจโดยรวมระดับมาก ในด้านบุคลากร ($\bar{X} = 3.85$) ด้านการจัดการ ($\bar{X} = 3.80$) ด้านกิจกรรมนันทนาการ ($\bar{X} = 3.80$) ด้านความปลอดภัย ($\bar{X} = 3.80$) ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ($\bar{X} = 3.65$) และด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ($\bar{X} = 3.56$) ตามลำดับ

การเปรียบเทียบความคาดหวังและความพึงพอใจระหว่างเพศชายและเพศหญิงมีความคาดหวังด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการ ด้านความปลอดภัย และมีความพึงพอใจ ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการ ด้านความปลอดภัย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ระหว่างระดับการศึกษามีความคาดหวังด้านบุคลากรและความพึงพอใจทุกด้านยกเว้นด้านการจัดการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย นักท่องเที่ยวยชาวไทยมีความคาดหวังและความพึงพอใจทุกด้านอยู่ในระดับมาก ผลการเปรียบเทียบความคาดหวังและความพึงพอใจระหว่างเพศชายและเพศหญิงมีความคาดหวังด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการ ด้านความปลอดภัย และมีความพึงพอใจ ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการ ด้านความปลอดภัย มีความแตกต่างกัน ระหว่างระดับการศึกษา มีความความคาดหวังด้านบุคลากรแตกต่างกัน และมีความพึงพอใจทุกด้านแตกต่างกันยกเว้นด้านการจัดการ

คำสำคัญ : ความคาดหวัง/ ความพึงพอใจ/
พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ

THAI TOURIST'S EXPECTATION AND SATISFACTION TOWARD THE NATIONAL MUSEUMS IN BANGKOK METROPOLIS

Tattawan Duantrakoonsil and Tepraprit Gulthawatvichai

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

The national museum as a recreation place for learning needs to improve the service to fulfill the tourist's highest satisfaction.

Purpose The purpose of this study were to Thai tourist's expectation and satisfaction toward the national museums in Bangkok metropolis and to compare Thai tourist's expectation and satisfaction toward the national museums in Bangkok metropolis about data of Thai tourists.

Methods The sample size contained a group of 400 Thai tourists who traveled to the national museums in Bangkok metropolis. A questionnaire was used as a tool for data collection during June to July 2011. The data were the analyzed statistically using the frequency distribution, percentage, mean, standard deviation, t-test and one way analysis of variance by the Scheffe method.

Results Thai tourists had the high total expectation with in overall (3.75), the personnel ($\bar{X} = 3.80$), recreation activities ($\bar{X} = 3.79$), security ($\bar{X} = 3.78$), management ($\bar{X} = 3.73$), publication ($\bar{X} = 3.73$) and location and facilities ($\bar{X} = 3.68$) respectively. Thai tourists had the

high total satisfaction in overall (3.75), with personnel ($\bar{X} = 3.85$), management ($\bar{X} = 3.80$), recreation activities ($\bar{X} = 3.80$), security ($\bar{X} = 3.80$), publication ($\bar{X} = 3.65$) and location, and facilities ($\bar{X} = 3.56$) respectively.

For gender comparison, the expectation with location and facilities, publication, recreation activities, security and satisfaction with publication, recreation activities and security. Education level, the expectation with personnel and satisfaction all areas excluding management. There were all significant differences at .05 level.

Conclusion Thai tourists had the high expectation and satisfaction with all areas. gender comparison, the expectation with location and facilities, publication, recreation activities, security and satisfaction with publication, recreation activities, security were differences. Education level, the expectation with personnel and satisfaction all areas excluding management were differences at .05 level.

Key Words : Expectation / Satisfaction / National Museums

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การท่องเที่ยวทัศนศึกษาเป็นกิจกรรมนันทนาการที่บุคคลและชุมชนให้ความสนใจ และนิยมเลือกในช่วงเวลาว่างหรือเวลาอิสระมากที่สุดประเภทหนึ่ง เพราะเป็นกิจกรรมสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตที่มีรูปแบบที่น่าสนใจหรือเรียกว่า สิ่งดึงดูดใจ (Attractions) ที่หลากหลาย (Karnjanakit, 2001) พิพิธภัณฑ์เป็นแหล่งนันทนาการเพื่อการเรียนรู้กระบวนการและคลั่งปัญญาของสังคมประเภทหนึ่งที่ไม่ใช่สถานที่ให้การศึกษาแบบเป็นทางการเช่นเดียวกับโรงเรียนหรือสถานศึกษา แต่เป็นการให้ความรู้ในรูปแบบที่ไม่เป็นทางการ ส่งเสริมและกระตุ้นให้ผู้ชมเกิดการเรียนรู้แบบอิสระ (Free-choice Learning) ผู้ชมจึงเป็นผู้เลือกและตัดสินใจในการเข้าชมด้วยตนเอง (Tiraseechok, 2005)

จากสถิตินักท่องเที่ยวชาวไทยที่เข้าชมพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ทั้ง 6 แห่ง กล่าวคือ พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ พระนคร พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ หอศิลป์ พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ช้างต้น พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ เรือพระราชพิธี พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ วัดเบญจมบพิตร และพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ศิลป์ พีระศรี อนุสรณ์ในปีงบประมาณ 2553 (ตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ.2552 - เดือนกันยายน พ.ศ.2553) มีจำนวนนักท่องเที่ยวชาวไทยทั้งสิ้น 199,882 คน (Promote and Develop of Museum Community, 17 November 2010) ซึ่งนับว่าเป็นจำนวนตัวเลขที่น้อยมากหากเปรียบเทียบกับพิพิธภัณฑ์ของเอกชนแห่งอื่นๆ อาทิเช่น พิพิธภัณฑ์บ้านไทยจิมนท์มัย เพียงแห่งเดียวซึ่งมีนักท่องเที่ยวชาวไทยเข้าชมโดยเฉลี่ยประมาณ 131,400 คน (ตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ.2552 - เดือนกันยายน พ.ศ.2553) (Publication Department of Jim Tomson Museum, 17 November 2010)

ด้วยปัจจัยต่างๆ ดังกล่าว จึงทำให้พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติยังคงต้องดำเนินการปรับกลยุทธ์เพื่อสร้างความเข้มแข็งและประคองให้ดำเนินต่อไปได้

การศึกษาถึงความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทย จึงถือเป็นสิ่งสำคัญซึ่งจะเป็นสิ่งที่ทำให้ดำเนินการ ผลการวิจัยที่ได้จะสามารถนำมาปรับปรุงพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติให้เป็นที่ประทับใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยได้เป็นอย่างดี

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร เพื่อนำมาใช้ปรับปรุงการให้บริการให้มีความเหมาะสม สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลง และสามารถตอบสนองความพึงพอใจสูงสุดของนักท่องเที่ยวชาวไทย ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบระหว่างความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร

นักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ พระนคร พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ หอศิลป์ พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ช้างต้น พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ เรือพระราชพิธี พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ วัดเบญจมบพิตร และพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ศิลป์ พีระศรี อนุสรณ์ (ตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ. 2552-เดือนกันยายน พ.ศ. 2553) จำนวน 199,882 คน (Promote and Develop of Museum Community, 17 November 2010)

กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ ได้กำหนดกลุ่มตัวอย่าง คือ นักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ พระนคร พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ หอศิลป์ พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ช้างต้น พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ เรือพระราชพิธี พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ วัดเบญจมบพิตร และพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ศิลป์ พีระศรี อนุสรณ์ จำนวน 199,882 คน โดยใช้เกณฑ์ของตารางสำเร็จรูปในการกำหนดกลุ่มตัวอย่าง ทาโรยามาเน (Yamane, 1973) โดยกำหนดค่าความเชื่อมั่น

ที่ร้อยละ 95 ต่อความผิดพลาดที่ไม่เกินร้อยละ 5 โดยใช้สูตรการคำนวณดังนี้ $n = N/1+N(e)^2$ แทนค่าในสูตร $n = 199,882/1+199,882(0.05)^2$ ฉะนั้น $n = 399.2$ ดังนั้นจึงต้องใช้กลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 400 คน

จากจำนวนกลุ่มตัวอย่างของแต่ละแห่งที่ต้องการศึกษา ตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ. 2552 ถึงเดือนกันยายน พ.ศ. 2553 ได้มาจากการคำนวณจำนวนนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ในกรุงเทพมหานคร โดยการแบ่งกลุ่มตัวอย่างมีรายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การกำหนดกลุ่มตัวอย่างนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร	จำนวนนักท่องเที่ยวชาวไทย (ตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ. 2552 ถึงเดือนกันยายน พ.ศ. 2553)	ค่าร้อยละ	จำนวนกลุ่ม ตัวอย่าง
1. พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ พระนคร	125,776	62.93	252
2. พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ หอศิลป์	33,050	16.53	66
3. พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ช้างต้น	16,433	8.22	33
4. พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ เรือพระราชพิธี	15,714	7.86	31
5. พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ วัดเบญจมบพิตร	5,475	2.74	11
6. พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ศิลป์ พีระศรี อนุสรณ์	3,434	1.72	7
รวมทั้งสิ้น	199,882	100	400

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำข้อมูลที่ได้จากการค้นคว้ามาพัฒนาเป็นเครื่องมือ คือ แบบสอบถาม พบอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบแบบสอบถาม และหาคุณภาพเครื่องมือโดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบแบบสอบถามการวิจัย โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ (IOC : Index of Objective Congruence) และทำ

การตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) ซึ่งได้ค่าความตรงเท่ากับ 0.83 พิจารณาข้อเสนอแนะในบางประเด็นมาปรับปรุง และทำการตรวจสอบโครงสร้างแบบสอบถาม ส่วนภาษาที่ใช้ให้ชัดเจนเหมาะสมให้เกิดความสมบูรณ์ก่อนนำไปทดลองใช้ (Try Out)

นำแบบสอบถาม (Questionnaires) ที่ได้ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างที่ท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานมิวเซียมสยามแต่ไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างที่จะนำ

มาใช้ในการศึกษาจริง จำนวน 30 คน เพื่อทดสอบว่าคำถามแต่ละข้อ ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถเข้าใจเจตนา และสามารถสื่อความหมายได้ตรงตามที่ผู้วิจัยต้องการหรือไม่ จากนั้นนำค่าที่ได้ไปคำนวณหาความเที่ยง (Reliability) โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha-coefficient) ตามกระบวนการวิธีของครอนบาค (Cronbach) (Teerason, 2007) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการประมวลผล ได้ผลจากการคำนวณหาความเที่ยงของประเด็นความคาดหวัง คือ 0.87 และค่าความเที่ยงของประเด็นความพึงพอใจ คือ 0.95 นำผลที่ได้จากการทดลองใช้ ปรับปรุง พัฒนาแล้วนำไปใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา และนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมารวบรวมข้อมูลเพื่อวิเคราะห์ความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยาวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่รวบรวมได้จากแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์และความถูกต้อง และทำการแปลงข้อมูลเข้ารหัส และประมวลผลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติอย่างเป็นขั้นตอน โดยแยกตามแต่ละพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นคำถามปลายเปิด ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ประวัติในการท่องเที่ยว นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency Distribution) และหาค่าร้อยละ (Percentage)

2. ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านองค์ประกอบ การท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ในด้านสิ่งดึงดูดใจ ด้านเส้นทางขนส่ง และด้านสิ่งอำนวยความสะดวก

นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency Distribution) และหาค่าร้อยละ (Percentage)

3. ข้อมูลเกี่ยวกับความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ในด้านการจัดการ ด้านบุคลากร ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการ และด้านความปลอดภัย โดยแบ่งข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ออกเป็น 2 ตอนดังนี้

- ตอนที่ 1: ข้อมูลเกี่ยวกับระดับความคาดหวัง ก่อนการท่องเที่ยว นำมาคำนวณค่าเฉลี่ยมัธยฐานเลขคณิต (Arithmetic Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation หรือ S.D.)

- ตอนที่ 2: ข้อมูลเกี่ยวกับระดับความพึงพอใจ หลังการท่องเที่ยว นำมาคำนวณค่าเฉลี่ยมัธยฐานเลขคณิต (Arithmetic Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation หรือ S.D.)

4. ข้อมูลเกี่ยวกับความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ โดยวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับระดับความคาดหวังก่อนการท่องเที่ยวและความพึงพอใจหลังการท่องเที่ยว นำมาคำนวณค่าเฉลี่ยมัธยฐานเลขคณิต (Arithmetic Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation หรือ S.D.) และทดสอบค่า “ที” (t-test)

5. เปรียบเทียบความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ระหว่างเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ โดย

- ตอนที่ 1: สถานภาพด้านเพศ ใช้การวิเคราะห์ความแตกต่างด้วยการทดสอบค่าที ชนิดตัวแปรกลุ่ม

เป็นอิสระต่อกัน (Independent Sample t-test)

ตอนที่ 2: อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way Analysis of Variance : ANOVA) และทดสอบความมีนัยสำคัญ ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย เป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe) โดยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ท่องเที่ยวพืชรักชานแห่งชาติพระนคร จำนวน 252 คน คิดเป็นร้อยละ 62.93 เป็นเพศหญิง จำนวน 278 คน คิดเป็นร้อยละ 69.50 มีอายุต่ำกว่า 20 ปี จำนวน 160 คน คิดเป็นร้อยละ 40.00 มีระดับการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรี จำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 48.25

เป็นนักเรียน/นักศึกษา จำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 49.50 มีรายได้ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท จำนวน 214 คน คิดเป็นร้อยละ 53.50 และประวัติในการท่องเที่ยวในรอบ 1 ปีที่ผ่านมาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามท่องเที่ยวพืชรักชานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร 1-3 ครั้ง จำนวน 306 คน คิดเป็นร้อยละ 76.50

จากผลการวิจัยเรื่อง ความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพืชรักชานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็นขั้นตอนต่างๆ ตามลำดับ ดังนี้

1. ความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพืชรักชานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคาดหวังก่อนการท่องเที่ยว ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความพึงพอใจหลังการท่องเที่ยว โดยรวม

การท่องเที่ยวพืชรักชานแห่งชาติ ในกรุงเทพมหานคร	ความคาดหวัง			ความพึงพอใจ		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ด้านการจัดการ	3.73	0.84	มาก	3.80	0.73	มาก
2. ด้านบุคลากร	3.80	0.88	มาก	3.85	0.74	มาก
3. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก	3.68	0.80	มาก	3.56	0.75	มาก
4. ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่	3.73	0.85	มาก	3.65	0.82	มาก
5. ด้านกิจกรรมนันทนาการ	3.79	0.83	มาก	3.80	0.73	มาก
6. ด้านความปลอดภัย	3.78	0.83	มาก	3.80	0.77	มาก
เฉลี่ยรวมทุกด้าน	3.75	0.76	มาก	3.75	0.65	มาก

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยส่วนใหญ่มีความคาดหวังก่อนการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.75$) เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน ด้านบุคลากรอยู่ในระดับความคาดหวังมากเป็นลำดับแรก ($\bar{X} = 3.80$) และด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกอยู่ในระดับความคาดหวังมากเป็นลำดับสุดท้าย ($\bar{X} = 3.68$) ความพึงพอใจหลังการท่องเที่ยว โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.75$) เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านก็พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน ด้านบุคลากรอยู่ในระดับความพึง

พอใจมากเป็นลำดับแรก ($\bar{X} = 3.85$) และด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกอยู่ในระดับความพึงพอใจมากเป็นลำดับสุดท้าย ($\bar{X} = 3.56$)

2. เปรียบเทียบความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานครตามข้อมูลทั่วไปของนักท่องเที่ยว

2.1 เปรียบเทียบความคาดหวังของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบความคาดหวังของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

การท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ในกรุงเทพมหานคร	ชาย		หญิง		t	P-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ด้านการจัดการ	3.62	0.86	3.77	0.84	-1.73	0.08
2. ด้านบุคลากร	3.70	0.87	3.85	0.88	-1.58	0.11
3. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก	3.52	0.88	3.75	0.75	-2.54*	0.01
4. ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่	3.50	0.93	3.83	0.80	-3.42*	0.00
5. ด้านกิจกรรมนันทนาการ	3.61	0.88	3.86	0.79	-2.86*	0.00
6. ด้านความปลอดภัย	3.60	0.92	3.86	0.77	-2.75*	0.01
เฉลี่ยรวม	3.59	0.81	3.82	0.73	-2.77*	0.01

* $P < 0.05$ ($t_{(388)} = \pm 1.96$)

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยเพศชายและเพศหญิง มีความคาดหวังต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการ

และด้านความปลอดภัย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 เปรียบเทียบความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

การท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ในกรุงเทพมหานคร	ชาย		หญิง		t	P-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ด้านการจัดการ	3.79	0.67	3.80	0.75	-0.13	0.90
2. ด้านบุคลากร	3.76	0.75	3.90	0.73	-1.78	0.08
3. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก	3.54	0.72	3.57	0.77	-0.38	0.70
4. ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่	3.51	0.80	3.71	0.82	-2.29*	0.02
5. ด้านกิจกรรมนันทนาการ	3.61	0.75	3.88	0.72	-3.44*	0.00
6. ด้านความปลอดภัย	3.60	0.80	3.88	0.75	-3.40*	0.00
เฉลี่ยรวม	3.64	0.67	3.79	0.64	-2.11*	0.04

* $P < 0.05$ ($t_{(388)} = \pm 1.96$)

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยเพศชายและเพศหญิง มีความพึงพอใจต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการ และด้านความปลอดภัย แตกต่างกันอย่าง

มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3 เปรียบเทียบความคาดหวังของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับการศึกษา

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบความคาดหวังของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับการศึกษา

การท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ในกรุงเทพมหานคร	1.ต่ำกว่า ปริญญาตรี		2.ปริญญาตรี		3.สูงกว่า ปริญญาตรี		F	P-value	ความแตกต่างระหว่างคู่
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
1. ด้านการจัดการ	3.80	0.80	3.63	0.91	3.78	0.69	1.77	0.17	
2. ด้านบุคลากร	3.94	0.82	3.70	0.93	3.56	0.83	5.16*	0.01	1-2, 1-3
3. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก	3.77	0.73	3.58	0.87	3.68	0.72	2.74	0.07	
4. ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่	3.82	0.87	3.63	0.83	3.71	0.80	2.19	0.11	
5. ด้านกิจกรรมนันทนาการ	3.86	0.83	3.70	0.87	3.75	0.57	1.69	0.19	
6. ด้านความปลอดภัย	3.84	0.79	3.70	0.90	3.84	0.66	1.31	0.27	
เฉลี่ยรวม	3.84	0.73	3.66	0.81	3.73	0.63	2.55	0.08	

* $P < 0.05$ ($F_{(2, 397)} = 3.00$)

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีความคาดหวังต่อการท่องเที่ยวพืชรักษณสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านบุคลากร แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .05

2.4 เปรียบเทียบความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพืชรักษณสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับการศึกษา

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพืชรักษณสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับการศึกษา

การท่องเที่ยว พืชรักษณสถานแห่งชาติ ในกรุงเทพมหานคร	1.ต่ำกว่า ปริญญาตรี		2.ปริญญาตรี		3.สูงกว่า ปริญญาตรี		F	P- value	ความ แตกต่าง ระหว่างคู่
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			
1. ด้านการจัดการ	3.84	0.67	3.74	0.71	3.90	1.04	1.28	0.28	
2. ด้านบุคลากร	3.97	0.69	3.74	0.77	3.78	0.74	4.88*	0.01	1-2
3. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก	3.66	0.75	3.50	0.72	3.31	0.85	4.49*	0.01	1-3
4. ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่	3.78	0.78	3.57	0.79	3.35	1.00	5.75*	0.00	1-3
5. ด้านกิจกรรมนันทนาการ	3.94	0.73	3.67	0.73	3.65	0.66	6.91*	0.00	1-2, 1-3
6. ด้านความปลอดภัย	3.90	0.76	3.69	0.78	3.72	0.76	3.60*	0.03	1-2
เฉลี่ยรวม	3.85	0.64	3.66	0.65	3.64	0.67	4.61*	0.01	1-2, 1-3

* $P < 0.05$ ($F_{(2, 397)} = 3.00$)

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีความพึงพอใจต่อการท่องเที่ยวพืชรักษณสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านบุคลากร ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการและด้านความปลอดภัย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาเรื่องความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยว

พืชรักษณสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร มีประเด็นที่สามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

ด้านบุคลากร จากผลการวิจัยความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพืชรักษณสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านบุคลากรพบว่า นักท่องเที่ยวมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.80$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวคาดหวังมากเป็นลำดับแรก คือ เจ้าหน้าที่มีความรู้ความสามารถในการให้ข้อมูลเกี่ยวกับพืชรักษณสถานแห่งชาติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ามีการคาดหวังว่าบุคลากรของพืชรักษณสถานแห่งชาติจะได้รับการอบรม

หรือฝึกฝนในการให้ข้อมูลเกี่ยวกับพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติมาเป็นอย่างดี สอดคล้องกับ คอตเลอร์ (Kotler, 1994) กล่าวว่า ความคาดหวังของลูกค้ามีพื้นฐานมาจากประสบการณ์และความรู้ที่สั่งสมมาแต่อดีตของแต่ละบุคคล อาจจะมาจากการซื้อในครั้งก่อน จากคำแนะนำของเพื่อน ข้อมูลทางการตลาดที่ใช้ดึงดูดลูกค้า ความคาดหวังต่อคุณภาพบริการของผู้ใช้บริการมาจากรประสบการณ์เดิม การพูดปากต่อปาก การโฆษณาประชาสัมพันธ์และจากการมารับบริการครั้งก่อน เมื่อผู้ใช้บริการมารับบริการก็จะเปรียบเทียบบริการที่ตนได้รับจริงกับบริการที่คาดหวัง ถ้าผลพบว่าบริการที่ได้รับจริงในสถานการณ์นั้นมากกว่าบริการที่คาดหวัง ผู้ใช้บริการจะเกิดความพึงพอใจ ประทับใจ และกลับมาใช้บริการอีก เมื่อคุณภาพของบริการถูกประเมินโดยผู้รับบริการ ดังนั้นถ้าบริการหนึ่งๆ สามารถตอบสนองความต้องการของผู้รับบริการได้ จึงกล่าวได้ว่าบริการนั้นมีคุณภาพ ซึ่งจะพอสรุปได้ว่าคุณภาพบริการนั้นขึ้นอยู่กับการเปรียบเทียบของผู้รับบริการระหว่างบริการที่คาดหวังไว้ล่วงหน้ากับบริการที่ได้รับในความคิดของผู้รับบริการเป็นสำคัญ ดังนั้นความสำเร็จในการดำเนินธุรกิจจึงต้องสร้างคุณภาพตามมาตรฐานทั้งสองส่วนนี้ให้เกิดขึ้นพร้อมๆกัน คือ ความสอดคล้องกันระหว่างมาตรฐานเชิงเทคนิคและเชิงปฏิสัมพันธ์ สำหรับความพึงพอใจ นักท่องเที่ยวมีความพึงพอใจด้านบุคลากรอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.85$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวพึงพอใจมากเป็นลำดับแรก คือ เจ้าหน้าที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อนักท่องเที่ยวและเจ้าหน้าที่ด้วยตนเอง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะบุคลากรของพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติมีความเต็มใจในการปฏิบัติงานบริการ สอดคล้องกับ อเด และแอนเดอร์สัน (Aday and Anderson, 1975) กล่าวว่า ความพึงพอใจต่ออัยยาศัย ความสนใจของผู้ให้บริการ ได้แก่ การแสดงอัยยาศัยท่าทางที่ดีเป็นกันเองและการแสดงความสนใจ

ห่วงใยผู้ให้บริการ ความพึงพอใจต่อข้อมูลที่ได้รับจากบริการ ซึ่งแยกเป็น 2 ประเภทคือ การให้ข้อมูลเกี่ยวกับข้อสงสัยต่างๆ และข้อมูลเกี่ยวกับการให้การศึกษาแก่ผู้ใช้บริการ เช่น การปฏิบัติตนของผู้ให้บริการ การให้บริการ รวมทั้งข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการให้บริการด้วย

ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก นักท่องเที่ยวมีความคาดหวังและความพึงพอใจเป็นลำดับท้ายสุด นักท่องเที่ยวมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.68$) และความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.56$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวพึงพอใจมาก คือ สถานที่ในการจัดจำหน่ายบัตรเข้าชมมีความเหมาะสม เช่นกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติมีการดำเนินการในการเตรียมการอย่างดีเหมาะสมและมีการอำนวยความสะดวกแก่นักท่องเที่ยว สอดคล้องกับแนวความคิดของบุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา (Jittungwattana, 2005) ที่กล่าวว่า ทรัพยากรท่องเที่ยวต้องมีสิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของทรัพยากรการท่องเที่ยวที่ต้องมีสิ่งอำนวยความสะดวกไว้บริการนักท่องเที่ยวที่เข้ามายังทรัพยากรท่องเที่ยวนั้นให้ได้รับความสะดวกสบายและความประทับใจ ทำให้นักท่องเที่ยวอยากอยู่ท่องเที่ยววันขึ้น ซึ่งสิ่งอำนวยความสะดวกทางการท่องเที่ยว หมายถึง สรรพสิ่งที่มีต่อการเดินทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวเพื่อให้เกิดการเดินทางท่องเที่ยว

เพศ ผลการวิจัยพบว่า นักท่องเที่ยวเพศหญิงมีความคาดหวังและความพึงพอใจมากกว่าเพศชายในทุกด้าน กล่าวคือ ด้านการจัดการ ด้านบุคลากร ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ ด้านกิจกรรมนันทนาการ และด้านความปลอดภัย กล่าวได้ว่าเพศที่ต่างกันมีระดับความคาดหวังและความพึงพอใจที่แตกต่างกันซึ่งแสดงให้เห็นว่า เพศที่ต่างกันมีแนวคิดหรือพฤติกรรมพื้นฐาน

ทางจิตวิทยาที่ต่างกัน มีการรับรู้ เรียนรู้ และความเชื่อ หรือทัศนคติในแต่ละส่วนแตกต่างกัน ส่งผลต่อความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวย ซึ่งสอดคล้องกับพรพิมล ศรีวิเรศ และสมบัติ กาญจนกิจ (Sritharet and Karnjanakit, 2010) ที่ศึกษาความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยที่มีต่อการจัดการพิพิธภัณฑ์ไดโนเสาร์ในประเทศไทย กล่าวว่านักท่องเที่ยวยเพศหญิงให้ความสำคัญในเรื่องต่างๆ มากกว่านักท่องเที่ยวยเพศชาย และในปัจจุบันนักท่องเที่ยวยเพศหญิงมีการเดินทางท่องเที่ยวยเพิ่มมากขึ้น แต่เดิมในอดีตที่เพศหญิงจะต้องอยู่กับเหย้าเฝ้ากับเรือน ความขัดแย้งระหว่างเพศชายและเพศหญิงมีมากกว่าเดิม

ระดับการศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นักท่องเที่ยวยที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีความคาดหวังด้านบุคลากรและความพึงพอใจทุกด้านยกเว้นด้านการจัดการแตกต่างกัน การศึกษาเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อแนวคิดทัศนคติ และพฤติกรรมที่แตกต่างกัน ซึ่งไม่จำเป็นว่าผู้ที่มีการศึกษาต่ำจะเลือกบริโภคของที่มีคุณภาพไม่ดีเสมอไป และสอดคล้องกับ คอตเลอร์ (Kotler, 2000) ที่กล่าวว่า การศึกษาของผู้ที่มีระดับการศึกษาที่ต่างกันมีแนวโน้มจะบริโภคผลิตภัณฑ์แตกต่างกัน ซึ่งการศึกษาของผู้ที่มีการศึกษาสูงมีแนวโน้มจะบริโภคผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพดีมากกว่าผู้ที่มีการศึกษาต่ำ

สรุปผลการวิจัย

1. ด้านการจัดการ จากผลการวิจัยความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวยพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการพบว่า นักท่องเที่ยวยมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.73$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวยคาดหวังมากเป็นลำดับแรก คือ ค่าธรรมเนียมเข้าชมมีความเหมาะสม นักท่องเที่ยวยมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.80$) เช่นกัน เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวยพึงพอใจมากเป็นลำดับแรก คือ การจัดการเรื่องความสะดวก

2. ด้านบุคลากร จากผลการวิจัยความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวยพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านบุคลากรพบว่า นักท่องเที่ยวยมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.80$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวยคาดหวังมากเป็นลำดับแรก คือ เจ้าหน้าที่มีความรู้ความสามารถในการให้ข้อมูลเกี่ยวกับพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ นักท่องเที่ยวยมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.85$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวยพึงพอใจมากเป็นลำดับแรก คือ เจ้าหน้าที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อนักท่องเที่ยวยและเจ้าหน้าที่ด้วยกันเอง

3. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก จากผลการวิจัยความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวยพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกพบว่า นักท่องเที่ยวยมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.68$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวยคาดหวังมากเป็นลำดับแรก คือ สถานที่ในการจัดจำหน่ายบัตรเข้าชมมีความเหมาะสม นักท่องเที่ยวยมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.56$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวยพึงพอใจมาก คือ สถานที่ในการจัดจำหน่ายบัตรเข้าชมมีความเหมาะสม เช่นกัน

4. ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ จากผลการวิจัยความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวยชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวยพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่พบว่า นักท่องเที่ยวยมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.73$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวยคาดหวังมาก คือ การให้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติมีความชัดเจน นักท่องเที่ยวยมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.65$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวย

พึงพอใจมาก คือ การเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับ พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ผ่านสื่อต่างๆ มีความหลากหลาย น่าสนใจ

5. ด้านกิจกรรมนันทนาการ จากผลการวิจัย ความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ในกรุงเทพมหานคร ด้านกิจกรรมนันทนาการพบว่า นักท่องเที่ยวมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.79$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวคาดหวังมาก คือ การจัดนิทรรศการทำให้ได้รับความรู้ นักท่องเที่ยวมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.80$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวพึงพอใจมาก คือ การจัดนิทรรศการทำให้ได้รับความรู้ เช่นกัน

6. ด้านความปลอดภัย จากผลการวิจัย ความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร ด้านความปลอดภัยพบว่า นักท่องเที่ยวมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.78$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวคาดหวังมาก คือ รูปแบบสิ่งก่อสร้างภายในอาคารมีมาตรฐานและปลอดภัย นักท่องเที่ยวมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.80$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สิ่งที่นักท่องเที่ยวพึงพอใจมาก คือ ความสว่างภายในพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติมีความเหมาะสม

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ด้านการจัดการ สิ่งที่ต้องพัฒนาต่อไปในความคาดหวังและความพึงพอใจคือ การจัดการดูแลรักษาพื้นที่เข้ามายังพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ดังนั้น สิ่งสำคัญที่ควรทำก็คือ วางแผนดูแลให้เป็นระบบมากขึ้น มีเจ้าหน้าที่รับผิดชอบในแต่ละส่วนของตน

ด้านบุคลากร สิ่งที่ต้องพัฒนาต่อไปในความคาดหวังและความพึงพอใจคือ เรื่องเจ้าหน้าที่ ดังนั้น

สิ่งที่ควรทำคือ เพิ่มจำนวนบุคลากรให้เพียงพอในการดำเนินงานรวมทั้งฝึกอบรมพนักงานให้มีความรู้ ความสามารถและเข้าใจในระบบงานก่อนมาปฏิบัติหน้าที่จริง ทั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับข้อสงสัยต่างๆ และข้อมูลเกี่ยวกับการให้การศึกษาแก่นักท่องเที่ยวได้ถูกต้อง อันจะเป็นการเพิ่มความพึงพอใจแก่นักท่องเที่ยวได้เป็นอย่างดี

ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก สิ่งที่ต้องพัฒนาต่อไปในความคาดหวังและความพึงพอใจคือ ความเพียงพอของร้านจำหน่ายของที่ระลึก อาหาร/เครื่องดื่ม ดังนั้นสิ่งที่ควรจะทำคือควรเพิ่มสถานที่เหล่านี้และดำเนินงานให้เป็นระบบระเบียบสอดคล้องกับพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติในแต่ละแห่ง ทั้งนี้เพื่ออำนวยความสะดวกแก่นักท่องเที่ยวที่เข้ามาท่องเที่ยวให้ได้รับความสะดวกสบายและความประทับใจ และทำให้นักท่องเที่ยวอยากอยู่ท่องเที่ยววนขึ้น

ด้านการประชาสัมพันธ์เพื่อการเผยแพร่ สิ่งที่ต้องจะทำคือ การจัดทำป้ายประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติให้มีความชัดเจน เพราะว่าข้อมูลข่าวสารที่สื่อสารถึงนักท่องเที่ยวที่ชัดเจนย่อมจะส่งผลที่ดีต่อพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติโดยตรง อีกข้อก็คือ การแนะนำข้อมูลข่าวสารเมื่อมีนิทรรศการที่สำคัญ ดังนั้นจึงควรหาวิธีในการปรับปรุงการดำเนินงานเพื่อให้มีความเหมาะสมกับสถานการณ์นั้นๆ

ด้านกิจกรรมนันทนาการ สิ่งที่จะต้องทำก็คือ หาวิธีในการปรับปรุงกลไกทางการสื่อสารให้มีคุณภาพ สอดแทรกเนื้อหาที่เหมาะสม อันจะเป็นการเพิ่มประโยชน์แก่นักท่องเที่ยว

ด้านความปลอดภัย สิ่งที่ต้องพัฒนาต่อไปในความคาดหวังและความพึงพอใจคือ ถังดับเพลิงและกล้องวงจรปิดมีจำนวนเพียงพอและได้มาตรฐาน จุดนี้เป็นเรื่องที่สำคัญมาก ดังนั้นสิ่งที่ควรจะทำคือ ควรเพิ่มอุปกรณ์เหล่านี้ให้มีจำนวนเพียงพอ ทั้งยังต้องดูแลให้เป็น

ระบบมาตรฐานที่มีความปลอดภัย เพราะสภาพแวดล้อมและบรรยากาศที่ดี มีความปลอดภัยย่อมมีส่งผลต่อการตัดสินใจของนักท่องเที่ยว

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ภาครัฐควรประสานงานร่วมมือกับการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) ในการส่งเสริมความรู้และประชาสัมพันธ์พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติเพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารแก่นักท่องเที่ยว ตลอดจนการจัดการด้านบริการอย่างเป็นระบบ อันจะส่งผลดีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

2. ควรมีนโยบายการทำงานอย่างเป็นขั้นตอนที่ชัดเจน ทั้งนี้ควรมีการติดตามตรวจสอบและประเมินผลตามแผนงานที่ได้วางไว้

3. หน่วยงานที่ดูแลบุคลากรที่เข้ามาทำงานในพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ควรมีการติดตามและประเมินผลการทำงานของบุคลากรอยู่เสมอเพื่อให้การปฏิบัติงานมีคุณภาพและมีความต่อเนื่องในการปฏิบัติงาน

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอในประเด็นอื่นๆ ที่น่าสนใจ ที่คาดว่าจะจะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจเพื่อเป็นการศึกษาในโอกาสต่อไป ดังนี้

1. ศึกษาความคาดหวังและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มีต่อการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

2. ศึกษาแนวทางการพัฒนาพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในกรุงเทพมหานคร

3. ศึกษาผลกระทบจากการเติบโตของพิพิธภัณฑ์เอกชนที่ส่งผลต่อพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ

เอกสารอ้างอิง

Aday, L.A. and Anderson, R. (1975). **Development of Indices of Access to Medical**

Care. Michigan: Ann Arbor.

Jittungwattana, B. (2005). **Substantial Tourism Development.** Bangkok: Academic Center of The Tourism Authority of Thailand.

Karnjanakit, S. (2001). **Recreation and Tourism Industry.** Bangkok: Thammasadee.

Kotler, P. (1994). **Marketing Management Analysis, Planning, Implementation and Control.** 8th ed. New Jersey: Prentice Hall International, Inc.

Kotler, P. (2000). **Marketing Management.** 10th ed. New Jersey: Prentice Hall International, Inc.

Promote and Develop of Museum Community. (17 November 2010). **Thai Tourist's Statistic of National Museum.**

Publication Department of Jim Tomson Museum. (17 November 2010). **Thai Tourist's Statistic of Jim Tomson Museum.** Interview.

Sritharet, P. and Karnjanakit, S. (2010). The study of tourist's satisfaction towards Dinosaur museum management in Thailand. **Journal of Sports Science and Health**, 11(1), 83-94.

Teerasorn, S. (2007). **Technical writing of research reports.** Bangkok: Chulalongkorn University Printing.

Tiraseechok, S. (2005). **Administration of mudeum business.** Bangkok: The National Museum Institute Fine Arts Department Ministry of Culture.

Yamane, T. (1973). **Statistic: An Introductory Analysis.** Tokyo: Harper International Edition.

ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่อง

เฉลิมเกียรติ เฟื่องแก้ว¹ สุวิมล ตั้งสัจพจน์² และมยุรี ศุภวิบูลย์³

¹บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

²คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

³คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องของนักท่องเที่ยวชาวไทย (2) เพื่อเปรียบเทียบข้อมูลด้านประชากรศาสตร์กับข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องของนักท่องเที่ยวชาวไทย

วิธีดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักท่องเที่ยวชาวไทยอายุ 21 ปี ขึ้นไป จำนวน 690 คนที่อย่างน้อยมีหนึ่งครั้งที่วางแผนว่าจะใช้เวลาว่างในช่วงวันหยุดต่อเนื่องไปกับการท่องเที่ยวในและหรือต่างประเทศโดยเดินทางกับบริษัทตัวแทนท่องเที่ยวแต่แล้วตัดสินใจไม่เดินทาง เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่มีค่า IOC เท่ากับ 0.891 และมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา เท่ากับ 0.961 นำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติการทดสอบค่าทีและการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างตัวแปร

ผลการวิจัย ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องของนักท่องเที่ยวชาวไทยทุกรายด้านอยู่ในระดับมาก โดยสามลำดับแรกได้แก่ ข้อจำกัดจากราคาโปรแกรมทัวร์ ($\bar{X} = 4.04$) ข้อจำกัดจากสุขภาพส่วนบุคคล ($\bar{X} = 3.91$) และ

ข้อจำกัดด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ($\bar{X} = 3.89$) การเปรียบเทียบข้อมูลประชากรศาสตร์กับข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องพบว่า ตัวแปรเพศ ระดับการศึกษา อาชีพและรายได้ที่ต่างกันของนักท่องเที่ยวชาวไทยมีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนการเปรียบเทียบตัวแปรอายุและระยะเวลาในการพักผ่อนที่ต่างกันของนักท่องเที่ยวชาวไทยกับข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องพบว่าไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

สรุปผลการวิจัย นักท่องเที่ยวชาวไทยมีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องโดยรวมอยู่ในระดับมากซึ่งมีข้อจำกัดจากราคาโปรแกรมทัวร์ เป็นลำดับแรก ข้อจำกัดจากสุขภาพส่วนบุคคลเป็นลำดับที่สอง และข้อจำกัดด้านสิ่งอำนวยความสะดวกเป็นลำดับที่สาม ทั้งนี้ นักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีเพศ ระดับการศึกษา อาชีพและรายได้แตกต่างกันมีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องต่างกัน

คำสำคัญ : ข้อจำกัดการใช้เวลาว่าง / การท่องเที่ยว / วันหยุดต่อเนื่อง

CONSTRAINTS TO LEISURE TRAVEL DURING LONG HOLIDAYS

Chalermkiart Feongkeaw¹, Suvimol Tangsujjapoj² and Mayuree Suphawibul³

¹Graduate School, Srinakharinwirot University

²Faculty of Education, Kasetsart University

³Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

Abstract

Purpose This research aimed (1) to study constraints to leisure travel during long holidays of Thai tourists, and (2) to compare the demographic data to constraints to leisure travel during long holidays of Thai tourists

Methods The samples were 690 Thai tourists, aged from 21 years old who had once planned to travel domestics and/or outbound tour during long holidays through Travel Agency, finally they cancelled to travel. The instrument used for data collecting was the questionnaire which had IOC value of 0.891 and Alpha Coefficient Reliability value of 0.961. Derived data were statistically analyzed for the percentages, mean, and standard deviation. The test value “t” (t-test) and One-way analysis of variance (F-test) were used to compare the factors.

Results The constraints to leisure travel during long holidays of Thai tourists were overall at high level. The first to third of the constraint were ranked in tour program price ($\bar{X}$ = 4.04 personal health ($\bar{X}$ = 3.91) and

facilities ($\bar{X}$ = 3.89). The comparison of the importance classified by gender, education level, career and income, there was a significant difference at 0.05 level in the constraints to leisure travel during long holidays but by age and period of leisure travel use, there was no significant difference at 0.05 level.

Conclusion The constraints to leisure travel during long holidays of Thai tourists were overall at high level. The constraints were numerically ranked: (1) tour program price, (2) personal health and (3) facilities. Thai Tourists of different gender, education level, career and income had an importance level in the constraints to leisure travel during long holidays with differences but Thai tourists who had different age and period of leisure travel use had an importance level in the constraints to leisure travel during long holidays with no differences.

Key Words : Constraints to Leisure / Leisure Travel / Long Holidays

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สภาพแวดล้อมของสังคมสมัยใหม่เป็นสังคมอุตสาหกรรมบนฐานเทคโนโลยีสารสนเทศ ซึ่งคนในสังคมต้องอยู่ในสภาวะการแข่งขันและเร่งรีบจึงอาจเกิดความเครียดได้ง่าย ในขณะที่ต้องทำงานเพื่อสนองความต้องการทางด้านความมั่นคงสำหรับตนเองและครอบครัวทำให้คนในสังคมต้องการคลายความเครียดโดยการหลีกหนีจากสภาพแวดล้อมหรือความจำเจชั่วระยะเวลาหนึ่งเมื่อมีเวลาว่าง การใช้เวลาว่างมาทำกิจกรรมต่างๆ ของแต่ละบุคคลย่อมขึ้นอยู่กับความปรารถนา ความพอใจของแต่ละคนซึ่งมีสาเหตุหรือปัจจัยที่แตกต่างกันไป แต่ท้ายสุดแล้วก็เพื่อตอบสนองความสุข ความพึงพอใจให้กับตนเองเป็นสำคัญ

การใช้เวลาว่างเดินทางท่องเที่ยว (Leisure Travel) เป็นกิจกรรมที่ได้รับความนิยมในเกือบทุกสังคมเป็นที่เข้าใจโดยทั่วไปว่า การท่องเที่ยวย่อมนำมาซึ่งความเพลิดเพลิน ความพึงพอใจ ความสุขอย่างน้อยก็ในระดับหนึ่งของปัจเจกบุคคลและยังเป็นการหลีกหนีความจำเจความทุกข์ได้ ทั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดของลัทธิสุขนิยม (Hedonism) ที่ได้เสนอแนวคิดเรื่องแรงผลักดันพฤติกรรม อันได้แก่ความต้องการที่จะเลี่ยงความทุกข์และต้องการมีความสุขของมนุษย์ (Shivers, 1981) การใช้เวลาว่างเพื่อการเดินทางท่องเที่ยวหาความสำราญใจ ความเพลิดเพลินและความสุขในช่วงพักผ่อนจึงเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายใต้เงื่อนไขทางจิตวิทยาและสังคมเป็นหลัก (Plog, 2004) กล่าวคือ นักท่องเที่ยวแต่ละคนเลือกพักผ่อนไปกับการท่องเที่ยวขึ้นอยู่กับความต้องการ แรงจูงใจ ทศนคติต่อการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวตลอดจนบริบททางสังคมรวมทั้งแรงกระตุ้นจากภายนอก ไม่ว่าจะเป็นคนรอบข้างหรือการส่งเสริมการตลาด โดยสิ่งเหล่านี้มิได้เป็นเหตุให้เกิดการเดินทางท่องเที่ยวเสมอไป ในบางครั้งอาจกลายเป็นสิ่งขัดขวางได้ ตัวอย่างเช่น เพื่อนหรือคู่สมรสที่วางแผน

ท่องเที่ยวด้วยกันแต่ภายหลังได้ยกเลิกการเดินทางเป็นต้น

การท่องเที่ยวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างอย่างแยกออกจากกันไม่ได้เพราะการท่องเที่ยวต้องมียอดประกอบหลายอย่างที่มีเวลาว่างเป็นบริบทที่สำคัญอันนำไปสู่พฤติกรรมการใช้เวลาว่างเดินทางท่องเที่ยว ถึงแม้ว่าผู้เดินทางท่องเที่ยวจะมีแรงจูงใจอย่างแรงกล้ามีทัศนคติต่อการท่องเที่ยวอย่างไรก็ตามแต่ถ้าปราศจากเวลาว่างที่เพียงพอ การเดินทางท่องเที่ยวนั้นอันเป็นต้องเลื่อนหรือยกเลิกไปในการใช้เวลาว่างศึกษา (Leisure Studies) ซึ่งมีขอบเขตของการศึกษาในเชิงสหวิทยาการได้มีการนำเรื่องพฤติกรรมการใช้เวลามาศึกษา โดยใช้ทฤษฎีแนวคิดทางจิตวิทยาและสังคมวิทยาเป็นหลัก เพราะมนุษย์ตั้งแต่สมัยอดีตมิได้มีแต่เวลาท่องเที่ยวต้องทำงานแต่ยังมีเวลาว่างที่ย่อมมีกระบวนการและแรงจูงใจที่ต่างกัน ยิ่งในปัจจุบันเวลาว่างดูเหมือนจะมีมากขึ้นตามนัยของวิถีชีวิตการอยู่ในสังคม ดังที่ ก๊อดเบย์ (Godbey, 2006) ได้กล่าวว่าเวลาว่างมีมากขึ้นในสังคมของหลายประเทศและการเพิ่มขึ้นมีค่าของความสัมพันธ์ทางบวกกับมวลรวมของรายได้ด้วยนั้นแสดงให้เห็นว่าเวลาว่างมีอิทธิพลและให้มูลค่าทางจิตใจทางสังคมและทางเศรษฐกิจแก่คนในสังคมตลอดช่วงชีวิต

ประเทศไทยเป็นประเทศที่ได้รับความนิยมอยู่ในอันดับต้นๆ ของประเทศที่มีนักท่องเที่ยวต่างชาติเดินทางเข้ามาทุกปี ส่วนคนไทยก็เป็นชนชาติที่เดินทางท่องเที่ยวทั้งในประเทศและต่างประเทศเป็นจำนวนมากเช่นกัน พฤติกรรมการท่องเที่ยวเป็นการกระทำที่แสดงออกมาให้เห็นอันเกิดจากการตัดสินใจที่มีสาเหตุปัจจัยหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นองค์ประกอบส่วนบุคคลเชิงเศรษฐกิจสังคมอันเช่น เพศ ระดับการศึกษา รายได้ และอาชีพ เป็นต้น เวลาที่ใช้ไปกับการเดินทางไปท่องเที่ยวตลอดจนปัจจัยภายนอกหรือปัจจัยดึงดูดต่างก็มีอิทธิพล

ต่อการใช้เวลาว่างเดินทางท่องเที่ยวทั้งสิ้นโดยก่อนการตัดสินใจนักท่องเที่ยวย่อมพิจารณาไตร่ตรองด้วยการค้นหาข้อมูลข่าวสารผนวกกับใช้ประสบการณ์ต่างๆ มาประกอบการตัดสินใจในการเลือกเดินทางท่องเที่ยว อย่างไรก็ตามอาจมีข้อจำกัดที่เป็นอุปสรรคทำให้การใช้เวลาว่างเดินทางท่องเที่ยว ต้องยกเลิกไป นอกจากนี้ อุปสรรคยังส่งผลต่อการใช้เวลาว่างในส่วนที่พัฒนาคุณภาพชีวิตโดยรวมด้วย (Edginton and Chen, 2008) ทั้งนี้ข้อจำกัดสามารถเกิดได้จากปัจจัยหลายอย่าง เช่น ปัญหาด้านสุขภาพ ราคาของโปรแกรมทัวร์ ไม่มีประสบการณ์การใช้เวลาเพื่อการท่องเที่ยวบางรูปแบบ เป็นต้น

ดังนั้นการศึกษาข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวจึงช่วยให้การวางแผนและพัฒนาอย่างยั่งยืนต่อผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและภาคเอกชนในการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวโดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงวันหยุดต่อเนื่องทั้งจากการลาพักผ่อนประจำปีและจากวันหยุดของปฏิทินที่เกิดขึ้นบ่อยเป็นเทศกาลทั้งแบบสากลและแบบของประเทศไทย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องของนักท่องเที่ยวชาวไทย (2) เพื่อเปรียบเทียบข้อมูลด้านประชากรศาสตร์กับข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องของนักท่องเที่ยวชาวไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามจากขนาดของประชากรที่เป็นนักท่องเที่ยวชาวไทยปี พ.ศ. 2554

จำนวน 133,716,976 คน (National Statistical Office, 2012) ซึ่งเป็นการนับจำนวนการเดินทางท่องเที่ยวซ้ำภายในหนึ่งปีด้วย โดยใช้สูตรของ ยามาเน่ (Yamane, 1973) ที่กำหนดค่าความเชื่อมั่นไว้ร้อยละ 95 การสุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental Sampling) จากนักท่องเที่ยวชาวไทยอายุ 21 ปีขึ้นไปอย่างน้อยมีหนึ่งครั้งที่คิดหรือวางแผนว่าจะใช้เวลาว่างในช่วงวันหยุดต่อเนื่องไปกับการท่องเที่ยวในและหรือต่างประเทศ โดยเดินทางกับบริษัทตัวแทนท่องเที่ยวแต่แล้วตัดสินใจไม่เดินทาง ผู้วิจัยได้ออกแบบคำถามคัดกรอง (Recruit Question) เพื่อให้สามารถเก็บข้อมูลได้ตรงตามคุณสมบัติของประชากร ทั้งนี้ใช้กรุงเทพมหานครเป็นพื้นที่เก็บข้อมูล โดยได้จำนวนตามสูตร 400 คน แต่ผู้วิจัยทำการเก็บจำนวน 690 คนเพื่อนำผลการวิจัยไปพัฒนา

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง พฤติกรรมการท่องเที่ยวและข้อจำกัดการใช้เวลาว่าง ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้อศึกษามาสร้างเครื่องมือวิจัยคือแบบสอบถามซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ 1) ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ และ ระยะเวลาที่ใช้ในการพักผ่อน 2) ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องที่มี 10 รายการของข้อจำกัด ได้แก่ ข้อจำกัดจากทัศนคติส่วนบุคคล ข้อจำกัดด้านข้อมูลข่าวสาร ข้อจำกัดจากราคาโปรแกรมทัวร์ ข้อจำกัดจากเศรษฐกิจครอบครัว ข้อจำกัดจากการขาดประสบการณ์ ข้อจำกัดด้านสุขภาพของบุคคล ข้อจำกัดด้านการตระหนักรู้คุณค่าของการท่องเที่ยว ข้อจำกัดด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ข้อจำกัดจากบุคคลร่วมเดินทาง และข้อจำกัดจากเหตุการณ์หรือสถานการณ์ไม่คาดคิด จำนวนข้อคำถามตอนที่สองทั้งหมด 80 ข้อ แบบสอบถาม

ได้ผ่านความเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษาร่วม จากนั้นจึงนำไปตรวจสอบความตรง (Validity) กับผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านโดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Consistency: IOC) ซึ่งเกณฑ์ของค่าดัชนีที่คำนวณได้มากกว่าหรือเท่ากับ .50 ขึ้นไปถือว่าข้อคำถามมีความเหมาะสม (Pannthai, 2011) ผลของค่าดัชนีในแต่ละข้อคำถามอยู่ระหว่าง .60-1.00 และค่าดัชนีความสอดคล้องทั้งฉบับ เท่ากับ 0.891 เพื่อตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ผู้วิจัยจึงนำแบบสอบถามไปทดลอง (Try Out) ใช้กับนักท่องเที่ยงที่มีคุณสมบัติเหมือนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน โดยหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อคำถาม และค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งเกณฑ์ค่าอำนาจจำแนกต้องมากกว่า .20 และค่าอัลฟาต้องมากกว่า 0.700 ขึ้นไป (Ketsingh, 1983) ผลของค่าอำนาจจำแนกในแต่ละข้อคำถามอยู่ระหว่าง .20-.91 และค่าอัลฟาทั้งฉบับเท่ากับ 0.961 จึงถือว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีความเที่ยงและความตรงตามเกณฑ์ ผู้วิจัยจึงทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อนำไปวิเคราะห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลทั่วไปของนักท่องเที่ยวชาวไทยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในตารางประกอบความเรียง

2. ข้อมูลจากข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องวิเคราะห์ด้วยการหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และจัดระดับของข้อจำกัดด้วยเกณฑ์ประเมิน คือ 1.00-1.50 ระดับน้อยที่สุด 1.51-2.50 ระดับน้อย 2.51-3.50 ระดับปานกลาง 3.51-4.50 ระดับมาก และ 4.51-5.00 ระดับมากที่สุด (Punpinij, 2004) แล้วนำเสนอในตารางประกอบความเรียง

3. การทดสอบค่า "ที" (t-test) ใช้ในการวิเคราะห์เปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องระหว่างเพศ

4. การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way analysis of variance: ANOVA) ใช้เปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องกับอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้และระยะเวลาในการพักผ่อน ในกรณีพบค่าความแตกต่างเป็นรายกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธี LSD (Least Significant Difference)

ผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่อง ผู้วิจัยได้สรุปผลการศึกษาดังนี้

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม		จำนวน (n = 690)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	285	41.30
	หญิง	405	58.70
อายุ	21-30 ปี	384	55.70
	31-40 ปี	213	30.90
	41-50 ปี	61	8.80
	51-60 ปี	30	4.30
	มากกว่า 60 ปี	2	0.30
ระดับการศึกษา	ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี	32	4.60
	ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	539	78.10
	สูงกว่าปริญญาตรี	119	17.20
อาชีพ	นิสิต/นักศึกษา	57	8.30
	ข้าราชการ	79	11.40
	พนักงานรัฐวิสาหกิจ	95	13.80
	พนักงานบริษัทเอกชน	358	51.90
	ประกอบอาชีพส่วนตัว	52	7.50
	พ่อบ้าน/แม่บ้าน	14	2.00
	อื่นๆ	35	5.10
รายได้	ต่ำกว่า 10,000 บาท	55	8.00
	10,000-15,000 บาท	167	24.20
	15,001-20,000 บาท	197	28.60
	20,001-25,000 บาท	122	17.70
	มากกว่า 25,000 บาท	149	21.60
ระยะเวลาในการพักผ่อน	3-4 วัน	514	74.50
	5-6 วัน	119	17.20
	มากกว่า 6 วัน	57	8.30

จากตารางที่ 1 พบว่า นักท่องเที่ยวชาวไทย เป็นพนักงานบริษัทเอกชน คิดเป็นร้อยละ 51.90 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 58.70 มีอายุระหว่าง 20-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 55.70 มีการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 78.10 ประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 74.50

ตารางที่ 2 ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่อง

ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยว	ระดับของข้อจำกัด		
	$\bar{X}$	SD	ระดับ
1. ข้อจำกัดจากทัศนคติส่วนบุคคล	3.84	0.907	มาก
2. ข้อจำกัดด้านข้อมูลข่าวสาร	3.71	0.781	มาก
3. ข้อจำกัดจากราคาโปรแกรมทัวร์	4.04	0.826	มาก
4. ข้อจำกัดจากเศรษฐกิจรอบครัว	3.80	0.819	มาก
5. ข้อจำกัดจากการขาดประสบการณ์	3.69	0.927	มาก
6. ข้อจำกัดด้านสุขภาพของบุคคล	3.91	0.888	มาก
7. ข้อจำกัดด้านการตระหนักคุณค่าของการท่องเที่ยว	3.68	0.981	มาก
8. ข้อจำกัดด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	3.89	0.859	มาก
9. ข้อจำกัดจากบุคคลร่วมเดินทาง	3.72	0.886	มาก
10. ข้อจำกัดจากเหตุการณ์หรือสถานการณ์ไม่คาดคิด	3.86	0.878	มาก
รวม	3.81	0.887	มาก

จากตารางที่ 2 พบว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยมี ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องรวมทุกรายด้านอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.81$) โดยข้อจำกัดสามอันดับแรกจากมากไปน้อย ได้แก่ ข้อจำกัดจากราคาโปรแกรมทัวร์ ($\bar{X} = 4.04$) ข้อจำกัดจากสุขภาพส่วนบุคคล ($\bar{X} = 3.91$) และข้อจำกัดด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ($\bar{X} = 3.89$)

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องระหว่างเพศ

ตัวแปร	ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยว			
	$\bar{X}$	SD	t	p
ชาย	3.90	.549	3.457	.00*
หญิง	3.75	.582		

*p<.05

จากตารางที่ 3 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องระหว่างเพศ นักท่องเที่ยวชาวไทยเพศชายและเพศหญิง

มีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องกับ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้และระยะเวลาในการพักผ่อน

ตัวแปร	ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยว				
	$\bar{X}$	SD	F	p	การเปรียบเทียบคู่
อายุ					
1. 21-30 ปี	3.79	0.57	.934	.44	
2. 31-40 ปี	3.87	0.56			
3. 41-50 ปี	3.76	0.55			
4. 51-60 ปี	3.73	0.62			
5. มากกว่า 60 ปี	3.85	0.77			
ระดับการศึกษา					
1. ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี	3.59	0.58	3.764	.02*	1-2*,1-3*
2. ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	3.80	0.57			
3. สูงกว่าปริญญาตรี	3.89	0.54			
อาชีพ					
1. นิสิต/นักศึกษา	3.65	0.47	2.424	.02*	1-2*,1-5*
2. ข้าราชการ	3.87	0.59			
3. พนักงานรัฐวิสาหกิจ	3.71	0.61			
4. พนักงานบริษัทเอกชน	3.81	0.57			
5. ธุรกิจ/ประกอบอาชีพส่วนตัว	4.01	0.49			
6. พ่อบ้าน/แม่บ้าน	3.84	0.51			
7. อื่นๆ	3.86	0.55			
รายได้					
1. ต่ำกว่า 10,000 บาท	3.65	0.54	4.740	.00*	1-2*,1-4*,1-5*,2-3*,3-4*,3-5*
2. 10,000-15,000 บาท	3.83	0.50			
3. 15,001-20,000 บาท	3.71	0.60			
4. 20,001-25,000 บาท	3.89	0.56			
5. มากกว่า 25,000 บาท	3.92	0.59			
ระยะเวลาในการพักผ่อน					
1. 3-4 วัน	3.79	0.54	1.113	.32	
2. 5-6 วัน	3.86	0.55			
3. มากกว่า 6 วัน	3.88	0.83			

*p<.05

จากตารางที่ 4 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องกับระดับการศึกษา อาชีพและรายได้ นักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีระดับการศึกษา อาชีพและรายได้แตกต่างกัน มีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อเปรียบเทียบเป็นรายคู่ พบว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีและที่มีการศึกษาปริญญาตรีหรือเทียบเท่า มีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องมากกว่านักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีการศึกษต่ำกว่าปริญญาตรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักท่องเที่ยวชาวไทยที่ประกอบอาชีพส่วนตัวและข้าราชการมีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องมากกว่านิสิต นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีรายได้มากกว่า 25,000 บาท ระหว่าง 20,001-25,000 บาท และระหว่าง 10,001-15,000 บาท มีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องมากกว่านักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท และ 15,001-20,000 บาท อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนการเปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องกับอายุและระยะเวลาในการพักผ่อนของนักท่องเที่ยวชาวไทยพบว่าไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยจำนวน 690 คน เป็นเพศชายและเพศหญิง จำนวนใกล้เคียงกัน ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20-30 ปี มีการศึกษาระดับปริญญาตรี ประกอบอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชน โดยมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,000-20,000 บาท และระยะเวลาในการพักผ่อนสำหรับการท่องเที่ยว 3-4 วัน

ซึ่งปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลเหล่านี้ไม่ว่าจะเป็นอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ย่อมส่งผลกับการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยว (Goeldner and Ritchie, 2006)

นักท่องเที่ยวชาวไทยมีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องอยู่ในระดับมากทั้งหมด โดยข้อจำกัดที่เป็นอันดับแรกและสองคือ ข้อจำกัดจากราคาโปรแกรมทัวร์และข้อจำกัดจากสุขภาพส่วนบุคคล มีความสอดคล้องกับแนวคิดของ ปราโมทย์ รอดจำรัส (Rodjumrass, 2010) ที่ว่าสนนราคาของโปรแกรมทัวร์และสุขภาพของนักท่องเที่ยวมีผลต่อการทำให้นักท่องเที่ยวตัดสินใจไม่เดินทางท่องเที่ยวได้และข้อจำกัดด้านสิ่งแวดล้อมความสะดวกซึ่งอยู่ในอันดับสามก็สอดคล้องกับ เอดจิงตันและคณะ (Edginton et al., 2004) ที่ว่าถ้าไม่มีสิ่งแวดล้อมทางกายภาพแล้วก็จะทำให้บุคคลไม่เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในยามว่างได้

เมื่อเปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องระหว่างเพศ พบว่า นักท่องเที่ยวชายไทยเพศชายและเพศหญิงมีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องแตกต่างกันซึ่งเป็นเพราะรูปแบบการใช้ชีวิตของผู้ชายและผู้หญิงที่ต่างกันอันสืบเนื่องมาจากกิจกรรมประจำหรือภารกิจส่วนตัวที่ต้องทำในชีวิตประจำวันสำหรับผู้หญิงมีมากกว่าผู้ชายซึ่งส่งผลให้ผู้หญิงมีเวลาว่างน้อยกว่าผู้ชายจึงทำให้โอกาสของการทำกิจกรรมยามว่างต่างๆ รวมไปถึงการท่องเที่ยวของผู้หญิงน้อยกว่าผู้ชายไปด้วย (Jackson, 2005) ซึ่งยังสอดคล้องกับการวิจัยของคณิต เขียววิชัย (Kheovichai, 2003) ที่พบว่าผู้ชายใช้เวลาว่างพักผ่อนไปเที่ยวมากกว่าผู้หญิง

ทั้งนี้เมื่อเปรียบเทียบข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องของนักท่องเที่ยวชาวไทยกับอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้และระยะเวลาในการพักผ่อน พบว่า ระดับการศึกษา อาชีพ

และรายได้ที่แตกต่างกันมีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องแตกต่างกัน ระดับการศึกษาเป็นปัจจัยส่วนบุคคลอย่างหนึ่งที่ทำให้บุคคลได้มีโอกาสเลือกอาชีพการงานที่ดีและมั่นคง ซึ่งส่งผลต่อรายได้ด้วย จึงทำให้มีแนวโน้มว่าการพิจารณาและตัดสินใจว่าจะใช้เวลาว่างเพื่อท่องเที่ยวมีความรอบคอบและพิถีพิถันมากขึ้นไม่ว่าจะเป็นรูปแบบการท่องเที่ยว อำนาจการใช้จ่าย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของมิลเดอตันและคณะ (Middleton et al., 2010) ที่กล่าวว่าระดับการศึกษามีผลต่อรูปแบบและปริมาณการซื้อบริการการท่องเที่ยว ส่วนอาชีพย่อมเกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างเพราะบางอาชีพอาจมีช่วงเวลาตลอดจนระยะเวลาว่างต่างกัน ดังนั้นช่วงเวลาว่าง การใช้เวลาว่าง การเลือกกิจกรรมทำในเวลาว่าง โดยเฉพาะการซื้อบริการท่องเที่ยวจึงต่างกันซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของคอตเลอร์ (Kotler, 2003) ที่ว่าอาชีพของแต่ละบุคคลนำไปสู่ความจำเป็นในการเลือกใช้สินค้าและบริการที่ต่างกัน ในแง่ของรายได้ แม้บุคคลมีเวลาว่างพักผ่อนและต้องการเลือกทำกิจกรรมประเภทการท่องเที่ยวแต่มีเงินออมเพื่อใช้จ่ายในการท่องเที่ยวไม่เพียงพอก็ทำให้เกิดเป็นข้อจำกัดขึ้นนั่นแสดงว่า รายได้มีผลต่อการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวซึ่งสอดคล้องกับฉลองศรี พิมลสมพงษ์ (Pimolsompong, 2006) ที่กล่าวว่า รายได้เป็นตัวแปรที่สำคัญที่สุดในการกำหนดอำนาจซื้อของผู้บริโภคทางการท่องเที่ยว

สรุปผลการวิจัย

ข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องของนักท่องเที่ยวชาวไทยโดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยลำดับแรก คือ ข้อจำกัดจากราคาโปรแกรมทัวร์ ลำดับที่สอง คือ ข้อจำกัดจากสุขภาพส่วนบุคคล และข้อจำกัดด้านสิ่งอำนวยความสะดวกเป็นลำดับที่สาม ทั้งนี้นักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีเพศ ระดับ

การศึกษา อาชีพและรายได้แตกต่างกันมีข้อจำกัดการใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่องต่างกัน

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

องค์กรที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการใช้เวลาว่างและการท่องเที่ยวทั้งภาครัฐและเอกชน รวมทั้งผู้ประกอบการธุรกิจการท่องเที่ยวควรให้ความสำคัญปัจจัยที่เป็นอุปสรรคขัดขวางการเข้าร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดต่อเนื่อง โดยนำปัจจัยที่เป็นอุปสรรคมาศึกษาและหาแนวทางแก้ไขอย่างจริงจังเพื่อขยายโอกาสให้ประชาชนได้ใช้เวลาว่างเพื่อการท่องเที่ยวมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- Edginton, C.R. and Chen, P. (2008). **Leisure as Transformation**. Champaign: Sagamore Publishing.
- Edginton, C.R., Hanson, C.J., Edginton, S.R. and Hudson, S.D. (2004). **Leisure Programming: A Service-Centered and Benefits Approach**. 4thed. Dubuque : WCS McGraw-Hill.
- Godbey, G. (2006). **Leisure and Leisure Services in the 21st Century**. Pennsylvania: Venture Publishing, Inc.
- Goeldner, C.R. and Ritchie, J.R. B. (2006). **Tourism: Principles, Practices, Philosophies**. (10th ed.). New Jersey : John Wiley & Sons, Inc.
- Jackson, E.L. (2005). Impacts of Life Transitions on Leisure and Constraints to Leisure. In Jackson, E.L. (Ed), **Constraints to Leisure**. Pennsylvania: Venture Publishing, Inc.

- Kheovichai, K. (2003). **A Study of Selected Socio-Economic Factors Affecting Community Recreational Participation in Western Region of Thailand**. Nakorn-pratom: Silpakorn University.
- Kotler, P. (2003). **Marketing Management**. 11th ed. New Jersey: Prentice Hall.
- Middleton Victor T.C., Fyall, A., and Morgan, M. (2010). **Marketing in Travel and Tourism**. 4th ed. Slovenia: Butterworth-Heinemann.
- National Statistical Office. (2012). **A Survey of Travelling Behaviors of Thai Tourists in 2011**. Bangkok: NSO.
- Pimolsompong, C. (2006). **Tourism Marketing Planning and Development**. Bangkok: Kasetsart University.
- Plog, C.S. (2004). **Leisure Travel: A Marketing Handbook**. New Jersey : Pearson Prentice Hall.
- Punpinij, S. (2004). **Research Techniques in Social Science**. Bangkok: June Publishing.
- Pannthai, B. (2011). **Introduction to Educational Research**. Bangkok: Ramkhamhaeng University.
- Rodjumrass, P. (2010). **Tourist Behavior**. Bangkok: Ramkhamhaeng University.
- Shivers, J. S. (1981). **Leisure and Recreation Concepts: A Critical Analysis**. Boston: Allyn and Bacon, Inc.
- Ketsingh, V. (1983). **Statistical Analysis for Research**. Bangkok: Thai Wathana Panich.
- Yamane, T. (1973). **Statistics : An Introductory Analysis**. 3rd ed. Tokyo: Harper International Edition.

รายละเอียดการส่งบทความวิจัยและวิชาการลงตีพิมพ์ในวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ ยินดีรับบทความวิจัย บทความวิชาการ ข้อคิดเห็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษา พลศึกษาและการกีฬา รวมทั้งจดหมาย หรือข้อเสนอแนะจากทุกท่าน โดยขอให้ส่งไฟล์ต้นฉบับและแบบส่งบทความเพื่อลงตีพิมพ์ในวารสารฯ มาที่กองบรรณาธิการวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทาง E-mail : spsc_journal@hotmail.com โทรศัพท์/โทรสาร : 02-218-1030

ทั้งนี้ต้องผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิอ่านบทความวิจัยและบทความวิชาการ (Peer Reviewer) 2 ท่าน ภายหลังจากได้รับการพิจารณาให้ลงตีพิมพ์และผู้ส่งบทความได้แก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ จึงจะได้รับการตอบรับการตีพิมพ์บทความลงวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ หากบทความไม่ผ่านการพิจารณาให้ลงตีพิมพ์ในวารสารฯ ผู้ส่งบทความสามารถปรับปรุงแก้ไขและส่งเข้ารับการพิจารณาได้ใหม่โดยการส่งบทความเพื่อการพิจารณาตีพิมพ์ครั้งต่อไป ผู้ส่งบทความจะต้องรับผิดชอบค่าตอบแทนการตรวจอ่านบทความของผู้ทรงคุณวุฒิเอง สำหรับต้นฉบับที่ได้รับการตีพิมพ์ผู้เขียนจะได้รับวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ ฉบับที่พิมพ์จำนวน 3 เล่ม หากต้องการจะขอเพิ่ม กรุณาแจ้งล่วงหน้าในราคาเล่มละ 80 บาท

รายละเอียดในการเตรียมบทความวิชาการและบทความวิจัย

1. พิมพ์ลงในกระดาษขนาด A4 (8x11.5") พิมพ์หน้าเดียว (**รูปแบบตัวอักษร Angsana New ขนาด 16 ก็นหน้า/หลัง/บน/ล่าง 1 นิ้ว**) ส่งไฟล์บทความจำนวน 1 ชุด จำนวนไม่เกิน 15 หน้า
2. บทความที่ส่งต้องไม่เคยพิมพ์เผยแพร่ในวารสารอื่นมาก่อน หรือไม่อยู่ในระหว่างที่ส่งไปพิมพ์ในวารสารอื่น
3. ชื่อเรื่องภาษาไทย ไม่เกิน 50 คำ และภาษาอังกฤษ ไม่เกิน 25 คำ ต้องมีบทคัดย่อเป็นภาษาไทย ไม่เกิน 500 คำ และภาษาอังกฤษ ไม่เกิน 300 คำ เป็นความเรียง พร้อมทั้งคำสำคัญ (Key Words) ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษควรมี 3-5 คำ
4. ตาราง รูปภาพ แผนภูมิ กราฟ ให้เขียนเป็นภาษาไทย ประกอบด้วย ลำดับที่ ชื่อ ส่วนข้อความและที่มา โดยปกติให้พิมพ์อยู่ในหน้าเดียวกันทั้งหมด ชื่อตารางเขียนไว้ด้านบนตาราง ชื่อรูปภาพ แผนภูมิ กราฟ เขียนไว้ด้านล่างรูปภาพ แผนภูมิ กราฟ โดยใน 1 บทความให้มีตาราง รูปภาพ แผนภูมิ กราฟ รวมกันไม่เกิน 5 ตาราง/รูปภาพ/แผนภูมิ/กราฟ ควรมีขนาดเหมาะสมโดยจัดใส่ในไฟล์งานและแยกไฟล์มาด้วย
5. การเขียนเอกสารอ้างอิงให้ใช้แบบ APA เป็นหลัก หากเอกสารอ้างอิงเป็นภาษาไทยให้แปลเป็นภาษาอังกฤษทั้งหมด โดยการอ้างอิงในเนื้อหา หากเป็นชื่อชาวต่างประเทศให้เขียนชื่อทับศัพท์เป็นภาษาไทยด้วย มิให้อ้างอิงผลงานวิทยานิพนธ์ โดยให้อ้างอิงถึงวารสารที่ตีพิมพ์ผลงานวิทยานิพนธ์ที่ต้องการอ้างอิงรูปแบบการเขียนอ้างอิงระบบ APA มีดังนี้

1. วารสารและนิตยสาร

รูปแบบ: ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). ชื่อเรื่อง. ชื่อวารสาร, ปีที่(ฉบับที่), หน้าแรก-หน้าสุดท้าย.

2. หนังสือ

รูปแบบ: ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). **ชื่อหนังสือ**. เมืองที่พิมพ์: สำนักพิมพ์.

3. สื่ออิเล็กทรอนิกส์

รูปแบบ: ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). **ชื่อเรื่อง**,วันที่ทำการสืบค้น. ชื่อฐานข้อมูล. URL

6. สำหรับบทความวิจัย การจัดลำดับเรื่องควรประกอบด้วยหัวข้อ ดังต่อไปนี้

- ชื่อเรื่องงานวิจัยและบทคัดย่อ (ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ) **โดยระบุชื่อผู้วิจัยหลัก/รอง และคณะ/สถาบันหรือสถานที่ทำงานด้วย**
- ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา
- วัตถุประสงค์ของการวิจัย
- สมมติฐานของการวิจัย (ถ้ามี)
- วิธีดำเนินการวิจัย
- ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย
- การวิเคราะห์ข้อมูล
- ผลการวิจัย
- อภิปรายผลการวิจัย
- สรุปผลการวิจัย
- ข้อเสนอแนะจากการวิจัย (ถ้ามี)
- กิตติกรรมประกาศ (ถ้ามี)
- เอกสารอ้างอิง

ผู้เขียนสามารถ Download แม่แบบ (Template) รูปแบบการเตรียมบทความได้ที่ www.spsc.chula.ac.th

ทั้งนี้ วารสารฯ ขอสงวนสิทธิ์ไม่รับตีพิมพ์บทความที่เขียนบทความ และเอกสารอ้างอิงไม่เป็นไปตามรูปแบบที่กำหนด

สถานที่ติดต่อ : คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถนนพระราม 1 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

E-mail : spsc_journal@hotmail.com โทร. 02 218-1030, 084-551-7377 โทรสาร 02-218-1030

Journal of Sports Science and Health

Manuscripts submission for publication in the Journal of Sports Science and Health

The Journal of Sports Science and Health welcome all research, review articles, and any point of views that pertains to exercise science, health promotion, physical education, and sports. All manuscripts and articles must be submitted along with a submission form to the editorial office at Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University via email: spsc__journal@hotmail.com or fax: +662-218-1030.

All manuscripts and review articles are considered for publication on the condition that they contributed solely to this Journal and have not been published else where, in part or in whole. All considered manuscripts must undergo a review process in which two reviewers will be assigned. If the manuscript is rejected, the author may resubmit it again with the changes and revisions in accordance to the reviewers' requests. Furthermore, the author must pay the reviewer's fees with the resubmission process. Once all the changes and adjustments are satisfactory, the manuscript or review article maybe accepted for publication. The editor reserves the right to accept or reject the manuscript on the ground of its scientific significant. Upon acceptance, the author will be notified by the editorial office and will receive 3 copies of the Journal of Sports Science and Health. Additional copies may be purchased for 80 baht per copy.

Manuscripts preparation

1. All manuscripts and review articles must be printed on A4 (8"x11.5") one sided (*font should be 16 points Angsana New; the margin should be 1" on all sides*). No more than 15 pages.
2. All manuscripts should not be published, in part or in whole, anywhere else or under a review process.
3. The title should be no more than 50 words in Thai and no more than 25 words in English. Abstract should be no more than 500 words in Thai and no more than 300 words in English. 3-5 key words in Thai or English following the abstarct.
4. Tables, figures, charts, and graphs shall be written in Thai and arranged in order. Table's description shall be placed on the top. Captions for figures, charts, and graphs shall be placed below. There should be no more than 5 tables, figures, charts, or graphs in one manuscript. Tables, figures, charts, and graphs should be saved separately.

5. A list of references is required for all manuscripts and review articles and shall be written according to APA format (if references are in Thai, they should be translated to English). Reference citation within the manuscript should be written in both Thai and English (in case of Thai manuscript). Citation of dissertation work is prohibited. When citing dissertation, the author should cite the original work that was quoted within the dissertation and should be written according to APA format.
 - a. Journals and magazines:
 - i. Example: Author (year). Title. Journal. Volume (issue). Initial-final pages.
 - b. Books:
 - i. Example: Authors (year). Book title. City published. Publishing house.
 - c. Electronic materials:
 - i. Example: Authors (year). Title. Date searched. Database. URL
6. Original research should contain the following items
 - a. Research title, abstract (in Thai and English), and the names of the primary and co-investigators with affiliated institutions.
 - b. Conceptual framework and its significance
 - c. Objectives
 - d. Research hypothesis (if available)
 - e. Experimental design
 - f. Research methodology
 - g. Data analysis
 - h. Results
 - i. Discussion
 - j. Conclusion
 - k. Limitations and suggestions for future research (if available)
 - l. Acknowledge (if available)
 - m. References
7. Please visit www.spsc.chula.ac.th for template
8. The Journal of Sports Science and Health reserves the right to reject any manuscripts and review articles that do not comply with the terms and conditions set forth by the Journal.

Contact: Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University. Rama I Patumwan Bangkok 10330.
Tel: +662-218-1030, +6684-551-7377 Fax: +662-218-1030 email: spsc_journal@hotmail.com

ใบสมัครเป็นสมาชิก “วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ”

วันที่..... เดือน..... พ.ศ.....

เรียน บรรณาธิการวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

ข้าพเจ้า (ออกใบเสร็จในนาม)
 ที่อยู่.....

รหัสไปรษณีย์..... หมายเลขโทรศัพท์.....

มีความประสงค์ขอรับวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ เริ่มตั้งแต่ปีที่..... เล่มที่.....

ประจำเดือน ☐ มกราคม – เมษายน ☐ พฤษภาคม – สิงหาคม ☐ กันยายน - ธันวาคม

☐ 1 ปี 3 ฉบับ ราคา 200 บาท

☐ 2 ปี 6 ฉบับ ราคา 360 บาท

ทั้งนี้ ได้ส่งเงินค่าสมัครสมาชิก เป็นเงิน ☐ เงินสด ☐ ธนาณัติ ☐ เช็คไปรษณีย์
 จำนวนเงิน.....บาท (ตัวอักษร.....บาท)

.....
 (ลงนามผู้สมัคร)

หมายเหตุ

การส่งจ่ายไปรษณีย์ ให้ส่งจ่ายในนาม รองศาสตราจารย์ ดร.ดรณวรรณ สุขสม

ที่อยู่ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา ถนนพระราม 1 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ไปรษณีย์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กรุณาวางเล็บที่มุมของว่า “วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ”

สำหรับเจ้าหน้าที่

ใบเสร็จรับเงินเล่มที่..... เลขที่..... หมายเลขสมาชิก.....

ลายเซ็นเจ้าหน้าที่..... บันทึกข้อมูลวันที่.....

ใบสัญญาลงโฆษณาประชาสัมพันธ์ใน “วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ”

เลขที่.....

วันที่..... เดือน..... พ.ศ.....

เรียน คณะบดีคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

ข้าพเจ้า

ที่สำนักงาน.....

มีความประสงค์ลงโฆษณาในวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นจำนวน.....ฉบับ ตั้งแต่ฉบับที่..... เดือน..... พ.ศ..... ถึงฉบับที่..... เดือน..... พ.ศ.....

อัตราค่าโฆษณา (1 ลี)	ขนาด	ราคาต่อ 1 ฉบับ	ราคาต่อ 2 ฉบับ	ราคาต่อ 3 ฉบับ
ปกหลัง ด้านนอก	1 หน้า	5,000 บาท	10,000 บาท	12,000 บาท
ปกหลัง ด้านใน	1 หน้า	4,000 บาท	8,000 บาท	10,000 บาท
ปกหน้า ด้านใน	1 หน้า	4,000 บาท	8,000 บาท	10,000 บาท
ในเล่ม	1 หน้า	1,000 บาท	2,000 บาท	3,000 บาท
ในเล่ม	½ หน้า	500 บาท	1,000 บาท	1,500 บาท
ใบแทรก (เท่าขนาดของหนังสือ)	1 แผ่น	3,000 บาท	6,000 บาท	9,000 บาท

รวมค่าโฆษณาเป็นเงิน..... บาท (.....)

ขอความที่ข้าพเจ้าประสงค์ลงโฆษณาประชาสัมพันธ์ได้แนบมากับใบสัญญาแล้วรวมทั้งต้นฉบับ

จำนวน.....ชิ้น หรือใบแทรกจำนวน.....แผ่น

ทั้งนี้ ข้าพเจ้าสัญญาว่าจะชำระเงินค่าโฆษณาทันที ที่ตอบตกลงทำสัญญาลงโฆษณาประชาสัมพันธ์เรียบร้อยแล้ว

ลงชื่อ.....ผู้แจ้งลงโฆษณา

ลงชื่อ.....ผู้รับแจ้งลงโฆษณา

วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

โทรศัพท์ 02 218-1030 / โทรสาร 02 218-1030