

มูลเหตุสำคัญในสวนสาธารณะกรุงเทพมหานครการใช้บริการ: บริบทความแตกต่าง ของผู้ใช้ในแต่ละเจนเนอเรชั่น

ปฏิวร แก้วเกิด* ประเสริฐไชย สุขสอาด** นักรบ ระวังการณ*** เสาวลี แก้วช่วย ****

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษามูลเหตุสำคัญในการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานครและเพื่อเปรียบเทียบมูลเหตุสำคัญในการออกกำลังกายตามเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานครซึ่งเป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ทำการเก็บข้อมูลกับกลุ่มผู้ที่มาใช้บริการสวนสาธารณะในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 450 คน แบ่งตามเจนเนอเรชั่น X จำนวน 150 คน เจนเนอเรชั่น Y จำนวน 150 คน และเจนเนอเรชั่น B จำนวน 150 คน โดยนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และจำแนกเจนเนอเรชั่นโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และทดสอบความแตกต่างระหว่างคู่โดยใช้วิธี LSD (Least Significant Different)

ผลวิจัยพบว่า มูลเหตุสำคัญในการมาใช้บริการสวนสาธารณะในเขตกรุงเทพมหานครในเรื่องพฤติกรรมการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 2.83$ S.D. = 0.27) เรื่องแรงจูงใจในการออกกำลังกายอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.49$ S.D. = 0.14) เรื่องความรู้ในการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 0.56$ S.D. = 0.12) และทัศนคติในการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.74$ S.D. = 0.42) เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบมูลเหตุสำคัญของการมาใช้บริการสวนสาธารณะในกรุงเทพมหานครจำแนกตามเจนเนอเรชั่นพบว่ามูลเหตุสำคัญในเรื่องทัศนคติและพฤติกรรมการออกกำลังกายมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 สำหรับเรื่องแรงจูงใจและความรู้ในการออกกำลังกายไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้ มูลเหตุของการมาใช้บริการสวนสาธารณะในภาพรวม อยู่ในระดับพอใช้ ซึ่งเป็นสิ่งที่ควรปรับปรุงให้ดีขึ้น โดยใช้กลยุทธ์ทางการตลาดเข้ามาช่วย ทั้งด้านทำเลที่ตั้ง ด้านผลิตภัณฑ์ และการให้ข่าวสาร เพื่อพัฒนาสวนสาธารณะให้ตรงตามความต้องการของผู้มาใช้บริการ

คำสำคัญ : มูลเหตุ แรงจูงใจ เจนเนอเรชั่น สวนสาธารณะ

*นิสิตปริญญาโท, คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

** รองศาสตราจารย์ ดร., คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

, * ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ติดต่อผู้พิมพ์: ปฏิวร แก้วเกิด

E-mail: -

มือถือ

วันที่รับบทความ 3 กุมภาพันธ์ 2564

วันที่แก้ไขบทความ 9 มิถุนายน 2564

วันที่ตอบรับ 9 มิถุนายน 2564

Reasons of Using a Public Park in Bangkok Metropolitan: Defferent Perspectives Among Generations of Users

Patiweat Kaewkerd* Prasertchai Suksa-Ard** Nug-rob Rawangkarn*** Saowalee Kaewchuay ****

Abstract

The objectives of this research was to identify the reasons for using park for each generation and compare the reasons of using park by using survey research into Data were collected from all people using the parks in Bangkok. There were (450) samples divided into generation x (150), generation y (150), and generation b (150). The data were analyzed using frequency, percentage, average, standard deviation, One-way Anova, and test significant difference by LSD.

The results showed reasons that exercise behavior sample (= 2.83 S.D.= 0.27) and motivation for exercise were at a good level (= 2.49 S.D. = 0.14). Knowledge of exercise at a fair level (= 0.56 S.D.= 0.12) and exercise attitude were at a fair level (= 1.74 S.D.= 0.42).When comparing reasons of using park for each generation in Bangkok, it was found that behavior and exercise attitude had statistical correlation at a significant at level 0.05. Motivation for exercise and knowledge of exercise showed no difference at level 0.05.

It is suggested that those reasons at a fair level should be improved. Marketing strategies should be used to promote the parks. Improvement of the parks must be implemented to meet the needs of all park users.

Keywords: Reason, Motivation, Generation, Park

* Master's degree student, Faculty of Social Sciences and Humanities Mahidol University

** Assoc.Prof. DR., Faculty of Social Sciences and Humanities, Mahidol University

, * Asst.Prof. Dr., Faculty of Social Sciences and Humanities, Mahidol University

Contract: Patiweat Kaewkerd E-mail.: - Mobile: 0944832313

ผมให้เค้าเปิดe-mailแก้ไขตามที่peerเสนอแนะแล้วครับ

Received: February 3, 2021

; Revised: June 9, 2021

; Accepted: June 9, 2021

บทนำ

การดำรงชีวิตของมนุษย์ จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับหลายสิ่งหลายอย่างตลอดเวลา ได้แก่เรื่องเกี่ยวกับการศึกษา การเมือง เศรษฐกิจ สังคม จิตวิทยา และอื่นๆ สิ่งเหล่านี้ส่งเสริมให้มนุษย์ได้มีการปฏิสัมพันธ์กัน ซึ่งมนุษย์นั้นไม่สามารถอยู่โดดเดี่ยวตามลำพังได้ ต้องอาศัยซึ่งกันและกัน และสิ่งเหล่านี้จะทำให้มนุษย์ได้รู้วิธีการรักษาสุขภาพเพื่อรักษาคุณ ภาพชีวิตของตนเองให้มีชีวิตอย่างมีความสุขได้เป็นเวลานาน (โสภณ ศรีอัสสาณ, 2547: 1)และยิ่งในปัจจุบันมนุษย์มีความก้าวหน้าทางวิทยาการสมัยใหม่มากมายเพื่ออำนวยความสะดวกสบายทั้งเครื่องมือเครื่องใช้ เครื่องทุ่นแรงอันเป็นสาเหตุทำให้มนุษย์ใช้กำลังในการทำกิจวัตรประจำวัน น้อยลงและทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย เนื่องมาจากขาดการออกกำลังกายนอกจากนี้ (อวย เกตุสิงห์, 2525: 1) ยังได้กล่าวถึงความสำคัญของการออกกำลังกายว่าการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน ตั้งแต่แรกเกิดถึงวัยชรา แม้แต่ในผู้ป่วยยังต้องการการออกกำลังกายเพื่อช่วยให้ร่างกายฟื้นฟูสภาพเร็วขึ้น

สุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตที่ดีต้องอาศัยปัจจัยต่างๆมาก และปัจจัยหนึ่งที่สำคัญ คือ การส่งเสริมให้ประชาชนออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬานั้นมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา สร้างความสามัคคีใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์การออกกำลังกายต้องคำนึงถึงเพศ วัย และประเภทของกิจกรรมจึงเกิดประโยชน์สูงสุด (กรมพลศึกษา, 2539:1)

การออกกำลังกายในสวนสาธารณะในส่วนใหญ่จะเป็นการออกกำลังกายแบบง่ายๆ และมีอุปกรณ์หรือเครื่องมือในการออกกำลังกายที่น้อย การออกกำลังกายที่เป็นที่นิยม คือ การเดินหรือวิ่งเหยาะ การเต้นแอโรบิก การออกกำลังกายโดยการเล่นกีฬาประเภททีม เช่น ฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เป็นต้น ประชากรในกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่จะออกกำลังกายโดยการเดินและวิ่งเหยาะ การเล่นกีฬาประเภททีม และการเต้นแอโรบิก การออกกำลังกายประชาชนมักจะออกในช่วงเช้าและช่วงเย็นผู้ออกกำลังกายส่วนใหญ่จะมีความแตกต่างกันส่วนของเพศอายุจึงมีการจัดแบ่งกลุ่มตามเจนเนอเรชั่น(Generation)ขึ้นโดย รุ่นเบบี้ บูมเมอร์(Baby Boomer : Gen B) ที่เกิดในช่วงปีค.ศ. 1946-1964 ซึ่งมีอายุตั้งแต่ 50-68 ปี รุ่นเจนเนอเรชั่นเอ็กซ์ (Generation X : Gen X) ที่เกิดในช่วงปีค.ศ. 1965-1981 ซึ่งมีอายุตั้งแต่ 35-49 ปี และรุ่น เจนเนอเรชั่นวาย (Generation Y : Gen Y) ที่เกิดในช่วงปีค.ศ. 1980-2000 ซึ่งมีอายุตั้งแต่ 14-34 ปี

ผู้วิจัยเล็งเห็นถึงความสนใจในการออกกำลังกายของผู้ใช้บริการศูนย์บริการและสวนสาธารณะใน กรุงเทพมหานคร จึงได้ศึกษาค้นคว้าเพื่อที่จะนำผลการวิจัยครั้งนี้มาศึกษาสาเหตุของการมาใช้บริการของคนเจนเนอเรชั่น B, เจนเนอเรชั่น X และเจนเนอเรชั่น Y เพื่อพัฒนาและส่งเสริมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับความต้องการของแต่ละเจนเนอเรชั่น จากการศึกษาค้นคว้า ประสพการณ์ที่ได้อยู่ในกรุงเทพมหานครและชอบในการออกกำลังกายทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษามูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายของประชากรใน กรุงเทพมหานคร ทั้งนี้เพื่อที่จะได้ทราบผลของการศึกษาและสามารถนำผลของการศึกษาไปเป็นข้อมูลพื้นฐาน

ในการพัฒนาและส่งเสริมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับความต้องการพื้นฐานของแต่ละเจนเนอเรชัน เพื่อเป็นประโยชน์ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษามูลเหตุสำคัญในการออกกำลังกายของเจนเนอเรชันต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบมูลเหตุสำคัญเกี่ยวกับแรงจูงใจ ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชันต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร

วิธีการวิจัย

กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษามูลเหตุสำคัญของการมาใช้บริการสวนสาธารณะในกรุงเทพมหานครในเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบโควตา (Quota Sampling) ได้จำนวนตัวอย่างแต่ละพื้นที่ของเขตจำนวน 6 กลุ่ม และแต่ละกลุ่มแบ่งตามเจนเนอเรชันปี 25 คน เจนเนอเรชันเอ็กซ์ 25 คน และเจนเนอเรชันวาย 25 คน ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 450 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามซึ่งสร้างขึ้นจากการรวบรวมแนวคิดทางทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำมาสร้างเป็นคำถามในแบบสอบถาม โดยแบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอนด้วยกันคือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามซึ่งเป็นแบบสำรวจรายการ (Check-List) และเติมข้อมูลในช่องว่างประกอบไปด้วยคำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ครอบครัว เพื่อน สังคม การศึกษา เวลาที่ทำงานในหน่วยงาน รายได้ต่อเดือน โรคประจำตัว เวลาว่าง การรับรู้ข่าวสาร

ตอนที่ 2 แบบสอบถามมูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายของผู้ใช้สวนสาธารณะในเขตกรุงเทพมหานครเป็นแบบสอบถามชนิดตรวจสอบรายการ 14 ข้อ โดยมี 3 ระดับ โดยแบ่งเป็นดี 3, พอใช้ 2, และน้อย 1 ตามลำดับ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายของผู้ใช้สวนสาธารณะในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นแบบสอบถามชนิดตรวจสอบรายการ 13 ข้อ

ตอนที่ 4 แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของผู้ใช้สวนสาธารณะในเขตกรุงเทพมหานครเป็นแบบสอบถามชนิดตรวจสอบรายการ 10 ข้อ

ตอนที่ 5 เป็นแบบสอบถามการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของผู้ใช้สวนสาธารณะในเขตกรุงเทพมหานคร ชนิดตรวจสอบรายการ 15 ข้อ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถามเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วนถูกต้องและแยกแบบสอบถามออกเป็นกลุ่มต่างๆ
2. การลงรหัส (Coding) นำแบบสอบถามที่ถูกต้องเรียบร้อยแล้ว มาลงรหัสตามที่กำหนดไว้แล้ว สำหรับแบบสอบถาม (Semi-Coded Questionnaire)
3. การประมวลผล นำข้อมูลที่ลงรหัสเข้ามานับที่โดยเครื่องคอมพิวเตอร์เพื่อทำการประมวลผล โดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูป การวิจัยครั้งนี้ใช้ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้
 - 3.1 นำแบบสอบถามตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน วิเคราะห์โดยการหาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage)
 - 3.2 นำแบบสอบถามตอนที่ 2, 3 และ 4 มาหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เพื่อเปรียบเทียบมูลเหตุการออกกำลังกายในสวนสาธารณะจำแนกตามเจนเนอเรชัน
 - 3.3 กำหนดระดับความมีนัยสำคัญอยู่ที่ 0.05
 - 3.4 นำข้อมูลที่ได้ในด้านต่างๆ มาเปรียบเทียบความแตกต่างของแต่ละ เจนเนอเรชันและหาแรงจูงใจสำคัญในการมาออกกำลังกาย

สรุปผลการวิจัย

1. มูลเหตุสำคัญในการออกกำลังกายภาพรวมของทั้งสามเจนเนอเรชันในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร

มูลเหตุด้านแรงจูงใจในการออกกำลังกายของเจนเนอเรชันต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร โดยส่วนใหญ่แรงจูงใจในการใช้บริการสวนสาธารณะอยู่ในระดับดีทั้ง 4 ด้านที่ ($\bar{X} = 2.49$ S.D. = 0.14)

แรงจูงใจทางด้านเพื่อนมีผลต่อการใช้บริการสวนสาธารณะของเจนเนอเรชัน X มากที่สุด ที่ ($\bar{X} = 2.26$ S.D. = 0.22)เจนเนอเรชัน B ที่ ($\bar{X} = 2.25$ S.D. = 0.24)เจนเนอเรชัน Y ที่ ($\bar{X} = 2.25$ S.D. = 0.23) ตามลำดับ

แรงจูงใจทางด้านสังคมมีผลต่อการใช้บริการสวนสาธารณะของเจนเนอเรชัน B มากที่สุด ที่ ($\bar{X} = 2.62$ S.D. = 0.27)เจนเนอเรชัน Y ที่ ($\bar{X} = 2.61$ S.D. = 0.32)เจนเนอเรชัน X ที่ ($\bar{X} = 2.58$ S.D. = 0.28) ตามลำดับ

แรงจูงใจทางด้านการออกกำลังกายมีผลต่อการใช้บริการสวนสาธารณะของเจนเนอเรชั่น B มากที่สุด ที่ ($\bar{X} = 2.52$ S.D. = 0.28)เจนเนอเรชั่น Y ที่ ($\bar{X} = 2.51$ S.D. = 0.31)เจนเนอเรชั่น X ที่ ($\bar{X} = 2.28$ S.D. = 0.26) ตามลำดับ

แรงจูงใจด้านการรับรู้ข่าวสารมีผลต่อการใช้บริการสวนสาธารณะของเจนเนอเรชั่น Y มากที่สุด ที่ ($\bar{X} = 2.62$ S.D. = 0.31)เจนเนอเรชั่น X ที่ ($\bar{X} = 2.59$ S.D. = 0.30)เจนเนอเรชั่น B ที่ ($\bar{X} = 2.55$ S.D. = 0.33) ตามลำดับ

2. เปรียบเทียบมูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย

แรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.56$ S.D.= 0.12) เมื่อพิจารณาความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายแยกตามเจนเนอเรชั่น X มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.56$ S.D.= 0.12) ของเจนเนอเรชั่น Y มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.56$ S.D.= 0.12) และความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น B อยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.56$ S.D.= 0.12) ตามลำดับ

เมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจด้านความรู้ในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่น พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของสิริพร สุภัญญา (2550) ที่พบว่าผู้สูงอายุมีความรู้ในการออกกำลังกายที่มาใช้บริการสวนรมณีนาถอยู่ในระดับพอใช้ และยังสอดคล้องกับผลวิจัยของ เจนณรงค์ ทองธรรมชาติ (2556) ที่พบว่าความรู้ของผู้มาใช้สวนสาธารณะในกรุงเทพมหานครในเรื่องความปลอดภัยอยู่ในระดับพอใช้

เนื่องจากทั้งสามเจนเนอเรชั่นเป็นกลุ่มที่มีสถานภาพการสมรสแล้วการสนับสนุนจากครอบครัวและเพื่อนจะส่งผลต่อการทำกิจกรรมต่างๆซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สืบสกุล ใจสมุทร (2554) ทำการศึกษาประชาชนที่มาออกกำลังกายจังหวัดสตูล ปี พ.ศ.2543 พบว่าประชาชนวัยเรียนและวัยทำงานที่มาออกกำลังกายจังหวัดสตูลมีแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านความถนัดความสนใจชื่อเสียงและสังคมอยู่ในระดับพอใช้ และยังซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชูติมา รอดประดับ (2550) ทำการศึกษาเรื่องแรงจูงใจในการออกกำลังกายในสวนสาธารณะจังหวัดชลบุรี พ.ศ.2549 พบว่าแรงจูงใจในการออกกำลังกายคือความรักความชอบความถนัด คิดเป็นร้อยละ 81.4 โดยมีแรงจูงใจอยู่ในระดับพอใช้ และด้านสังคม คิดเป็นร้อยละ 55.2 โดยมีแรงจูงใจอยู่ในระดับพอใช้

3. เปรียบเทียบมูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

แรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยภาพรวมอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.56$ S.D.= 0.12)และเมื่อเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น X พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.56$ S.D.= 0.12) ส่วนของเจนเนอเรชั่น Y พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.56$ S.D.= 0.12) และความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น B อยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.56$ S.D.= 0.12) เจนเนอเรชั่นต่างๆมีทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายในระดับพอใช้

เมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจด้านทัศนคติในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่น พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ระหว่างเจนเนอเรชั่น X และ เจนเนอเรชั่น B ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ณัฐมล หวังเป็นและสุภาวิณี อินทมา (2550) ที่พบว่าทัศนคติในการมาใช้ศูนย์สุขภาพในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับพอใช้มีความแตกต่างกันในผู้สูงอายุและวัยอื่น

4. เปรียบเทียบมูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย

แรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายโดยภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 2.83$ S.D.= 0.27)และเมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น Y พบว่า การปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 2.86$ S.D.= 0.29) ส่วนของเจนเนอเรชั่น B พบว่า การปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 2.85$ S.D.= 0.26) และการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น X อยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 2.77$ S.D.= 0.25)

เมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจด้านพฤติกรรมในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่น พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ระหว่างเจนเนอเรชั่น Y กับเจนเนอเรชั่น X และเจนเนอเรชั่น X กับ เจนเนอเรชั่น B ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมหมาย ฤทธิ์บุตร (2546) ที่พบว่าพฤติกรรมความต้องการการออกกำลังกายของครูโรงเรียนในจังหวัดสระบุรีมีความแตกต่างกัน

อภิปรายผลการวิจัย

1. มูลเหตุสำคัญในการออกกำลังกายภาพรวมของทั้งสามเจนเนอเรชั่นในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร

มูลเหตุด้านแรงจูงใจในการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร โดยส่วนใหญ่แรงจูงใจในการใช้บริการสวนสาธารณะอยู่ในระดับดีทั้ง 4 ด้านที่ ($\bar{X} = 2.49$ S.D.= 0.14) เมื่อเปรียบเทียบตามเจนเนอเรชั่นทั้งสามเจนเนอเรชั่นเป็นกลุ่มที่มีสถานภาพการสมรสแล้วการสนับสนุนจากครอบครัวและเพื่อนจะส่งผลต่อการทำกิจกรรมต่างๆซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สืบสกุล ใจ

สมุทร (2554) ทำการศึกษาประชาชนที่มาออกกำลังกายจังหวัดสตูล ปี พ.ศ.2543 พบว่าประชาชนวัยเรียน และวัยทำงานที่มาออกกำลังกายจังหวัดสตูลมีแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านความถนัดความสนใจชื่อเสียง และสังคมอยู่ในระดับดี และยังซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชุตินา รอดประดับ (2550) ทำการศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการออกกำลังกายในสวนสาธารณะจังหวัดชลบุรี พ.ศ.2549 พบว่าแรงจูงใจในการออกกำลังกายคือ ความรักความชอบความถนัด คิดเป็นร้อยละ 81.4 โดยมีแรงจูงใจอยู่ในระดับดี และด้านสังคม คิดเป็นร้อยละ 55.2 โดยมีแรงจูงใจอยู่ในระดับดี

2. เปรียบเทียบมูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย

แรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 0.56$ S.D.= 0.12)เมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจด้านความรู้สอดคล้องกับงานวิจัยของ สราวุฒิ พงษ์พิพัฒน์ (2555) การจัดการความรู้ด้านการออกกำลังกายแบบมีส่วนร่วมของชุมชนแม่กา จังหวัดพะเยา ที่พบว่า ความรู้ด้านการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ มีการแลกเปลี่ยนความรู้ระหว่างบุคคลภายในกลุ่มพื้นที่ แต่ยังคงขาดการเรียนรู้ที่แท้จริงเนื่องจากการจัดการความรู้ด้านนี้ ยังไม่เป็นระบบและยังขาดความต่อเนื่องโดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยต่าง ๆ ที่มิยังไม่สามารถเอื้อต่อกระบวนการจัดการความรู้ได้อย่างแท้จริง และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ขวลิท สุขมณี (2554) ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ความสามารถในการอธิบายความเข้าใจเกี่ยวกับข้อเท็จจริงและวิธีการออกกำลังกายหลายคนจะเริ่มออกกำลังกายเมื่อมีปัญหาสุขภาพก่อนเสมออยู่ในระดับพอใช้

เมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจด้านความรู้ในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่น พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ สิริพร สุภัญญา (2550) ที่พบว่า ผู้สูงอายุมีความรู้ในการออกกำลังกายที่มาใช้บริการสวนรมณีนาถอยู่ในระดับพอใช้ และยังสอดคล้องกับผลวิจัยของ เจนณรงค์ ทองธรรมชาติ (2556) ที่พบว่าความรู้ของผู้มาใช้สวนสาธารณะในกรุงเทพมหานครในเรื่องความปลอดภัยอยู่ในระดับพอใช้

3. เปรียบเทียบมูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

แรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยภาพรวมอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 1.74$ S.D.= 0.42)และเมื่อเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น X พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 0.56$ S.D.= 0.12) ส่วนของเจนเนอเรชั่น Y พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 0.56$ S.D.= 0.12) และความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น B อยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 0.56$ S.D.= 0.12) เจนเนอเรชั่นต่างๆมีทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับพอใช้ เมื่อ

เปรียบเทียบแรงจูงใจด้านทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายพบว่าการศึกษาของ Fank และคณะ (ค.ศ.2008) ที่ศึกษาเรื่องทัศนคติและพฤติกรรมต่อกิจกรรมทางสุขภาพของนักศึกษาแพทย์ของประเทศสหรัฐอเมริกา พบความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางสุขภาพกับความถี่ในการให้คำปรึกษาด้านกิจกรรมทางสุขภาพของนักศึกษาแพทย์กลุ่มนั้นมีความสอดคล้องกันในระดับพอใช้ และสอดคล้องกับงานวิจัย วารี พูลสวัสดิ์ (2558) ทัศนคติและพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม พบว่า พบว่าผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม มีทัศนคติว่าการออกกำลังกายในระดับพอใช้ มีความจำเป็นต่อการรักษาโรคที่เป็นอยู่ โดยส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลเรื่องการออกกำลังกายจากบุคลากรทางการแพทย์ (ร้อยละ 85.2) ส่วนแหล่งข้อมูลรองลงมาคือ หนังสือ (ร้อยละ 52.8) และโทรทัศน์ (ร้อยละ 45.4) ผู้ป่วยส่วนใหญ่คิดว่าการออกกำลังกายที่เหมาะสมคือการบริหารข้อเข่า (ร้อยละ 85.3) รองลงมาคือการเดิน (ร้อยละ 45.9) และการออกกำลังกายในน้ำ (ร้อยละ 43.1) ตามลำดับ

เมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจด้านทัศนคติในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่น พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ระหว่างเจนเนอเรชั่น X และเจนเนอเรชั่น B ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ณัฐมล หวังเป็นและสุภาวิณี อินทมา (2550) ที่พบว่าทัศนคติในการมาใช้ศูนย์สุขภาพในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับพอใช้มีความแตกต่างกันในผู้สูงอายุและวัยอื่น

4. เปรียบเทียบมูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย

แรงจูงใจในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่นต่างๆในสวนสาธารณะของกรุงเทพมหานคร ด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายโดยภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 1.83$ S.D.= 0.27) และเมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น Y พบว่า การปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 1.86$ S.D.= 0.29) ส่วนของเจนเนอเรชั่น B พบว่า การปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 1.85$ S.D.= 0.26) และการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายของเจนเนอเรชั่น X อยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 1.77$ S.D.= 0.25) เมื่อเปรียบเทียบมูลเหตุแรงจูงใจในการออกกำลังกายด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ถวัลย์ แดงไทย (2552) พฤติกรรมความต้องการออกกำลังกายของบุคลากรนักศึกษามหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตในภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างมาก โดยเรียงลำดับจากน้อยไปหามากได้ดังนี้ มีห้องสมุดกีฬาโดยเฉพาะ รองลงมาคือการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการให้บริการการออกกำลังกาย และเอกสารออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้ให้บริการ ตามลำดับ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชารรัตน์ แสงดาว (2555) แรงจูงใจที่มีผลต่อการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการฟิตเนส เซ็นเตอร์ พบว่าแรงจูงใจที่มีต่อการออกกำลังกายของสมาชิกที่มาใช้บริการฟิตเนส เซ็นเตอร์มีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91 และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของณัฐภูมิ วงศ์วิไล (2547) ซึ่งศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาที่มีผลต่อพฤติกรรมออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องของผู้ที่มาออกกำลังกายในสถานบริหารกาย พบว่าพฤติกรรมออกกำลังกาย

กายปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างกลุ่มเพื่อนที่มาออกกำลังกาย และการรับรู้ความสามารถในตนเองทางการออกกำลังกาย

เมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจด้านพฤติกรรมในการออกกำลังกายระหว่างเจนเนอเรชั่น พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ระหว่างเจนเนอเรชั่น Y กับเจนเนอเรชั่น X และเจนเนอเรชั่น X กับเจนเนอเรชั่น B ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมหมาย ฤทธิ์บุตร (2546) ที่พบว่าพฤติกรรมความต้องการการออกกำลังกายของครูโรงเรียนในจังหวัดสระบุรีมีความแตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากผลการวิจัย มูลเหตุสำคัญในการใช้บริการสวนสาธารณะกรุงเทพมหานคร จากผลการวิจัยผู้วิจัยนำกลยุทธ์ทางการตลาดโดยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ในเรื่องของมูลเหตุของการมาใช้บริการสวนสาธารณะในภาพรวม อยู่ในระดับพอใช้ ซึ่งเป็นสิ่งที่ควรปรับปรุงให้ดีขึ้น โดยใช้กลยุทธ์ทางการตลาดเข้ามาช่วย ดังนี้

ด้านการปฏิบัติและพฤติกรรมการออกกำลังกาย การจัดกิจกรรมและด้านอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก สามารถนำกลยุทธ์ด้านผลิตภัณฑ์ (Product Strategy) เข้ามาช่วยในเรื่องของกิจกรรม อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ก็สามารถที่จะดึงดูดลูกค้าให้เข้ามาใช้บริการได้มากขึ้นและยังสามารถนำกลยุทธ์ด้านทำเลที่ตั้ง (Place Strategy) มาเป็นสิ่งที่ดึงดูดลูกค้าในพื้นที่บริเวณใกล้เคียงมาใช้บริการ

ด้านความรู้ในการออกกำลังกาย นำกลยุทธ์ด้านการใช้พนักงานขาย (Personal Strategy) มาเป็นตัวช่วยในการบริการสวนสาธารณะ โดยมีเจ้าหน้าที่คอยให้คำแนะนำ ดูแลเอาใจใส่ผู้มาใช้บริการทุกคนด้วยความเต็มใจเอาใจใส่ในทุกๆ ครั้ง เพื่อสร้างความประทับใจให้กับผู้มาใช้บริการ

ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย นำกลยุทธ์ด้านผลิตภัณฑ์ (Product Strategy) มาใช้ โดยดูในเรื่องของความพร้อมของอุปกรณ์ที่เกี่ยวกับความปลอดภัยว่ามีครบถ้วนหรือไม่ รวมทั้งมีการตรวจสอบให้สามารถใช้งานได้อยู่เสมอ มองเห็นได้ชัดเจน เพื่อให้ผู้มาใช้บริการรู้สึกปลอดภัย นำกลยุทธ์ด้านการส่งเสริมการตลาด (Promotion Strategy) มาใช้กับกลุ่มผู้ออกกำลังกาย เช่น มีกิจกรรมสำหรับผู้ออกกำลังกายหรือตรวจสุขภาพฟรี นำกลยุทธ์ด้านการให้ข่าวสาร (Public Strategy) มาใช้ในส่วนของการกระจายข่าวสารให้ไปถึงลูกค้าในกลุ่มเป้าหมายและสามารถนำกลยุทธ์การใช้เครื่องมือการติดต่อสื่อสารการตลาดครบวงจร (Integrated Marketing Communication-IMC) มาใช้ร่วมด้วย เพื่อให้มีการติดต่อสื่อสารในทุกรูปแบบที่เหมาะสมกับผู้บริโภค

2. สวนสาธารณะควรนำลักษณะปัจจัยส่วนบุคคล ซึ่งมีผลต่อแรงจูงใจในการมาใช้บริการสวนสาธารณะ เพื่อให้ตรงกับความต้องการของผู้ใช้บริการให้มากขึ้น เช่นในเรื่องของ เพศ อายุ ระดับการศึกษาหรือรายได้ต่อเดือนการเดินทาง อุปกรณ์ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัย วิธีใช้และประโยชน์ที่ได้จากการใช้อุปกรณ์ต่างๆ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้มาใช้บริการสวนสาธารณะ เป็นต้น

3. ควรเพิ่มในส่วนของอุปกรณ์และสถานที่ที่ออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น ทั้งในส่วนของคุณ์สุขภาพหรือสวนสาธารณะหรือตามบริเวณชุมชนที่พื้กอาศัยต่างๆ รวมถึงการจัดกิจกรรมและการให้ความรู้ต่างๆในรูปแบบการตีตประกาศ เชิญชวน เพื่อปลุกฝังให้รักการออกกำลังกายและมีกิจกรรมทำในช่วงที่เวลาว่าง เกิดการพบปะพูดคุย เป็นการเข้าสังคมทางหนึ่ง มีเวลาให้กับครอบครัวและเพื่อนฝูง ทำให้รู้สึกสนุกสนาน ผ่อนคลาย สุขภาพแข็งแรง ลดปัญหาสุขภาพ และปัญหาการเจ็บป่วยและค่ารักษาพยาบาลต่างๆได้

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรขยายขอบเขตในการทำวิจัยจากเขตกรุงเทพมหานครเป็นจังหวัดหรือภาคต่างๆในประเทศไทย เพื่อให้ทราบถึงความคาดหวังและความพึงพอใจในภาพรวมของพื้นที่นั้นๆ

2. ควรมีการศึกษาหรือวางแผนทางรูปแบบในการพัฒนาสวนสาธารณะเพื่อให้เหมาะสมกับทุกเจนเนอเรชั่น มีอุปกรณ์และพื้นที่รองรับผู้ที่มาออกกำลังกาย และปลุกฝังการออกกำลังกายเพื่อลดปัญหาสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของสังคม

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา กรมพลศึกษา. 2539. *เอกสารทดสอบสมรรถภาพทางกาย (พ.ศ.2539-2543)*. กรุงเทพฯ.

เจนณรงค์ ทองธรรมชาติ. 2556. *ความต้องการและความพึงพอใจของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการรับบริการกิจกรรมนันทนาการในสวนสาธารณะ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*

ชุตินา รอดประดับ. 2550. *แรงจูงใจในการออกกำลังกายในสวนสาธารณะจังหวัดชลบุรี พ.ศ.2549.* การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วารี พูลสวัสดิ์. 2558. *ทัศนคติและพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม. การประชุมวิชาการ ศูนย์การแพทย์กาญจนาภิเษก ประจำปี 2558 กรุงเทพฯ: ศูนย์การแพทย์กาญจนาภิเษก.*

สมหมาย ฤทธิจิบุตร. 2546. *สภาพความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.*

สรารุณี พงษ์พิพัฒน์. 2555. *การจัดการความรู้ด้านการออกกำลังกายแบบมีส่วนร่วมของชุมชนแม่กา จังหวัด พะเยา. วารสารการพัฒนาชุมชนและคุณภาพชีวิต, 3(2), 185-194.*

สิริพร สุกัญญา. 2550. *พฤติกรรมการดูแลตนเองกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสวน รมนีนารถ กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ*

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สืบสกุล ใจสมุทร. 2554. แรงจูงใจในการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดสตูล ปี พ.ศ.2553.

การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

โสภณ ศรีอีสาน. 2547. สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของประชาชนในเขตเทศบาล

อุดรธานี.ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อวย เกตุสิงห์. 2525. ร่างกายกับการออกกำลังกาย. วารสารสุขศึกษาพลศึกษาและนันทนาการ,

25(2), 190.