

บทที่ 4

ผลการวิจัยและอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความต้องการการให้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย

ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิเคราะห์ ข้อมูลตามลำดับขั้นตอน มีดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 แสดงระดับความต้องการของความต้องการ การให้บริการ การออกกำลังกาย และพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความต้องการ การให้บริการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ

3.1 ผู้ที่มีการออมเงินน้อย กับผู้ที่มีการออมเงินมาก

3.2 ผู้ที่เป็นข้าราชการ กับผู้ที่ไม่เป็นข้าราชการ

ตอนที่ 4 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม กับด้านการจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้ที่มาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนสวนสุขภาพ จังหวัดเลย จำนวน 285 คน มีรายละเอียด ดังในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

รายละเอียด	จำนวน(คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	136	47.7
หญิง	149	52.3
2. อายุ		
20 - 29 ปี	62	21.7
30 - 39 ปี	103	36.1
40 - 49 ปี	74	26.0
50 - 59 ปี	25	8.8
60 - 69 ปี	18	6.3
70 - 75 ปี	3	1.1
3. อาชีพ		
รับราชการ	129	45.3
ไม่รับราชการ	156	54.7
4. วุฒิการศึกษาสูงสุด		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	114	40.0
ปริญญาตรี	150	52.6
ปริญญาโท	21	7.4
5. การออมเงินของท่านอยู่ในระดับใด		
น้อย	124	45.5
มาก	161	56.5

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (ต่อ)

รายละเอียด	จำนวน(คน)	ร้อยละ
6. ช่วงเวลาในการออกกำลังกาย		
ก่อน 06.00 น.	26	9.1
06.00 - 13.00 น.	4	1.4
16.00 - 18.00 น.	213	74.7
หลังเวลา 18.00 น.	42	14.8
7. จำนวนวันที่ออกกำลังกาย		
ต่อ 1 สัปดาห์		
1 - 2 วัน	32	11.2
3 - 4 วัน	43	15.1
5 วัน ขึ้นไป	210	73.7
8. วันที่ท่านออกกำลังกายเป็นประจำ		
ทุกวัน	132	46.3
วันจันทร์ - วันศุกร์	73	25.6
วันเสาร์ - อาทิตย์	72	25.3
วันหยุดอื่น ๆ	8	2.8
9. ระยะเวลาในการออกกำลังกายในแต่ละวัน		
ต่ำกว่า 30 นาที	13	4.6
30 นาที - 1 ชั่วโมง	149	52.3
มากกว่า 1 ชั่วโมง	59	20.6
แล้วแต่สะดวก	64	22.5
10. กิจกรรมในการออกกำลังกาย		
กรีฑา หรือวิ่งเพื่อสุขภาพ	92	32.3
แอโรบิก	88	30.9
กีฬา	77	27.0
อื่น ๆ โปรดระบุ	28	9.8

ตารางที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม (ต่อ)

รายละเอียด	จำนวน(คน)	ร้อยละ
11. ออกกำลังกายบ่อยเพียงใด		
บ่อยครั้งแต่ไม่สม่ำเสมอ	128	44.9
เป็นประจำเสมอ	121	42.5
นาน ๆ ครั้ง	36	12.6
12. ความต้องการที่มาใช้บริการสวนสุขภาพ		
เพื่อให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง	285	30.5
เพื่อความสนุกสนานผ่อนคลายความตึงเครียด	236	25.2
เพื่อสังคม	148	15.8
มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	101	10.8
การจัดการของสวนสุขภาพ	88	9.4
มีผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย	76	8.1

จากตารางที่ 1 พบว่า

ประชาชนที่มาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อน ที่สวนสุขภาพ จำนวน 285 คน แยกเป็นเพศชายร้อยละ 47.7 เป็นเพศหญิงร้อยละ 52.3 โดยเฉลี่ยมีอายุ 41 ปี และมีอายุระหว่าง 30 - 39 ปี มากที่สุด ร้อยละ 36.1) อาชีพของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ไม่รับราชการ (คิดเป็นร้อยละ 54.7) วุฒิทางการศึกษา ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาวุฒิปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 52.6 และ การออมเงินของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีการออมเงินมาก (คิดเป็นร้อยละ 56.5) ช่วงเวลาในการออกกำลังกายของประชาชนที่มาใช้บริการสวนสุขภาพจะออกกำลังกาย เวลา 16.00-18.00 น. (คิดเป็นร้อยละ 74.7) จำนวนวันที่ออกกำลังกายต่อสัปดาห์ จะออกกำลังกาย 5 วันขึ้นไป (คิดเป็นร้อยละ 73.7) วันที่ออกกำลังกายเป็นประจำ ส่วนใหญ่จะออกกำลังกายทุกวัน (คิดเป็นร้อยละ 46.3) ระยะเวลาในการออกกำลังกายในแต่ละวัน ส่วนใหญ่จะใช้เวลา 30 นาที- 1 ชั่วโมง (คิดเป็นร้อยละ 52.3) กิจกรรมในการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่จะใช้กีฬาหรือวิ่งเพื่อสุขภาพ (คิดเป็นร้อยละ 32.3)และเดินแอร์โรบิก (คิดเป็นร้อยละ 30.9) การออกกำลังกาย ส่วนใหญ่จะออกกำลังกาย

บ่อยครั้งแต่ไม่สม่ำเสมอ (คิดเป็นร้อยละ 44.9) เป็นประจำเสมอ (คิดเป็นร้อยละ 42.5) และความต้องการที่มาใช้บริการสวนสุขภาพ และพักผ่อน ประชาชนส่วนใหญ่จะออกกำลังกายเพื่อให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง (คิดเป็นร้อยละ 30.5) รองลงมาเพื่อความสนุกสนานผ่อนคลายความเครียด (คิดเป็นร้อยละ 25.3)

ตอนที่ 2 แสดงระดับความต้องการของความต้องการ การใช้บริการ การออกกำลังกาย และพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ ดังตารางที่ 2-6 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ค่ามัชฌิมเลขคณิต ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) และความต้องการ การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพทั้งหมด (N=285)

ความต้องการ	($\bar{X}$)	(S.D)	ระดับความต้องการ
1. ด้านสุขภาพ	4.35	0.46	มาก
2. ด้านนันทนาการ	4.30	0.47	มาก
3. ด้านสังคม	4.20	0.50	มาก
4. ด้านการจัดการ	4.31	0.44	มาก
5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.49	0.40	มาก
6. ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย	4.53	0.42	มากที่สุด
รวม	4.36	0.32	มาก

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า ความต้องการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้ใช้บริการสวนสุขภาพจังหวัดเลยมีความต้องการเรียงลำดับ ดังนี้

1. ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย ระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.53$)
2. ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระดับมาก ($\bar{X} = 4.49$)
3. ด้านสุขภาพ ระดับมาก ($\bar{X} = 4.35$)
4. ด้านการจัดการ ระดับมาก ($\bar{X} = 4.31$)
5. ด้านนันทนาการ ระดับมาก ($\bar{X} = 4.30$)
6. ด้านสังคม ระดับมาก ($\bar{X} = 4.20$)

โดยผู้บริการมีความต้องการโดยรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.36$)

ตารางที่ 3 ค่ามัชฌิมเลขคณิต ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) และความต้องการ
การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการที่มีการออมเงินน้อย
(N = 124)

ความต้องการ	($\bar{X}$)	(S.D)	ระดับความต้องการ
1. ด้านสุขภาพ	4.33	0.48	มาก
2. ด้านนันทนาการ	4.26	0.48	มาก
3. ด้านสังคม	4.21	0.45	มาก
4. ด้านการจัดการ	4.23	0.42	มาก
5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.45	0.39	มาก
6. ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย	4.50	0.41	มากที่สุด
รวม	4.33	0.54	มาก

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่าประชาชนมีความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่มีเงินออมน้อยโดยรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.33$)

ยกเว้นมีความต้องการ ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายมากที่สุด ($\bar{X} = 4.50$)

ตารางที่ 4 ค่ามัธยฐานเลขคณิต ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) และความต้องการการ
ใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการที่มีการออมเงินมาก
(N = 161)

ความต้องการ	($\bar{X}$)	(S.D)	ระดับความต้องการ
1. ด้านสุขภาพ	4.37	0.46	มาก
2. ด้านนันทนาการ	4.33	0.46	มาก
3. ด้านสังคม	4.20	0.53	มาก
4. ด้านการจัดการ	4.37	0.45	มาก
5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.53	0.40	มากที่สุด
6. ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย	4.55	0.43	มากที่สุด
รวม	4.39	0.47	มาก

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่าประชาชนมีความต้องการการให้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่มีการออมเงินมาก โดยรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.39$)

ยกเว้นมีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด ($\bar{X} = 4.53$)กับด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายมากที่สุด ($\bar{X} = 4.55$)

ตารางที่ 5 ค่ามัชฌิมเลขคณิต ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) และความต้องการ
การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการที่เป็นข้าราชการ
(N = 129)

ความต้องการ	($\bar{X}$)	(S.D)	ระดับความต้องการ
1. ด้านสุขภาพ	4.39	0.43	มาก
2. ด้านนันทนาการ	4.33	0.45	มาก
3. ด้านสังคม	4.20	0.53	มาก
4. ด้านการจัดการ	4.30	0.44	มาก
5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.48	0.41	มาก
6. ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย	4.51	0.44	มากที่สุด
รวม	4.37	0.45	มาก

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่าประชาชนมีความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่เป็นข้าราชการโดยรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.37$)

ยกเว้นมีความต้องการ ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายมากที่สุด ($\bar{X}=4.51$)

ตารางที่ 6 ค่ามัธยฐานเลขคณิต ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) และความต้องการ
การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการที่ไม่เป็นข้าราชการ
(N = 156)

ความต้องการ	($\bar{X}$)	(S.D)	ระดับความต้องการ
1. ด้านสุขภาพ	4.32	0.49	มาก
2. ด้านนันทนาการ	4.28	0.48	มาก
3. ด้านสังคม	4.21	0.48	มาก
4. ด้านการจัดการ	4.31	0.44	มาก
5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.51	0.39	มากที่สุด
6. ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย	4.54	0.44	มากที่สุด
รวม	4.36	0.55	มาก

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่าประชาชนมีความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่ไม่เป็นข้าราชการโดยรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.36$)

ยกเว้นมีความต้องการด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.51$) กับด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายมากที่สุด ($\bar{X} = 4.55$)

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกาย และพักผ่อนของ
ผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ ดังตารางที่ 7-8 ตามลำดับ

ตารางที่ 7 ค่ามัธยฐานเลขคณิต ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) และแสดงผลการ
เปรียบเทียบความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้
บริการสวนสุขภาพที่มีการออมเงินน้อยกับผู้ที่มาใช้บริการที่มีการออมเงินมาก

ความต้องการ	การออมเงินน้อย		การออมเงินมาก		t-test
	($\bar{X}$)	(S.D)	($\bar{X}$)	(S.D)	
1. ด้านสุขภาพ	4.33	0.48	4.37	0.46	-0.62
2. ด้านนันทนาการ	4.26	0.48	4.33	0.46	-1.22
3. ด้านสังคม	4.21	0.45	4.20	0.53	0.13
4. ด้านการจัดการ	4.23	0.42	4.37	0.45	-2.77
5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.45	0.39	4.53	0.40	-1.74
6. ด้านผู้ให้คำแนะนำการ ออกกำลังกาย	4.50	0.41	4.56	0.43	-1.01
รวม	4.33	0.55	4.35	0.47	-1.21

จากตารางที่ 7 แสดงว่าประชาชนมาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่มีการ
ออมเงินน้อย กับผู้ที่มีการออมเงินมาก มีความต้องการไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .05

ตารางที่ 8 ค่ามัธยเทศ ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) และแสดงผลการ
เปรียบเทียบความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มา
ใช้บริการสวนสุขภาพที่เป็นข้าราชการกับผู้ใช้บริการที่ไม่เป็นข้าราชการ

ความต้องการ	รับราชการ		ไม่รับราชการ		t-test
	($\bar{X}$)	(S.D)	($\bar{X}$)	(S.D)	
1. ด้านสุขภาพ	4.39	0.43	4.32	0.49	1.17
2. ด้านนันทนาการ	4.33	0.45	4.28	0.48	0.80
3. ด้านสังคม	4.20	0.53	4.21	0.48	-0.6
4. ด้านการจัดการ	4.30	0.44	4.31	0.44	-0.11
5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.48	0.41	4.51	0.39	-0.66
6. ด้านผู้ให้คำแนะนำการ ออกกำลังกาย	4.51	0.44	4.54	0.40	-0.57
รวม	4.37	0.45	4.36	0.55	-0.10

จากตารางที่ 8 แสดงว่าประชาชนมาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่เป็น
ข้าราชการกับไม่เป็นข้าราชการ มีความต้องการไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 4 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม กับด้านการจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย ดังตารางที่ 9-13

ตารางที่ 9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม กับด้านการจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย

ตัวแปร	ความต้องการ การออกกำลังกาย	ความต้องการในการดำเนิน งานของสวนสุขภาพ
ความต้องการการออกกำลังกาย (สุขภาพ นันทนาการ สังคม)	1.00	-
ความต้องการในการดำเนินงานของสวนสุขภาพ (การจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย)	.4278**	1.00

** มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากตารางที่ 9 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พบว่า ความต้องการของผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม มีความสัมพันธ์ทางบวก กับความต้องการในด้านการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำ การออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (มีค่า $r = .4278$)

ตารางที่ 10 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้ใช้บริการที่มีการออมเงินน้อย ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพนันทนาการ สังคม กับความต้องการด้านการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย

ตัวแปร	ความต้องการ การออกกำลังกาย	ความต้องการในการดำเนิน งานของสวนสุขภาพ
	(1)	(2)
(1) ความต้องการการออกกำลังกาย (สุขภาพ นันทนาการ สังคม)	1.00	-
(2) ความต้องการในการดำเนินงานของสวน สุขภาพ (การจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย)	.4821**	1.00

** มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากตารางที่ 10 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พบว่า ความต้องการของผู้ใช้บริการที่มีการออมเงินน้อย ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความต้องการในการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (มีค่า $r = .4821$)

ตารางที่ 11 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้ใช้บริการที่มีการออมเงินมาก ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม กับความต้องการด้านการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย

ตัวแปร	ความต้องการ การออกกำลังกาย	ความต้องการในการดำเนิน งานของสวนสุขภาพ
	(1)	(2)
(1) ความต้องการการออกกำลังกาย (สุขภาพ นันทนาการ สังคม)	1.00	-
(2) ความต้องการในการดำเนินงานของสวน สุขภาพ (การจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย)	.3855**	1.00

** มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากตารางที่ 11 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พบว่า ความต้องการของผู้ใช้บริการที่มีการออมเงินมาก ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความต้องการในการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (มีค่า $r = .3855$)

ตารางที่ 12 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้ใช้บริการที่เป็นข้าราชการ ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สัมพันธ์กับความต้องการ ในด้านการจัดการสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำ การออกกำลังกาย

ตัวแปร	ความต้องการ การออกกำลังกาย	ความต้องการในการดำเนิน งานของสวนสุขภาพ
	(1)	(2)
(1) ความต้องการการออกกำลังกาย (สุขภาพ นันทนาการ สัมคม)	1.00	-
(2) ความต้องการในการดำเนินงานของสวน สุขภาพ (การจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย)	.4827**	1.00

** มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากตารางที่ 12 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พบว่า ความต้องการของผู้ใช้บริการที่เป็นข้าราชการ ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สัมพันธ์มีความสัมพันธ์ทางบวก กับความต้องการ ในด้านการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
(มีค่า $r = .4827$)

ตารางที่ 13 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้ใช้บริการที่ไม่เป็นข้าราชการ ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สัมพันธ์กับความต้องการในการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย

ตัวแปร	ความต้องการ การออกกำลังกาย	ความต้องการในการดำเนิน งานของสวนสุขภาพ
	(1)	(2)
(1) ความต้องการการออกกำลังกาย (สุขภาพ นันทนาการ สัมคม)	1.00	-
(2) ความต้องการในการดำเนินงานของสวน สุขภาพ (การจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย)	.3870**	1.00

** มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากตารางที่ 13 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พบว่า ความต้องการของผู้ใช้บริการที่ไม่เป็น ข้าราชการ ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สัมคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความต้องการในการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (มีค่า $r = .3870$)

อภิปรายผล

จากการศึกษา ความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย ผู้วิจัยมีประเด็นจะนำมาอภิปรายผลการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 การอภิปรายลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การอภิปรายผลระดับความต้องการของความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ

ตอนที่ 3 อภิปรายผลการเปรียบเทียบความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพจำแนกตามการมีเงินออม และอาชีพ

ตอนที่ 4 อภิปรายผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์การใช้บริการการออกกำลังกาย และพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ ระหว่างส่วนที่ 1 ด้านสุขภาพ ด้านนันทนาการ ด้านสังคม กับส่วนที่ 2 ด้านการจัดการ ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย

ตอนที่ 1 การอภิปรายลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

จากข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เป็นประชาชนวัยทำงานที่มีอาชีพรับราชการ และไม่รับราชการ โดยเฉลี่ยอายุ 41 ปี และส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 30-39 ปี ในผลการวิจัยนี้ที่ประชาชนในวันนี้มาออกกำลังกายกันมากอาจเป็นเพราะว่าวันนี้เป็นวันหยุดใหญ่ที่เป็นวัยทำงาน ที่ตลอดทั้งวันจะอยู่กับสภาพแวดล้อมที่ส่งผลให้เกิดภาวะความตึงเครียดทางจิตใจและร่างกาย ดังนั้นจึงต้องการที่จะผ่อนคลายเลยเป็นวัยที่มาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนเป็นส่วนใหญ่ รับราชการ (คิดเป็นร้อยละ 54.7) มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรี เป็นส่วนใหญ่ (คิดเป็นร้อยละ 54.6) ซึ่งสอดคล้องผลการวิจัยที่ได้ว่าผู้มาออกกำลังกายและพักผ่อนเป็นผู้รับราชการเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งเป็นวัยทำงานการออมเงินส่วนมากอยู่ในระดับมาก (คิดเป็นร้อยละ 56.5) ซึ่งใกล้เคียงกับการออมเงินน้อย (คิดเป็นร้อยละ 45.5) จึงเห็นว่าประชาชนที่มาออกกำลังกายนั้นไม่มีความแตกต่างกันในเรื่องรายได้ และความต้องการการออกกำลังกายของผู้ที่มีเงินออมน้อยและมากก็ไม่แตกต่างกันมีความต้องการในด้านต่าง ๆ เช่นกัน ช่วงเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกายมาก เวลา 16.00 น.-18.00 น. (คิดเป็นร้อยละ 74.7) ซึ่งเป็นเวลาที่ประชาชนละเว้นจากภาระกิจประจำวัน และส่วนใหญ่จะออกกำลังกาย 5 วันขึ้นไป (คิดเป็นร้อยละ 73.7) ซึ่งสอดคล้องผลการวิจัยที่ได้ในด้านความต้องการออกกำลังกายและพักผ่อนกับการดำเนินงานของสวนสุขภาพ โดยรวมจะอยู่ในระดับมาก ทุกด้านจะมีบางด้านที่อยู่ระดับมากที่สุด แสดงให้เห็นว่าประชาชนมีเวลาในการออกกำลังกายแทบทุกวันเป็นส่วนใหญ่ และใช้เวลาในการออกกำลังกายในแต่ละวัน 30 นาที - 1 ชั่วโมง ทำให้สอดคล้องกับ

ข้อมูลที่พบว่า ในการใช้กิจกรรมการกีฬาหรือเดินแอโรบิก หรือการมาพักผ่อน จะใช้เวลาในการทำกิจกรรมนั้น ๆ เป็นอย่างน้อย 1 ชั่วโมง และประชาชนส่วนใหญ่จะใช้เวลาอยู่ในสวนสุขภาพในการออกกำลังกายและพักผ่อน ซึ่งจะพบในการวิจัย ความต้องการใน 6 ด้านจะมีต้องการระดับมากทุกด้าน

ตอนที่ 2 การอภิปรายผล ความต้องการ ของความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกาย และพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ

ประชาชนเป็นทรัพยากรที่สำคัญส่วนหนึ่งของชาติ การที่จะให้คนในชาติมีประสิทธิภาพในการทำงานจึงจำเป็นต้องส่งเสริมสภาพร่างกายและจิตใจของประชาชนเพื่อให้มีคุณภาพในสังคม ฉะนั้นการออกกำลังกายและพักผ่อนเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพของประชาชน โดยพบว่า ประชาชนมีความต้องการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของสวนสุขภาพทั้ง 6 ด้านอยู่ในระดับมาก โดยมีค่ามัธยฐานเลขคณิตอยู่ระหว่าง 4.20-4.53 ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

2.1 ความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนทั้ง 6 ด้าน เรียงลำดับได้ดังนี้	
อันดับที่ 1 ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย	$\bar{X} = 4.53$ ระดับมากที่สุด
อันดับที่ 2 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	$\bar{X} = 4.49$ ระดับมาก
อันดับที่ 3 ด้านสุขภาพ	$\bar{X} = 4.35$ ระดับมาก
อันดับที่ 4 ด้านการจัดการ	$\bar{X} = 4.31$ ระดับมาก
อันดับที่ 5 ด้านนันทนาการ	$\bar{X} = 4.30$ ระดับมาก
อันดับที่ 6 ด้านสังคม	$\bar{X} = 4.20$ ระดับมาก

ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัยในความต้องการการออกกำลังกายในแต่ละด้านดังนี้

1. ความต้องการด้านสุขภาพ

ความต้องการด้านสุขภาพ พบว่า ประชาชนที่มาใช้บริการการออกกำลังกาย และพักผ่อน สวนสุขภาพ จังหวัดเลย มีความต้องการด้านสุขภาพในระดับมาก โดยเฉพาะการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี เพราะช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย หรือความแข็งแรงในระดับมาก เป็นอันดับหนึ่ง สอดคล้องกับแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (2535) โดยกำหนดไว้คือ ด้านร่างกาย บุคคลที่ได้รับการศึกษาพึงมีร่างกายที่เจริญเติบโตเหมาะสมกับวัย รู้จักดูแลรักษาสุขภาพอนามัยของร่างกายและสมาชิกครอบครัว สามารถพัฒนาสมรรถภาพร่างกายให้เหมาะสมกับงานและอาชีพ คำรง กิจกุล (2527) พบว่าการออกกำลังกายทุกวัน ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง มีพลังงานของกล้ามเนื้อดีขึ้น จะทำอะไรก็สำเร็จโดยง่าย และสอดคล้องกับการวิจัยของ เจริญ กระบวนรัตน์ (2525) พบว่า ข้าราชการมีความต้องการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ในระดับที่

มากที่สุด ผลการวิจัยของ พูลสวัสดิ์ บุตรรัตน์ (2538) พบว่า ครูมีความต้องการออกกำลังกายในการเดิน วิ่ง เพื่อสุขภาพในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ จรวยพร ธรณินทร์ (2534) ที่พบว่าการออกกำลังกายควรให้ถูกต้องและเหมาะสมในการเลือกกับอายุ และสมรรถภาพร่างกายของแต่ละบุคคลและควรออกกำลังกายที่หัวใจเต้นในระดับไม่เกิน 125 ครั้งต่อนาที ซึ่งเป็นขีดที่ปลอดภัยสำหรับคนอายุ 40-45 ปี และสอดคล้องกับแนวคิดของศูนย์พลศึกษา และวิทยาศาสตร์ กรมพลศึกษา (2538) ที่ว่า การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมจะทำให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย คือ ทำให้ร่างกายแข็งแรงและมีสมรรถภาพทางกายที่ดี รูปร่างและทรวดทรงได้สัดส่วน อีกทั้งยังทำให้ระบบการหายใจทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ร่างกายสามารถสูดน้ำได้สดชื่น เลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ และมีประสิทธิภาพที่ดีแล้ว ยังต้องการการออกกำลังกายเพื่อป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่เกิดขึ้น ทำให้ระบบต่าง ๆ ทำงานได้ดีขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดของ อนันต์ อัดชู (2525) ที่ว่า การออกกำลังกายนั้นมีประโยชน์ทางด้านสรีรวิทยา กล่าวคือ ช่วยทำให้เม็ดเลือดขาวเพิ่มปริมาณมากขึ้น เกิดเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค อีกทั้งยังช่วยเพิ่มสมรรถภาพทางกายให้สูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ชัชชัย โกมารทัต (2527) พบว่า ครูมีความต้องการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในระดับมาก สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ธงชัย ทวีชาชาติ และคณะ (2540) พบว่า ข้าราชการ เจ้าหน้าที่กระทรวงสาธารณสุขมีพฤติกรรมการออกกำลังกายมากกว่า 4 ครั้ง/สัปดาห์ และปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกกำลังกาย คือ ปัจจัยด้านความรู้ในเรื่องการออกกำลังกายของกลุ่มอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยด้านความเชื่อของกลุ่มส่วนใหญ่อยู่ระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของ มาลี สิริ (2516) พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ชอบออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬาในระดับมากที่สุด นักศึกษาเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย โดยใช้กีฬาเป็นสื่อ เพราะว่ามีผลต่อการส่งเสริมสมรรถภาพทางกายให้มีความแข็งแรง ก่อให้เกิดความรักใคร่ สามัคคีในหมู่คณะ สอดคล้องกับงานวิจัยของ กองส่งเสริมพลศึกษา และสุขภาพ , กรมพลศึกษา (2526) พบว่า ประชาชนมีเหตุผลในการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายของประชาชนชายและหญิง คือ เล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและความแข็งแรง ผลการวิจัยประเภทกีฬาออกกำลังกาย ประชาชนชายและหญิง มีความสนใจมากที่สุดคือ กิจกรรมกีฬาการออกกำลังกาย ผลการวิจัยของ วิภาดา กฤติบวร (2521) พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาว่ามีประโยชน์ต่อร่างกายทุกด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งสอดคล้องกับทิวพร กลมกล่อม (2540) ที่ว่า ปัจจุบันกระแสพัฒนาของสังคมโลกได้พัฒนาให้ทิศทางของปัญหาสาธารณสุขเปลี่ยนไป บุคคลและสังคมที่มีวิถีชีวิตอยู่ในภาวะเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ พฤติกรรมการทำงานขาดการพักผ่อน ตลอดจนการออกกำลังกาย ก่อเกิดปัญหาทั้งสุขภาพจิตและสุขภาพกาย ทำให้ประชาชนมีความต้องการการพักผ่อนคลาย ทั้งสุขภาพจิตและสุขภาพกาย โดยการใช้กิจกรรมการออกกำลังกาย ซึ่ง

สอดคล้องกับผลการวิจัยที่ประชาชนจังหวัดเลยมีความต้องการการออกกำลังกายด้านสุขภาพในระดับมาก (เทศบาลเมืองเลย, 2540)

จากการที่รัฐบาลส่งเสริมการออกกำลังกาย ประชาชนในจังหวัดเลยได้มีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของตนเองมากขึ้น และเห็นได้ว่ามีหน่วยงานของทางราชการได้ให้ความสำคัญในการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดเป็นจำนวนมาก โดยทางหน่วยงานเทศบาลได้มีการส่งเสริมให้ประชาชนในจังหวัดที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลหรือรอบนอก ให้ได้มีสถานที่สำหรับการออกกำลังกายและพักผ่อนอย่างเป็นส่วนสำคัญอย่างเพียงพอ เพื่อให้ประชาชนในจังหวัดมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและสุขภาพจิตที่ดี จึงได้จัดหน่วยงานของเอกชนและจัดสรรงบประมาณเพื่อปรับปรุงสวนสาธารณะ แต่งเดิมให้เป็นสวนสุขภาพ จนถึงทุกวันนี้ และได้ส่งเสริมในด้านการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายไว้มากมายที่สวนสุขภาพ เช่น แอร์โรบิก ลีลาส ตะกร้อ เปตอง วิ่งเพื่อสุขภาพ รำมวยจีน ฯลฯ เพื่อรองรับประชาชนที่มาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่สวนสุขภาพ ดังผลการวิจัยที่ประชาชนให้ความต้องการกิจกรรมกรีฑา หรือวิ่งเพื่อสุขภาพในการออกกำลังกายมากที่สุด และต้องการให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงมากที่สุดเช่นกันนั้น จึงเห็นว่าความต้องการด้านสุขภาพของประชาชน ถือเป็นอันดับหนึ่งในการช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของผู้มาใช้บริการการออกกำลังกาย

2. ด้านนันทนาการ

ความต้องการด้านนันทนาการ พบว่า ประชาชนที่มาใช้บริการด้านนันทนาการ อยู่ในระดับมากอันดับแรก โดยมีความต้องการการออกกำลังกาย เป็นประจำ เพราะทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นมาก ซึ่งสอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจ (2540) ที่ว่า จากการทำงานในชีวิตประจำวัน ร่างกายเกิดการอ่อนเพลียและเมื่อยล้าขึ้น ดังนั้นจึงต้องมีการหยุดใช้กำลังแรงงานให้ร่างกายได้พักผ่อนและผ่อนคลายจนหายจากอาการอ่อนเพลียทางร่างกาย จึงจะสามารถทำงานต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ การได้พักผ่อนและเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการสามารถแก้ไขความเมื่อยล้าทางร่างกายและจิตใจของคนเราได้ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ (2523) พบว่าประชาชนได้ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายด้านการเล่นกีฬา ร้อยละ 13.86 และใช้เวลาว่างเพื่อการพักผ่อน เล่นกีฬาและประกอบกิจกรรมตามความพอใจ เฉลี่ยวันละ 2.06 ร้อยละ 69.1 รองลงมาได้แก่ ความต้องการออกกำลังกายที่ชื่นชอบเพราะทำให้มีความสุขสนุกสนาน เช่น ประชาชนแต่ละกลุ่มจะออกกำลังกายตามความสนใจของตนเอง เช่น เดินแอโรบิก ลีลาส ตะกร้อวง เปตอง รำมวยไทยเก็ก วิ่ง เดิน เป็นต้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ เจริญ กระบวนรัตน์ (2525) ที่พบว่าราชการมีความต้องการกิจกรรมการบริหารร่างกาย ทรวดทรง กายบริหาร การว่ายน้ำ เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพในระดับมาก อีกทั้งการพัฒนาทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น และสอดคล้องผลวิจัยของ

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ (2523) ที่พบว่า ประชาชนกรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างเพื่อแสวงหาความสุขร่วมกันในครอบครัว ทำให้สนุกสนานเพลิดเพลิน สอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรยุทธ พันธุมิต (2531) ที่พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาต้องการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในระดับมาก เนื่องจากการออกกำลังกายและนันทนาการนั้น ทำให้ได้เกิดความสุขสนุกสนาน ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด หลังจากการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2523) พบว่า กิจกรรมที่นักเรียนสนใจและทำมากที่สุดในเวลาว่าง คือ กิจกรรมกีฬา คือ วัยน้ำ จักรยาน แบดมินตัน เกมต่อสู้ป้องกันตัว ฟุตบอล และวอลเลย์บอล ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ คำรง กิจกุล (2527) ที่ว่า การออกกำลังกายช่วยลดความตึงเครียดทำให้ร่างกายสดชื่น สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ดี ดังนั้นประชาชนทุกเพศทุกวัย จึงควรออกกำลังกายเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ผลการวิจัยที่ประชาชนต้องการกิจกรรมแอโรบิกในการออกกำลังกายมากที่สุด เพื่อความสุขสนุกสนานช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดในชีวิตประจำวัน และยังเป็นการช่วยส่งเสริมให้รักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของตนเอง

3. ด้านสังคม

ความต้องการด้านสังคม พบว่า ประชาชนที่มาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย มีความต้องการด้านสังคมในระดับมาก อันดับแรก ได้แก่ มาพักผ่อนหย่อนใจ ที่สวนสุขภาพ เพราะทำให้เรามีความผูกพันกับธรรมชาติและสังคมการดำรงชีวิตของคนเราไม่ว่าจะเป็นเพศหรือวัยใดก็ตาม ย่อมต้องมีความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าทางร่างกายและมียารมณ์ที่ตึงเครียดเกิดขึ้นเสมอ ร่างกายและจิตใจจึงต้องการพักผ่อน ในสิ่งที่เกิดขึ้นนั้น ทำให้มีบุคลิกภาพที่ดีสำหรับการเข้าสังคม ประชาชนที่มีบุคลิกภาพที่ดีย่อมมาจากการออกกำลังกายเป็นประจำ มีความมั่นใจในการเข้าสังคมกับบุคคลอื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ (2526) พบว่า เหตุผลในการเล่นกีฬาของประชาชนที่สำคัญรองลงมาจากการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพของประชาชน คือ การเล่นกีฬาเพื่อความสุขสนุกสนาน และการเข้าร่วมสังคม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรยุทธ พันธุมิต (2531) ที่พบว่าผู้บริหารที่มีอายุมากจะมีแนวทางการพัฒนาตนเองด้านบุคลิกภาพและการเข้าร่วมทางสังคม เนื่องจากการออกกำลังกายเพื่อสังคม ทำให้ได้พบกับเพื่อน หรือคนใกล้ชิด เกิดความสุขสนุกสนานช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด และทำให้เกิดความมั่นใจในการเข้าสังคม สอดคล้องกับ ปรีชา กลิ่นรัตน์ (2536) ที่ว่า การออกกำลังกายนอกจากจะช่วยให้บุคลากรมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ผลต่อเนื่องก็คือ จะไม่ต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล จะมีเศรษฐกิจที่ดีขึ้น และการมีสุขภาพดีย่อมทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานดีขึ้น ส่งผลต่อการได้รับเงินเดือนเพิ่มมากขึ้น กล่าวคือ เป็นการส่งเสริมเศรษฐกิจส่วนบุคคล หรือครอบครัวดีขึ้น หากมีการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรเพียงพอ และกว้างขวางแล้ว

คุณค่าที่จะตามมา ก็คือ คุณภาพของสังคมจะเพิ่มมากขึ้น ทำให้สังคมน่าอยู่ยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจ (2540) ที่ว่า ในสังคมยุคปัจจุบัน สภาพการจราจร การดำรงชีวิต สภาพแวดล้อม ทำให้ประชาชนเกิดความเครียด อ่อนเพลีย ทั้งร่างกายและจิตใจ จึงต้องการพักผ่อนหย่อนใจ และ ธรรมชาติที่สวยงามได้ช่วยคลายความเครียดจากงานประจำ ผลการวิจัยที่ประชาชนให้ความ ต้องการกิจกรรมที่เป็นกลุ่มมาก เช่น แอร์โรบิก กรีฑา หรือวิ่งเพื่อสุขภาพ ทำให้เกิดความมั่นใจใน การเข้าสังคมกับเพื่อนและเป็นการใช้กิจกรรม การออกกำลังกายนี้เป็นสื่อสร้างสรรค์การมีมนุษย สัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคลส่งผลดีในด้านหน้าที่การงานประจำ ของตนเอง

4. ด้านการจัดการ

ความต้องการด้านการจัดการ พบว่าประชาชนที่มาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อน ที่สวนสุขภาพ จังหวัดเลยมีความต้องการด้านการจัดการมากทุกข้อ ลำดับแรกได้แก่ ความต้องการ ให้มีเจ้าหน้าที่ พยาบาล ประจำสถานที่ออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับ งานวิจัยของ สายันต์ ภูฎาการ (2538) พบว่า ประชาชนที่มาใช้บริการการออกกำลังกายศูนย์ฝึก กีฬา มีความต้องการปานกลางด้านการจัดการทุกข้อ 3 อันดับแรก ได้แก่ ต้องการเจ้าหน้าที่ในการ บริการและคำแนะนำเพียงพอ ต้องการจากระบบเสียงตามสายที่เหมาะสม ต้องการประชาสัมพันธ์ใน การบริการที่เหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของ เพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2539) พบว่า บุคลากรของ หน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานครมีความต้องการจัดการการออกกำลังกายในด้านช่วงเวลาใน การออกกำลังกาย ด้านการให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ หลักการปฐมพยาบาล และความปลอดภัย สอดคล้องกับงานวิจัยของ กวิน คเชนทร์เดชา (2530) พบว่า ประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมายจังหวัด ชุมพร ต้องการการจัดการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมที่จัดต้องเป็น กิจกรรมที่ไม่ต้องใช้เวลามาก ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย ต้องการช่วงเวลาในการออกกำลังกายเฉพาะวัน หยุดราชการ สัปดาห์ละ 1-2 วัน และต้องการการจัดการด้านการให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ต้องการให้จัดฉายภาพยนตร์ หรือเทปโทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาและการออกกำลังกายแบบต่าง ๆ ให้ชม เป็นครั้งคราว ให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่สมบูรณ์ และให้มีประกาศชักชวน ให้ประชาชนเห็นคุณค่า และเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่จัดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของ สายันต์ ภูฎาการ (2538) พบว่า ประชาชนที่มาใช้บริการการออกกำลังกายที่ศูนย์ฝึกกีฬา มี ความต้องการปานกลางด้านการจัดการทุกข้อ 3 อันดับได้แก่ ต้องการการจัดเจ้าหน้าที่ในการให้ บริการและคำแนะนำเพียงพอ ต้องการจากระบบเสียงตามสายที่เหมาะสม ต้องการประชาสัมพันธ์ในการบริการที่เหมาะสม และสอดคล้องกับคำกล่าวของ ดิเรก จระพงษ์ (2523) ว่าการ ออกกำลังกายเพื่อให้ได้ผลอย่างแท้จริงนั้น ต้องปฏิบัติตามหลัก 3 ประการ คือ ต้องกระทำถูกต้อง ตามหลักและวิธีการ ต้องมีปริมาณการทำงานที่เหมาะสม และต้องมีความสม่ำเสมอต่อเนื่องในการ

ปฏิบัติ ด้านผลการวิจัยที่ประชาชนให้ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกายที่ประชาชนส่วนมากจะออกกำลังกายในเวลา 16.00 น. – 18.00 น. ในช่วงเวลาดังกล่าวนั้น ประชาชนส่วนมากว่างเว้นจากงานประจำ และเป็นช่วงที่เหมาะสมที่ตลอดทั้งวันได้คร่ำเคร่งกับงานประจำวัน จึงใช้ช่วงเวลานี้มาผ่อนคลายความตึงเครียด โดยการใช้กิจกรรมการออกกำลังกายและพักผ่อน

5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่า ประชาชนที่มาใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่สวนสุขภาพ จังหวัดเลย มีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมาก อันดับแรก มีความต้องการดังนี้ ต้องการให้มีที่วางน้ำดื่ม หรือเครื่องทำน้ำเย็น ไว้บริการฟรีตลอดเวลาที่เปิดบริการสวนสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2530) พบว่า บุคลากรมีความต้องการการบริการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ความต้องการสถานที่ออกกำลังกาย ตั้งอยู่ในสถานที่เหมาะสม อยู่ใกล้ไปมาสะดวก สถานที่ออกกำลังกายมีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน รองลงมา ได้แก่ ความต้องการให้มีอุปกรณ์สำหรับการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา และสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ในร่ม ที่เหมาะสมพอเพียง และส่วนมากประชาชนที่มาออกกำลังกายร่วมกับเพื่อน และครอบครัว จะช่วยให้เกิดความสุขสนุกสนาน และคลายเครียดจากการทำงานประจำวัน สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ประจักษ์ ทวีพันธ์ (2538) พบว่า เอกชนทั้งชายและหญิงมีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมาก โดยมีความต้องการให้มีสถานที่ออกกำลังกายในโรงเรียน อาจเป็นเพราะเยาวชนส่วนใหญ่จะใช้เวลาว่างในในการเรียนการออกกำลังกาย สอดคล้องกับผลการวิจัยของ จิราภรณ์ ศิริประเสริฐ (2526) พบว่า บุคลากรมีความต้องการบริการด้านสถานที่ ออกกำลังกาย ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม อยู่ใกล้ไปมาสะดวก สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน มีสถานที่แต่งตัว สะอาด และเพียงพอตามสัดส่วนกับผู้ใช้บริการ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ รัตนภรณ์ ทันทกาญจนานันท์ (2530) พบว่า ข้าราชการตำรวจของกองปราบปรามมีความต้องการเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ และเครื่องอำนวยความสะดวก เพื่อบริการแก่ข้าราชการตำรวจอย่างเพียงพอ ถ้ามีอุปกรณ์เพียงพอ และได้มาตรฐาน สถานที่ใกล้สะดวกแก่การไปใช้บริการ จะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้ในกิจกรรมการออกกำลังกายได้เร็วขึ้น และอยากเข้าร่วมกิจกรรมด้วย และตรงกับคำกล่าวของ เจริญ กระบวนรัตน์ และสุมิตร สมาชิกโต (2525) กล่าวว่า การเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายจะไม่บรรลุผลเลย ถ้ามีอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ไม่เพียงพอ ดังผลการวิจัยจะพบว่า ประชาชนให้ความสนใจในด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ดังจะเห็นได้ว่า การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนที่สวนสุขภาพนั้น จะต้องมีส่วนที่สะดวก ปลอดภัย และมีอุปกรณ์ที่ส่งเสริมสมรรถภาพ

ร่างกายที่ถูกหลักและเพียงพอ เพื่อรองรับความต้องการของประชาชน จึงจะเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนมาใช้บริการการออกกำลังกายมาก

6. ผู้ให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย

ความต้องการด้านผู้ให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย พบว่า ประชาชนทั้งเพศชายและเพศหญิง มีความต้องการในด้านผู้ให้คำแนะนำในการออกกำลังกายมากที่สุด อันดับแรก ได้แก่ ต้องการให้จัดเจ้าหน้าที่ที่มีความสามารถเพื่อให้บริการอย่างทั่วถึงในสวนสุขภาพอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2530) พบว่า บุคลากรในหน่วยงานเอกชน ในกรุงเทพมหานคร มีความต้องการบุคลากรผู้ให้คำแนะนำ ด้านการออกกำลังกายอย่างเป็นกันเอง ซึ่งจะช่วยให้การจัดการบริการด้านการออกกำลังกายของหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานคร บรรลุวัตถุประสงค์ได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับผลวิจัยของ กวิน คชนทร์เดชา (2530) พบว่า ประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร มีความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายในด้านต้องการให้จัดเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์ที่ใช้ในการออกกำลังกาย ให้มีผู้สอนที่มีความสามารถและชำนาญหลายอย่างในกิจกรรมการออกกำลังกาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จิราภรณ์ ศิริประเสริฐ (2526) พบว่า บุคลากรในมหาวิทยาลัยมีความต้องการด้านบุคลากรให้บริการ ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ รู้หลักวิธีสอนที่ถูกต้องเหมาะสม มีความรู้และความเข้าใจวิธีการจัดและดำเนินการ ด้านพลศึกษาและสามารถเลือกกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของ เยาวณี ผจญ (2534) พบว่า ข้าราชการมีความต้องการด้านบุคลากรมาก ได้แก่ บุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ดีกับทุกคน สอดคล้องกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2523) ได้กล่าวไว้เช่นกันว่า ผู้ป่วยไข้ หรือผู้ที่มีโรคภัยไข้เจ็บประจำตัว ควรปรึกษาแพทย์เสียก่อนที่จะออกกำลังกาย และผู้ที่จะประสงค์จะออกกำลังกายหนัก ๆ โดยเฉพาะผู้ที่มีอายุ 40 ปี ขึ้นไปควรปรึกษาแพทย์ก่อน ดังผลการวิจัยจะเห็นว่าประชาชนมีความต้องการในด้านผู้ให้คำแนะนำในการออกกำลังกายมากที่สุด เพราะส่วนมากการออกกำลังกายบางอย่างประชาชนไม่รู้วิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสม ถูกวิธี ที่เป็นประโยชน์หรือโทษต่อสุขภาพ ดังนั้น จึงมีความต้องการด้านนี้มากที่สุด เพื่อที่จะ ได้มีผู้ให้คำแนะนำ อย่างถูกวิธี และมีผู้นำที่มีความสามารถนำการออกกำลังกายที่สนุกสนาน ช่วยในการผ่อนคลายความตึงเครียด

ตอนที่ 3 การอภิปรายผลผลการเปรียบเทียบความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกาย และพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ

ผู้วิจัยขออภัยผลดังนี้

3.1 ผู้ที่มีการออมเงินน้อยกับผู้ที่มีการออมเงินมาก

ผลการเปรียบเทียบความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้ใช้บริการสวนสุขภาพของประชาชนที่มีการออมเงินน้อยกับผู้ที่มีการออมเงินมาก โดยรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กองส่งเสริม พลศึกษาและสุขภาพ , กรมพลศึกษา (2526) พบว่า ประชาชนทุกเพศทุกวัยในกรุงเทพมหานคร มีความสนใจประเภทกีฬา หรือการออกกำลังกายไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกิจกรรมกีฬาหรือการออกกำลังกายที่ประชาชนชายและหญิงปฏิบัติเป็นประจำมากที่สุด คือ การเล่นกายบริหาร และการวิ่งเหยาะ สอดคล้องกับการวิจัยของ เพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2530) ได้เปรียบเทียบความต้องการการจัดบริการการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพ และสมรรถภาพทางกายระหว่างบุคลากรชายและหญิง ปรากฏว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ยกเว้นความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2531) ได้ให้ความเห็นว่า การออกกำลังกายเป็นความต้องการของร่างกายที่มีความจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่งอย่างหนึ่งของคนเราทุกคน ไม่ว่าจะเป็นเด็ก คนชรา ผู้หญิง หรือผู้ชาย ล้วนมีความต้องการการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายเป็นประจำและสม่ำเสมอด้วยกันทั้งสิ้น ตามหลักแล้ว ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย

3.2 ผู้ที่เป็นข้าราชการกับผู้ที่ไม่เป็นข้าราชการ

ผลการเปรียบเทียบความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพของประชาชนที่รับราชการกับไม่ได้รับราชการ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับงานวิจัยของ กวิน คชนทร์เดชา (2529) พบว่าประชาชนส่วนใหญ่ในหมู่บ้านมีความต้องการในด้านต่าง ๆ อยู่ในระดับมาก โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉัตรฤดี สุพรรณ ณ อยุธยา (2533) พบว่า การออกกำลังกายของอาจารย์ที่ทำงานอยู่ในกรุงเทพมหานครกับต่างจังหวัด ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติสอดคล้องกับการกีฬาแห่งประเทศไทย (2535) ได้วิจัยอาชีพของผู้จัดการทีมกีฬาแห่งชาติ ส่วนใหญ่มีอาชีพรับราชการมากที่สุด ร้อยละ 73.5 สอดคล้องกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2531) ได้กล่าวว่า การออกกำลังกายจะทำให้ร่างกายที่อ่อนแอ เป็นสาเหตุของการเกิดโรคต่าง ๆ เพราะการออกกำลังกายเป็นความต้องการพื้นฐานของธรรมชาติร่างกายมนุษย์ ทุกเพศทุกวัย

ตอนที่ 4 การอภิปรายผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์การใช้บริการการออกกำลังกาย และพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ ระหว่างส่วนที่ 1 ด้านสุขภาพ ด้านนันทนาการ ด้านสังคม ด้านการจัดการ ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย

ผู้วิจัยขออภิปรายผลดังนี้

ความต้องการการออกกำลังกาย “ด้านสุขภาพ นันทนาการ สังคม” มีความสัมพันธ์กันทางบวกกับ “ในด้านการจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย” อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.4278$)

หากพิจารณาในกลุ่มผู้บริการสวนสุขภาพทั้ง 4 กลุ่ม (1) มีการออมเงินน้อย (2) มีการออมเงินมาก (3) เป็นข้าราชการ (4) ไม่เป็นข้าราชการ พบว่า ความต้องการการออกกำลังกาย “ด้านสุขภาพ นันทนาการ สังคม” มีความสัมพันธ์กันทางบวก “ด้านการจัดการ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย” อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 ($r = .44821, r = .3825, r = .4827, r = .3870$ ตามลำดับ) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เจริญ กระบวนรัตน์ (2525) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อความทราบต้องการการรับบริการการออกกำลังกาย ของข้าราชการ และนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พบว่า ข้าราชการและนิสิตต้องการได้รับบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ในระดับที่มากที่สุด ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความต้องการเข้าใช้บริการในการออกกำลังกายต่อการบริการของศูนย์สุขภาพ และสอดคล้องกับการวิจัยของกระทรวงศึกษาธิการ (2526) โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสภาพการเล่นกีฬา และการออกกำลังกายของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัย พบว่า ประเภทกีฬาการออกกำลังกาย ประชาชนชายและหญิงมีความสนใจมากที่สุดที่จะมาใช้บริการในสวนสุขภาพ ที่ใกล้เคียง และเพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2530) พบว่า บุคลากรของหน่วยงานเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร มีความต้องการจัดการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพ และสมรรถภาพในด้านผู้ให้บริการด้านการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการทดสอบสมรรถภาพ ด้านกิจกรรม การออกกำลังกาย และด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย