

ปัจจัยความสัมพันธ์ของคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์
ที่มีผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง
The Relationship Factors of Demographic Characteristics Influencing the
Desire to Participate in Recreational Activities of the Students of
Rajamangala University of Technology in Lower Central Higher Education
Network Group

สราทตรา เล่งไพบูลย์¹, และ สุนันทา ศรีศิริ²

Srattra Lengpaiboon¹, and Sununta Srisiri²

หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ¹

Doctoral of Philosophy in Sport and Leisure Management, Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University¹

คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ²

Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University²

E-mail: srattra.lengpaiboon@g.swu.ac.th¹, sununts@g.swu.ac.th²

Received July 6, 2024; Revised August 28, 2024; Accepted September 3, 2024

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ที่มีผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล (มทร.) กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 400 คน จากนักศึกษาระดับปริญญาตรี 3 สถาบัน ได้แก่ มทร.รัตนโกสินทร์ มทร.กรุงเทพ และ มทร.พระนคร แบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูลมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90 สถิติที่ใช้เป็นสถิติเชิงพรรณนา คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความถี่ และค่าความสัมพันธ์ไคสแควร์ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการสูงสุดในกิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง (mean = 3.13) กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ (mean = 3.11) และกิจกรรมทางสังคม (mean = 3.10) ตามลำดับ นอกจากนี้ ปัจจัยทางประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ ปีการศึกษาสังกัดสถานศึกษา และคณะ มีความสัมพันธ์กับความ

ต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย คือ องค์ประกอบการจัดกิจกรรมนันทนาการที่ตอบสนองความต้องการของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

คำสำคัญ: ความสัมพันธ์; ความต้องการ; กิจกรรมนันทนาการ; นักศึกษามหาวิทยาลัย

Abstract

This quantitative research examines the demographic factors influencing university students' demand for participation in recreational activities at Rajamangala University of Technology (RMUT) in the Lower Central Higher Education Network Group. Using cluster sampling, data were collected from 400 undergraduate students across three institutions: RMUT Rattanakosin, RMUT Krungthep, and RMUT Phra Nakhon. The questionnaire demonstrated a reliability coefficient of 0.90. Descriptive statistics were employed, including percentages, arithmetic mean, standard deviation, frequency, and Chi-square. The results revealed that students had the highest demand for outdoor activities (mean = 3.13), followed by special events and festivals (mean = 3.11), and social activities (mean = 3.10). Additionally, demographic factors such as gender, academic year, institution, and faculty showed significant correlations with the demand for recreational activities at 0.05. This study provides insights into designing recreational activities that meet students' preferences.

Keywords: relationship; demand; recreational activities; university students

บทนำ

จากสภาพปัญหาของภาวะสังคมไทยในภาพรวม สถานการณ์ด้านสุขภาพจิตของคนไทย (Mental Health Check In: MHCI) ปี 2566 มีประชาชนที่ประสบปัญหาความเครียด เสี่ยงซึมเศร้า เสี่ยงฆ่าตัวตาย และมีภาวะหมดไฟ โดยรวมคนไทยมีปัญหาสุขภาพจิตเพิ่มสูงขึ้นจากปี 2565 ร้อยละ 29.9 (Office of the National Economic and Social Development Council, 2023) นักศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้น นับเป็นอีกกลุ่มที่ประสบปัญหาความเครียด และการมีความสุขในชีวิตเป็นอย่างมาก (National Statistical Office, 2021) ซึ่งส่วนใหญ่จะมีความเครียดในการเรียนและการใช้ชีวิต เพราะจะต้องปรับตัวให้เข้ากับสถาบันการศึกษา เพื่อน คณาจารย์ เนื้อหาในรายวิชาที่ยากขึ้น และสภาพแวดล้อมในการเรียน จึงอาจทำให้เกิดภาวะมีความเครียดสูงได้ (Seenophia & Duangsong, 2021) กิจกรรมนันทนาการนั้น มีลักษณะที่สำคัญหลายประการด้วยกัน คือ ต้องมีการเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสมัครใจ เข้าร่วมในเวลาว่างจากการปฏิบัติงานประจำ โดยมีความพอใจหรือความสุขเป็นแรงจูงใจพื้นฐาน (Meyer & Brightbill, 1948) โดยกิจกรรมนั้นต้องไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียม ประเพณี

วัฒนธรรม และกฎหมายบ้านเมือง (Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports, 2019a) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความปรารถนาภายใน ไม่ถูกบังคับจากภายนอก ไม่ได้คิดถึงผลของประโยชน์ หรือรางวัลที่จะได้จากการเข้าร่วม เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการแล้วจะสามารถสร้างประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความสุขและความพึงพอใจในบุคคลได้ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นหนทางการทำให้บุคคลแสดงออกถึงความสุข ความสนุกสนาน และอารมณ์ที่แจ่มใส โดยไม่เครียด ซึ่งจะส่งเสริมสุขภาพกายให้แข็งแรงและพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตประจำวัน หากบุคคลขาดการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการ อาจส่งผลให้เกิดการสูญเสียสมดุลในชีวิตได้

ดังนั้น การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการ เป็นอีกหนึ่งวิธีที่จะสามารถช่วยลดความตึงเครียดจากการเรียนและการใช้ชีวิต ผ่อนคลายความเหนื่อยเมื่อยล้าช่วยฟื้นฟูจิตใจของนักศึกษาได้ (Yaowapat, 2000) การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการจึงมีส่วนช่วยให้เกิดสมดุลในชีวิตได้ (Phuaksuwan, 2016) และนักศึกษาจะสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขควบคู่ไปกับการเรียน กิจกรรมนั้นหนทางการของแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน จะมีการแปรผันไปตามรสนิยม เวลา อายุ และความต้องการของแต่ละบุคคลด้วย (Boonsiri, 1999)

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาความสัมพันธ์ของคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ ที่มีผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง ประกอบกับผู้วิจัยทบทวนวรรณกรรมแล้วพบว่า ยังไม่มีการสำรวจความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการในกลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการทราบว่า ปัจจัยคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ นั้นมีผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง หรือไม่ อย่างไร เพื่อนำผลที่ได้จากการวิจัยไปใช้เป็นแนวทางการพัฒนาและจัดกิจกรรมนั้นหนทางการให้สอดคล้องกับความต้องการเพื่อส่งเสริมความสุขให้กับนักศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง
2. เพื่อศึกษาปัจจัยคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ ที่มีผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง

สมมติฐานการวิจัย

- คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านเพศที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่างแตกต่างกัน
- คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านชั้นปีที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่างแตกต่างกัน
- คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านสังกัดสถานศึกษาที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่างแตกต่างกัน
- คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านคณะที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่างแตกต่างกัน

การทบทวนวรรณกรรม

ความต้องการกิจกรรมนันทนาการของมนุษย์

อริสโตเติล ได้กล่าวถึงลำดับขั้นของการใช้เวลาว่าง ซึ่งมี 3 ลำดับขั้น ได้แก่ ลำดับขั้นที่ 1 ความบันเทิงเรีงใจ (Amusement) ลำดับขั้นที่ 2 การพักผ่อนหย่อนใจ (Recreation) และลำดับขั้นที่ 3 พิจารณาชีวิตของตนเองจรเกิดความสุขสงบ (Contemplation) ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดความต้องการและแรงจูงใจของ มาสโลว์ ที่ได้อธิบายถึงทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการโดยมีลักษณะขั้นต่าง ๆ คือ 1) ความต้องการทางสรีระพื้นฐาน (Basic Physiological Needs) 2) ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง (Safety and Security Needs) 3) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Love and Belonging Needs) 4) ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องจากผู้อื่น (Self Esteem Needs) 5) ความต้องการที่จะบรรลุถึงความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-Actualization) มีแนวความคิดที่ว่าการสร้างแรงจูงใจให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมเป็นไปในทิศทางที่ต้องการนั้น จะต้องทราบความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ด้วย แล้วจึงคิดหาวิธีการตอบสนองความต้องการนั้น ๆ (Maslow, 1970) สอดคล้องกับแอลเดอร์เฟอร์ ที่ได้ขยายแนวความคิดเกี่ยวกับการจูงใจของมาสโลว์ ซึ่งแบ่งแยกความต้องการหลัก ๆ ของมนุษย์ออกเป็น 3 ระดับ เรียกว่าทฤษฎี ERG ได้แก่ 1) ความต้องการการมีชีวิตรอดอยู่รอด (Existence Needs) 2) ความต้องการความสัมพันธ์ (Relatedness Needs) และ 3) ความต้องการความเจริญก้าวหน้า (Growth Needs) เป็นความต้องการที่ผลักดันในมนุษย์พยายามพัฒนาตนเองเพื่อให้ประสบความสำเร็จ (Alderfer, 1972)

ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ

กิจกรรมนันทนาการ เป็นหัวใจสำคัญอย่างยิ่งต่อบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ ทั้งนี้ เพราะว่าการกิจกรรมเป็นสื่อที่จะช่วยพัฒนาความเจริญเติบโตทางด้านต่าง ๆ เช่น ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา และด้านจิตวิญญาณ โดยแบ่งประเภทของกิจกรรมนันทนาการเป็น 11 ประเภท (Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports, 2019b) ดังนี้

1) เกมกีฬาและการเล่น เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวร่างกาย พลกำลัง และไหวพริบในการประกอบกิจกรรม เกมกีฬามีรูปแบบการเล่นที่หลากหลายและเป็นกิจกรรมที่สนุกสนาน นอกจากนี้ยังช่วยพัฒนาความแข็งแรงของร่างกาย ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพกายและจิตใจ

2) การเต้นรำ เป็นกิจกรรมที่ผสมผสานระหว่างการร้องเพลงและการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะดนตรี การเต้นรำช่วยเสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหว ลดความเครียด และเพิ่มความสนุกสนาน นอกจากนี้ยังเปิดโอกาสในการเข้าสังคมและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น การเต้นรำเป็นกิจกรรมที่ได้รับความนิยมจากทุกเพศทุกวัยเนื่องจากสามารถทำได้ง่ายและไม่ต้องใช้อุปกรณ์พิเศษ

3) ศิลปะและหัตถกรรม เป็นกิจกรรมที่ใช้ความคิดสร้างสรรค์และฝีมือในการสร้างสรรค์ผลงานต่าง ๆ ผู้ประกอบกิจกรรมต้องใช้จินตนาการและเครื่องมือที่มีความทันสมัยเพื่อสร้างผลงานที่มีคุณภาพ กิจกรรมนี้ช่วยเสริมสร้างทักษะและจินตนาการให้กับผู้เข้าร่วม ซึ่งสามารถนำไปต่อยอดในการพัฒนาผลงานทางศิลปะในอนาคต

4) การร้องเพลงและดนตรี เป็นกิจกรรมที่ใช้เสียงในการแสดงออกผ่านการเล่นดนตรีและการร้องเพลงที่มีจังหวะและระดับเสียงที่แตกต่างกัน การร้องเพลงและดนตรีเป็นการสื่อสารและถ่ายทอดความรู้สึกต่าง ๆ สร้างความสนุกสนานและเพลิดเพลินให้กับทั้งผู้เล่นและผู้ฟัง กิจกรรมนี้ยังช่วยเพิ่มทักษะทางดนตรีและพัฒนาความสามารถในการสื่อสาร

5) ภาษาและวรรณกรรม เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะทางความคิดและจินตนาการผ่านการอ่าน การเขียน และการพูด กิจกรรมนี้เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัยและสามารถเพิ่มความรู้และความสนุกสนานให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรม นอกจากนี้เทคโนโลยีที่ทันสมัยยังช่วยให้กิจกรรมนี้สามารถทำผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ได้อย่างอิสระ ซึ่งเปิดโอกาสให้ผู้คนสามารถเข้าถึงข้อมูลและวรรณกรรมได้ง่ายขึ้น

6) การแสดงและการละคร เป็นกิจกรรมที่ผูกเรื่องราวจากจินตนาการหรือจากเค้าโครงเรื่องจริง และสื่อสารออกมาผ่านการแสดงในรูปแบบต่าง ๆ การแสดงและการละครช่วยส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ความกล้าแสดงออก และสร้างความสนุกสนานให้กับทั้งผู้แสดงและผู้ชม กิจกรรมนี้ยังช่วยพัฒนาทักษะทางการสื่อสารและการทำงานเป็นทีม

7) งานอดิเรก เป็นกิจกรรมที่เกิดจากความสนใจส่วนบุคคลและทำในยามว่าง งานอดิเรกช่วยเสริมสร้างสุนทรียภาพและทักษะความชำนาญพิเศษ บำรุงสุขภาพจิตและความคิดสร้างสรรค์ของ

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยชรา งานอดิเรกมีความหลากหลายและสามารถเลือกทำตามความสนใจของแต่ละบุคคล

8) กิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง เป็นกิจกรรมที่ทำใกล้ชิดกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม กิจกรรมนี้ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา นอกจากนี้ยังเป็นโอกาสในการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้อื่น กิจกรรมกลางแจ้งยังช่วยให้ผู้เข้าร่วมได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ และเสริมสร้างความสดชื่นให้กับชีวิต

9) กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นในโอกาสพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ เพื่อให้คนทุกวัยมาสนุกสนานและทำกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมนี้สามารถจัดได้ทั้งในรูปแบบบุคคล หน่วยงาน หรือองค์กร ซึ่งเป็นโอกาสที่ดีในการเสริมสร้างความสัมพันธ์และความสามัคคีในชุมชน

10) กิจกรรมทางสังคม เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้ประกอบกิจกรรมได้พบปะพูดคุยและทำกิจกรรมร่วมกัน ส่งเสริมความสัมพันธ์และมิตรภาพใหม่ ๆ รวมถึงสร้างความเข้าใจและความสามัคคีในสังคม กิจกรรมนี้มีความสำคัญในการเสริมสร้างความเข้มแข็งและความร่วมมือในชุมชน

11) การบริการอาสาสมัคร เป็นกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างคุณค่าของบุคคลต่อสังคม การบริการอาสาสมัครส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม การให้บริการสาธารณะ และการเสียสละเพื่อส่วนรวม ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีคุณค่าสูงและไม่หวังผลตอบแทน กิจกรรมนี้ยังช่วยพัฒนาความสามารถในการทำงานร่วมกันและการสร้างความเปลี่ยนแปลงในสังคม

กิจกรรมนันทนาการทั้ง 11 ประเภทนี้ มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ช่วยเสริมสร้างความสุข ความสนุกสนาน และการพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ซึ่งส่งผลดีต่อสุขภาพกายและจิตใจอย่างยั่งยืน

การจัดกิจกรรมนันทนาการในสถานศึกษา

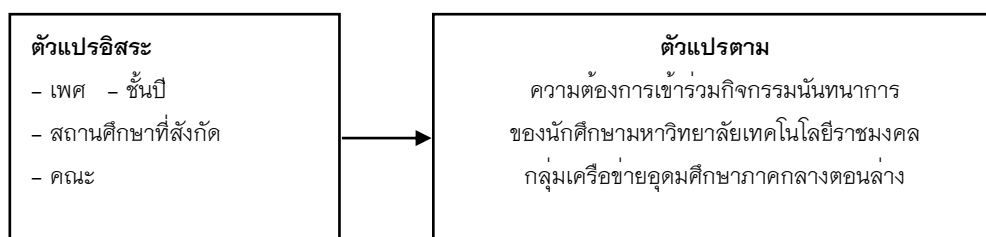
การจัดกิจกรรมนันทนาการในสถานศึกษาเป็นสิ่งที่จำเป็นและสำคัญยิ่งในการส่งเสริมพัฒนา ลักษณะนิสัยอันพึงประสงค์ของนักศึกษา การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างมีจุดหมายไม่เพียงแต่ช่วยให้นักศึกษาใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด แต่ยังช่วยสร้างลักษณะนิสัยและความเป็นพลเมืองที่ดีในอนาคต กิจกรรมเหล่านี้เสริมสร้างประสบการณ์และพัฒนาทักษะที่พึงประสงค์ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการของนักศึกษาในทุกด้าน อีกทั้งยังช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ทำให้นักศึกษามีจิตใจดี มีคุณธรรมและจริยธรรม และสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างดี การจัดกิจกรรมนันทนาการในสถานศึกษามีเป้าหมายเพื่อให้นักศึกษาเกิดการพัฒนาในทุกด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา และด้านจิตวิญญาณ ทำให้นักศึกษามีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จและเติบโตอย่างงดงาม สถานศึกษาเองยังเป็นแหล่งบริการทางนันทนาการที่สำคัญสำหรับเด็กและเยาวชน เพื่อพัฒนาจิตใจนักเรียนให้มีคุณธรรม จริยธรรม และความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี กิจกรรมนันทนาการที่สถานศึกษาควรจัดขึ้น ได้แก่ กิจกรรมเกม กีฬา และการเล่นต่าง ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นอกจากนี้ ยังควรมี

กิจกรรมดนตรี ลูกเสือ เนตรนารี ห้องสมุด และการจัดกิจกรรมในรูปแบบชมรมต่าง ๆ เพื่อให้สมาชิกที่ว่างจากการเรียนสามารถเข้าร่วมได้ ทั้งในช่วงพักหรือหลังเลิกเรียน ควรจัดกิจกรรมเนื่องในโอกาสพิเศษหรือวันสำคัญต่าง ๆ เช่น วันออกพรรษา วันเข้าพรรษา วันสถาปนาสถานศึกษา และวันเทศกาลสำคัญต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมที่ให้ประโยชน์ทั้งในด้านการเรียนและการอนุรักษ์วัฒนธรรมไทย นอกจากนี้ การจัดกิจกรรมระหว่างสถานศึกษายังช่วยเสริมสร้างมิตรภาพและความเข้าใจอันดีระหว่างเพื่อนต่างสถาบัน อันจะเป็นการลดความขัดแย้งของนักศึกษาต่างสถาบันได้อีกด้วยการเข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้จึงมีบทบาทสำคัญในการสร้างสรรค์สังคมที่ดีและเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างนักศึกษาทุกคน (Yaowapat, 2000)

จากการทบทวนวรรณกรรมข้างต้น พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้น ส่งผลให้เกิดความสุขจากการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษานั้นเริ่มต้นจากการมีความต้องการพื้นฐาน ได้แก่ ความต้องการความสำเร็จ ความต้องการความมั่นคงในฐานะทางเศรษฐกิจ ความต้องการความรัก ความต้องการความยอมรับนับถือ ความต้องการความปลอดภัย และนันทนาการมีจุดมุ่งหมายที่จะเสริมสร้างสุขภาพของมนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกายและด้านจิตใจ และเป็นเรื่องของการผ่อนคลายความตึงเครียดจากการทำงาน โดยใช้กิจกรรมนันทนาการมาช่วยให้นักศึกษาผ่อนคลายความตึงเครียด (Kaewwichai, 1991) ทำให้มนุษย์มีสุขภาพที่ดีทั้งกายและจิตใจ นันทนาการจะช่วยส่งเสริมให้ร่างกายให้มีความแข็งแรงสมบูรณ์ และในด้านจิตใจทำให้คลายความตึงเครียดลง ลดความวิตกกังวล สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมหรือทำงานต่าง ๆ ได้ดีขึ้น (Yaowapat, 2000) รวมถึงในด้านการเรียนด้วย โดยปัจจัยความสัมพันธ์ที่ศึกษาในครั้งนี้ จะส่งผลให้ทราบถึงความต้องการที่แตกต่างกันของคุณลักษณะประชากรศาสตร์ในการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามความต้องการที่แท้จริง และสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปพัฒนาโปรแกรมนันทนาการตามวัตถุประสงค์ที่ผู้วิจัยต้องการต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย จากตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ ชั้นปี สถานศึกษาที่สังกัด และคณะ ตัวแปรตาม ได้แก่ ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

คณะกรรมการจริยธรรม

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการทำวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ รหัสโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G-260/2565 รับรองเมื่อ 19 กรกฎาคม 2565

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรในการวิจัย เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1–4 ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2566 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล (มทร.) กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง จำนวน 34,692 คน ซึ่งเป็นประชากรที่สามารถกำหนดจำนวนหรือขอบเขตได้อย่างแน่ชัด (Finite Population) (Pattarasuk, 2011) ได้แก่ 1) มทร.รัตนโกสินทร์ จำนวน 12,342 คน (Policy and Planning Division, Rajamangala University of Technology Rattanakosin, 2023) 2) มทร.กรุงเทพ จำนวน 10,850 คน (Office of Academic Promotion and Registration, Rajamangala University of Technology Krungthep, 2023) และ 3) มทร.พระนคร จำนวน 11,500 คน (Office of Academic Promotion and Registration, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon, 2023)

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1–4 ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2566 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายภาคกลางตอนล่าง กำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จของ Taro Yamane ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% จะได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 394 ตัวอย่าง แต่อย่างไรก็ตามการวิเคราะห์ผลการวิจัยอาจเกิดความคลาดเคลื่อนได้ ผู้วิจัยจึงเพิ่มจำนวนตัวอย่างเพื่อลดความคลาดเคลื่อนในการวิจัย เป็น 420 ตัวอย่าง การสุ่มตัวอย่างการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster random sampling) จำนวน 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่ม มทร.รัตนโกสินทร์ กลุ่ม มทร.กรุงเทพ และกลุ่ม มทร.พระนคร กลุ่มละ 140 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้แบบสอบถามความต้องการกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง ซึ่งประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ ปัจจัยทางประชากรศาสตร์ (เพศ ชั้นปี สังกัดสถานศึกษา และคณะ) และความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 11 ประเภท (Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports, 2019b) จำนวน 104 ข้อ โดยใช้มาตรวัดอัตราส่วนลิเคิร์ต แบบสเกลคู่ 4 ระดับ (Chomeya, 2006) ได้แก่ ระดับ 4 (ต้องการมากที่สุด) ถึงระดับ 1 (ต้องการน้อยที่สุด) เกณฑ์การแปลผลคือ ค่าเฉลี่ย 3.51 ขึ้นไป หมายถึง ต้องการในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 2.51–3.50 ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย 1.51–2.50 ในระดับปานกลาง และค่าเฉลี่ยต่ำกว่า 1.51 ในระดับน้อย ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน และค่าความสอดคล้องของข้อคำถาม (IOC) อยู่ระหว่าง 0.80–1.00 แล้วนำไปหาความเชื่อมั่นด้วยค่า

สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค กับกลุ่มนักร้อง 30 ฉบับ ได้ค่า 0.90 ซึ่งสูงกว่า 0.70 สรุปได้ว่าแบบสอบถามมีความเที่ยงตรงและเชื่อมั่นในการวัดผล สามารถใช้ได้

3. สถิติที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ทดสอบความสัมพันธ์ด้วยไคสแควร์ ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายค่าความสัมพันธ์ที่มีค่าคะแนนการวัดระดับความสัมพันธ์ (Hinkle et al., 1998) 5 ระดับ ได้แก่ 0.00–0.30 ระดับความสัมพันธ์ต่ำมาก 0.31–0.50 ระดับความสัมพันธ์ต่ำ 0.51–0.70 ระดับความสัมพันธ์ปานกลาง 0.71–0.90 ระดับความสัมพันธ์สูง 0.91–1.00 ระดับความสัมพันธ์สูงมาก

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

สร้างเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล เสนออาจารย์ที่ปรึกษา ตรวจสอบ และปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ เสนอผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบเครื่องมือ

ทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ทำการปรับปรุงแก้ไขคุณภาพเครื่องมือให้สามารถนำไปใช้ได้

ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย ประสานงานเพื่อเข้าพบคณบดี และผู้ที่เกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรมของแต่ละ มทร. เพื่อขออนุญาตแนะนำตัวและอธิบายแบบสอบถาม ทำการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 420 คน จาก 3 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ได้แก่ มทร.รัตนโกสินทร์ มทร.กรุงเทพ และมทร.พระนคร เก็บข้อมูลด้วยการแจกแบบสอบถาม

ตรวจสอบข้อมูลที่ได้ และขอบคุณมหาวิทยาลัยที่ให้ดำเนินการเก็บข้อมูล

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ ชั้นปี สังกัดสถานศึกษา คณะ และการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา ใช้สถิติเชิงพรรณนา ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากนั้นหาความสัมพันธ์ของคุณลักษณะกับความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยค่าความสัมพันธ์เพียร์สัน ไคสแควร์

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยแบ่งตามวัตถุประสงค์การวิจัย มีดังนี้

1. ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลจำนวน 420 ชุด ได้กลับมามีดังนี้ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์ จำนวน 144 ชุด มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ จำนวน 124 ชุด และ

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร จำนวน 132 ชุด ไม่ได้รับคำตอบจำนวน 20 ชุด รวมทั้งสิ้น 400 ชุด คิดเป็นร้อยละ 95.24

ตารางที่ 1 คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ของนักศึกษา ภาพรวม (n=400)

รายการ	ความถี่	ร้อยละ
1.เพศ		
ชาย	177	44.30
หญิง	223	55.80
รวม	400	100.00
2.ชั้นปี		
ชั้นปีที่ 1	244	61.00
ชั้นปีที่ 2	64	16.00
ชั้นปีที่ 3	69	17.30
ชั้นปีที่ 4	23	5.80
รวม	400	100.00
3.สังกัด		
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์	144	36.00
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ	124	31.00
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร	132	33.00
รวม	400	100.00

จากตาราง 1 มีผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คน เพศหญิงมากที่สุด จำนวน 223 คน (55.80%) ตามด้วยเพศชาย 177 คน (44.30%) และ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีจำนวนมากที่สุด 244 คน (61.00%) อันดับ 2 เป็นชั้นปีที่ 3 จำนวน 69 คน (17.30%) อันดับ 3 เป็นชั้นปีที่ 2 จำนวน 64 คน (16.00%) และชั้นปีที่ 4 เป็นลำดับสุดท้าย จำนวน 23 คน (5.80%) มทร.รัตนโกสินทร์ มากที่สุด จำนวน 144 คน (36.00%) ตามด้วย มทร.พระนคร จำนวน 132 คน (33.00%) และสุดท้าย มทร.กรุงเทพ จำนวน 124 คน (31.00%) ซึ่งข้อมูลนี้จะช่วยในการวิเคราะห์ความต้องการกิจกรรมนันทนาการตามลักษณะของกลุ่มประชากรที่ศึกษา

ตารางที่ 2 แสดงผลคุณลักษณะประชากรศาสตร์ ของ มทร.รัตนโกสินทร์ (n=144)

รายการ	ความถี่	ร้อยละ
--------	---------	--------

รายการ		ความถี่	ร้อยละ
1.เพศ	ชาย	68	47.22
	หญิง	76	52.78
	รวม	144	100.00
2.ชั้นปี	ชั้นปีที่ 1	46	31.94
	ชั้นปีที่ 2	46	31.94
	ชั้นปีที่ 3	39	27.08
	ชั้นปีที่ 4	13	9.04
	รวม	144	100.00
3.สังกัด	คณะวิศวกรรมศาสตร์	27	18.75
	คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์และการออกแบบ	20	13.89
	คณะบริหารธุรกิจ	36	25.00
	คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	13	9.03
	คณะอุตสาหกรรมและเทคโนโลยี	15	10.41
	คณะอุตสาหกรรมการโรงแรมและการท่องเที่ยว	11	7.64
	คณะศิลปศาสตร์	11	7.64
	วิทยาลัยเพาะช่าง	11	7.64
รวม		144	100.00

จากตาราง 2 พบว่า มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีรัตนโกสินทร์ มีผู้ตอบแบบสอบถาม 144 คน แบ่งเป็นเพศชาย 68 คน (47.22%) และเพศหญิง 76 คน (52.78%) นักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 จำนวน 46 คน (31.94%) ชั้นปีที่ 3 จำนวน 39 คน (27.08%) และชั้นปีที่ 4 จำนวน 13 คน (9.04%) ในจำนวนนี้ นักศึกษาจากคณะบริหารธุรกิจมีจำนวนมากที่สุด 36 คน (25.00%) ตามด้วยคณะวิศวกรรมศาสตร์ 27 คน (18.75%) และคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์และการออกแบบ 20 คน (13.89%) คณะอื่น ๆ รวมกันมีจำนวนนักศึกษา 61 คน (42.36%)

ตารางที่ 3 แสดงผลคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ มทร.กรุงเทพ (n=124)

รายการ		ความถี่	ร้อยละ
1. เพศ	ชาย	52	41.94
	หญิง	72	58.06
	รวม	124	100.00
2. ชั้นปี	ชั้นปีที่ 1	96	77.42
	ชั้นปีที่ 2	8	6.45
	ชั้นปีที่ 3	15	12.10
	ชั้นปีที่ 4	5	4.03
	รวม	124	100.00
3. สังกัด	คณะศิลปศาสตร์	23	18.55
	คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	15	12.09
	คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม	8	6.45
	คณะวิศวกรรมศาสตร์	26	20.97
	คณะบริหารธุรกิจ	32	25.81
	คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์	17	13.71
	คณะอุตสาหกรรมสิ่งทอ	3	2.42
รวม		124	100.00

จากตาราง 3 พบว่า มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีกรุงเทพ มีผู้ตอบแบบสอบถาม 124 คน แบ่งเป็น เพศชาย 52 คน (41.94%) และเพศหญิง 72 คน (58.06%) นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 96 คน (77.42%) ชั้นปีที่ 2 จำนวน 8 คน (6.45%) ชั้นปีที่ 3 จำนวน 15 คน (12.10%) และชั้นปีที่ 4 จำนวน 5 คน (4.03%) ในจำนวนนี้ นักศึกษาจากคณะบริหารธุรกิจมีจำนวนมากที่สุด 32 คน (25.81%) ตามด้วย คณะวิศวกรรมศาสตร์ 26 คน (20.97%) และคณะศิลปศาสตร์ 23 คน (18.55%) คณะอื่น ๆ รวมกันมีจำนวนนักศึกษา 43 คน (34.67%)

ตารางที่ 4 แสดงผลคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ มทร.พระนคร (n=132)

รายการ		ความถี่	ร้อยละ
1. เพศ	ชาย	57	43.18
	หญิง	75	56.82
	รวม	132	100.00
2. ชั้นปี	ชั้นปีที่ 1	102	77.42
	ชั้นปีที่ 2	10	7.57
	ชั้นปีที่ 3	15	11.36
	ชั้นปีที่ 4	5	3.80
	รวม	132	100.00
3. สังกัด	คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม	10	7.57
	คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์	4	3.03
	คณะเทคโนโลยีสื่อสารมวลชน	13	9.85
	คณะบริหารธุรกิจ	87	65.91
	คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	3	2.27
	คณะวิศวกรรมศาสตร์	5	3.79
	คณะศิลปศาสตร์	8	6.06
	คณะอุตสาหกรรมสิ่งทอและออกแบบแฟชั่น	1	0.76
	คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์และการออกแบบ	1	0.76
รวม		132	100.00

จากตาราง 4 พบว่า มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร มีผู้ตอบแบบสอบถาม 132 คน แบ่งเป็นเพศชาย 57 คน (43.18%) และเพศหญิง 75 คน (56.82%) นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 102 คน (77.27%) ชั้นปีที่ 2 จำนวน 10 คน (7.57%) ชั้นปีที่ 3 จำนวน 15 คน (11.36%) และชั้นปีที่ 4 จำนวน 5 คน (3.80%) ในจำนวนนี้ นักศึกษาจากคณะบริหารธุรกิจมีจำนวนมากที่สุด 87 คน (65.91%) ตามด้วย คณะเทคโนโลยีสื่อสารมวลชน 13 คน (9.85%) และคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม 10 คน (7.57%) คณะอื่น ๆ รวมกันมีจำนวนนักศึกษา 22 คน (16.67%)

ตารางที่ 5 ภาพรวมความต้องการกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา มทร.กลุ่มเครือข่ายภาคกลางตอนล่าง (n=400)

ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมภาพรวม แยกตามประเภทกิจกรรมนันทนาการ	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับ ความต้องการ
1. กิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง	3.13	0.69	มาก
2. กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ	3.11	0.61	มาก
3. กิจกรรมทางสังคม	3.10	0.64	มาก
4. เกม กีฬา และการเล่น	3.09	0.59	มาก
5 .ศิลปะและหัตถกรรม	3.04	0.66	มาก
6. การบริการอาสาสมัคร	3.00	0.67	มาก
7. การร้องเพลงและดนตรี	2.94	0.71	มาก
8 .ภาษาและวรรณกรรม	2.91	0.64	มาก
9. งานอดิเรก	2.87	0.64	มาก
10. การเต้นรำ	2.79	0.71	มาก
11. การแสดงและการละคร	2.76	0.67	มาก
รวม	2.98	0.66	มาก

จากตาราง 5 พบว่า ภาพรวมกิจกรรมนันทนาการทั้ง 11 ประเภท สามารถจัดลำดับกิจกรรมที่นักศึกษาต้องการเข้าร่วม เรียงลำดับได้ดังนี้ 1) กิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง ($m=3.13$) 2) กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ ($m=3.11$) 3) กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมทางสังคม ($m=3.10$) ที่เหลือเป็นกิจกรรมนันทนาการประเภทอื่น ๆ ที่นักศึกษามีความต้องการเข้าร่วมเรียงตามลำดับ โดยมีกิจกรรมที่นักศึกษาต้องการเข้าร่วมเรียงลำดับ 3 อันดับแรก ตามตาราง 6 ดังนี้

ตารางที่ 6 กิจกรรมที่นักศึกษาต้องการเข้าร่วมเรียงลำดับ 3 อันดับแรก ตามกิจกรรมนันทนาการ 11 ประเภท ($n=400$)

ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมภาพรวม แยกตามประเภทกิจกรรมนันทนาการ 3 อันดับแรก		ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับ ความต้องการ
1. กิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง	ทัศนศึกษา	3.27	0.74	มาก
	การเดินทางท่องเที่ยว	3.20	0.76	มาก
	ปั่นจักรยานชมเมือง	3.17	0.80	มาก
2. กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ	งานเทศกาลคริสต์มาส	3.25	0.70	มาก
	งานเทศกาลดนตรีและขับร้อง	3.23	0.73	มาก
	งานเทศกาลสงกรานต์	3.22	0.73	มาก
3. กิจกรรมทางสังคม	งานฉลองปีใหม่	3.19	0.72	มาก
	งานเลี้ยงสังสรรค์	3.15	0.69	มาก
	งานวันเกิด	3.13	0.73	มาก
4. เกม กีฬา และการเล่น	เกมและกีฬาที่ใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่	3.19	0.74	มาก
	เกมเบ็ดเตล็ด	3.18	0.72	มาก
	เกมนำไปสู่ทักษะกีฬา	3.17	0.75	มาก
5. ศิลปะและหัตถกรรม	งานประดิษฐ์และงานฝีมือ	3.13	0.74	มาก

ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมภาพรวม		ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับ
แยกตามประเภทกิจกรรมนันทนาการ 3 อันดับแรก				ความต้องการ
6. การบริการอาสาสมัคร	การวาดภาพระบายสี	3.12	0.77	มาก
	กิจกรรมชมงานศิลปะ	3.11	0.75	มาก
	การปลูกป่า	3.11	0.76	มาก
	กิจกรรมปลูกปะการังเทียม	3.05	0.79	มาก
7. การร้องเพลงและดนตรี	กิจกรรมค่ายอาสาพัฒนา	3.04	0.77	มาก
	กิจกรรมชมการร้องเพลงและดนตรี	3.09	0.79	มาก
	การเล่นดนตรีสากลและคลาสสิก	3.04	0.80	มาก
8. ภาษาและวรรณกรรม	การร้องเพลง	3.02	0.84	มาก
	การอ่านหนังสือการ์ตูน	3.03	0.76	มาก
	การอ่านหนังสือนวนิยาย	3.00	0.78	มาก
	การอ่านหนังสืออิเล็กทรอนิกส์	3.00	0.78	มาก
	การอ่านสารคดี	2.96	0.76	มาก
9. งานอดิเรก	การถ่ายรูป / ถ่ายรูปและแต่งรูป	3.08	0.76	มาก
	การเลี้ยงสัตว์	3.05	0.77	มาก
	การถ่ายวิดีโอ / ตัดต่อวิดีโอ	3.01	0.77	มาก
10. การเต้นรำ	การเต้นรำสมัยใหม่	2.90	0.80	มาก
	กิจกรรมชมการเต้นรำ	2.83	0.80	มาก
11. การแสดงและการละคร	นาฏศิลป์สากล	2.79	0.79	มาก
	แสดงละคร ภาพยนตร์ หรือหนังสือ	2.96	0.77	มาก
	แสดงหุ่นกระบอก	2.88	0.77	มาก
	แสดงละครชาตรี	2.84	0.77	มาก

2. ผลของการศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ ที่มีผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง โดยมีสมมุติฐาน 4 ข้อ ดังนี้

ตารางที่ 7 แสดงค่าความสัมพันธ์ตัวแปรกับความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ (n=400)

ความสัมพันธ์ตัวแปร	ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ				รวม
	น้อยที่สุด	น้อย	มาก	มากที่สุด	
เพศ					
ชาย	0	27	120	30	177
	0.0%	15.3%	67.8%	16.9%	100%
หญิง	3	28	165	27	223
	1.3%	12.8%	74.0%	12.1%	100%
รวม	3	55	285	57	400
	0.8%	13.8%	71.3%	14.3%	100%
Chi-Square = 5.058; Significance = 0.046					
ชั้นปี					

ความสัมพันธ์ตัวแปร	ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ				รวม
	น้อยที่สุด	น้อย	มาก	มากที่สุด	
ปี 1	3	40	172	29	244
	1.2%	16.4%	70.5%	11.9%	100%
ปี 2	0	10	44	10	64
	0.0%	15.6%	68.8%	15.6%	100%
ปี 3	0	4	48	17	69
	0.0%	5.8%	69.6%	24.6%	100%
ปี 4	0	1	21	1	23
	0.0%	4.3%	91.3%	4.3%	100%
รวม	3	55	285	57	400
	0.8%	13.8%	71.3%	14.3%	100%
Chi-Square = 17.226; Significance = 0.045					
มหาวิทยาลัย					
มทร.รัตนโกสินทร์	1	16	97	30	144
	0.7%	11.1%	67.4%	20.8%	100%
มทร.กรุงเทพ	2	19	88	15	124
	1.6%	15.3%	71.0%	12.1%	100%
มทร.พระนคร	0	20	100	12	132
	0.0%	15.2%	75.8%	9.1%	100%
รวม	3	55	285	57	400
	0.8%	13.8%	71.3%	14.3%	100%
Chi-Square = 11.300; Significance = 0.049					
คณะ					
บริหารธุรกิจ	2	10	57	0	69
	2.9%	14.5%	82.6%	0.0%	100%
วิศวกรรมศาสตร์	0	9	29	8	46
	0.0%	19.6%	63.0%	17.4%	100%
สถาปัตยกรรมศาสตร์และการออกแบบ	0	1	26	14	41
	0.0%	2.4%	63.4%	34.1%	100%
อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี	1	17	94	16	128
	0.8%	13.3%	73.4%	12.5%	100%
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	0	10	32	6	48
	0.0%	20.8%	66.7%	12.5%	100%
อุตสาหกรรมบริการโรงแรมและการท่องเที่ยว	0	4	22	7	33
	0.0%	12.1%	66.7%	21.2%	100%
วิทยาลัยเพาะช่าง	0	2	16	4	22
	0.0%	9.1	72.7%	18.2%	100%
ศิลปศาสตร์	0	2	9	1	12
	0.0%	16.7	75.0%	8.3%	100%
อื่น ๆ	0	0	0	1	1
	0.0%	0.0%	0.0%	100%	100%

ความสัมพันธ์ตัวแปร	ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ				รวม
	น้อยที่สุด	น้อย	มาก	มากที่สุด	
รวม	3	55	285	57	400
	0.8%	13.58%	71.3%	14.3%	100%
Chi-Square = 44.980; Significance = 0.006					

สมมติฐานที่ 1 คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านเพศที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่างแตกต่างกัน จากตาราง 7 พบว่า ค่า Pearson Chi-Square = 5.058 Sig. = 0.046 ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ดังนั้น เพศที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานที่ 2 คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านชั้นปีที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่างแตกต่างกัน จากตาราง 7 พบว่า ค่า Pearson Chi-Square = 17.226 Sig. = .045 ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ดังนั้น ชั้นปีที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานที่ 3 คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านสังกัดสถานศึกษาที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่างแตกต่างกัน จากตาราง 7 พบว่า ค่า Pearson Chi-Square = 11.300 Sig. = .049 ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ดังนั้น สังกัดสถานศึกษาที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานที่ 4 คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านคณะที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง แตกต่างกัน จากตาราง 7 พบว่า ค่า Pearson Chi-Square = 44.980 Sig. = .006 ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ดังนั้น คณะที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กล่าวโดยสรุป ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยของความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 3 อันดับแรก ได้แก่ 1) กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง ค่าเฉลี่ยรวม 3.13 2) กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ ค่าเฉลี่ยรวม 3.11 3) กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมทางสังคม ค่าเฉลี่ยรวม 3.10 และความสัมพันธ์ของปัจจัยทางประชากรศาสตร์ พบว่า ตัวแปรทั้งหมด ได้แก่ เพศ ปีการศึกษา สังกัด

สถานศึกษา และคณะ ส่งผลกับความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

1. ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยของความต้อกรเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 3 อันดับแรก ได้แก่ 1) กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง ค่าเฉลี่ยรวม 2) กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ ค่าเฉลี่ยรวม 3) กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมทางสังคม สอดคล้องกับ Stiramon and Chunhakan (2008) ได้ศึกษาการจัดการกับความเครียดของวัยรุ่นไทย : ระยะที่ 1 การพัฒนาเครื่องมือ ได้สรุปรูปแบบของวิธีการจัดการกับความเครียด 10 รูปแบบ โดยมีกิจกรรมนันทนาการเป็นหนึ่งในรูปแบบของการจัดการความเครียดของวัยรุ่น สอดคล้องกับ Kongpetch et al. (2023) ทำการศึกษาความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในสถานการณ์แพร่ระบาดโควิด-19 ผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า การบรรเทาความเครียดที่นำมาใช้มากที่สุด คือ ดูโทรทัศน์ ภาพยนตร์ ฟังเพลง และเล่นเกมสหรือกิจกรรมนันทนาการ สอดคล้องกับ Hasin et al. (2016) ที่ศึกษาเรื่องความเครียด และการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ผลการวิจัยได้เสนอแนะว่า นักศึกษาควรมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ครอบครัวจัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ ลดปัญหาความเครียดของนักศึกษาได้

2. ความสัมพันธ์ของปัจจัยคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความต้อกรเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ ชั้นปี และคณะ

2.1 คุณลักษณะประชากรศาสตร์ด้านเพศ เพศหญิงมีความต้อกรเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าเพศชาย ในการวิจัยนี้พบว่า เพศส่งผลต่อความต้อกรเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งหากต้อกรจัดกิจกรรมนันทนาการให้ตรงกับความต้องการด้านเพศแล้ว ควรเลือกกิจกรรมที่เพศหญิงมีความต้อกรเข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุดมากกว่าเพศชาย สอดคล้องกับงานวิจัยของ Termyuang (2018) ที่ศึกษาการเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อกรเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษาสถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ พบว่า เพศ ชั้นปี ที่ต่างกัน มีปัจจัยที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยการอภิปรายผลได้ระบุว่า ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอกของนักศึกษากลุ่มทดลองนี้ ส่งผลต่อกรเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการระดับมาก

2.2 คุณลักษณะประชากรศาสตร์ด้านชั้นปี ชั้นปีที่ 1 มีความต้อกรเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าชั้นปีอื่น ๆ ชั้นปีที่แตกต่างกันส่งผลต่อการวางแผนในการจัดกิจกรรมนันทนาการและความต้อกรเข้าร่วมกิจกรรมด้วย ประกอบกับชั้นปีที่ 1 เป็นนักศึกษาใหม่ ได้พบกับกิจกรรมใหม่ ซึ่งมีความแตกต่างกับกิจกรรมที่เคยเข้าร่วมในชั้นมัธยมศึกษาหรือระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ มหาวิทยาลัยมีกิจกรรมที่

หลากหลาย เปิดให้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างอิสระตามความต้องการและความสนใจของตนเอง จึงทำให้นักศึกษาใหม่ชั้นปีที่ 1 มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมากกว่าชั้นปีอื่น ซึ่งหากต้องการจัดกิจกรรมนันทนาการให้ตรงกับความต้องการด้านชั้นปีของนักศึกษาแล้ว ควรเลือกกิจกรรมที่นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุดกว่าชั้นปีอื่น ๆ สอดคล้องกับ Mitsumphan (2008) ที่ได้ศึกษาความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกลุ่มภาคกลาง จำนวน 5 แห่ง คือ มทร.พระนคร มทร.กรุงเทพ มทร.รัตนโกสินทร์ มทร.ธัญบุรี และ มทร.สุวรรณภูมิ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าชั้นปีอื่น ๆ อยู่ในระดับมากที่สุด

2.3 คุณลักษณะประชากรศาสตร์ด้านสถานศึกษาที่สังกัด มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์มีการตอบแบบสอบถามมากที่สุด รองลงมาเป็นมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ และมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร แต่มีความแตกต่างกันไม่มากนัก เนื่องด้วยเป็นบริบทของนักศึกษาที่มีความคล้ายคลึงกัน และอยู่ในกลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่างเดียวกัน ควรปรับกิจกรรมให้มีความยืดหยุ่นเหมาะสมกับบริบทของมหาวิทยาลัย สอดคล้องกับ Harrold (1967) ศึกษาเรื่องการควบคุมการจัดกิจกรรมในมหาวิทยาลัย การเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษาเป็นบทบาทที่มหาวิทยาลัยควรส่งเสริมและสนับสนุน และควรยืดหยุ่นให้มีความเหมาะสมกับบริบทของมหาวิทยาลัย

2.4 คุณลักษณะประชากรศาสตร์ด้านคณะ พบว่า มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลทั้ง 3 สถาบัน ซึ่งอยู่ในบริบทของกลุ่มเครือข่ายภาคกลางตอนล่างเดียวกัน มีคณะบริหารธุรกิจ ที่มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมากที่สุดและสูงที่สุดจากคณะอื่น ๆ ในมหาวิทยาลัยเดียวกัน ซึ่งหากต้องการจัดกิจกรรมนันทนาการให้ตรงกับความต้องการด้านคณะในภาพรวมแล้ว ควรเลือกกิจกรรมที่นักศึกษาคณะบริหารธุรกิจของทั้ง 3 สถาบัน มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่า คณะอื่น ๆ สอดคล้องกับ Pornwarapha (2009) ที่ศึกษาการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เกี่ยวกับกลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมนิสิต และสอดคล้องกับ Kaewbudda (1995) ที่มีการศึกษาเรื่องแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น จากการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่อยู่ในกลุ่มสาขาวิชาที่แตกต่างกัน จะมีแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษาแตกต่างกัน

จากการศึกษาวิจัยและการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ปัจจัยความสัมพันธ์ของคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน ได้แก่ เพศแตกต่างกันส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ แต่ชั้นปี สังกัดสถานศึกษา และคณะแตกต่างกันส่งผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน สำหรับวัยรุ่นนั้นมีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดจากการเรียน และปัญหาต่าง ๆ ที่ประสบ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่มีหน่วยงานจัดขึ้นและสามารถลดปัญหาด้านสุขภาพจิตของวัยรุ่นไทย ลดสภาวะทางอารมณ์ที่เป็นเชิงลบ

ได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับ Kanchanakij (1992), and Yaowapat (2000) นักวิชาการนันทนาการได้กล่าวไปในแนวทางเดียวกันว่า สาเหตุที่คนต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเพื่อต้องการให้จิตใจและร่างกายได้พักผ่อนหย่อนใจ คลายความตึงเครียด ลดความวิตกกังวล ให้ให้เกิดอารมณ์สุขสงบ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และเกิดความคิดสร้างสรรค์

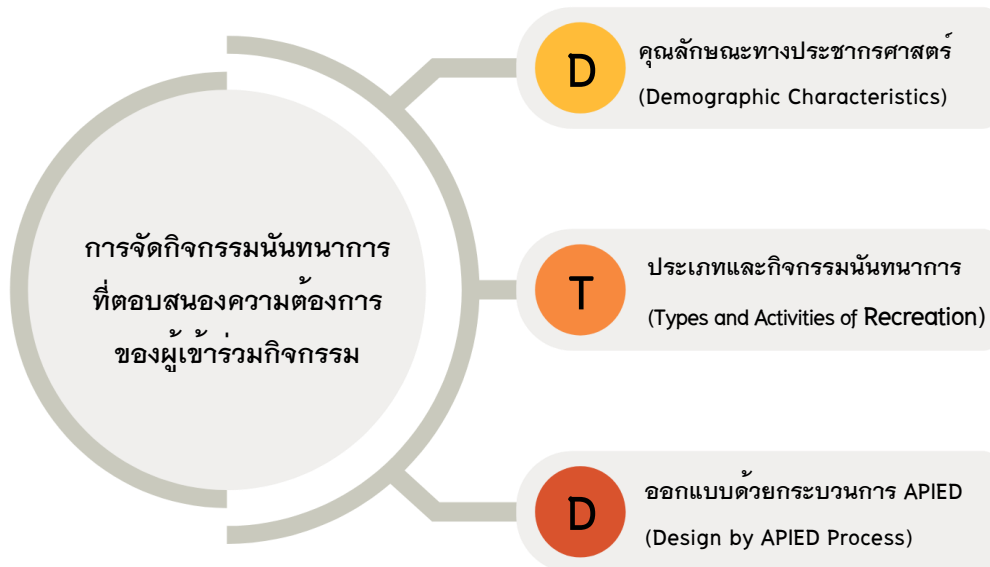
ทั้งนี้ การออกแบบโปรแกรมนันทนาการควรมีขั้นตอนและกระบวนการในการออกแบบกิจกรรม การเข้าร่วม ผลหรือประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ชัดเจนเหมาะสมกับช่วงวัย และสามารถวัดผลได้ตามตัวแปรที่สนใจ สามารถใช้หลักการจัดโปรแกรมนันทนาการ APIED (Carter, 2016) ประกอบด้วยหลักการสำคัญ 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การประเมินผลความพร้อมก่อนจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ (Assessment) 2) การวางแผนจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ (Planning) 3) การนำโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการไปใช้ (Implementation) 4) การประเมินผลโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ (Evaluation) และ 5) การบันทึกผลและจัดทำคู่มือโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ (Documentation)

จากการสำรวจองค์ประกอบในการออกแบบกิจกรรม จากนักวิจัยทางด้านนันทนาการ หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการกีฬา นันทนาการและการท่องเที่ยว และสาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 10 คน ได้แก่ 1) วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ 2) ศักดิ์ภัทร์ เณลิ้มพุดพิงค์ 3) วิมลมาลย์ สมคะเน 4) กัลป์พฤกษ์ พลตร 5) พรจันท์ โลจนศุภฤกษ์ 6) วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว 7) สราวุธ ชัยวิจิต 8) ธเนตร ตัญญวงษ์ 9) จิราวุธวัฒน์ คำปลิว และ 10) อาคร ประมงค์ มีแนวทางในการร่างโปรแกรมนันทนาการไปในทิศทางเดียวกันโดยเพื่อความสมบูรณ์ของโปรแกรมนันทนาการ ควรระบุข้อมูลให้ครอบคลุม ดังนี้ 1) ชื่อโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ 2) รูปแบบโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการตามตัวแปรที่ต้องการศึกษา 3) วัตถุประสงค์ จุดมุ่งหมาย หรือเป้าหมายของโปรแกรมนันทนาการ 4) สารสำคัญ กระบวนการศึกษา คำชี้แจง หรือเนื้อหา 5) เวลาที่ใช้ 6) สถานที่ 7) ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 8) สื่อ/วัสดุ อุปกรณ์ 9) การวัดการปฏิบัติ การวัดผล หรือการประเมินผล 10) ผลที่ได้รับ หรือประโยชน์ที่รับจากการเข้าร่วมโปรแกรม นันทนาการ 11) ข้อควรปฏิบัติ ข้อระมัดระวัง การดัดแปลงอุปกรณ์ที่ใช้ในโปรแกรม หรือหมายเหตุ 12) ตัวชี้วัด KPIs และ 13) เอกสารอ้างอิง

องค์ความรู้ใหม่

การจัดกิจกรรมนันทนาการที่ตอบสนองต่อความต้องการของผู้เข้าร่วม ผู้จัดกิจกรรมควรทำการสำรวจความต้องการในเรื่องของ คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ เช่น เพศ อายุ การศึกษา รายได้ สภาพสังคม เป็นต้น ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ เช่น ประเภทกิจกรรมนันทนาการของกรมพลศึกษา จำนวน 11 ประเภท และควรอธิบายรายละเอียดกิจกรรมเพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้พิจารณา

เลือกกิจกรรมที่ชอบนั้น ๆ จากนั้นใช้กระบวนการ APIED ได้แก่ การประเมินก่อนจัดกิจกรรม การวางแผน การนำไปใช้ การประเมินผล และการจัดทำเอกสารประกอบกิจกรรม นำมาออกแบบกิจกรรมให้สอดคล้องตอบสนองต่อความต้องการของผู้เข้าร่วม



ภาพที่ 2 การจัดกิจกรรมนันทนาการที่ตอบสนองความต้องการของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

(“DTD” A model of recreational activities that meet the participants' requirements)

ผู้บริหารสถานศึกษาหรือผู้ที่ปฏิบัติงานด้านกิจกรรมนักศึกษาสามารถนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนางานกิจกรรมนันทนาการเพื่อจัดกิจกรรมนันทนาการให้ตอบสนองต่อความต้องการเข้าร่วมของนักศึกษาต่อไป

สรุป

ความสัมพันธ์ของคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์มีผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง มีประโยชน์ในการสร้างโปรแกรมนันทนาการให้ตรงกับความต้องการของนักศึกษา สร้างประสิทธิภาพการบริหารจัดการเชิงยุทธศาสตร์ เชิงกลยุทธ์ สร้างประสิทธิภาพและส่งเสริมศักยภาพของผู้บริหาร และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อสามารถบริหารจัดการในการจัดกิจกรรมนันทนาการในมหาวิทยาลัยให้กับนักศึกษาในสังกัดได้อย่างมีความสุขและตรงความต้องการมากที่สุด

การศึกษาปัจจัยความสัมพันธ์คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ ทำให้ทราบว่า คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน และในแต่ละด้านส่งผลต่อความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในประเภทต่าง ๆ ที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบริบทของแต่ละตัวแปร และควรทำการสำรวจความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเป็นประจำ เพื่อให้ทราบความต้องการเข้าร่วม

กิจกรรมนันทนาการอย่างแท้จริง และสามารถวางแผนจัดกิจกรรมให้มีความเหมาะสมกับนักศึกษา ทำให้นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการได้รับความสุขและประโยชน์ในการเข้าร่วมกิจกรรมตามหลักปรัชญานันทนาการ ดังนั้น ผู้บริหารสถานศึกษาหรือผู้ที่ปฏิบัติงานด้านกิจกรรมนักศึกษาสามารถนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนางิจกรรมนันทนาการเพื่อจัดกิจกรรมนันทนาการให้ตอบสนองต่อความต้องการเข้าร่วมของนักศึกษาต่อไป

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ผลจากการวิจัย พบว่า ปัจจัยความล้มพันธุคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล (มทร.) กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง ดังนั้นมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มเครือข่ายอุดมศึกษาภาคกลางตอนล่าง ควรดำเนินการดังนี้ ควรจัดกิจกรรมให้ตอบสนองต่อความต้องการของนักศึกษา และพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมนักศึกษาให้สามารถสนับสนุนการจัดกิจกรรมนันทนาการให้ตรงกับความต้องการนักศึกษา และนำองค์ความรู้ของผู้วิจัยไปใช้ในการจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้เข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุด

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบปัจจัยความล้มพันธุคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ที่ใช้ในการศึกษาคือ เพศ ชั้นปี สถานศึกษา และคณะ ซึ่งเป็นตัวแปรความต้องการกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษา ผู้บริหารและผู้ที่ทำหน้าที่จัดกิจกรรม ควรคำนึงถึงปัจจัยทางประชากรศาสตร์และควรสำรวจความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมก่อนวางแผนจัดกิจกรรมประจำปีทุกครั้ง เพื่อออกแบบจัดโปรแกรมหรือกิจกรรมนันทนาการให้ตรงกับความต้องการนักศึกษามากที่สุด สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกับการลดความเครียดในนักศึกษาวัยรุ่น และการใช้ปัญญาประดิษฐ์ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสร้างสรรค์โปรแกรมนันทนาการ: การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อออกแบบกิจกรรมที่ตอบสนองต่อความต้องการของนักศึกษา

References

- Alderfer, C. P. (1972). *Existence, relatedness, and growth: Human needs in organizational settings*. Free Press.
- Boonsiri, P. (1999). *Recreation and management*. Odeonstore.

- Carter, M.J. (2016). *Recreation therapy with individuals living in the community* (3rd ed.). Venture.
- Chomeya, R. (2006). Double scales: A new dimension in the use of Likert scale measurement tools (4–Point Likert Type Scale or 6–Point Likert Type Scale). *Journal of Educational Communication Technology*, 13(1), 145–151. http://thesis.swu.ac.th/swuarticle/Ed_Tech/Ed_Techv13n1p145.pdf
- Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports. (2019a). *Action Plan for Recreation 2020–2022*. <https://dl.parliament.go.th/backoffice/viewer2300/web/viewer.php>
- Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports. (2019b). *Recreation leaders*. S. Offset Graphic Design. <http://bit.ly/33qSsLM>
- Hasin, N., Khantreejitranon, A., & Protadavit, N. (2016). Stress and adaptation of the first–year undergraduate students of Rajamangala University of Technology Thanyaburi. *Journal of Kasetsart Educational Review*, 31(3), 94–101. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/eduku/article/view/78115>
- Hinkle, D.E, William, W., & Stephen, G. J. (1998). *Applied statistics for the behavior sciences*. (4th ed.). Houghton Mifflin.
- Kaewbudda, S. (1995). *Motivation for student participation in activities of Khon Kaen University students*. Khon Kaen University.
- Kaewwichai, K. (1991). *Principles of recreation*. Silpakorn University.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). Harper & Row.
- Meyer, H. D., & Brightbill, C. K. (1948). *Community recreation: A guide to its organization and Administration*. D.C. Heath and Company.
- Mitsumphan, C. (2008). *Recreation activities participate needs of student at Rajamangala University of Technoligy Phra Nakhon* (Research report). Rajamangala University of Technoligy Phra Nakhon.
- National Statistical Office, Ministry of Digital Economy and Society. (2021). *Key findings from the Mental Health (Happiness) Survey of the Thai Population 2020*. Bangkok Block Partnership Limited.
- Office of Academic Promotion and Registration, Rajamangala University of Technology Krungthep. (2023). *Current student statistics*. <https://ascar.rmutk.ac.th/?p=8164>
- Office of Academic Promotion and Registration, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon. (2023). *Summary of current student statistics by gender and faculty in social science group for the academic year 2023*. <https://regis.rmutp.ac.th/>

- Office of the National Economic and Social Development Council (NESDC). (2023). *Thai social conditions in the fourth quarter and overview of 2023*. https://www.nesdc.go.th/ewt_dl_link.php?nid=14786
- Pattarasuk, W. (2011). *Research methods in social sciences* (4th ed.). Chulalongkorn University.
- Phuaksuwan K. (2016). *Recreation leader*. Chulalongkorn University.
- Policy and Planning Division, Rajamangala University of Technology Rattanakosin. (2023). *Statistical report 2023*. https://plan.rmutr.ac.th/wp-content/uploads/2024/04/statistical-report2566_v.2_edit240467-1.pdf
- Pornwarapha, M. (2009). *Participating in club activities of students at Srinakharinwirot University* [Master's thesis, Srinakharinwirot University].
- Kanchanakij, S. (1992). *Community and school recreation*. Chulalongkorn University.
- Kongpetch, C., Yomkokul, A., Phetsorn, N., Kaewthong, N., & Wongchantra, K. (2023). Stress and stress management of nursing students during the COVID-19 pandemic. *Journal of Health Promotion and Quality of Life Research*, 3(2), 1–15. <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/RHQJ/article/view/262343>
- Seenophia S., & Duangsong, R. (2021). Factor associated with stress and depression among first-year undergraduate students of Khon Kaen University. *KKU Journal for Public Health Research*, 14(3), 10–23. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/kkujphr/article/view/245932>
- Stiramon, O., & Chunhakan, R. (2008). Study of Thai adolescents' stress management: Phase I developing instrument. Proceedings of 46th Kasetsart University Annual Conference: Education, Humanities and Social Sciences, Economics and Business Administration, Agricultural Extension and Home Economics. In *46th Kasetsart University Annual Conference*, (pp. 248–252). The Thailand Research Fund, Bangkok, Thailand.
- Termyuan, T. (2018). Factors affecting participation in recreational activities of students at Bunditpatanasilpa Institute. *Patanasilpa Journal*, 2(Supplement), 367–378. <https://so05.tci-thaijo.org/index.php/Patanasilpa/article/view/252117>
- Yaowapat, C. (2000). *Recreation*. Odeon Store.