

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาความต้องการ การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้ใช้ บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย

5.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การศึกษาความต้องการ การใช้บริการออกกำลังกายและพักผ่อน ของผู้ใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย มีวัตถุประสงค์ ดังนี้

- 1) เพื่อศึกษาความต้องการการให้บริการ การออกกำลังกาย และพักผ่อน ของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย
- 2) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความต้องการการให้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้ที่มีการออมเงินน้อยกับผู้ที่มีการออมเงินมาก
- 3) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความต้องการการให้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้ที่เป็นข้าราชการกับผู้ที่ไม่เป็นข้าราชการ
- 4) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างด้านความต้องการของผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม กับด้านการจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้แนะนำการออกกำลังกาย

5.2 สมมติฐานการวิจัย

- 1) ความต้องการ การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อน ของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ ของผู้ที่มีการออมเงินน้อยกับผู้ที่มีการออมเงินมาก แตกต่างกัน
- 2) ความต้องการ การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อน ของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ และความต้องการด้านการดำเนินงานของสวนสุขภาพ ของผู้ที่เป็นข้าราชการกับผู้ที่ไม่เป็นข้าราชการ แตกต่างกัน
- 3) ความต้องการของผู้มาใช้บริการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม กับด้านการจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้แนะนำการออกกำลังกาย มีความสัมพันธ์ในทางบวก

5.3 วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1) ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นประชาชนที่มาใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย อย่างสม่ำเสมอเป็นประชากรที่ไม่ระบุจำนวนแน่นอนเพราะเป็นสวนสุขภาพ ที่บริการโดยไม่ต้องสมัครเป็นสมาชิก

2) กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีจำนวน 285 คน ซึ่งเป็นการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนตัว เป็นแบบสอบถามชนิด ตรวจสอบรายการ (Checklist)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการในการใช้บริการสวนสุขภาพ ในการออกกำลังกายและพักผ่อน ของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็น มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ดังนี้

ส่วนที่หนึ่ง ความต้องการการออกกำลังกายของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย ใน 3 ด้าน จำนวน 27 ข้อ ประกอบด้วย

- 1) ความต้องการด้านสุขภาพ จำนวน 11 ข้อ
- 2) ความต้องการด้าน นันทนาการ จำนวน 8 ข้อ
- 3) ความต้องการด้านสังคม จำนวน 8 ข้อ

ส่วนที่สอง ความต้องการในการดำเนินงานของสวนสุขภาพจังหวัดเลย ใน 3 ด้าน จำนวน 31 ข้อ ประกอบด้วย

- 1) ความต้องการด้านการจัดการ จำนวน 10 ข้อ
- 2) ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก จำนวน 11 ข้อ
- 3) ความต้องการด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกาย จำนวน 10 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังขั้นตอนต่อไปนี้

- 1) ทำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น เพื่อขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยถึงนายกเทศมนตรี จังหวัดเลย
- 2.) ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยนำแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างพร้อมรอกับหรือนัดวัน เวลา เพื่อขอรับแบบสอบถามคืนด้วยตนเองใน 1 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามทุกฉบับแล้วนำข้อมูลที่ได้นำมากำหนดรหัสเป็นตัวเลข เพื่อนำไปคำนวณหาค่าทางสถิติด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC⁺ เพื่อหาค่าสถิติ ดังนี้

1. ข้อมูลที่เป็นสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามนำมาแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ
2. ข้อมูลที่เป็นความต้องการการใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ โดยคำนวณหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต ($\bar{X}$) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของผู้มาใช้บริการการออกกำลังกายและการพักผ่อนที่สวนสุขภาพระหว่างผู้ที่รับราชการกับไม่รับราชการและผู้มีเงินออมน้อย กับเงินออมมาก โดยการทดสอบค่าที (t – test)
4. การหาความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้ใช้บริการ โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation)

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยในแต่ละข้อ พบว่า

- 1) ความต้องการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้ใช้บริการสวนสุขภาพ จังหวัดเลย มีความต้องการ โดยลำดับ 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($\bar{X} = 4.20$)

2) ความต้องการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพของผู้ที่มีการออมเงินน้อยกับผู้ที่มีการออมเงินมากไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

3) ความต้องการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ ของผู้ที่เป็นข้าราชการกับผู้ที่ไม่เป็นข้าราชการ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

4) ความต้องการของผู้ใช้บริการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นันทนาการ สังคม กับด้านการจัดการ สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กันในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .4278$)

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการศึกษาความต้องการการให้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ ในจังหวัดเลย ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1) จากผลการวิจัยพบว่า ความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับการให้บริการออกกำลังกายและพักผ่อน ที่สวนสุขภาพมีความต้องการอยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยเฉพาะด้านผู้ให้คำแนะนำการออกกำลังกายมีความต้องการมากที่สุด ควรนำผลการวิจัยไปเป็นข้อมูลในการพัฒนาและปรับปรุงสวนสุขภาพต่อหน่วยงานที่รับผิดชอบการให้บริการต่อไป ตามความต้องการของประชาชนที่มาใช้บริการของสวนสุขภาพ ในจังหวัดเลย

2) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการให้บริการสวนสุขภาพในการออกกำลังกายและพักผ่อนของประชาชน ควรพิจารณาการดำเนินงานของสวนสุขภาพให้สนองความต้องการของประชาชนที่สามารถพัฒนาและปรับปรุง จำแนกได้ เป็น 2 ส่วน ดังนี้

(1) การจัดสรรงบประมาณด้านการปรับปรุงในด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ที่ประชาชนที่มาใช้บริการ ต้องการมากในโอกาสต่อไป

(2) การจัดกิจกรรมด้านการออกกำลังกาย เช่นการแข่งขันหรือการแนะนำกีฬาเพื่อสุขภาพ ให้ประชาชนเพื่อเป็นสื่อในการประชาสัมพันธ์สวนสุขภาพให้ประชาชนได้มาใช้ บริการ การออกกำลังกายกันมากยิ่งขึ้น

(3) การส่งเสริมให้มีผู้นำในการออกกำลังกายที่มีความรู้ในการให้คำแนะนำหรือเป็นผู้นำในการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี

(4) ควรมีการจัดกิจกรรมสัปดาห์หรือนำการเล่นกีฬาหรือการปฏิบัติคนในการออกกำลังกายอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง จากผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาหรือผู้มีความรู้ ความสามารถในโอกาสต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรศึกษาความต้องการ การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้ใช้บริการสวนสุขภาพในจังหวัดอื่นๆ หรือทั่วประเทศ

2) ควรศึกษาความต้องการการให้บริการ การออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้ใช้บริการสวนสุขภาพ ในวัยต่าง ๆ ทุกวัยในโอกาสต่อไป เพื่อเปรียบเทียบการออกกำลังกายและพักผ่อนในแต่ละวัย

3) ควรศึกษาความต้องการ การใช้บริการการออกกำลังกายและพักผ่อนของผู้มาใช้บริการสวนสุขภาพ ในอีก 5 ปีข้างหน้า เพื่อจะทำให้ทราบว่าความต้องการของประชาชนได้เปลี่ยนแปลงหรือไม่