

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

- ตอนที่ 1 สภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม
- ตอนที่ 2 ความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการในภาคตะวันออก แบ่งเป็น 5 ด้าน คือ
 1. ด้านช่วงวัน-เวลาในการออกกำลังกาย
 2. ด้านกิจกรรมในการออกกำลังกาย
 3. ด้านวิชาการ(ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย)
 4. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
 5. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง ดังนี้

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 ค่าร้อยละ และสถานภาพของข้าราชการ

		ข้อความ (สภาพทั่วไป)	ข้าราชการ	
			จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ	1.	ชาย	308	49.9
	2.	หญิง	309	50.1
2. อายุ	1.	18-25 ปี	80	13.0
	2.	26-30 ปี	127	20.6
	3.	31-35 ปี	155	25.1
	4.	36-40 ปี	117	19.0
	5.	40 ปีขึ้นไป	138	22.4
3. การศึกษา	1.	ต่ำกว่าอนุปริญญา	206	33.4
	2.	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	102	16.5
	3.	ปริญญาตรี	282	45.7
	4.	ปริญญาโท	24	3.9
	5.	ปริญญาเอก	3	0.5
4. สถานภาพ	1.	โสด	224	36.3
	2.	สมรส	370	60
	3.	หย่าร้าง	14	2.3
	4.	หม้าย	9	1.5
5. ที่พักปัจจุบัน	1.	อยู่ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล	427	69.2
	2.	อยู่นอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล	190	30.8

ตารางที่ 1 ต่อ

ข้อความ (สภาพทั่วไป)	ข้าราชการ	
	จำนวน	ร้อยละ
6. ปัจจุบันมีโรคประจำตัว		
1. มี	130	21.1
2. ไม่มี	487	78.9
7. งานพิเศษอื่น ๆ นอกจากรับราชการ		
1. มี	97	15.7
2. ไม่มี	520	84.3
8. สถานที่สำหรับออกกำลังกายหรือสันทนาการ		
1. มีอยู่ที่ทำงาน	56	9.1
2. มีอยู่ใกล้ที่ทำงาน	129	20.9
3. มีอยู่ที่บ้าน	118	19.1
4. มีอยู่ใกล้บ้าน	191	31.0
5. ไม่มี	123	19.9
9. ท่านทำงานในกระทรวง		
1. สำนักงานรัฐมนตรี	48	7.8
2. มหาดไทย	101	16.4
3. ศึกษาธิการ	76	12.3
4. การต่างประเทศ	3	0.5
5. เกษตรและสหกรณ์	45	7.3

ตารางที่ 1 ต่อ

ข้อความ (สภาพทั่วไป)	ข้าราชการ	
	จำนวน	ร้อยละ
6. สาธารณสุข	67	10.9
7. คมนาคม	43	7.0
8. กลาโหม	51	8.3
9. การคลัง	86	13.9
10. ยุติธรรม	33	5.3
11. วิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและพลังงาน	-	-
12. อุตสาหกรรม	39	6.3
13. พานิชย์	25	4.1

จากตารางที่ 1 แสดงว่าข้าราชการส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 50.1 มีอายุระหว่าง 31-35 ปี ร้อยละ 25.1 รองลงมาคืออายุ 40 ปีขึ้นไปร้อยละ 22.4 การศึกษาส่วนใหญ่ปริญญาตรี ร้อยละ 45.7 รองลงมา ต่ำกว่าอนุปริญญา ร้อยละ 33.4 ส่วนใหญ่สมรสแล้ว ร้อยละ 60 รองลงมาเป็นโสดร้อยละ 36.3 ที่พักส่วนใหญ่อยู่ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ร้อยละ 69.2 ส่วนใหญ่ร้อยละ 78.9 ไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ไม่มีงานพิเศษอื่น ๆ นอกจากรับราชการ ร้อยละ 84.3 สถานที่ออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ มีอยู่ใกล้บ้านร้อยละ 31 รองลงมา มีอยู่ใกล้ที่ทำงานร้อยละ 20.9 ข้าราชการส่วนใหญ่ทำงานในกระทรวงมหาดไทยร้อยละ 16.4 รองลงมาเป็นกระทรวงการคลังร้อยละ 13.9

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านช่วงวัน-เวลา ในการออกกำลังกาย ของข้าราชการภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ข้อที่	ข้อความ	X	SD
1	วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์)	2.52	0.94
2	วันเสาร์-อาทิตย์และ วันหยุดราชการ วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์)	2.87	0.94
3	ช่วงเวลาเช้า (ก่อนทำงาน)	2.04	1.02
4	ช่วงเวลาพักกลางวัน (พักรับประทานอาหาร)	1.29	0.59
5	ช่วงเวลาเย็น (หลังเลิกงาน)	3.00	0.97
6	ช่วงเวลากลางคืน วันเสาร์-อาทิตย์ และวัน หยุดราชการ	1.49	0.80
7	ช่วงเวลาเช้า	2.42	1.15
8	ช่วงเวลากลางวัน	1.44	0.69
9	ช่วงเวลาเย็น	2.90	1.02
10	ช่วงเวลากลางคืน	1.50	0.82

จากตารางที่ 2 แสดงว่า ข้าราชการมีความต้องการด้านช่วงวัน-เวลาในการออกกำลังกาย ในระดับมากคือช่วงเวลาเย็นหลังเลิกงานของวันธรรมดา และช่วงเวลาเย็นของวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดราชการ ต้องการในระดับน้อย คือ เวลาเช้าของวันเสาร์-อาทิตย์ เวลาเช้าของวันธรรมดา ต้องการในระดับน้อยที่สุด คือ ช่วงเวลากลางคืน ของวันเสาร์-อาทิตย์ เวลากลางคืนของวันธรรมดา และช่วงพักกลางวัน (พักรับประทานอาหาร) ของวันธรรมดา



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านกิจกรรม
ในการออกกำลังกาย ของข้าราชการภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ข้อที่	ข้อความ	X	SD
1	การวิ่ง	2.87	0.97
2	การเดิน	2.70	0.92
3	กิจกรรมเข้าจังหวะ (ประเภทแอโรบิกด้านซ์)	2.04	1.13
4	ลีลาศ	1.84	1.04
5	รำมวยจีน	1.28	0.64
6	โยคะ	1.31	0.65
7	เปตอง	1.61	0.86
8	เทเบิลเทนนิส	1.68	0.87
9	บาสเกตบอล	1.68	0.86
10	ฟุตบอล	1.81	1.03
11	วอลเลย์บอล	1.82	0.92
12	แบดมินตัน	2.21	1.07
13	ว่ายน้ำ	2.27	1.16
14	เทนนิส	1.74	0.96
15	ตะกร้อ	1.55	0.85
16	ยกลูกน้ำหนัก	1.35	0.69
17	ตีบักชานกล (ใช้ตีบ่ออยู่กับที่)	2.07	1.10

จากตารางที่ 3 แสดงว่าความต้องการด้านกิจกรรมในการออกกำลังกายในระดับมาก คือ กิจกรรมกีฬาประเภทวิ่ง การเดิน ต้องการในระดับน้อยคือ กิจกรรมเข้าจังหวะ ลีลาศ เปตอง เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล ฟุตบอล วอลเลย์บอล แบดมินตัน ว่ายน้ำ ตะกร้อ ฝึกจักรยานกล และต้องการในระดับน้อยที่สุด คือ รำมวยจีน โยคะ สกีนํ้าหนัก



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านวิชาการ
(ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย) ของข้าราชการภาคตะวันออก

ข้อที่	ข้อความ	X	SD
1	มีความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการด้านสรีระ, รูปร่าง, ท่าทาง ในการเคลื่อนไหว	2.97	0.87
2	มีความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพด้านโภชนาการ การพักผ่อน กิจกรรมด้านนันทนาการและความปลอดภัย	3.14	0.81
3	มีการจัดฉายภาพยนตร์และเทปโทรทัศน์ เกี่ยวกับด้าน การออกกำลังกาย	2.59	0.94
4	มีเอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับ การออกกำลังกายที่อ่านเข้าใจง่าย	2.84	0.89
5	มีการเผยแพร่ข่าวสารและจัดนิทรรศการ ด้านการออกกำลังกายสำหรับข้าราชการ	2.71	0.93
6	มีการจัดตั้งชมรมวิชาเกี่ยวกับกีฬาและ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	2.74	0.96
7	มีบริการรับปรึกษาทางวิชาการเกี่ยวกับ การออกกำลังกายแก่ข้าราชการ	2.66	0.93
8	มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	2.70	0.96
9	มีการประเมินผลด้านสมรรถภาพหลังการฝึก	2.64	0.97

จากตารางที่ 4 แสดงว่าข้าราชการมีความต้องการด้านวิชาการ (ความรู้
ในการออกกำลังกาย) ในระดับมากที่สุด

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ในการออกกำลังกาย ของข้าราชการใน ภาคตะวันออก

ข้อที่	ข้อความ	X	SD
1	มีสถานที่ออกกำลังกายภายในบริเวณบ้าน	2.95	0.94
2	มีสถานที่ออกกำลังกายบริเวณที่ทำงาน	2.39	1.01
3	มีสถานที่ออกกำลังกายภายในสถานบริหารร่างกาย	2.39	0.95
4	มีสถานที่ออกกำลังกายภายในสวนสาธารณะ	2.86	0.93
5	มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องอาบน้ำที่ถูกต้องลักษณะ	2.90	1.05
6	มีสถานที่สำหรับพักผ่อนหลังจากออกกำลังกาย	3.01	0.91
7	มีอุปกรณ์ที่ใช้ในการออกกำลังกายที่ทันสมัย ได้มาตรฐานและเพียงพอ	3.13	0.99
8	มีโทรศัพท์สาธารณะไว้ใช้ตลอดเวลาการเปิดบริการ	2.88	1.06
9	มีห้องปฐมพยาบาลพร้อมอุปกรณ์ไว้บริการ	2.95	1.03
10	มีน้ำดื่ม น้ำเย็น ไว้บริการด้วย	3.11	0.95
11	มีศูนย์สุขภาพสำหรับบุคลากรและข้าราชการโดยเฉพาะ	3.10	0.99
12	มีส่วนสุขภาพไว้สำหรับพักผ่อน	3.18	0.96

จากตารางที่ 5 แสดงว่า ข้าราชการมีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวกในระดับมากทุกข้อ ยกเว้น ข้อสถานที่ออกกำลังกายบริเวณที่ทำงาน สถานที่ออกกำลังกายในสถานบริหารกาย ซึ่งต้องการในระดับน้อย

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ในการออกกำลังกาย ของข้าราชการภาคตะวันออก

ข้อที่	ข้อความ	X	SD
1	มีแพทย์ตรวจสอบสุขภาพก่อนการออกกำลังกาย	2.92	0.93
2	มีบุคลากรคอยดูแลและช่วยเหลือแนะนำการใช้อุปกรณ์ ในขณะที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง	2.97	0.92
3	มีบุคลากรที่มีความรู้ความเข้าใจในวิธีการจัดและ ดำเนินการโปรแกรมการออกกำลังกายและ สามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมให้แก่ข้าราชการได้	2.99	0.91
4	มีบุคลากรที่สามารถเป็นผู้นำเกมหรือกิจกรรมกีฬา เพื่อการออกกำลังกายแก่ข้าราชการได้	3.00	0.92
5	มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับทุกคน	3.15	0.93
6	มีบุคลากรที่ให้บริการดูแลรักษาความปลอดภัย แก่ผู้มาใช้บริการและทรัพย์สิน	3.10	0.96

จากตารางที่ 6 แสดงว่า ข้าราชการมีความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
อยู่ในระดับมากทุกข้อ

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านช่วงวัน-เวลา ในการออกกำลังกาย จำแนกตามเพศ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
1	วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์)	2.69	0.94	2.35	0.90
2	วันเสาร์-อาทิตย์และ วันหยุดราชการ	2.94	0.90	2.80	0.97
	<u>วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์)</u>				
3	ช่วงเวลาเช้า (ก่อนทำงาน)	2.06	1.01	2.02	1.02
4	ช่วงเวลาพักกลางวัน (พักรับประทานอาหาร)	1.22	0.54	1.36	0.63
5	ช่วงเวลาเย็น (หลังเลิกงาน)	3.17	0.92	2.82	0.99
6	ช่วงเวลากลางคืน <u>วันเสาร์-อาทิตย์ และวัน หยุดราชการ</u>	1.38	0.69	1.59	0.89
7	ช่วงเวลาเช้า	2.43	1.14	2.42	1.16
8	ช่วงเวลากลางวัน	1.40	0.69	1.48	0.69
9	ช่วงเวลาเย็น	3.05	1.02	2.75	1.01
10	ช่วงเวลากลางคืน	1.43	0.74	1.58	0.89

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านช่วงวัน-เวลา ในการออกกำลังกาย จำแนกตามเพศ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
1	วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์)	2.69	0.94	2.35	0.90
2	วันเสาร์-อาทิตย์และ วันหยุดราชการ วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์)	2.94	0.90	2.80	0.97
3	ช่วงเวลาเช้า (ก่อนทำงาน)	2.06	1.01	2.02	1.02
4	ช่วงเวลาพักกลางวัน (พักรับประทานอาหาร)	1.22	0.54	1.36	0.63
5	ช่วงเวลาเย็น (หลังเลิกงาน)	3.17	0.92	2.82	0.99
6	ช่วงเวลากลางคืน วันเสาร์-อาทิตย์ และวัน หยุดราชการ	1.38	0.69	1.59	0.89
7	ช่วงเวลาเช้า	2.43	1.14	2.42	1.16
8	ช่วงเวลากลางวัน	1.40	0.69	1.48	0.69
9	ช่วงเวลาเย็น	3.05	1.02	2.75	1.01
10	ช่วงเวลากลางคืน	1.43	0.74	1.58	0.89

จากตารางที่ 7 แสดงว่า ข้าราชการชายมีความต้องการด้านช่วงวัน-เวลา ในการออกกำลังกายในระดับมาก คือ วันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดราชการ วันธรรมดา (จันทร์-ศุกร์) ช่วงเวลาเย็นวันธรรมดา ช่วงเวลาเย็นวันหยุดราชการ ต้องการระดับน้อย ช่วงเวลาเช้าวันเสาร์-อาทิตย์ เวลาเช้าวันธรรมดา ต้องการระดับน้อยสุดคือ ช่วงเวลา กลางวันเสาร์-อาทิตย์ ช่วงเวลาพักกลางวันวันธรรมดา ช่วงเวลากลางคืนของวันวันเสาร์- อาทิตย์ ช่วงเวลากลางคืนของวันธรรมดา

ข้าราชการหญิงมีความต้องการด้านช่วงวัน-เวลา ในการออกกำลังกายในระดับ มาก คือ วันเสาร์-อาทิตย์ ช่วงเวลาเย็นวันธรรมดา ช่วงเวลาเย็นวันเสาร์-อาทิตย์ ต้องการระดับน้อย วันธรรมดา ช่วงเวลาเช้าวันธรรมดา ช่วงเวลาเช้าวันเสาร์-อาทิตย์ ช่วงเวลากลางคืนของวันธรรมดา ช่วงเวลากลางคืนของวันวันเสาร์-อาทิตย์ ต้องการ ระดับน้อยสุดคือ ช่วงเวลากลางวันเสาร์-อาทิตย์ ช่วงเวลาพักกลางวันวันธรรมดา



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านกิจกรรมทั่วไป
ในการออกกำลังกาย จำแนกตามเพศ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
1	การวิ่ง	3.12	0.90	2.63	0.97
2	การเดิน	2.58	0.92	2.82	0.90
3	กิจกรรมเข้าจังหวะ (ประเภทแอโรบิกด้านซ์)	1.63	0.90	2.44	1.18
4	ลีลาศ	1.56	0.86	2.11	1.12
5	รำมวยจีน	1.25	0.60	1.30	0.67
6	โยคะ	1.27	0.63	1.33	0.68
7	เปตอง	1.60	0.83	1.62	0.89
8	เทเบิลเทนนิส	1.71	0.87	1.66	0.86
9	บาสเกตบอล	1.76	0.89	1.60	0.83
10	ฟุตบอล	2.26	1.09	1.35	0.73
11	วอลเลย์บอล	1.87	0.98	1.78	0.97
12	แบดมินตัน	2.11	1.03	2.32	1.09
13	ว่ายน้ำ	2.18	1.11	2.36	1.20
14	เทนนิส	1.82	1.01	1.66	0.91
15	ตะกร้อ	1.92	0.97	1.19	0.49
16	ยกน้ำหนัก	1.50	0.80	1.20	0.52
17	กีฬากราชนก (ใช้ถืออยู่กับที่)	1.88	1.02	2.25	1.14

จากตารางที่ 8 แสดงว่าความต้องการด้านกิจกรรมในการออกกำลังกายของข้าราชการชายต้องการในระดับมากคือ การวิ่ง การเดิน ต้องการระดับน้อย คือ กิจกรรมเข้าจังหวะ ลีลาศ เปตอง เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล ฟุตบอล วอลเลย์บอล แบดมินตัน ว่ายน้ำ เทนนิส ตะกร้อ ยกน้ำหนัก ถีบจักรยานกล ต้องการระดับน้อยที่สุด คือ รำมวยจีน โยคะ

ข้าราชการชายต้องการในระดับมากคือ การวิ่ง การเดิน ต้องการระดับน้อยคือ ถีบจักรยานกล กิจกรรมเข้าจังหวะ ลีลาศ เปตอง เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล วอลเลย์บอล แบดมินตัน ว่ายน้ำ เทนนิส ต้องการระดับน้อยที่สุด คือ รำมวยจีน โยคะ ฟุตบอล ตะกร้อ และยกน้ำหนัก



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านวิชาการ
(ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย) จำแนกตามเพศ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
1	มีความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการ ด้านสรีระ, รูปร่าง, ท่าทาง ในการเคลื่อนไหว	2.91	0.87	3.02	0.87
2	มีความรู้เกี่ยวกับการรักษา สุขภาพด้านโภชนาการ การ พักผ่อน กิจกรรมด้านนันทนาการ และความปลอดภัย	3.11	0.79	3.17	0.83
3	มีการจัดฉายภาพยนตร์และเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับด้านการ ออกกำลังกาย	2.58	0.92	2.60	0.96
4	มีเอกสารให้ความรู้หรือ หนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออก กำลังกายที่อ่านเข้าใจง่าย	2.81	0.89	2.87	0.90
5	มีการเผยแพร่ข่าวสารและ จัดนิทรรศการด้านการออก กำลังกายสำหรับข้าราชการ	2.74	0.92	2.69	0.94

ตารางที่ 9 ต่อ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
6	มีการจัดตั้งชมรมวิชาเกี่ยวกับ กีฬาและการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	2.81	0.94	2.67	0.98
7	มีบริการรับปรึกษาทาง วิชาการเกี่ยวกับการออก กำลังกายแก่ข้าราชการ	2.73	0.92	2.58	0.94
8	มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	2.83	0.92	2.57	0.98
9	มีการประเมินผลด้านสมรรถ ภาพหลังการฝึก	2.75	0.95	2.54	0.95

จากตารางที่ 9 แสดงว่า ความต้องการด้านวิชาการ (ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย) ข้าราชการชายมีความต้องการในระดับมากทุกข้อ และข้าราชการหญิงมีความต้องการในระดับมากทุกข้อเช่นกัน

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามเพศ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
1	มีสถานที่ออกกำลังกาย ภายในบริเวณบ้าน	2.92	1.00	2.98	0.89
2	มีสถานที่ออกกำลังกาย บริเวณที่ทำงาน	2.46	1.02	2.33	1.00
3	มีสถานที่ออกกำลังกาย ภายในสถานบริหารร่างกาย	2.32	0.94	2.46	0.96
4	มีสถานที่ออกกำลังกาย ภายในสวนสาธารณะ	2.92	0.93	2.80	0.92
5	มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่อง แต่งกายและห้องอาบน้ำที่ ถูกสุขลักษณะ	2.85	1.04	2.96	1.05
6	มีสถานที่สำหรับพักผ่อนหลัง จากออกกำลังกาย	3.02	0.90	3.00	0.93
7	มีอุปกรณ์ที่ใช้ในการออกกำลัง กายที่ทันสมัย ได้มาตรฐาน และเพียงพอ	3.19	0.97	3.07	1.01

ตารางที่ 10 ต่อ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
8	มีโทรศัพท์สาธารณะไว้ใช้ ตลอดเวลาการเปิดบริการ	2.79	1.05	2.99	1.06
9	มีห้องปฐมพยาบาลพร้อม อุปกรณ์ไว้บริการ	2.92	1.00	2.99	1.06
10	มีน้ำดื่ม น้ำเย็น ไว้บริการ ด้วย	3.13	0.93	3.10	0.97
11	มีศูนย์สุขภาพสำหรับบุคลากร และข้าราชการโดยเฉพาะ	3.11	0.99	3.09	1.00
12	มีส่วนสุขภาพไว้สำหรับ พักผ่อน	3.20	0.95	3.17	0.96

จากตารางที่ 10 แสดงว่า ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ข้าราชการชายมีความต้องการในระดับมากที่สุด ชกเว้น มีสถานที่ออกกำลังกายบริเวณที่ทำงานมีสถานที่ออกกำลังกายในสถานบริหารร่างกายต้องการอยู่ในระดับน้อย

ข้าราชการหญิงมีความต้องการในระดับมากที่สุด ชกเว้น มีสถานที่ออกกำลังกายในสถานบริหารร่างกาย มีสถานที่ออกกำลังกายบริเวณที่ทำงานต้องการอยู่ในระดับน้อย



ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
จำแนกตามเพศ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
1	มีแพทย์ตรวจสุขภาพก่อนการ ออกกำลังกาย	2.92	0.92	2.91	0.94
2	มีบุคลากรคอยดูแลและช่วยเหลือ แนะนำการใช้อุปกรณ์ในขณะ ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง	2.98	0.92	2.97	0.92
3	มีบุคลากรที่มีความรู้ ความเข้าใจในวิธีการจัดและ ดำเนินการโปรแกรมการออก กำลังกายและสามารถเลือก กิจกรรมที่เหมาะสมให้แก่ ข้าราชการได้	3.02	0.88	2.95	0.93
4	มีบุคลากรที่สามารถเป็นผู้นำ เกมหรือกิจกรรมกีฬา เพื่อ การออกกำลังกายแก่ ข้าราชการได้	3.03	0.89	2.97	0.94
5	มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ ที่ดีกับทุกคน	3.16	0.90	3.14	0.96

ตารางที่ 11 ต่อ

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง	
		X	SD	X	SD
6	มีบุคลากรที่ให้บริการดูแล รักษาความปลอดภัยแก่ผู้มา ใช้บริการและทรัพย์สิน	3.12	0.94	3.08	0.99

จากตารางที่ 11 แสดงว่าความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ข้าราชการชาย
ต้องการอยู่ในระดับมากทุกข้อ และข้าราชการหญิงมีความต้องการอยู่ในระดับมากทุกข้อเช่นกัน

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความต้องการการออกกำลังกายทั้ง 5 ด้าน ของข้าราชการชายและข้าราชการหญิง

ข้อที่	ข้อความ	เพศชาย		เพศหญิง		t
		X	SD	X	SD	
1	ด้านช่วงวัน-เวลา ในการออกกำลังกาย	2.18	0.40	2.12	0.48	1.69
2	ด้านกิจกรรมในการ ออกกำลังกาย	1.88	0.50	1.86	0.50	0.57
3	ด้านวิชาการ (ความรู้เกี่ยวกับ การออกกำลังกาย)	2.81	0.68	2.75	0.71	0.27
4	ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก	2.90	0.70	2.91	0.72	0.84
5	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	3.04	0.78	3.00	0.81	0.57
ค่าเฉลี่ยรวม		2.45	0.45	2.42	0.47	0.81

$p > .05$ ($.05t_{\alpha} = 1.96$)

จากตารางที่ 12 แสดงว่า ความต้องการในการออกกำลังกายระหว่างข้าราชการชายและข้าราชการหญิง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05