

นันทพร จิตรเพ็ชร 2555: ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางกายของผู้สูงอายุ  
ในอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ปรินญาวิทยาสาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา)  
สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก:  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรัณท์รัตน์ บุญช่วยธนาสิทธิ์, Ph.D. 89 หน้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ  
กิจกรรมทางกายของผู้สูงอายุในอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็น  
ผู้สูงอายุ ที่อาศัยอยู่ในอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม จำนวน 2,775 คน กลุ่มตัวอย่างได้รับการ  
คัดเลือกจากผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 350 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้  
คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ หาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
สถิติไคสแควร์ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้สูงอายุในอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ส่วนใหญ่มีระยะเวลาเปลี่ยนแปลงการมี  
กิจกรรมทางกาย อยู่ในระยะคงไว้ ซึ่งการปฏิบัติ คิดเป็นร้อยละ 49.4
2. ผู้สูงอายุในอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม มีกระบวนการเปลี่ยนแปลงการมีกิจกรรม  
ทางกาย ความเชื่อในความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับสูง สมดุล  
ของการตัดสินใจเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกาย และการมีกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับปานกลาง
3. ระยะเวลาเปลี่ยนแปลงการมีกิจกรรมทางกาย กระบวนการเปลี่ยนแปลงการมีกิจกรรม  
ทางกาย ความเชื่อในความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกาย สมดุลของการตัดสินใจ  
เกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกาย มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางกาย ของผู้สูงอายุในอำเภอพุทธมณฑล  
จังหวัดนครปฐม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ความเชื่อในความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกาย กระบวนการ  
เปลี่ยนแปลงการมีกิจกรรมทางกาย สมดุลของการตัดสินใจเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกาย สามารถ  
ร่วมกันทำนายกิจกรรมทางกายของผู้สูงอายุในอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ได้อย่างมี  
นัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 โดยมีอำนาจการทำนายร้อยละ 64.0

ลายมือชื่อนิสิต

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก