

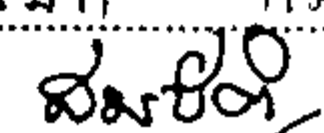
โกเมท ทิมา : ความต้องการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและสมรรถภาพของตำรวจจราจร
ในกรุงเทพมหานคร (NEEDS FOR EXERCISE FOR HEALTH AND PHYSICAL FITNESS OF
TRAFFIC POLICE IN BANGKOK METROPOLIS) อ. ที่ปรึกษา: รศ.ดร. สมบัติ กาญจนกิจ,
207 หน้า ISBN 974-636-629-7.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา และเปรียบเทียบความต้องการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและ
สมรรถภาพของตำรวจจราจรในกรุงเทพมหานคร มีการดำเนินการวิจัยเป็น 2 ส่วน ส่วนแรกใช้แบบสอบถามที่สร้าง
ขึ้นเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย จำนวน 367 คน ได้รับข้อมูล
กลับคืนมา 373 ชุด จากจำนวนที่ส่งไปจำนวน 400 ชุด คิดเป็นร้อยละ 93.25 นำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม
สำเร็จรูปเอสพี เอส เอส หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าเอฟ วิเคราะห์ความแปรปรวนทาง
เดียว และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ ส่วนที่สองใช้แบบทดสอบสมรรถภาพ
ของการกีฬาแห่งประเทศไทยเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูล มีตำรวจจราจรมารับทดสอบจำนวน 219 นาย นำข้อมูล
ได้มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอส หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่า F
วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของเชฟเฟ

ผลการวิจัยส่วนแรก พบว่า

1. ความต้องการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและสมรรถภาพของตำรวจจราจรในกรุงเทพมหานคร
ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก มีประเด็นที่สำคัญคือ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านรูปแบบของ
กิจกรรม ด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย และด้านวิชาการ โดยมีค่าเฉลี่ย = 3.51, 3.42, 3.39 และ 3.12
ตามลำดับ
2. ความต้องการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและสมรรถภาพของตำรวจจราจรในกรุงเทพมหานคร
ในทั้ง 4 กองบัญชาการ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ความต้องการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและสมรรถภาพของตำรวจจราจรในกรุงเทพมหานครทั้ง 4
กองบัญชาการ ได้แก่ กองบัญชาการตำรวจนครบาลเหนือ กองบัญชาการตำรวจนครบาลใต้ กองบัญชาการตำรวจ
นครบาลธนบุรี และกองบัญชาการตำรวจจราจร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นด้านช่วง
เวลาในการออกกำลังกาย เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่พบว่า กองบัญชาการตำรวจนครบาลเหนือ แตกต่างจาก
กองบัญชาการตำรวจนครบาลธนบุรี และกองบัญชาการตำรวจจราจร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ค่าเฉลี่ยคะแนนสมรรถภาพทางกายของตำรวจจราจรในสังกัดกองบัญชาการตำรวจนครบาลเหนือ
กองบัญชาการตำรวจนครบาลใต้ กองบัญชาการตำรวจนครบาลธนบุรี และกองบัญชาการตำรวจจราจรมีระดับ
สมรรถภาพโดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับดี ยกเว้นสมรรถภาพด้านเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย ตำรวจจราจรทั้ง
4 กองบัญชาการ มีระดับสมรรถภาพอยู่ในระดับปานกลาง

ภาควิชา พลศึกษา
สาขาวิชา พลศึกษา
ปีการศึกษา 2539

ลายมือชื่อนิสิต นายโกเมท ทิมา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา  รศ.ดร. สมบัติ กาญจนกิจ
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม