

## บทคัดย่อ

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ : ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกาย  
เพื่อสุขภาพของบุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา

ชื่อผู้เขียน : นายทรงศักดิ์ ไพศาล

ชื่อปริญญา : ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขา : พลศึกษา

ปีการศึกษา : 2541

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ :

1. รองศาสตราจารย์ สุนทร แม้นสงวน ประธานกรรมการ
2. อาจารย์ดร.ชาญชัย ชอบธรรมสกุล
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุวิไล เรียงวัฒนสุข

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา เปรียบเทียบและศึกษาความสัมพันธ์ของ  
ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรในสำนั  
งานเลขาธิการคุรุสภา ตามตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพทางครอบครัว  
และรายได้ต่อเดือน กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา จำนวน  
200 คน เป็นชาย 62 คน และหญิง 138 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย  
เป็นสัดส่วนตามชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับ  
ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม แบบทดสอบวัดความรู้ แบบสอบถามวัดเจตคติ  
และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์  
โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ SPSS/PC<sup>+</sup> (Statistical Package for the Social  
Sciences/Personal Computer Plus) หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
การทดสอบค่าที การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์  
จากผลคูณของคะแนนแบบเพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า

1. บุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในระดับดี
2. บุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา ที่มีเพศต่างกัน มีความรู้ และเจตคติในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน แต่มีการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. บุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา ที่มีอายุต่างกัน มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน
4. บุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน
5. บุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา ที่มีสถานภาพทางครอบครัวต่างกัน มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน
6. บุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา ที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน
7. บุคลากรในสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมีความสัมพันธ์กันในเชิงนิมิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05