



การศึกษาความสัมพันธ์ของระดับความสนใจในการเล่นกีฬากับระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์

The Relationship between Sports Interest and Quality of Life of Silpakorn University's Student Sanamchandra Palace Campus

คณิต เขียววิชัย*

Kanit Kheovichai

วรณี เจิมสุรวงศ์**

Wanee Chermurong

กมลรัตน์ หนูสวี่***

Kamolrat Nhusawi

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาระดับความสนใจในการเล่นกีฬา ระดับคุณภาพชีวิต และความสัมพันธ์ของระดับความสนใจในการเล่นกีฬากับระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ประชากรที่ใช้ศึกษาเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ระดับชั้นปีที่ 2-4 ปีการศึกษา 2555 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยทำการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) จำนวน 370 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบสำรวจข้อมูลทั่วไปและระดับความสนใจในการเล่นกีฬา และแบบวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลจะใช้สถิติขั้นพื้นฐานเพื่อหาค่ามัธยฐานเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

ผลการวิจัย พบว่า ระดับความสนใจในการเล่นกีฬา นักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ สนใจเล่นกีฬาแบบมีต้นทุนมากที่สุด ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์อยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ระดับความสนใจในการเล่นกีฬามีความสัมพันธ์กับระดับคุณภาพชีวิตด้านร่างกายเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ระดับความสนใจในการเล่นกีฬาไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ด้านสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ระดับความสนใจในการเล่นกีฬา/ ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา

* รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

** อาจารย์ ดร. ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

*** อาจารย์ ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร



Abstract

This survey research aimed at investigating the level of interests in sport participation, the quality of life and the relationship between the interests in sport participation and the quality of life of Silpakorn University Students at Sanam Chandra Campus. The population of this research consisted of year 2-4 students in the 2012 academic year in Silpakorn University, Sanam Chandra Campus. Sample size were used to determine sample size and stratified random sampling was used 370. Research instruments comprised a survey of participants's demographic information, a level of interests in sport participation survey and World Health Organizations's quality of life assessment. To analyze the data, means, standard deviation and correlation were computed using statistical analysis software. The results indicate that: 1) In terms of the interests in sport participation, Silpakorn University students at Sanam Chandra Campus show the highest interests in badminton because it is easy to play and convenient to find a location to play. 2) The level of the quality of life of Silpakorn University students at Sanam Chandra Campus is moderate in every aspect. 3) The level of interests in sport participation is negatively correlated with the quality of life ($p < .05$), indicating that a high level of interests in sport participation has small effect on the physical quality of life. 4) The level of interests in sport participation is not significantly correlated with the psychological, social and environmental quality of life ($p > .05$).

Keywords: Sports Interest/ Quality of Life

บทนำ

การกีฬามีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน ทั้งในด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ อารมณ์และสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ช่วยส่งเสริมให้ประชาชนสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองครบถ้วน ชุมชน และสังคม ให้ดีขึ้น และจะนำไปสู่การมีส่วนร่วมในการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม การเมืองได้อย่างมีประสิทธิภาพ คุณภาพชีวิตเป็นสภาพที่คนเรามีสุขภาพร่างกายดี ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน มีฐานะทางเศรษฐกิจที่ดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุข มีที่อยู่อาศัยในสภาพแวดล้อมที่ดี นิศารัตน์ ศิลปเดช (2540) สมบัติ กาญจนกิจ (2540) George and Berson (อ้างถึงใน ยุพาวดี วงษ์เพ็ญ, 2547)

UNESCO (อ้างถึงใน ชันยา ศรีตุลากร, 2546) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่าคุณภาพชีวิตเป็นความรู้สึกของการอยู่อย่างพอใจต่อองค์ประกอบต่างๆ ของชีวิตที่มีส่วนสำคัญมากที่สุดของบุคคล ซึ่งได้จากการดำรงชีวิตอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีมีความสุข มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมที่ตนอยู่ได้อย่างดี โดยมีองค์ประกอบที่เป็นตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิตดังนี้

1. ด้านร่างกาย (Physical Domain) คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคลซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวันเช่นการรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรง



ของร่างกายการรับรู้ถึงความรู้สึกสุขสบายไม่มีความเจ็บปวดการรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกายได้การรับรู้ถึงพลังกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวันการรับรู้ถึงความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นการรับรู้ถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวของตนการรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตนการรับรู้ถึงความสามารถในการทำงานการรับรู้ว่าคุณไม่จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยใครๆ หรือการรักษาทางการแพทย์อื่นๆ เป็นต้น

2. ด้านจิตใจ (Psychological Domain) คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเองเช่นการรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเองการรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเองการรับรู้ถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองการรับรู้ถึงความมั่นใจในตนเองการรับรู้ถึงความคิดความจำสมาธิการตัดสินใจและความสามารถในการเรียนรู้เรื่องราวต่างๆ ของตนการรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความเครียดหรือกังวลการรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อต่างๆ ของตน

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social Relationships) คือการรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่นการรับรู้ถึงการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคมการรับรู้ว่าคุณได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วยรวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ทางเพศหรือการมีเพศสัมพันธ์

4. ด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่นการรับรู้ว่าคุณมีชีวิตอยู่อย่างอิสระไม่ถูกกักขังมีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิตการรับรู้ว่าคุณอยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดีปราศจากมลพิษต่างๆ การคมนาคมสะดวกมีแหล่งประโยชน์ด้านการเงินสถานบริการทางสุขภาพและสังคมสงเคราะห์

แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิต (www.sirinun.com/lesson2/a2.php) ชีวิตที่มีคุณภาพย่อมเป็นชีวิตที่ประสบความสำเร็จทั้งร่างกาย

ต้องการทางร่างกายและความต้องการทางอารมณ์ของตนเองให้อยู่ในขอบเขตที่พอดี สามารถใช้ความรู้สติปัญญาความรู้สึกนึกคิดของตนไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนเบียดเบียนหรือให้โทษแก่บุคคลอื่นในขณะเดียวกันบุคคลจะต้องมีการศึกษาสูงมีความขยันอดทนประกอบอาชีพที่สุจริตเป็นพลเมืองดีมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางใจมีระเบียบวินัยมีกฎเกณฑ์ทางสังคมแสวงหาความรู้เพิ่มเติมรู้จักใช้ความคิดและสติปัญญาแก้ไขปัญหาสุขภาพและการดำรงชีวิตของตนเองซึ่งถือว่าเป็นคุณลักษณะของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีของบุคคลในอีกระดับหนึ่งซึ่งมีแนวทางในการพัฒนา ดังต่อไปนี้

1. พัฒนากายเพื่อมุ่งให้ร่างกายมีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและความพิการ

2. พัฒนาทางอารมณ์เพื่อมุ่งให้อารมณ์มีความสุขสนุกสนานร่าเริง ไม่มีความเครียดหรือวิตกกังวลต่อการเรียนหรือต่อการปฏิบัติงาน ในหน้าที่รับผิดชอบ มีแต่ความเจริญหู เจริญตา เจริญใจมองโลกในแง่ดีตลอดไป

3. พัฒนาทางสังคมเพื่อมุ่งให้เป็นคนที่มีเกียรติ ได้รับการยกย่องเคารพนับถือการยอมรับความรู้สึกเป็นเจ้าของและความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

4. พัฒนาทางความคิดเพื่อมุ่งให้เป็นคนที่มีความต้องการที่จะรู้และเข้าใจในสิ่งต่างๆ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการคิดค้นหาวิธีการป้องกันแก้ไขปัญหาทั้งหลายให้ตัวเองได้ดำรงชีพอยู่อย่างสุขสบาย

5. พัฒนาทางจิตใจเพื่อมุ่งให้เป็นคนที่มีคุณค่า มีประโยชน์ต่อชุมชน เป็นที่พึ่งที่ยึดเหนี่ยวทางใจมีความมั่นใจว่าชีวิตนี้มีคุณค่ามีความสุขหรือมีชีวิตที่ดีกว่าในอนาคตได้รับความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งหลาย

6. พัฒนาทางปัญญาเพื่อมุ่งให้เป็นคนมีความเฉลียวฉลาด สามารถคิดพิจารณาเรื่องต่างๆ



ได้อย่างมีเหตุผลซึ่งปัญญจะแตกฉานในบุคคลได้นั้น จำเป็นจะต้องมีการศึกษาเล่าเรียนมีความสนใจ เอาใจใส่ต่อวิชาความรู้ที่ครูอาจารย์อบรมสั่งสอน เพื่อให้เป็นผู้มีความรู้ความสามารถและนำไปพัฒนาชีวิตที่มีคุณค่าต่อไปภายภาคหน้า

7. พัฒนาทางวินัยเพื่อบ่มุ้ให้เป็นคนมีระเบียบวินัยในตนเองสามารถเคารพและปฏิบัติตามภาระหน้าที่ต่างๆที่มีอยู่ให้อยู่ในกรอบของข้อบังคับของกฎเกณฑ์ที่ได้กำหนดขึ้นไม่ประพฤติดนออกนอกกรอบนอกทางการมีวินัยที่ดีนั้น พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 ได้ทรงมีพระกระแสพระดำริว่า “คนที่มีระเบียบวินัยนั้นเป็นผู้ที่เข้มแข็งเป็นผู้ที่หวังดีต่อตัวเอง เป็นผู้จะมีความสำเร็จในอนาคต” จากเหตุผลที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่าการกีฬาจะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมอีกด้วย

แนวคิดเรื่องความสนใจ (Interests) เป็นความรู้สึกที่มีขอบเขต หรือช่วง (Range) จากระดับสูง ของการกระตุ้น (Excitement) และลดต่ำลงมา หรือ เป็นความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุ สิ่งของ กับระดับความสนใจ เช่น ผู้เรียนสนใจมากเกี่ยวกับวิชาการละคร แต่ไม่สนใจเลยเกี่ยวกับวิชาภูมิศาสตร์ เป็นต้น (กรมการศึกษานอกโรงเรียน, 2538) ตามลักษณะทางด้านจิตวิทยานั้น “ความสนใจ” อาจจะหมายความรวมถึง ผลสะท้อนของพฤติกรรมของเขาเกี่ยวกับสิ่งที่ดึงดูด หรือสิ่งที่ชอบ-ไม่ชอบตามความรู้สึกของเขา ขณะเดียวกันในความสนใจนั้นมีความเกี่ยวข้องกับระดับความเข้มข้นของความสนใจ กล่าวคือ ถ้าสนใจเรื่องใดมาก ก็จะแสวงหาในสิ่งนั้นให้บ่อยที่สุดเท่าที่ทำได้ จากแนวคิดทฤษฎีที่ได้นำเสนอมาพอกล่าวได้ว่าระดับความสนใจในการเล่นกีฬาถ้ามีมากก็จะเป็นแรงจูงใจให้นักศึกษาใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์จากการเล่นกีฬา ซึ่งจะช่วยให้กิจกรรมการเล่นกีฬานี้ไปพัฒนา

คุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น มีความสมบูรณ์ขึ้น เมื่อมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกาย จิตใจ มีสัมพันธภาพที่ดีในสังคม ตลอดจนรักษาสีหน้าแวดล้อมที่ดีก็จะช่วยให้เขามีความสุขในการเรียน และเป็นบัณฑิตที่ดีพร้อมในอนาคตอีกด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสนใจในการเล่นกีฬาของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์
2. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬา กับระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา ผู้วิจัยจะทำการศึกษาถึงเรื่องความสนใจในการเล่นกีฬาโดยแยกประเภทกีฬาเป็นประเภทบุคคลและประเภททีม ซึ่งกีฬาที่จะใช้ศึกษานี้เป็นกีฬาสากลทั้งที่มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์จัดให้มีการเรียนการสอนและอื่นๆ ที่นักศึกษาสนใจ ได้แก่ วายน้ำ ปิงปอง เปตอง แบดมินตัน เทนนิส บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ฟุตบอล ฯลฯ และศึกษาระดับคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม และจะศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬา กับระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาทั้ง 4 ด้านอีกด้วย

ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยใช้ประชากรที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ในระดับชั้น



ปีที่ 2-4 ปีการศึกษา 2555 โดยแยกเป็นคณะวิชาที่ประกอบไปด้วย คณะอักษรศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์ซึ่งมีจำนวนทั้งสิ้น 10,009 คน ทำการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยเปิดตารางสุ่มของ Krejcie and Morgan จะได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 370 คน

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง การวิจัยครั้งนี้จะศึกษากลุ่มประชากรที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 2-4 ปีการศึกษา 2555 ประกอบด้วยคณะวิชา 5 คณะวิชา คือ อักษรศาสตร์ ศึกษาศาสตร์ วิทยาศาสตร์ เภสัชศาสตร์ และวิศวกรรมศาสตร์ซึ่งมีนักศึกษา รวมกันทั้งสิ้น 10,009 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจะทำการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยเปิดตารางสุ่มของ Krejcie and Morgan จะได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 370 คน แบ่งเป็นนักศึกษาคณะอักษรศาสตร์มีนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ขึ้นไป จำนวน 1,657 คน สุ่มได้จำนวน 61 คน ศึกษาศาสตร์ มีนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ขึ้นไป จำนวน 1,369 คน สุ่มได้จำนวน 52 คน คณะวิทยาศาสตร์มีนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ขึ้นไป จำนวน 2,215 คน สุ่มได้จำนวน 81 คน คณะเภสัชศาสตร์มีนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ขึ้นไป จำนวน 1,033 คน สุ่มได้จำนวน 38 คน คณะวิศวกรรมศาสตร์ มีนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ขึ้นไปจำนวน 3,735 คน สุ่มได้จำนวน 138 คน รวม เป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 370 คน เพื่อการศึกษาความสัมพันธ์ของระดับความสนใจในการเล่นกีฬากับระดับ

คุณภาพชีวิต ของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยโดยจะใช้แบบสำรวจระดับความสนใจในการเล่นกีฬาและประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร เป็นเครื่องมือที่ประกอบด้วยข้อคำถาม 2 ตอน

ตอนที่ 1 ส่วนที่ 1 เป็นแบบสำรวจข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ที่พักอาศัย รายได้ของผู้ปกครอง คณะวิชาที่ศึกษา ส่วนที่ 2 เป็นการสำรวจระดับความสนใจในการเล่นกีฬาของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นแบบสำรวจประมาณค่า 5 ระดับ ค่าความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาเท่ากับ 0.815

ตอนที่ 2 เป็นแบบประเมินคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกที่ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 26 ข้อ เป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ มีค่าความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาเท่ากับ 0.8406

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ค่าข้อมูลทั่วไป ระดับความสนใจในการเล่นกีฬา และระดับคุณภาพชีวิตโดยแยกเป็นคณะวิชา 5 คณะวิชา ใช้สถิติขั้นพื้นฐานเพื่อหาค่ามัชฌิมเลขคณิต และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของข้อมูลระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬากับระดับของคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ โดยการทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation)



สรุปผลการวิจัยพบว่า

1. ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปการวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ปีการศึกษา 2555 ที่ได้สุ่มตัวอย่างมาจำนวน 370 คน นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติโดยการหาค่าร้อยละ ผลปรากฏตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างจำแนกเป็นคณะวิชา เพศชาย-หญิง และประเภทของที่พักอาศัย

ข้อมูลสถานภาพทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
1. คณะวิชา		
1.1 อักษรศาสตร์	61 คน	16.49
1.2 ศึกษาศาสตร์	52 คน	14.05
1.3 วิทยาศาสตร์	81 คน	21.89
1.4 เกษตรศาสตร์	38 คน	10.27
1.5 วิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยีอุตสาหกรรม	138 คน	37.30
รวมจำนวน	370 คน	100.0
2. เพศ		
2.1 ชาย	116 คน	31.35
2.2 หญิง	254 คน	68.65
รวมจำนวน	370 คน	100.0
3. ที่พักอาศัย		
3.1 หอพักนักศึกษา	102 คน	27.57
3.2 พักหอพักข้างนอก	224 คน	60.54
3.3 เดินทางไป-กลับ	44 คน	11.89
รวมจำนวน	370 คน	100.0

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากจะเป็นนักศึกษาหญิง

2. ระดับความสนใจในการเล่นกีฬานักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปการวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ประเภทที่นำมาข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์เป็นค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานดังปรากฏในตารางที่ 2 โดยจำแนกประเภทกีฬาเป็นประเภทบุคคล และ



ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับความสนใจในการเล่นกีฬานักศึกษาคณะวิชาต่างๆ จำแนกตามประเภทกีฬา

ความสนใจในการเล่นกีฬานักศึกษา	ระดับความสนใจ											
	อักษรสาสตร (n=61)		ศึกษาสาสตร (n=52)		วิทยาสาสตร (n=81)		เภสัชศาสตร (n=38)		วิศวกรรมฯ (n=138)		รวม (n=370)	
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ประเภททีม	2.82	.68	ปานกลาง	2.65	.64	ปานกลาง	2.49	.71	ปานกลาง	2.99	.73	ปานกลาง
2. ประเภทบุคคล	2.18	.74	น้อย	2.22	.73	น้อย	1.72	.67	น้อย	2.47	.85	น้อย
ความสนใจภาพรวม	2.54	.62	ปานกลาง	2.47	.60	ปานกลาง	2.15	.62	ปานกลาง	2.77	.727	ปานกลาง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางข้างบนนี้พบว่าระดับความสนใจในการเล่นกีฬานักศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนประเภทบุคคลอยู่ในระดับน้อย ในภาพรวมพบว่าระดับความสนใจในการเล่นกีฬานักศึกษาคณะอักษรศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และคณะวิศวกรรมศาสตร์อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนนักศึกษาคณะเภสัชอยู่ในระดับน้อย

3. ระดับความสนใจในการเล่นกีฬาจำแนกตามชนิดกีฬาตามข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์เป็นค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานตั้งปรากฏในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับความสนใจในการเล่นกีฬานักศึกษาจำแนกตามชนิดกีฬา

ความสนใจในการเล่นกีฬา ของนักศึกษา	ระดับความสนใจ											
	อักษรสาสตร์ (n=61)			ศึกษาสาสตร์ (n=52)			วิทยาศาสตร์ (n=81)			เภสัชศาสตร์ (n=38)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. บาสเกตบอล (ทีม)	2.90	1.42	ปานกลาง	2.56	1.27	ปานกลาง	2.87	1.09	ปานกลาง	2.34	1.34	น้อย
2. ฟุตบอล (ทีม)	2.25	1.26	น้อย	2.85	1.51	ปานกลาง	2.28	1.27	น้อย	1.58	1.08	น้อย
3. วอลเลย์บอล (ทีม)	2.46	1.21	น้อย	2.80	1.23	ปานกลาง	2.78	1.16	ปานกลาง	1.92	1.19	น้อย
4. เปตอง (บุคคล)	2.48	1.33	น้อย	2.52	1.19	ปานกลาง	3.21	1.11	ปานกลาง	2.08	1.12	น้อย
5. บิงโอง (บุคคล)	2.34	1.27	น้อย	2.73	1.23	ปานกลาง	3.02	1.18	ปานกลาง	2.37	1.36	น้อย
6. เทนนิส (บุคคล)	2.28	1.34	น้อย	2.31	1.18	น้อย	2.74	1.32	ปานกลาง	1.97	1.26	น้อย
7. แบดมินตัน (บุคคล)	4.39	.89	มาก	3.88	1.13	มาก	4.43	.87	มาก	3.74	1.22	มาก
8. กอล์ฟ (บุคคล)	1.98	1.21	น้อย	2.11	1.27	น้อย	2.23	1.26	น้อย	1.52	1.00	น้อย
9. หมากรุกกระดาน (บุคคล)	2.57	1.27	ปานกลาง	2.15	1.05	น้อย	2.89	1.18	ปานกลาง	2.18	1.35	น้อย
10. กรีฑา (วิ่ง) (บุคคล)	2.92	1.47	ปานกลาง	2.40	1.19	น้อย	2.96	1.19	ปานกลาง	2.65	1.32	ปานกลาง



ความสนใจในการเล่นกีฬา ของนักศึกษา	ระดับความสนใจ											
	อักษรศาสตร์ (n=61)			ศึกษาศาสตร์ (n=52)			วิทยาศาสตร์ (n=81)			เภสัชศาสตร์ (n=38)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
11. รักบี้ (ทีม)	1.65	1.03	น้อย	1.61	.91	น้อย	1.91	1.05	น้อย	1.36	.71	น้อยที่สุด
12. ซอลฟุตบอล (ทีม)	1.69	.99	น้อย	1.59	.89	น้อย	2.09	1.14	น้อย	1.39	.78	น้อยที่สุด
13. แชนด์บอล (ทีม)	2.11	1.19	น้อย	1.92	1.08	น้อย	2.45	1.16	น้อย	1.73	1.03	น้อย
14. วาฬน้ำ (บุคคล)	3.59	1.34	มาก	3.07	1.34	ปานกลาง	3.50	1.27	ปานกลาง	3.36	1.36	ปานกลาง
										3.44	1.34	ปานกลาง
										2.19	1.19	น้อย
										1.93	1.10	น้อย
										1.74	1.03	น้อย
										3.42	1.33	ปานกลาง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางข้างบน พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์สนใจเล่นกีฬาแบบมีต้นทุนระดับมาก นักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ สนใจเล่นกีฬาฟุตบอล กอล์ฟ รักบี้ ซอลฟุตบอล และแฮนด์บอลในระดับน้อยส่วนชนิดกีฬาอื่นๆ นอกเหนือจากนี้จะอยู่ในระดับปานกลาง



3. ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติโดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทั้งนี้ได้นำเสนอไว้ในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์

องค์ประกอบ คุณภาพชีวิต	ระดับคุณภาพชีวิต																	
	อักษรศาสตร์ (n=61)			ศึกษาศาสตร์ (n=52)			วิทยาศาสตร์ (n=81)			เภสัชศาสตร์ (n=38)			วิศวกรรมฯ (n=138)			รวม (n=370)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ด้านสุขภาพกาย	24.92	3.33	ปานกลาง	24.83	3.11	ปานกลาง	24.27	3.06	ปานกลาง	24.13	2.94	ปานกลาง	23.85	3.36	ปานกลาง	24.27	3.22	ปานกลาง
2. ด้านจิตใจ	22.26	3.61	ปานกลาง	22.02	2.91	ปานกลาง	22.01	3.62	ปานกลาง	20.18	2.97	ปานกลาง	21.65	3.32	ปานกลาง	21.73	3.38	ปานกลาง
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	11.02	1.64	ปานกลาง	10.83	1.97	ปานกลาง	10.80	1.93	ปานกลาง	10.97	1.34	ปานกลาง	10.88	2.01	ปานกลาง	10.89	1.86	ปานกลาง
4. ด้านสิ่งแวดล้อม	26.69	4.18	ปานกลาง	26.71	4.11	ปานกลาง	27.06	4.36	ปานกลาง	26.82	3.03	ปานกลาง	27.11	4.45	ปานกลาง	26.95	4.20	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตโดยรวม	91.53	10.08	ปานกลาง	91.48	11.15	ปานกลาง	90.90	11.43	ปานกลาง	88.60	8.96	ปานกลาง	90.29	12.16	ปานกลาง	90.62	11.21	ปานกลาง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ทุกคณะวิชาอยู่ในระดับปานกลาง



4. ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬากับระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬากับระดับคุณภาพชีวิตดังได้นำเสนอไว้ในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬากับระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์

ประเภทกีฬา	คุณภาพชีวิต (n=370)				
	สุขภาพกาย	จิตใจ	ความสัมพันธ์ทางสังคม	สิ่งแวดล้อม	ภาพรวม
ทีม	-.093	.028	.045	.021	.004
บุคคล	-.120*	-.023	-.029	-.039	-.058
ภาพรวม	-.116*	.005	.012	-.007	-.027

* = $p < .05$

จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้แสดงไว้ในตารางข้างบนนี้แสดงให้เห็นว่าระดับความสนใจในการเล่นกีฬาประเภทบุคคลมีความสัมพันธ์แบบผกผันกับระดับคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาได้ส่วนมากจะเป็นนักศึกษาหญิง ทั้งนี้เนื่องจากประชากรนักศึกษาของวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ มีจำนวนนักศึกษาหญิงมากกว่าชายประเภทที่ฟักอาศัย นักศึกษาจะพักอยู่หอพักข้างนอกมากที่สุดเดินทางไป-กลับ น้อยที่สุด เนื่องจากหอพักในมหาวิทยาลัยมีจำนวนจำกัด และมีสิ่งอำนวยความสะดวกน้อยกว่าหอพักข้างนอก แต่มีราคาค่าที่พักสูงกว่าหอพักข้างนอกมาก ซึ่งการพักหอพักข้างนอกมหาวิทยาลัยส่งผลให้กระบวนการพัฒนานักศึกษาไม่สามารถใช้ในการพัฒนานักศึกษาได้ดีเท่ากับหอพักที่อยู่ในมหาวิทยาลัย ด้วยเหตุนี้อาจจะส่งผลถึงคุณภาพชีวิตของนักศึกษาอยู่ทั้ง 4 ด้านจะอยู่ในระดับปานกลาง

2. ระดับความสนใจในการเล่นกีฬาประเภททีมอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนประเภทบุคคลอยู่ในระดับน้อย เมื่อมาพิจารณาในภาพรวมพบว่าระดับความสนใจในการเล่นกีฬาของนักศึกษาคณะอักษรศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และคณะวิศวกรรมศาสตร์อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนนักศึกษาคณะเภสัชอยู่ในระดับน้อยทั้งนี้อาจจะมาจากพื้นฐานของนักศึกษาที่มีสภาพทางการเรียนและสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกัน การวิเคราะห์โดยจำแนกประเภทกีฬา พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์สนใจเล่นกีฬาแบดมินตันระดับมากซึ่งสอดคล้องกับวรวิญญู วีรัมย์ (2552) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ความต้องการจัดบริการ



ด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ของประชาชน ตำบลร่องกวาง อำเภอร่องกวาง จังหวัดแพร่ นักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ สนใจเล่นกีฬาฟุตบอล กอล์ฟ รักบี้ ซอฟท์บอล และ แชนด์บอลในระดับน้อยซึ่งเป็นกีฬาที่มีลักษณะเฉพาะ และสถานที่ภายในมหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ไม่อำนวยในการเล่นกีฬาชนิดนี้ส่วนชนิดกีฬาอื่นๆ นอกเหนือจากนี้จะอยู่ในระดับปานกลาง

3. ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ทุกคณะวิชาอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลนี้มีความสอดคล้องกับสุชิน บัวงาม (2552) ได้ทำการวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา จำแนกตามเพศ คณะที่ศึกษา และภาคที่ตั้งวิทยาเขต กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา 17 วิทยาเขต ปีการศึกษา 2551 จำนวน 382 คน ผลการวิจัยพบว่าคุณภาพชีวิตโดยรวมของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.67$) จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่านักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์มีระดับคุณภาพชีวิตระดับปานกลางซึ่งถ้าหากจะพิจารณาถึงเงื่อนไขการยกระดับคุณภาพชีวิตจะต้องดำเนินการเสริมสร้างคุณสมบัติที่จะช่วยให้สามารถยกระดับคุณภาพชีวิต ได้แก่ การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต การมีความสามารถในการตัดสินใจ การมีพื้นฐานความรู้เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อม และการมีความพยายามอดทนและอดทนคุณสมบัติที่ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข ได้แก่ การมีความมกน้อย ไม่โลภ รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา การมีระเบียบวินัย และการมีจริยธรรมอื่นๆ ที่สังคมยอมรับทั้งนี้ต้องอาศัยกระบวนการหรือ

กิจกรรมที่จะช่วยเสริมสร้างองค์ประกอบต่างๆ ให้มีคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น

4. ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬากับระดับคุณภาพชีวิตจำแนกตามประเภทกีฬาพบว่าความสนใจในการเล่นกีฬาประเภทบุคคลของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ มีความสัมพันธ์แบบผกผันกับระดับคุณภาพชีวิตด้านร่างกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬาประเภททีมของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคุณภาพชีวิตทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความสนใจในการเล่นกีฬารวมทั้ง 2 ประเภท กับระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์พบว่าระดับความสนใจในการเล่นกีฬารวมทั้ง 2 ประเภท มีความสัมพันธ์แบบผกผันกับระดับคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพร่างกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความสนใจในการเล่นกีฬารวมทั้ง 2 ประเภท ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่าระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ อยู่ในระดับปานกลาง ทุกด้านทุกคณะวิชา ดังนั้นมหาวิทยาลัยศิลปากรควรจัดโปรแกรมกิจกรรมพัฒนานักศึกษาที่จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นดังนี้



1. กิจกรรมกีฬาและนันทนาการ จัดสถานที่เล่นกีฬาประเภทบุคคลให้กระจายอยู่ในคณะวิชา และบริเวณหอพักด้วย เช่น ลานเบดมินตัน ห้องบึงปองมหาสนุก เป็นต้น เพราะจะได้ช่วยเพิ่มโอกาสในการเล่นกีฬาให้กับนักศึกษามากขึ้น ทั้งนี้จะช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านสัมพันธภาพทางสังคมอีกด้วย

2. การปรับปรุงระบบอาจารย์ที่ปรึกษาฝ่ายกิจการนักศึกษา ให้มีบทบาทเชิงรุกมากขึ้น มีบทบาทหน้าที่ที่ชัดเจน และมีการอบรมพัฒนาอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นระยะๆ เพื่อให้เกิดการพัฒนาอาจารย์ที่ปรึกษาอย่างต่อเนื่องและทำหน้าที่ได้เต็มที่ และการจัดโครงการพัฒนานักศึกษาควรเปิดโอกาสให้นักศึกษามีส่วนร่วมมากขึ้น

3. การปรับปรุงสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ จำเป็นต้องดำเนินการอย่างเร่งด่วนเพื่อให้ นักศึกษาได้มีแหล่งเรียนรู้ จากการค้นคว้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศและสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และมีอิสระเพื่อส่งเสริมให้เกิดการรวมกลุ่ม เพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และเกิดทักษะในการใช้ชีวิตร่วมกับคนอื่นซึ่ง เป็นทักษะที่สำคัญ ที่จะช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคม และสิ่งแวดล้อมอีกด้วย

4. เป้าหมายของการจัดโครงการพัฒนานักศึกษาในระดับสโมสร ชมรม และคณะวิชาจะต้องชัดเจนและประยุกต์ใช้ทฤษฎีพัฒนานักศึกษาให้มากขึ้น เพื่อให้มีเป้าหมายในการพัฒนานักศึกษา และกระบวนการหรือกิจกรรมที่ช่วยให้บรรลุเป้าหมายดีขึ้นกว่าการจัดกิจกรรมแบบไร้ทิศทาง

5. มีการสร้างเครือข่ายระหว่างคณะวิชาหรือ ชมรม หรือมหาวิทยาลัย เพื่อให้ นักศึกษาได้เรียนรู้วัฒนธรรมที่ต่างสายวิชา และสามารถปรับตัวได้ดีขึ้น โดยอาศัยกิจกรรมพัฒนานักศึกษาเป็นเครื่องมือที่สำคัญ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยเพื่อค้นหากิจกรรมของนักศึกษา หรือ กิจกรรมด้านกีฬาและนันทนาการที่จะมาช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อที่จะได้ นำมาใช้เป็นเครื่องมือพัฒนานักศึกษาต่อไป

2. การวิจัยเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษากับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อที่จะได้ข้อค้นพบที่สามารถนำมาใช้เป็นทิศทางในการพัฒนานักศึกษาเพื่อให้สามารถศึกษาต่อจนสำเร็จการศึกษา ลดปัญหาการพ้นสภาพของนักศึกษาให้น้อยที่สุดอีกด้วย



เอกสารอ้างอิง

การศึกษานอกโรงเรียน. (2538). การศึกษาตลอดชีวิตการศึกษาของคนไทยในยุคโลกาภิวัตน์.

กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สถิติประชากร

ธัญญา ศรีสุลาการ. (2546). คุณภาพชีวิตการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ: ศึกษากรณีโรงพยาบาลยะลา.

กรุงเทพมหานคร: คณะพัฒนาลังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

นิศาตร์ตัน ศิลปะเดช. (2540). ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต. กรุงเทพมหานคร: พิเศษการพิมพ์.

ยุพาวดี วงษ์เพ็ญ. (2547). ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบคุณภาพชีวิตในโรงเรียนกับผลสัมฤทธิ์

ทางการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย

รามคำแหง. กรุงเทพมหานคร: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

มหาวิทยาลัยรามคำแหง สาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติ. (2551). คุณภาพชีวิตในการทำงานของลูกจ้าง

ชั่วคราวรายปีกรณีศึกษา: มหาวิทยาลัยรามคำแหงสาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติ.

ตรัง: รายงานการวิจัย.

วรัญญู ธีรมย์. (2552). ความต้องการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชน ตำบล

ร้องกวาง อำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่ ปีการศึกษา 2552. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยแม่โจ้.

วิภูสนา ศาคริตชานันท์ (2545). คุณภาพชีวิตของนิสิตปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ปริญญาโทปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต กรุงเทพฯ:

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุชิน บัวงาม. (2551). คุณภาพชีวิตของนักศึกษาศาสนาบ้านการพลศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขต

ชลบุรี. ชลบุรี: รายงานการวิจัย สถาบันการพลศึกษา ชลบุรี.

สุขศรีสงวนสัตย์. (2552). คุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรีเพื่อศึกษา

ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี. ปทุมธานี: รายงาน

การวิจัย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.

สุชาติ โสมประยูร. (2541). “สุขภาพเพื่อคุณภาพชีวิต” ในสุขภาพเพื่อชีวิต: 4. พิมพ์ครั้งที่ 2.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สมบัติ กาญจนกิจ. (2540). นันทนาการชุมชนและโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์

มหาวิทยาลัย.

สุวัฒน์ มหัตถินันต์กุล และคณะ. (2541). “เปรียบเทียบแบบวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก

ชุด 100 ตัวชี้วัดและ 26 ตัวชี้วัด” วารสารกรมสุขภาพจิต (5). มิถุนายน-กันยายน



UNESCO. (1981). “Indicators of Environment Quality and Quality of Life,” **Quality of Life: An Orientation Population Education**. Bangkok: UNESCO,.

Zhan, L. (1992) “Quality of Life: Conceptual and Measurement issues” **Journal of Advanced Nursing** 17: 795-800.

<http://www.gotoknow.org/blog/firsttime/95175>

www.gotoknow.org/blog/firsttime/95175

www.sirinun.com/lesson2/a2.php