

อำนาจ สุขแจ่ม 2549: การสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
สำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ราชมงคลสุวรรณภูมิ วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยา
वासुกรี ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พลศึกษา) สาขาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา
ประธานกรรมการที่ปรึกษา: รองศาสตราจารย์วิสูตร กองจินดา, ค.ม. 94 หน้า
ISBN 974-16-2245-7

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาและสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้อง
กับสุขภาพของนักศึกษาชาย และนักศึกษาคหุญ ในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ราชมงคลสุวรรณภูมิ
วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยาवासुกรี โดยทำการศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 ประชากร
จำนวน 503 คน เป็นนักศึกษาชาย 96 คน คหุญ 407 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
ของ American College of Sports Medicine (ACSM) วิเคราะห์ข้อมูล โดยการหาค่าเฉลี่ย
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าร้อยละ สร้างเกณฑ์ปกติของสมรรถภาพทางกาย ในแต่ละรายการ
โดยใช้คะแนน “ที” (T-score)

ผลการวิจัยพบว่า เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายของนักศึกษาชายและนักศึกษาคหุญระดับ
ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง และระดับปริญญาตรี อยู่ในเกณฑ์ปานกลางถึงเกณฑ์ดี และ
ได้เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพตามวัตถุประสงค์