

## บทที่ 4

### ผลการศึกษา

รายละเอียดที่จะเสนอในบทนี้เป็นผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาแรงจูงใจในการออกกำลังกายของผู้ฝึกการศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการหายาศูนย์ จังหวัดเชียงใหม่ซึ่งผู้วิจัยจะนำเสนอ ดังนี้

1. ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของผู้ฝึกการ
2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการออกกำลังกายของฝึกการ
3. ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นเกี่ยวกับ

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N แทน จำนวนประชากร

% แทน ร้อยละ

#### 4.1 ผลการศึกษา

##### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ฝึกการ

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของผู้ฝึกการจำแนกตามเพศ สถานภาพ ระดับการศึกษา

|          |                | ตัวแปร | จำนวน (N) | ร้อยละ (%) |
|----------|----------------|--------|-----------|------------|
| เพศ      | ชาย            |        | 76        | 81.7       |
|          | หญิง           |        | 17        | 18.3       |
|          | รวม            |        | 93        | 100        |
| การศึกษา | ไม่ได้เรียน    |        | 27        | 29.0       |
|          | ประถมศึกษา     |        | 36        | 38.7       |
|          | มัธยมต้น, ปวช. |        | 29        | 31.2       |
|          | มัธยมปลาย, ปวส |        | 1         | 1.1        |
|          | รวม            |        | 93        | 100        |

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของผู้พิการจำแนกตามเพศ สถานภาพ ระดับการศึกษา(ต่อ)

|                            | ตัวแปร         | จำนวน (N) | ร้อยละ (%) |
|----------------------------|----------------|-----------|------------|
| สถานภาพ                    | โสด            | 83        | 89.2       |
|                            | สมรส           | 1         | 1.1        |
|                            | หม้าย          | 4         | 4.3        |
|                            | หย่า/ร้าง      | 5         | 5.4        |
|                            | รวม            | 93        | 100        |
| อาชีพ                      | นักเรียน       | 37        | 39.8       |
|                            | ทำธุรกิจ       | 3         | 3.2        |
|                            | ลูกจ้าง        | 6         | 6.5        |
|                            | ไม่ทำงาน       | 47        | 50.5       |
|                            | รวม            | 93        | 100        |
| รายได้                     | ไม่แน่นอน      | 6         | 6.5        |
|                            | น้อยกว่า 1,000 | 79        | 84.9       |
|                            | 1,000-3,000    | 5         | 5.4        |
|                            | 3,001-5,000    | -         | -          |
|                            | 5,001-10,00    | 3         | 3.2        |
|                            | รวม            | 93        | 100        |
| การพักอาศัย                | ครอบครัวตนเอง  | 6         | 6.5        |
|                            | บิดา-มารดา     | 64        | 68.8       |
|                            | เพื่อน         | 3         | 3.2        |
|                            | ญาติ           | 6         | 6.5        |
|                            | ศูนย์ฯ หยากฉน  | 14        | 15.1       |
|                            | รวม            | 93        | 100        |
| การเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่ม | เคย            | 84        | 90.3       |
|                            | ไม่เคย         | 9         | 9.7        |
|                            | รวม            | 93        | 100        |

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของผู้พิการจำแนกตามเพศ สถานภาพ ระดับการศึกษา(ต่อ)

|                     | ตัวแปร                 | จำนวน (N) | ร้อยละ (%) |
|---------------------|------------------------|-----------|------------|
| ลักษณะความพิการ     | อัมพาต                 | 46        | 49.5       |
|                     | พิการแต่กำเนิด, โปลิโอ | 26        | 28.0       |
|                     | แขน ขา ขาด             | 20        | 21.5       |
|                     | อื่นๆ                  | 1         | 1.1        |
|                     | รวม                    | 93        | 100        |
| สาเหตุของความพิการ  | พิการแต่กำเนิด         | 26        | 28.0       |
|                     | อุบัติเหตุ             | 50        | 53.8       |
|                     | โรค หรือการเจ็บป่วย    | 17        | 18.3       |
|                     | รวม                    | 93        | 100        |
| ระยะเวลาการเจ็บป่วย | 1-6 เดือน              | 1         | 1.1        |
|                     | 7-12 เดือน             | 5         | 5.4        |
|                     | 1-2 ปี                 | 14        | 15.1       |
|                     | 2 ปีขึ้นไป             | 73        | 78.5       |
|                     | รวม                    | 93        | 100        |
| การรักษาความพิการ   | ยา                     | 7         | 7.5        |
|                     | ผ่าตัด                 | 1         | 1.1        |
|                     | กายภาพบำบัด            | 9         | 9.7        |
|                     | ไม่มี                  | 76        | 81.7       |
|                     | รวม                    | 93        | 100        |
| การฟื้นฟูสมรรถภาพ   | แพทย์                  | 45        | 48.4       |
|                     | ออกกำลังกาย            | 46        | 49.5       |
|                     | แผน โบราณ              | 2         | 2.2        |
|                     | รวม                    | 93        | 100        |
| โรคประจำตัว         | มี                     | 3         | 3.2        |
|                     | ไม่มี                  | 90        | 96.8       |
|                     | รวม                    | 93        | 100        |

จากตารางที่ 4.1 พบว่า

1. ผู้พิการชายจำนวน 76 คน คิดเป็น ร้อยละ 81.7 และเป็นหญิงจำนวน 17 คน คิดเป็น ร้อยละ 18.3
2. ผู้พิการมีระดับการศึกษาาระดับประถมศึกษา สูงสุด จำนวน 36 คน คิดเป็น ร้อยละ 38.7 รองลงมาได้แก่ ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น, ปวช. จำนวน 29 คน คิดเป็น ร้อยละ 31.2 และไม่ได้เรียน จำนวน 27 คน คิดเป็น ร้อยละ 29.00 สำหรับการศึกษาาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย /ปวส. น้อยที่สุด จำนวน 1 คน คิดเป็น ร้อยละ 1.1
3. ผู้พิการเป็นโสด จำนวนสูงสุด 83 คน คิดเป็น ร้อยละ 89.2 สำหรับ สถานภาพที่ น้อยที่สุดได้แก่ การสมรส จำนวน 1 คน คิดเป็น ร้อยละ 1.1 รองลงมาได้แก่ การหย่า/ร้าง จำนวน 5 คน คิดเป็น ร้อยละ 5.4
4. ผู้พิการที่ไม่ได้ทำงานจำนวน 47 คน คิดเป็น ร้อยละ 50.5 รองลงมาได้แก่ นักเรียน จำนวน 37 คน คิดเป็น ร้อยละ 39.8
5. ผู้พิการมีรายได้เฉลี่ย น้อยกว่า 1000 สูงสุด จำนวน 79 คน คิดเป็น ร้อยละ 84.9 รองลงมาได้แก่ รายได้ไม่แน่นอน จำนวน 6 คน คิดเป็น ร้อยละ 6.5 และรายได้ 1,000 – 3,000 จำนวน 3 คน คิดเป็น ร้อยละ 3.2
6. ผู้พิการอาศัยอยู่กับบิดามารดา สูงสุด จำนวน 64 คน คิดเป็น ร้อยละ 68.8 รองลงมาได้แก่ พักอยู่กับศูนย์หยาดฝน จำนวน 14 คน คิดเป็น ร้อยละ 15.1 สำหรับผู้พิการพักอาศัยกับเพื่อน น้อยที่สุด จำนวน 3 คน คิดเป็น ร้อยละ 3.2
7. ผู้พิการส่วนใหญ่เคยเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่ม จำนวน 84 คน คิดเป็น ร้อยละ 90.3
8. ผู้พิการมีลักษณะความพิการการเป็นอัมพาต สูงสุด จำนวน 46 คน คิดเป็น ร้อยละ 49.5 รองลงมาได้แก่ พิกการแต่กำเนิดและโปลิโอ จำนวน 26 คน คิดเป็น ร้อยละ 28.0 สำหรับ ความพิการ อื่น ๆ น้อยที่สุด จำนวน 1 คน คิดเป็น ร้อยละ 1.1
9. ผู้พิการจากสาเหตุ การพิการจากอุบัติเหตุ สูงสุด จำนวน 50 คน คิดเป็น ร้อยละ 53.8 รองลงมาได้แก่ การพิการแต่กำเนิดจำนวน 26 คน คิดเป็น ร้อยละ 28.0 สำหรับการพิการจากการ เป็นโรคหรือการเจ็บป่วย น้อยที่สุด จำนวน 17 คน คิดเป็น ร้อยละ 18.3
10. ผู้พิการมีระยะเวลาการเจ็บป่วย สองปีขึ้นไป สูงสุด จำนวน 73 คน คิดเป็น ร้อยละ 78.5 รองลงมาได้แก่ 1 – 2 ปี จำนวน 14 คน คิดเป็น ร้อยละ 15.1 สำหรับระยะเวลาการเจ็บป่วย น้อยสุด 1 – 6 เดือน จำนวน 1 คน คิดเป็น ร้อยละ 1.1
11. ผู้พิการส่วนใหญ่ฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการออกกำลังกาย จำนวน 46 คิดเป็น ร้อยละ 49.5 รองลงมาได้แก่ การฟื้นฟูสมรรถภาพโดยแพทย์ จำนวน 45 คน คิดเป็น ร้อยละ 48.4

12. ผู้พิการไม่มีโรคประจำตัวสูงสุด จำนวน 90 คนคิดเป็น ร้อยละ 96.8 รองลงมาได้แก่ เป็นโรคหัวใจ จำนวน 2 คน คิดเป็น ร้อยละ 2.2 และเป็นโรคเบาหวานน้อยสุดจำนวน 1 คน คิดเป็น ร้อยละ 1.1

ตอนที่ 2 ข้อมูลในการออกกำลังกายของคนพิการ

ตารางที่ 4.2 ข้อมูลในการออกกำลังกายของคนพิการ

| ข้อมูลทั่วไป                                | จำนวน (คน) | ร้อยละ (%) |
|---|------------|------------|
| ความคิดเห็นต่อประโยชน์ของการออกกำลังกาย     |            |            |
| เห็นด้วย                                    | 92         | 98.9       |
| ไม่เห็นด้วย                                 | 1          | 1.1        |
| ความคิดเห็นต่อจำเป็นในออกกำลังกาย           |            |            |
| จำเป็น                                      | 51         | 54.8       |
| จำเป็นอย่างยิ่ง                             | 35         | 37.6       |
| ไม่จำเป็น                                   | 5          | 5.4        |
| ไม่จำเป็นอย่างยิ่ง                          | 2          | 2.2        |
| ออกกำลังกายโดยเฉลี่ย                        |            |            |
| มากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์                     | 44         | 47.3       |
| 3 ครั้ง                                     | 8          | 8.6        |
| 1-2 ครั้ง                                   | 20         | 21.5       |
| น้อยกว่า 1-2 ครั้ง                          | 5          | 5.4        |
| ไม่ได้ออกกำลังกาย                           | 16         | 17.2       |
| ระยะเวลาที่เริ่มออกกำลังกาย                 |            |            |
| น้อยกว่า 6 เดือนโดยมากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์  | 30         | 32.3       |
| น้อยกว่า 6 เดือนโดยน้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์ | 16         | 17.2       |
| มากกว่า 6 เดือนโดยมากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์   | 29         | 31.2       |
| มากกว่า 6 เดือนโดยน้อยกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์  | 2          | 2.2        |
| ไม่ได้ออกกำลังกาย                           | 16         | 17.2       |

ตารางที่ 4.2 ข้อมูลในการออกกำลังกายของฟิการ (ต่อ)

| ข้อมูลทั่วไป                                 | จำนวน (คน) | ร้อยละ (%) |
|--|------------|------------|
| <b>เวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย</b>            |            |            |
| ไม่เกิน 15 นาที                              | 17         | 18.3       |
| 15-20 นาที                                   | 34         | 36.6       |
| มากกว่า 20 นาที                              | 42         | 45.2       |
| <b>ช่วงเวลาผู้ฟิการสะดวกในการออกกำลังกาย</b> |            |            |
| 05.00 - 08.00 น.                             | 11         | 11.8       |
| 08.30 - 15.30 น.                             | 8          | 8.6        |
| 15.30 - 20.00 น.                             | 74         | 79.6       |
| <b>การเล่นกีฬาหรือเข้าร่วมแข่งขัน</b>        |            |            |
| เคย  | 31         | 33.3       |
| ไม่เคย                                       | 62         | 66.7       |

จากตารางที่ 4.2 พบว่า

1. ผู้ฟิการ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการออกกำลังกายมีประโยชน์ 92 คน ร้อยละ 98.9
2. ผู้ฟิการ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการออกกำลังกายมีความจำเป็น 51 คน คิดเป็นร้อยละ 54.8 มีความจำเป็น 35 คน คิดเป็นร้อยละ 37.6
3. ผู้ฟิการ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการออกกำลังกายโดยเฉลี่ย มากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์ 44 คน คิดเป็น ร้อยละ 47.3 รองลงมาได้แก่ 1-2 ครั้ง 20 คน คิดเป็น ร้อยละ 21.5 และน้อยกว่า 1-2 ครั้ง 5 คน คิดเป็น ร้อยละ 17.2
4. ผู้ฟิการ มีความคิดเห็นว่าระยะเวลาเริ่มออกกำลังกายโดยเฉลี่ยน้อยกว่า 6 เดือน โดยมากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์ 44 คน คิดเป็น ร้อยละ 32.3 รองลงมา มากกว่า 6 เดือนโดยมากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์ 29 คน คิดเป็น ร้อยละ 31.2
5. ผู้ฟิการ มีความคิดเห็นว่าเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย ควร มากกว่า 20 นาที 45 คน คิดเป็น ร้อยละ 45.2 รองลงมา 15-20 นาที 34 คน คิดเป็น ร้อยละ 36.6
6. ผู้ฟิการ มีความคิดเห็นว่าช่วงเวลาผู้ฟิการสะดวกในการออกกำลังกาย คือเวลา 15.30 - 20.00 น. 74 คน คิดเป็น ร้อยละ 79.6
7. ผู้ฟิการ มีความคิดเห็นว่าไม่เคยการเล่นกีฬาหรือเข้าร่วมแข่งขัน 62 คน ร้อยละ 66.7

### ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับแรงจูงใจในการออกกำลังกาย

ตารางที่ 4.3 จำนวนและร้อยละของผู้พิการที่มีความคิดเห็นถึงแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านร่างกาย (N = 93)

| ข้อความ   | ระดับความคิดเห็น (N = 93) |               |                   |                |                      |
|---|---------------------------|---------------|-------------------|----------------|----------------------|
|   | มากที่สุด<br>คน (%)       | มาก<br>คน (%) | ปานกลาง<br>คน (%) | น้อย<br>คน (%) | น้อยที่สุด<br>คน (%) |
| 1. ท่านออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่แข็งแรง             | 43 (46.2)                 | 27 (29.0)     | 18 (19.4)         | 5 (5.4)        | 0                    |
| 2. การออกกำลังกายเป็นการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย    | 45 (48.4)                 | 40 (43.0)     | 8 (8.6)           | 0              | 0                    |
| 3. การออกกำลังกายสามารถป้องกันการเกิดโรค            | 43 (46.2)                 | 36 (38.7)     | 13 (14.0)         | 1 (1.1)        | 0                    |
| 4. ท่านออกกำลังกายเพื่อที่จะลดน้ำหนัก               | 12 (12.9)                 | 22 (23.7)     | 37 (39.8)         | 17 (18.3)      | 5 (5.4)              |
| 5. การออกกำลังกายเป็นการผ่อนคลายความเหนื่อยล้า      | 14 (15.1)                 | 33 (35.5)     | 33 (35.5)         | 8 (8.6)        | 5 (5.4)              |
| 6. ท่านออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพให้ดีขึ้น | 24 (25.8)                 | 41 (44.1)     | 26 (28.0)         | 2 (2.2)        | 0                    |
| 7. การออกกำลังกายทำให้ท่านนอนหลับพักผ่อนได้นานขึ้น  | 25 (26.9)                 | 41 (44.1)     | 25 (26.9)         | 2 (2.2)        | 0                    |

จากตารางที่ 4.3 พบว่าผู้พิการเห็นว่าแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านร่างกายในระดับมากที่สุด ได้แก่ การออกกำลังกายเป็นการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย 45 คน คิดเป็น ร้อยละ 48.4 รองลงมาเป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่แข็งแรง 43 คน คิดเป็น ร้อยละ 46.2 และการออกกำลังกายสามารถป้องกันการเกิดโรค 43 คน คิดเป็นร้อยละ 46.2 ส่วนเห็นว่าแรงจูงใจด้านร่างกายในระดับมาก ได้แก่ ออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพให้ดีขึ้น 41 คน คิดเป็นร้อยละ 44.1 และการออกกำลังกายทำให้นอนหลับพักผ่อนได้นานขึ้น 41 คน คิดเป็นร้อยละ ร้อยละ 44.1

ตารางที่ 4.4 จำนวนและร้อยละของผู้พิการที่มีความคิดเห็นถึงแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านจิตใจและอารมณ์ (N = 93)

| ข้อความ   | ระดับความคิดเห็น (N = 93) |                  |                   |                |                      |
|---|---------------------------|------------------|-------------------|----------------|----------------------|
|   | มากที่สุด<br>คน (%)       | มาก<br>คน (%)    | ปานกลาง<br>คน (%) | น้อย<br>คน (%) | น้อยที่สุด<br>คน (%) |
| 1. ท่านออกกำลังกาย เพื่อความสนุกสนาน                | 22 (23.7)                 | <b>35 (37.6)</b> | 29 (31.2)         | 5 (5.4)        | 2 (2.2)              |
| 2. การออกกำลังกาย สามารถผ่อนคลายความตึงเครียดได้    | 25 (26.9)                 | <b>47 (50.5)</b> | 19 (20.4)         | 1 (1.1)        | 1 (1.1)              |
| 3. การออกกำลังกาย เป็นการลดความเบื่อหน่าย           | 27 (29.0)                 | <b>34 (36.6)</b> | 25 (26.9)         | 7 (7.5)        | 0                    |
| 4.การออกกำลังกาย ทำให้จิตใจของท่านปลอดโปร่ง         | 32 (34.4)                 | <b>45 (48.4)</b> | 13 (14.0)         | 2 (2.2)        | 1 (1.1)              |
| 5. การออกกำลังกายนั้น เป็นการพักผ่อนหย่อนใจ         | 15 (16.1)                 | <b>40 (43.0)</b> | 30 (32.3)         | 3 (3.2)        | (5.4)                |
| 6. การออกกำลังกาย เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ | 38 (40.9)                 | <b>43 (46.2)</b> | 10 (10.8)         | 2 (2.2)        | 0                    |

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผู้พิการเห็นว่าแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านจิตใจและอารมณ์ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก สูงที่สุดได้แก่ การออกกำลังกายสามารถผ่อนคลายความตึงเครียดได้ คิดเป็น ร้อยละ 50.5 รองลงมาได้แก่ การออกกำลังกายทำให้จิตใจปลอดโปร่ง คิดเป็น ร้อยละ 48.4 และการออกกำลังกายเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ คิดเป็น ร้อยละ 46.2



ตารางที่ 4.5 จำนวนและร้อยละของผู้พิการที่มีความคิดเห็นถึงแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านสังคม (N = 93)

| ข้อความ   | ระดับความคิดเห็น (N = 93) |               |                   |                |                      |
|---|---------------------------|---------------|-------------------|----------------|----------------------|
|   | มากที่สุด<br>คน (%)       | มาก<br>คน (%) | ปานกลาง<br>คน (%) | น้อย<br>คน (%) | น้อยที่สุด<br>คน (%) |
| 1. การออกกำลังกาย ทำให้ท่าน<br>เป็นที่ยอมรับในสังคม   | 14 (15.1)                 | 32 (34.4)     | 36 (38.7)         | 11 (11.8)      | 0                    |
| 2. สถานที่ออกกำลังกายที่<br>สมบูรณ์มีส่วนสำคัญอย่างมาก<br>ในการออกกำลังกาย                              | 22 (23.7)                 | 40 (43.0)     | 21 (22.6)         | 7 (7.5)        | 3 (3.2)              |
| 3. การเดินทางในการที่จะมาร่วม<br>กิจกรรมมีความสำคัญอย่างมาก   | 19 (20.4)                 | 31(33.3)      | 31 (33.3)         | 12 (12.9)      | 0                    |
| 4.ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง เป็น<br>อุปสรรคสำคัญในการออกกำลังกาย   | 16 (17.2)                 | 23 (24.7)     | 36 (38.7)         | 11 (11.8)      | 7 (7.5)              |
| 5. สมาชิกที่อยู่ในครอบครัวท่าน<br>สนับสนุนในการออกกำลังกาย  | 21 (22.6)                 | 39 (41.9)     | 26 (28.0)         | 6 (6.5)        | 1 (1.1)              |
| 6.เพื่อนของท่าน มีส่วนร่วมใน<br>การส่งเสริมท่านออกกำลังกาย  | 15 (16.1)                 | 44 (47.3)     | 25 (26.9)         | 7 (7.5)        | 2 (2.2)              |
| 7. การที่ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการ<br>ออกกำลังกายนั้นทำให้ท่านได้<br>พบปะเพื่อนของท่านหรือพบ<br>เพื่อนใหม่ | 22 (23.7)                 | 44 (47.3)     | 23 (24.7)         | 3 (3.2)        | 1 (1.1)              |
| 8. การออกกำลังกายนั้นมีส่วนทำ<br>ให้เป็นการผลักดันให้ท่านเป็น<br>นักกีฬาในอนาคตได้                      | 14 (15.1)                 | 33 (35.5)     | 32 (34.4)         | 10 (10.8)      | 4 (4.3)              |

ตารางที่ 4.5 จำนวนและร้อยละของผู้พิการที่มีความคิดเห็นถึงแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านสังคม (N = 93) (ต่อ)

| ข้อความ   | ระดับความคิดเห็น (N = 93) |               |                   |                |                      |
|---|---------------------------|---------------|-------------------|----------------|----------------------|
|   | มากที่สุด<br>คน (%)       | มาก<br>คน (%) | ปานกลาง<br>คน (%) | น้อย<br>คน (%) | น้อยที่สุด<br>คน (%) |
| 9. กิจกรรมที่จะปฏิบัติในการออกกำลังกายควรมีความเหมาะสม                                      | 21 (22.6)                 | 45 (48.4)     | 25 (26.9)         | 2 (2.2)        | 0                    |
| 10. การออกกำลังกายแต่ละครั้งนั้นมีผู้ที่มีความรู้ควรที่จะแนะนำในการออกกำลังกาย              | 30 (32.3)                 | 30 (32.3)     | 26 (28.0)         | 3 (3.2)        | 4 (4.3)              |
| 11. ควรที่จะมีแพทย์ หรือ พยาบาล หรือผู้เกี่ยวข้องคอยดูแลในระหว่างการออกกำลังกายในแต่ละครั้ง | 12 (12.9)                 | 23 (24.7)     | 27 (29.0)         | 11 (11.8)      | 20 (21.5)            |

จากตารางที่ 4.5 พบว่าผู้พิการเห็นว่าแรงจูงใจในการออกกำลังกายทางด้านสังคม ผู้พิการเห็นว่าในการออกกำลังกายแต่ละครั้งนั้นควรมีผู้ที่มีความรู้แนะนำในการออกกำลังกาย ระดับมากที่สุด คิดเป็น ร้อยละ 32.3 ส่วนที่เห็นอยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ กิจกรรมที่ปฏิบัติในการออกกำลังกายควรมีความเหมาะสม คิดเป็น ร้อยละ 48.4 รองลงมาได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายนั้นทำให้ได้พบปะเพื่อนของท่านหรือพบเพื่อนใหม่ ๆ คิดเป็น ร้อยละ 47.3 และ เพื่อนมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้ท่านออกกำลังกาย คิดเป็น ร้อยละ 47.3 ส่วนที่มีความเป็น ระดับปานกลางสูงสุด ได้แก่การออกกำลังกายทำให้ท่านเป็นที่ยอมรับในสังคม คิดเป็น ร้อยละ 38.7 รองลงมาได้แก่ค่าใช้จ่ายในการเดินทางเป็นอุปสรรคสำคัญในการออกกำลังกาย คิดเป็น ร้อยละ 38.7