

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์	ปัจจัยที่มีผลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยพายัพ		
ชื่อผู้เขียน	นายพัลลภ คำลือ		
ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต	สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ		
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	รองศาสตราจารย์มนัส	ยอดคำ	ประธานกรรมการ
	รองศาสตราจารย์อุเทน	ปัญญา	กรรมการ
	อาจารย์อนันต์	เอี้ยวเจริญ	กรรมการ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อการมาออกกำลังกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยพายัพ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษามหาวิทยาลัยพายัพ จำนวน 852 คน นักศึกษาที่ออกกำลังกายเป็นประจำ จำนวน 255 คน นักศึกษาที่ไม่ออกกำลังกายเป็นประจำ จำนวน 597 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีสุ่มแบบชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. ปัจจัยหลักด้านการรับรู้ในเรื่องการออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับสูง
2. ปัจจัยหลักด้านทัศนคติต่อการออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับสูง
3. ปัจจัยเอื้อด้านการสนับสนุนขององค์กรในมหาวิทยาลัยเกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง
4. ปัจจัยเสริมด้านการสนับสนุนทางสังคมในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง
5. นโยบายมหาวิทยาลัยพายัพ ด้านการส่งเสริมการออกกำลังกายของนักศึกษามี แต่ไม่มีเป็นลายลักษณ์อักษร
6. การบริหารจัดการด้านออกกำลังกายยังไม่เอื้อต่อการออกกำลังกายของนักศึกษา
7. สภาพแวดล้อมทางกายภาพต่อการออกกำลังกายยังมีไม่เพียงพอ

Thesis Title	Factors Affecting Payap University Students Physical Exercises		
Author	Mr. Punlob Kurmlue		
M.Ed.	Health Promotion		
Examining Committee	Assoc. Prof. Manus	Yodcome	Chairman
	Assoc. Prof. Uthen	Panyo	Member
	Lect. Anan	Aeocharoen	Member

Abstract

The purposes of the Research was to study Factors effecting to exercise of Payap University Students. The Sample were 852 students, 255 are exercise everyday and 597 don't exercise everyday. The Sample was selected through stratified random Sampling technique the questionnaire were applied to collected data and were analysed through computer program SPSS for Windows for percentage, Arithmetic mean and standardiviation.

The findings of the study were as follows :

1. The Predisposing factors on percieved towards exercise were high level.
2. The Predisposing factors on attitude towards exercise were high level.
3. The enabling factors which is the supporting system from the organizations an exercise were everege.
4. The reinforcing factors on social support were everage.
5. The policy of Payap University were not evidence.
6. The Administration and Management of Payap University were not enabling for exercise.
7. The physical environment were not enough for exercise of students.