

มนตรีรัตน์ ทองสอาด 2550: สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พลศึกษา) สาขาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา ประชานกรรมการที่ปรึกษา: ผู้ช่วยศาสตราจารย์คมกริช เชาวน์พานิช, ศศ.ม. 99 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 จำนวนทั้งสิ้น 1,396 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 643 คน และนิสิตหญิง 753 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ จำนวน 5 รายการ คือ วิ่ง/เดิน ระยะทาง 1.5 ไมล์ ส่วนประกอบของร่างกาย นั่งงอตัวไปข้างหน้า ลูก-นั่ง (1 นาที) และดันพื้น โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน พิจารณาประเมินความเหมาะสมของแบบทดสอบและหาค่าดัชนีความสอดคล้องตามวิธีของ Rovinelli and Hambleton วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าร้อยละ

ผลการวิจัย

สมรรถภาพทางกายของนิสิตชายเมื่อเทียบกับเกณฑ์ รายการลูก-นั่ง (1 นาที) และดันพื้น อยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างต่ำ รายการนั่งงอตัวไปข้างหน้าอยู่ในเกณฑ์พอใช้ รายการส่วนประกอบของร่างกาย (% ไขมัน) อยู่ในระดับผอมกว่าปกติ รายการวิ่ง/เดินระยะทาง 1.5 ไมล์อยู่ในเกณฑ์ต่ำ สมรรถภาพทางกายของนิสิตหญิงเมื่อเทียบกับเกณฑ์ รายการลูก-นั่ง (1 นาที) และวิ่ง/เดินระยะทาง 1.5 ไมล์ อยู่ในเกณฑ์ต่ำ รายการดันพื้นอยู่ในเกณฑ์พอใช้ รายการนั่งงอตัวไปข้างหน้าอยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างต่ำ และรายการส่วนประกอบในร่างกาย (% ไขมัน) อยู่ในระดับอ้วนกว่าปกติ

Manirat Thongsaard 2007: Health - Related Physical Fitness of the First Year Undergraduate Students in Kasetsart University Kamphaeng Saen Campus. Master of Arts (Physical Education), Major Field: Physical Education. Thesis Advisor: Assistant Professor Komgrich Choupanich, M.A. 99 pages.

The purpose of this research was to study on health – related physical fitness of the first Year Undergraduate Students in Kasetsart University Kamphaeng Saen Campus. The population Was 1, 396 students, with including 643 male and 753 female.

The instrument of this study was the health related physical fitness test, with consisted of 5 items: 1.5 mile run/walk, body composition, sit and reach, modified sit-up (1 minute) and push up. The index of consistency of Rovinelli and Hambleton was estimated by 5 experts and the concurrent validity was constructed as well. The data were analyzed by using mean, standard diviation and percentage.

The results show that; the physical fitness of male students comparing with standard as following: sit up and push up was need improve, sit and reach was desirable, body composition was Less than average and 1.5 mile run/walk was caution. The physical fitness of female students comparing with standard as following: sit up and 1.5 mile run/walk was caution, push up was desirable, sit and reach was need improve, and body composition was more than average.