

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์	ปัจจัยที่มีผลต่อการออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัยพายัพ	
ชื่อผู้เขียน	นายพัลลภ คำลือ	
ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต	สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ	
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	รองศาสตราจารย์มนัส ยอดคำ	ประธานกรรมการ
	รองศาสตราจารย์อุเทศ ปัญโญ	กรรมการ
	อาจารย์อนันต์ เอื้อวเจริญ	กรรมการ

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่อการมาออกกำลังกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยพายัพ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือนักศึกษามหาวิทยาลัยพายัพ จำนวน 852 คน นักศึกษาที่ออกกำลังกายเป็นประจำ จำนวน 255 คน นักศึกษาที่ไม่ออกกำลังกายเป็นประจำ จำนวน 597 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีสุ่มแบบชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามและวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. ปัจจัยหลักด้านการรับรู้ในเรื่องการออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับสูง
2. ปัจจัยหลักด้านทัศนคติต่อการออกกำลังกายโดยรวมอยู่ในระดับสูง
3. ปัจจัยเอื้อด้านการสนับสนุนขององค์กรในมหาวิทยาลัยเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

อยู่ในระดับปานกลาง

4. ปัจจัยเสริมด้านการสนับสนุนทางสังคมในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง
5. นโยบายมหาวิทยาลัยพายัพ ด้านการส่งเสริมการออกกำลังกายของนักศึกษามี แต่ไม่มี

เป็นลายลักษณ์อักษร

6. การบริหารจัดการด้านออกกำลังกายยังไม่เอื้อต่อการออกกำลังกายของนักศึกษา
7. สภาพแวดล้อมทางกายภาพต่อการออกกำลังกายยังมีไม่เพียงพอ