

ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิงในอำเภอเมือง
จังหวัดฉะเชิงเทรา

นางสาวสุชาดา รักศรี



การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการตลาด สาขาวิชาวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2559

Opinions on Lady Fitness Service in Muang District, Chachengsao Province

Miss Suchada Raksri

An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Business Administration in Marketing

School of Management Science

Sukhothai Thammathirat Open University

2016

ชื่อการศึกษาค้นคว้าอิสระ ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงในอำเภอเมือง
จังหวัดฉะเชิงเทรา

ผู้ศึกษา นางสาวสุชาดา รักศรี รหัสนักศึกษา 2583002080

ปริญญา บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต (การตลาด)

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ ดร. อโณทัย งามวิชัยกิจ ปีการศึกษา 2559

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา (1) ข้อมูลส่วนบุคคลเพศหญิงซึ่งเป็นผู้ใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา (2) ลักษณะการใช้บริการฟิตเนสของสมาชิกในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา (3) ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง หากมีการเปิดบริการในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

การศึกษานี้ทำการเก็บข้อมูลจากประชากรเพศหญิง ที่เป็นสมาชิกฟิตเนสในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 300 คน กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยคิดเป็นร้อยละ 10 ของจำนวนสมาชิกเพศหญิงทั้งหมด อายุระหว่าง 15 – 60 ปี ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 30 คน โดยทำการสัมภาษณ์ ทำการบันทึกข้อมูลแล้วนำมาวิเคราะห์เชิงพรรณนาสำหรับข้อมูลส่วนบุคคล และวิเคราะห์เนื้อหาสำหรับข้อมูลความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนส

ผลการวิจัย พบว่า (1) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นสมาชิกฟิตเนสแบบรวมชาย-หญิง จำนวน 30 คน อายุ 31- 35 ปี มีอาชีพประจำ ภูมิลำเนาอยู่จังหวัดฉะเชิงเทรา (2) กลุ่มตัวอย่างออกกำลังกายเป็นประจำ สถานภาพสมาชิกฟิตเนสรายเดือน ระยะเวลาที่เป็นสมาชิกฟิตเนสต่ำกว่า 6 เดือน ความถี่ในการใช้บริการ ฟิตเนสต่อหนึ่งสัปดาห์ 2-3 ครั้ง (3) ด้านความสนใจในการเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง มาใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนมากมีความสนใจค่อนข้างน้อยในการที่จะเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย – หญิงที่ตนเองใช้บริการอยู่ไปใช้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงหากมีการเปิดให้บริการในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ด้านการให้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา สถานที่ตั้งต้องมีความเหมาะสม สะดวกในการเดินทางจากที่พักอาศัย มีที่จอดรถมากเพียงพอ มีความปลอดภัย ด้านอุปกรณ์และกิจกรรมคลาสต่าง ๆ สมาชิกหญิงส่วนใหญ่ให้ความสำคัญเกี่ยวกับกิจกรรมคลาสต่าง ๆ มากที่สุดรองลงมาเป็นอุปกรณ์ เครื่องเล่นออกกำลังกายต่าง ๆ ภายในฟิตเนส โดยพบว่ากิจกรรมคลาสที่ได้รับความนิยมมากที่สุดคือการเต้นแอโรบิคแดนซ์ รองลงมาคือ โยคะ และศิลปะการป้องกันตัวประกอบเพลง ด้านราคาค่าบริการสมาชิก ผู้ที่มีรายได้แตกต่างกันมีความสัมพันธ์เกี่ยวกับราคา คือ ฟิตเนสควรมีราคาพิเศษสำหรับนักเรียน นักศึกษา ด้านการให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทนเนอร์ จากการศึกษาพบว่าผู้ให้สัมภาษณ์ต้องการได้รับการบริการที่ดีจากเจ้าหน้าที่ และได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายจากเทนเนอร์

คำสำคัญ ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการ ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง จังหวัดฉะเชิงเทรา

Independent Study title: Opinions on Lady Fitness Service in Muang District, Chachengsao Province

Author: Miss Suchada Raksri; **ID:** 2583002080;

Degree: Master of Business Administration (Marketing);

Independent Study advisor: Dr. Anothai ngamvichaikij, **Academic year:** 2016

Abstract

This study aimed to study:(1)personal data of female users for fitness service in Muang district, Chachoengsao province. (2) service characteristics of fitness members in Muang district, Chachoengsao province; and (3) opinions on the lady fitness if it was opened in Muang district, Chachoengsao province.

This study collected data from female members in Muang district, Chachoengsao province with 300 members as total population. The sample was defined to 10% as 30 women, 15-60 years old who used fitness services in Muang district, Chachengsao province. Data collection from interview, record was approached with descriptive statistics for personal data and with content analysis for opinion data.

The results found that: (1) most samples were 30 unisex fitness members, 31 – 35 years old, being employee, living in Chachoengsao province, (2) most samples exercised regularly, montly membership, membership duration with less than 6 months, 2-3 times usage per week; and (3) The interest to switch for lady fitness, the samples were interested in somewhat low degree to switching from existing unisex to lady fitness if it was opened in Muang district, Chachoengsao province. In terms of lady fitness service in Muang district, Chachoengsao province, fitness location must be appropriate, convenient and safe. In terms of equipment and class activities, samples focus on class activities and exercise equipment consecutively; the most popular activities were aerobics dance, yoga and boxing dance. In terms of membership fee, differed income should relate with pricing including special rate for students. From this study, interviewees need good services from staffs and exercise consultancy from trainers.

Keywords: Service Opinions, Lady Fitness, Chachengsao Province

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เนื่องจากความอนุเคราะห์ให้คำแนะนำปรึกษาของท่าน อาจารย์ ดร. อโณทัย งามวิชัยกิจ อาจารย์ที่ปรึกษา ที่กรุณาใช้เวลาอันมีค่าชี้แจงรายละเอียดที่เป็นประโยชน์ ตรวจสอบแก้ไขความถูกต้อง อีกทั้งให้ความกรุณาช่วยเหลือทุกด้าน ตั้งแต่เริ่มทำการวิจัยจนกระทั่งผลงานวิจัยสำเร็จ ผู้ศึกษาจึงขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

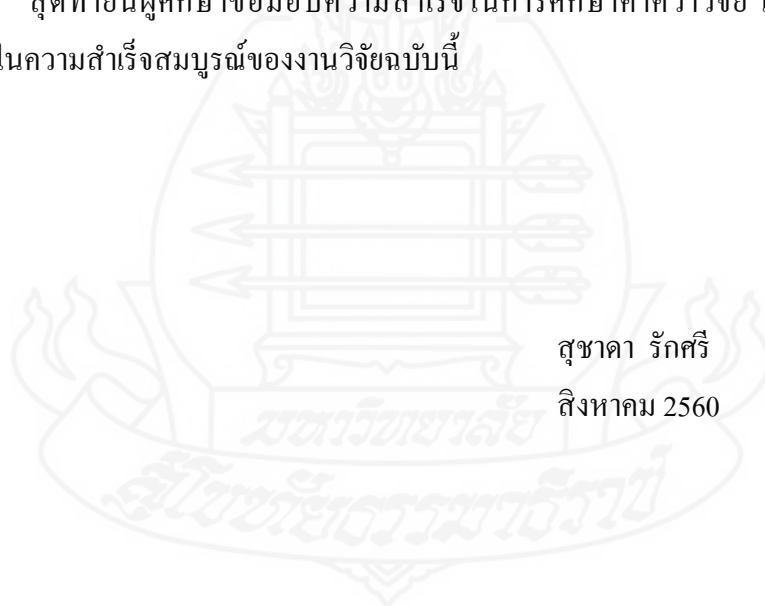
ผู้ศึกษาขอกราบขอบพระคุณครอบครัวที่ให้ความอบอุ่นอย่างมาก ให้การสนับสนุนในเรื่องการเรียนมาโดยตลอด ที่คอยให้กำลังใจในการเรียนครั้งนี้

ผู้ศึกษาขอขอบคุณเพื่อนนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาการจัดการ แขนงวิชาการตลาดที่ให้คำแนะนำปรึกษา ช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเป็นอย่างดี และขอขอบคุณผู้ตอบคำถามในการสัมภาษณ์ทุกท่าน ที่สละเวลาในให้สัมภาษณ์ จนทำให้งานวิจัยสำเร็จลงได้

สุดท้ายนี้ผู้ศึกษาขอขอบความสำเร็จในการศึกษาค้นคว้าวิจัย ให้แก่ทุกท่านที่เป็นส่วนหนึ่งในความสำเร็จสมบูรณ์ของงานวิจัยฉบับนี้

สุชาดา รักศรี

สิงหาคม 2560



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การศึกษา	3
กรอบแนวคิดการศึกษา	4
ขอบเขตของการศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	7
แนวคิดเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง	7
ข้อมูลเกี่ยวกับพิเศษ โดยทั่วไป	9
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	14
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	22
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	22
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	23
การเก็บรวบรวมข้อมูล	24
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	25
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	27
ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้สัมภาษณ์	27
ส่วนที่ 2 ลักษณะการใช้บริการพิเศษของสมาชิกหญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา	28
ส่วนที่ 3 ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะผู้หญิง	29
ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะอื่น ๆ	40

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	42
สรุปลการศึกษา.....	42
อภิปรายผล.....	46
ข้อเสนอแนะ.....	49
บรรณานุกรม.....	51
ภาคผนวก.....	54
ประวัติผู้ศึกษา.....	57



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 4.1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้สัมภาษณ์ซึ่งเป็นสมาชิกฟิตเนสเพศหญิง ในจังหวัดฉะเชิงเทรา.....	27
ตารางที่ 4.2 ลักษณะการใช้บริการฟิตเนสของผู้ให้สัมภาษณ์ซึ่งเป็นสมาชิกฟิตเนสเพศหญิง ในจังหวัดฉะเชิงเทรา.....	28



ญ

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการศึกษา..... 4



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตของมนุษย์ตั้งแต่อดีตกาล ในอดีตสภาพแวดล้อม และรูปแบบการดำเนินชีวิต ที่ไม่ได้มีสิ่งอำนวยความสะดวกมาก ทำให้ร่างกายมนุษย์มีการเคลื่อนไหวตลอดเวลาเหมือนได้ออกกำลังกายในชีวิตประจำวัน อย่างเช่น การเดินทางไปทำงาน การซักผ้าด้วยมือ การใช้แรงงานคนแทนเครื่องจักร ต่อมาคนไทยได้เริ่มมาให้ความสนใจในการออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาไม่ว่าจะกลางแจ้งหรือในร่มมากขึ้น โดยมีสนามกีฬาในจังหวัดต่าง ๆ และสวนสาธารณะเพื่อให้บุคคลที่สนใจสามารถมาออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาหรือการเดิน วิ่ง แต่ด้วยสภาพสังคมที่มีความเป็นเมืองมากขึ้นทำให้รูปแบบในการออกกำลังกายได้มีการปรับเปลี่ยนไปตามยุคสมัยมากขึ้น โดยการออกกำลังกายของคนในสังคมเมืองนั้น ได้ถูกจำกัดด้วยข้อจำกัดทั้งด้านเวลา สถานที่ ทำให้เกิดรูปแบบการออกกำลังกายที่กำลังได้รับความนิยม คือ การออกกำลังกายใน “ฟิตเนส” คือ การออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกายที่มีเครื่องออกกำลังกายให้บริการ และมีคลาสต่าง ๆ โดยมีเทรนเนอร์เป็นผู้ฝึกสอนหรือแนะนำในการออกกำลังกาย

ฟิตเนสเป็นการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับเมืองไทยเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากสภาพอากาศที่ร้อนและมีพื้นที่ในการออกกำลังกายค่อนข้างจำกัด ธุรกิจ “ฟิตเนส” ในประเทศไทยมีมานานแล้วแต่ในอดีตยังเข้าถึงกลุ่มลูกค้าที่ค่อนข้างจำกัดเนื่องจากมีราคาที่สูงและเป็นการออกกำลังกายที่ไม่ดึงดูดทั้งในแง่ของวิธีการออกกำลังกายที่ยังไม่หลากหลายและในแง่ของเวลา โดยแต่เดิมกลุ่มลูกค้าในฟิตเนสจะเป็นลูกค้าวัยทำงานที่มีกำลังซื้อสูงและเป็นกลุ่มคนที่มีพฤติกรรมรักษาสุขภาพหรือต้องการสร้างกล้ามเนื้อเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว โดยวิธีการออกกำลังกายจะเป็นการยกน้ำหนักหรือการวิ่งบนสายพาน ซึ่งลูกค้ากลุ่มดังกล่าวจะใช้เวลาอยู่ในฟิตเนส ประมาณ 1-2 ชั่วโมงต่อครั้ง จึงไม่น่าแปลกใจที่คนส่วนใหญ่ในอดีตจะไม่นิยมเข้าฟิตเนสเท่าใดนักเนื่องจากใช้เวลาค่อนข้างมาก โดยจากผลสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่าเหตุผลที่คนไทยส่วนใหญ่ไม่ออกกำลังกายคือไม่มีเวลา

ในปัจจุบันการออกกำลังกายในฟิตเนสกำลังเป็นที่นิยมมากขึ้นจากเทรนด์การเล่นฟิตเนสแนวใหม่หรือ Functional Training ที่ตอบ โจทย์การเข้าสู่สังคมความเป็นเมืองที่มีความเร่งรีบมากขึ้น อีกทั้งยังเป็นโมเดลฟิตเนสที่ใช้พื้นที่และเงินลงทุนน้อย ซึ่งในปัจจุบันกำลังเป็นที่นิยมเป็นอย่างมากในสหรัฐฯ ด้วยลักษณะการออกกำลังกายที่เน้นการฝึกด้วยท่าทางในชีวิตประจำวัน เช่น การยกของและการลุกนั่ง ซึ่งเป็นการผสมผสานการออกกำลังกายแบบ แอโรบิก (aerobic) และแอนาโรบิก (anaerobic) เข้าไปในโปรแกรมการออกกำลังกายทำให้สามารถย่นระยะเวลาการออกกำลังกายจากราว 1-2 ชั่วโมงต่อวัน เหลือเพียง 45 นาที ถึง 1 ชั่วโมง และสามารถตอบ โจทย์การเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและบริหารหัวใจได้ในโปรแกรมเดียว นอกจากนี้ การออกกำลังกายลักษณะดังกล่าวส่วนใหญ่เป็นการใช้น้ำหนักของร่างกายเป็นตัวต้านทาน (body weight training) ทำให้ใช้พื้นที่และเงินลงทุนค่อนข้างน้อย โดยในปัจจุบันเริ่มเห็นผู้ประกอบการรายย่อยเปิดให้บริการฟิตเนสลักษณะดังกล่าวมากขึ้น ตลาดฟิตเนสไทยมีโอกาสขยายได้อีกมากจากพฤติกรรมของคนรุ่นใหม่ที่นิยมใช้บริการฟิตเนสมากขึ้น โดยจากแบบสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่าสัดส่วนของประชากรไทยในช่วงอายุ 15-59 ปี ออกกำลังกาย เพิ่มขึ้นจาก 2% ในปี 2007 เป็น 16% ในปี 2011 โดยเทรนด์ดังกล่าวมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นต่อไปอีกจากกระแสนิยมการเล่นฟิตเนสที่เพิ่มมากขึ้นในกลุ่มคนรุ่นใหม่ ซึ่งสอดคล้องกับแบบสอบถามของอีไอซีพบว่ากลุ่ม Gen Y (อายุ 15-35 ปี) ระบุว่าใช้บริการฟิตเนสอยู่ที่ 17% อย่างไรก็ตามตลาดฟิตเนสมีศักยภาพในการขยายตัวอีกมาก โดยจากรายงานของ International Health Racquet & Sports club Association สัดส่วนของประชากรไทยที่ใช้บริการฟิตเนสมีเพียง 0.6% ของประชากรซึ่งถือว่าต่ำมากเมื่อเทียบกับตัวเลขค่าเฉลี่ยของชาติในทวีปเอเชียซึ่งอยู่ที่ 8% (ที่มา: หนังสือพิมพ์กรุงเทพธุรกิจ 27 พฤษภาคม 2558 “กระแสนิยมการออกกำลังกายกับโอกาสของธุรกิจฟิตเนสไทยที่ไม่ควรมองข้าม”)

ฟิตเนสเซนเตอร์ในประเทศไทยนั้นได้เติบโตอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง ภายหลังจากการเข้าสู่ตลาดของผู้ประกอบการรายใหญ่จากต่างประเทศ โดยในปี 2556 ธุรกิจฟิตเนสเซนเตอร์ในประเทศไทยมีมูลค่าตลาดรวมกว่า 6 พันล้านบาท ในปีนี้ตลาดรวมน่าจะขยายตัวไปได้ถึง 7 พันล้านบาท จากการที่บริษัทนำเสนอสิ่งที่แตกต่างกว่าที่อยู่ในตลาดจะทำให้ประชาชนเชื่อมั่น ประกอบกับนักลงทุนส่วนใหญ่ของบริษัทเป็นคนไทย ทำให้เชื่อได้ว่าจะไม่มีการนำเงินออกไปต่างประเทศ รวมถึงการที่บริษัทมีต้นทุนการบริหารจัดการที่ทำธุรกิจได้อย่างต่อเนื่อง (ที่มา: หนังสือพิมพ์ฐานเศรษฐกิจ 29 มิถุนายน 2556)

จังหวัดฉะเชิงเทรา เป็นจังหวัดหนึ่งในภาคตะวันออก มีอาณาเขตติดต่อกับกรุงเทพมหานคร จังหวัดปทุมธานี จังหวัดนครนายก จังหวัดปราจีนบุรี จังหวัดสระแก้ว จังหวัดจันทบุรี จังหวัดชลบุรี และจังหวัดสมุทรปราการ จังหวัดฉะเชิงเทรา มีเกาะจำนวน 1 เกาะ คือ เกาะกลาง ที่บริเวณ

ปากแม่น้ำบางปะกง ตั้งอยู่ทางทิศตะวันออกของประเทศ มีเนื้อที่ประมาณ 5,351 ตารางกิโลเมตร หรือประมาณ 3,344,375 ไร่ อยู่ห่างจากกรุงเทพมหานครประมาณ 75 กิโลเมตร ตามทางหลวงรถยนต์ หมายเลข 304 (สุวินทวงศ์) หรือประมาณ 82 กิโลเมตร ตามทางหลวงหมายเลข 34 (บางนา-ตราด) แยกเข้าทางหลวงหมายเลข 314 (บางปะกง-ฉะเชิงเทรา) และประมาณ 61 กิโลเมตร ตามทางรถไฟสายตะวันออก ในปี 2558 จังหวัดฉะเชิงเทรา แบ่งเขตการปกครองออกเป็น 11 อำเภอ 91 ตำบล 892 หมู่บ้าน มีประชากร 700,902 คน โดยอำเภอเมืองฉะเชิงเทรามีจำนวนประชากร 116,112 คน (ที่มา: ศูนย์พัฒนาเมืองอุตสาหกรรมเชิงนิเวศ. ข้อมูลพื้นฐานระดับจังหวัดฉะเชิงเทรา)

ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา มีฟิตเนส ขนาดกลาง และขนาดเล็ก ประมาณจำนวน 7 แห่ง แต่ละแห่งมีสมาชิกประมาณ 50 – 200 คน ขึ้นอยู่กับขนาดของฟิตเนส แม้จะยังไม่มีฟิตเนสที่เป็นมาตรฐานขนาดใหญ่ ที่ครบวงจร แต่ก็ถือว่าฟิตเนส ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทราได้รับความนิยมน้อยมากในปัจจุบัน อย่างไรก็ตามในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ยังคงไม่มีฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง เหมือนในกรุงเทพฯ หรือเมืองใหญ่ ๆ ฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ซึ่งเป็นฟิตเนสเฉพาะสมาชิกผู้หญิงที่สามารถมาใช้บริการได้เท่านั้น โดยเกิดขึ้นครั้งแรกในต่างประเทศที่มีการเปิดฟิตเนสสำหรับผู้หญิงโดยเฉพาะ เพื่อให้ผู้หญิงได้มีทางเลือกในการออกกำลังกายที่สะดวกใจ และได้รับการบริการที่เหมาะสมกับผู้ใช้บริการผู้หญิงเท่านั้น ต่อมาในประเทศได้เปิดบริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงเพิ่มมากขึ้น ตามจังหวัดใหญ่ ๆ อย่างในกรุงเทพฯ เชียงใหม่ ชลบุรี แต่ในอำเภอเมืองจังหวัดฉะเชิงเทรา ที่มีอัตราการเติบโตของธุรกิจฟิตเนส ยังไม่มีฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงโดยเฉพาะ จากการสำรวจฟิตเนสประเภทรวมชาย-หญิงในจังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่ามีสมาชิกผู้หญิงรวมกว่า 300 คน จากจำนวนสมาชิกรวมมากกว่า 800 คน ซึ่งทำให้ทราบว่าผู้หญิงในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทราให้ความสนใจต่อการออกกำลังกายในฟิตเนสค่อนข้างสูง จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยสนใจศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับฟิตเนสสำหรับผู้หญิง เพื่อทราบข้อมูลส่วนบุคคลเพศหญิง ลักษณะการไปใช้บริการ และความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา หากมีการเปิดบริการเกิดขึ้นในอนาคต

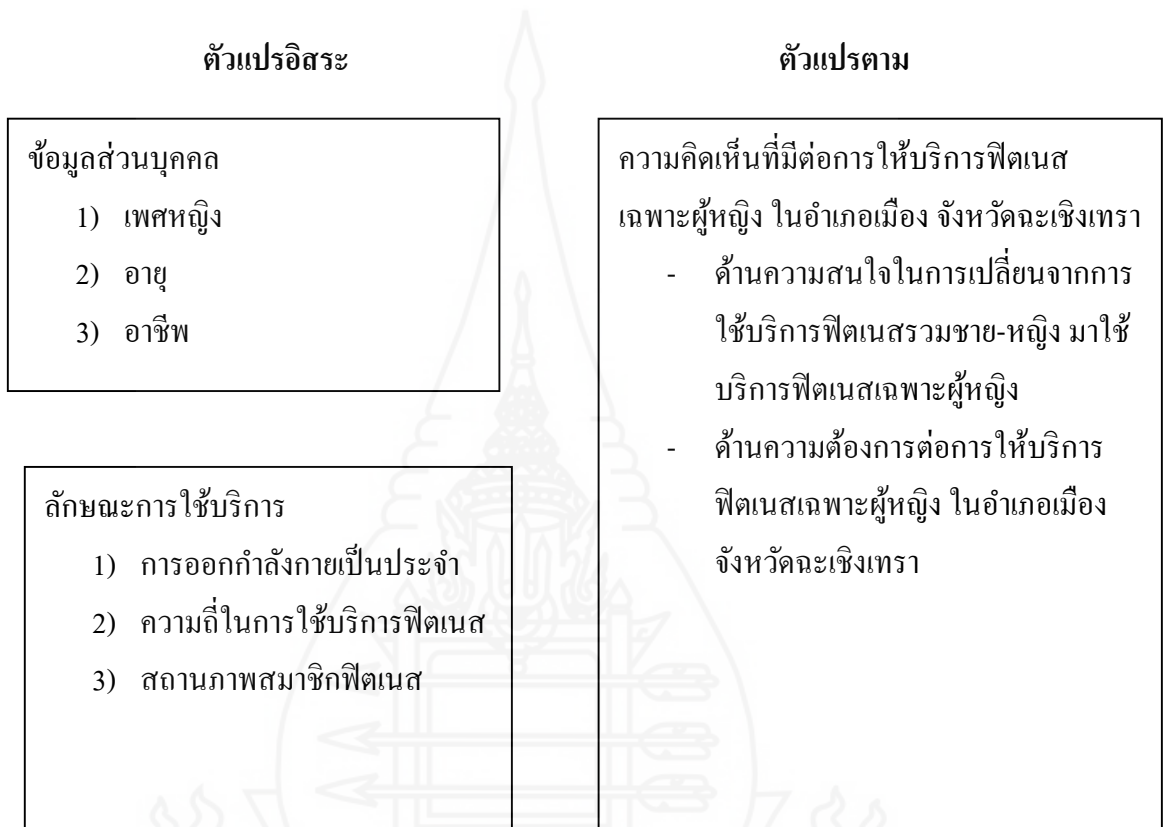
2. วัตถุประสงค์การศึกษา

2.1 เพื่อศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลเพศหญิงซึ่งเป็นผู้ใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

2.2 เพื่อศึกษาลักษณะการให้บริการฟิตเนสของสมาชิกหญิงในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

2.3 เพื่อศึกษาความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง หากมีการเปิดให้บริการในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

3. กรอบแนวคิดการศึกษา



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการศึกษา

4. ขอบเขตของการศึกษา

4.1 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

4.1.1 ประชากร คือ ผู้ใช้บริการฟิตเนสเป็นประจำ เพศหญิง อายุระหว่าง 15 – 60 ปี ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวนประมาณ 300 คน

4.1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ใช้บริการฟิตเนสเป็นประจำ เพศหญิง อายุระหว่าง 15 – 60 ปี ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 30 คน

4.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ลักษณะการใช้บริการของผู้ใช้บริการ ฟิตเนส เพศหญิง และความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

4.3 ขอบเขตด้านตัวแปร

4.3.1 ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย

- 1) ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ
- 2) ลักษณะการใช้บริการฟิตเนส ได้แก่ การออกกำลังกายเป็นประจำหรือไม่ประจำ, สถานภาพสมาชิกฟิตเนส, ใช้บริการอะไรมากที่สุด

4.3.2 *ตัวแปรตาม* ประกอบด้วย ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ด้านความสนใจในการเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง มาใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ด้านความต้องการต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

4.4 ขอบเขตด้านเวลา ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาคือ ตั้งแต่เดือนมีนาคม ถึงสิงหาคม 2560

5. นิยามศัพท์เฉพาะ

5.1 **ฟิตเนส** หมายถึง สถานที่ให้บริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ประกอบไปด้วย อุปกรณ์การออกกำลังกาย และ โปรแกรมการออกกำลังกายที่หลากหลายประเภท โดยให้บริการทั้ง เพศชาย และเพศหญิง

5.2 **ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง** หมายถึง สถานที่ให้บริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ประกอบไปด้วยอุปกรณ์การออกกำลังกาย และ โปรแกรมการออกกำลังกายหลายประเภทให้ใช้บริการที่จัดขึ้นมาเพื่อผู้ออกกำลังกายเพศหญิงโดยเฉพาะ

5.3 **ความคิดเห็นเกี่ยวกับการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง** หมายถึง ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง อาทิเช่น ความสนใจในการไปใช้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ความต้องการให้มีบริการอะไรบ้างในฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง

6. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

6.1 ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาจะเป็นข้อมูลเบื้องต้นเพื่อใช้ในการนำมาประกอบการพิจารณาสำหรับผู้สนใจที่จะลงทุนเปิดฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

6.2 เป็นข้อมูลที่สามารถให้ผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา นำเอาไปใช้พัฒนาและปรับปรุงการให้บริการของฟิตเนสได้



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการให้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องจากเอกสาร วารสารและงานวิจัย เพื่อนำมาประกอบอ้างอิงสำหรับการวิจัยครั้งนี้ให้มีความสมบูรณ์มากที่สุด โดยแยกนำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง
2. ข้อมูลเกี่ยวกับพิเศษโดยทั่วไป
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง

ทำไมผู้หญิงต้องออกกำลังกาย ที่จริงทุกคนไม่ว่าเพศชายหรือเพศหญิง เด็กหรือผู้ใหญ่ ล้วนต้องออกกำลังกายทั้งสิ้น เพราะการออกกำลังกายด้วยความสมัครใจให้ประโยชน์ต่อร่างกายมากมายหลายด้านแต่ที่ต้องเน้นให้ผู้หญิงหันมาออกกำลังกายให้มากขึ้นเพราะผู้หญิงส่วนใหญ่มักไม่ชอบออกกำลังกาย ชอบที่จะอยู่เฉย ๆ ทำอะไรที่ไม่ต้องออกแรง หรือไม่ก็ใช้เครื่องทุ่นแรง ทำให้ร่างกายอ่อนแอลงเรื่อย ๆ โดยไม่รู้ตัวอีกอย่างที่สำคัญเป็นอันดับแรก ๆ สำหรับผู้หญิง คงจะหนีไม่พ้นไขมันส่วนเกินที่สะสมเพิ่มพูนขึ้นเรื่อย ๆ จนเกินงามและกลายเป็นความอ้วนนั่นเอง ทั้งนี้เมื่อพิจารณาจากสภาพสรีระของชายและหญิง จะเห็นความแตกต่างกันได้ชัดเจน เช่น ผู้หญิงมีกล้ามเนื้อน้อยกว่าผู้ชาย แต่มีไขมันมากกว่า โดยเฉพาะบริเวณแก้ม ทรวงอก หน้าท้อง และสะโพก จึงมีโอกาสที่จะมีไขมันสะสมจนกลายเป็นความอ้วนได้มากกว่าผู้ชาย ซึ่งมีฮอร์โมนเพศที่คอยทำหน้าที่จัดไขมันออกจากร่างกาย ดังนั้นผู้หญิงจึงได้หันมาสนใจสุขภาพและหันมาออกกำลังกายกันมากขึ้น นอกจากนี้ข้อดีต่อผู้หญิงที่ออกกำลังกายโดยเฉพาะคือ เสริมสร้างความแข็งแรงของกระดูก เพราะเมื่อผู้หญิงเข้าสู่วัยหมดประจำเดือน โดยส่วนมากจะมีภาวะกระดูกพรุนคุกคาม ผู้หญิงจึงควรมีการออกกำลังกายที่ลงน้ำหนักตั้งแต่ในวัยเด็ก ต่อเนื่องจนถึงวัยรุ่นและวัยทำงาน เพื่อให้กระดูกรับรู้ว่ามีความเครียดไปกระตุ้นให้กระดูกมีความหนา โดยเฉพาะกระดูกแกนของร่างกาย จากการวิจัยพบว่า การออกกำลังกายจะช่วยนำออกซิเจนเข้าสู่เซลล์ต่าง ๆ ของร่างกายได้

มากขึ้น ยิ่งร่างกายได้รับออกซิเจนมากขึ้นเท่าไร ก็จะช่วยต่อต้านการเกิดอนุมูลอิสระได้มากขึ้น เท่านั้นช่วยชะลอความเสื่อมของเซลล์ได้ ทำให้ผิวพรรณสดใสขึ้น จึงดูอ่อนกว่าวัย ยึดระยะเวลาความเป็นสาวไปได้อีกหลายปีทีเดียว (ผู้หญิงกับการออกกำลังกาย บทความจากหนังสือ Joy of Exercise)

ในปัจจุบันผู้หญิงได้หันมาให้ความสนใจเกี่ยวกับการออกกำลังกายมากขึ้น และได้มีการเปิดฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงเพิ่มมากขึ้น ที่เป็นสถานออกกำลังกายที่เข้าไปใช้บริการหรือเป็นสมาชิกได้เฉพาะผู้หญิงเท่านั้น จากการสำรวจความคิดเห็นของผู้ใช้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงนั้น พบว่าหลังจากได้มาลองเล่นฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงนั้นมีความแตกต่างจากที่อื่น ๆ มาก เนื่องจากที่นี่มีแต่ผู้หญิงด้วยกันจึงทำให้ความรู้สึกอบอุ่นเป็นกันเอง มีการกิจกรรมให้ร่วมสนุกกันกับสมาชิกคนอื่น ๆ ทำให้ได้เพื่อนใหม่เพิ่มอีก มีเทรนเนอร์เป็นผู้หญิงทั้งหมด ทำให้รู้สึกสบายใจ ไม่ต้องอายเมื่อมีคำถาม (ฟิตเนส อีกหนึ่งทางเลือกของเวิร์กิ้งวูแมนยุคใหม่ บทความจาก <https://yudthana.wordpress.com>)

ดังนั้นฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง คือ การไปใช้บริการออกกำลังกายที่มีอุปกรณ์ออกกำลังกาย และมีกิจกรรมคลาสต่าง ๆ โดยการให้บริการที่มุ่งเน้นเพื่อกลุ่มผู้ใช้บริการที่เป็นผู้หญิงเท่านั้น โดยอาจจะไม่มีการกำหนดอายุของผู้ใช้บริการ แต่มีกำหนดเงื่อนไขของผู้ใช้บริการต้องเป็นเพศหญิงเท่านั้น และมีการให้บริการเทรนเนอร์ที่คอยให้คำแนะนำต่าง ๆ เป็นผู้หญิง โดยข้อดีของการใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงก็คือ การที่กิจกรรมและเครื่องเล่นอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่มีนั้น มีเพื่อผู้หญิงโดยเฉพาะ เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพของผู้หญิง หรือเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้หญิง เช่น กิจกรรมคลาสออกกำลังกายต่าง ๆ อย่างโยคะ การเดินแอโรบิก ซึ่งเป็นการสนับสนุนการให้ผู้หญิงทำกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเองเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่มีประสิทธิภาพและผลจากการออกกำลังกายในฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงอย่างชัดเจน อย่างเช่นคนที่มีความต้องการลดน้ำหนัก หรือมีความแข็งแรงก็จะได้รับคำแนะนำที่เหมาะสม และนอกจากนี้ยังได้พบปะกับเพื่อนสมาชิกเพศหญิงที่สามารถแบ่งปันประสบการณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายได้อีกด้วย จากหลาย ๆ ประเทศที่ได้ประสบความสำเร็จในการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ทำให้ประเทศไทยได้มีฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงเปิดให้บริการเพิ่มมากขึ้นในหลายๆ จังหวัด แม้จะยังไม่เป็นที่รู้จักมากนัก และยังไม่ได้รับความสนใจมากแต่จากรูปแบบของการดำเนินชีวิตของคนในสังคมปัจจุบัน รวมไปถึงการที่เทรนด์การรักสุขภาพกำลังเป็นที่นิยม ย่อมทำให้ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงอาจจะได้รับความนิยมและเป็นที่ต้องการมากขึ้นในอนาคต

2. ข้อมูลเกี่ยวกับฟิตเนสโดยทั่วไป

ความรู้เกี่ยวกับฟิตเนส โดยทั่วไป

2.1 การแบ่งขนาดฟิตเนสเซ็นเตอร์

การแบ่งขนาดของฟิตเนสในประเทศไทยใช้เกณฑ์จำนวนสาขาของฟิตเนสเซ็นเตอร์ แบ่งได้ดังนี้

- ฟิตเนสเซ็นเตอร์ขนาดใหญ่ (Large Size Fitness Center) มีจำนวนสาขาดั้งแต่ 10 สาขาขึ้นไป ฟิตเนสเซ็นเตอร์ขนาดใหญ่จะมีเงินในการลงทุนสูง ส่วนใหญ่จะเป็นการลงทุนโดยนักลงทุนชาวต่างชาติและนักลงทุนรายใหญ่ของไทย จึงมีทรัพยากรเพียงพอในการทำตลาดเต็มรูปแบบ ส่งผลให้ผู้ที่ต้องการออกกำลังกายทั้งหลายรู้จักและเรียนรู้การออกกำลังกายในฟิตเนส เซ็นเตอร์ รวมถึงรู้จักกิจกรรมการออกกำลังกายทั้งหลายรู้จักและเรียนรู้การออกกำลังกายในฟิตเนส เซ็นเตอร์ รู้จักกิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความแปลกใหม่แบบต่าง ๆ เช่น พิลาทัสและโยคะร้อน

- ฟิตเนสเซ็นเตอร์ขนาดกลาง (Medium Size Fitness Center) มีจำนวนสาขา 5-9 สาขา

- ฟิตเนสเซ็นเตอร์ ขนาดเล็ก (Small Size Fitness Center) มีจำนวนสาขาอยู่ระหว่าง 1-5 สาขา

- ฟิตเนสเซ็นเตอร์เฉพาะองค์กร (Organization Fitness Center) เป็นการจัดสวัสดิการขององค์กรในด้านกีฬาให้กับพนักงานในองค์กรนั่นเอง ส่วนใหญ่จะเป็นขององค์กรขนาดใหญ่ ที่มีฐานะทางการเงินที่ดี โดยสมาชิกส่วนใหญ่เป็นบุคคลากรภายในองค์กรและครอบครัว จะมีเพียงสาขาเดียวและตั้งอยู่ในอาคารหรือที่ทำการองค์กรนั้น ๆ บางแห่งมีการรับสมาชิกที่เป็นบุคคลภายนอกเข้าไปใช้บริการร่วมกับพนักงานในองค์กรนั้น ๆ ด้วย เช่น ศรีปทุมฟิตเนสเซ็นเตอร์ ในมหาวิทยาลัยศรีปทุม มีสาขาเดียว, ยูนิลีเวอร์ฟิตเนส เซ็นเตอร์มี 2 แห่ง คือที่สำนักงานใหญ่ตึกเอสซีบีปาร์คพลาซ่าและในบริเวณอาคารโรงงานลาดกระบัง เป็นต้น (วารสารสมาคมการจัดการกีฬาแห่งประเทศไทย, ปีที่ 3 ฉบับที่ 2 กันยายน - ธันวาคม 2556)

2.2 มาตรฐานฟิตเนส ต้องประกอบด้วยมาตรฐานทั้ง 5 ด้าน ดังนี้

2.2.1 มาตรฐานด้านอาคารสถานที่และสิ่งแวดล้อม

1) อาคารและคุณลักษณะภายในอาคาร ต้องเป็นไปตามกฎหมายว่าด้วยการควบคุมอาคารดังนี้

(1) มีเอกสารการอนุญาตก่อสร้างอาคาร/ การต่อเติมอาคาร

(2) อาคารทำด้วยวัสดุที่มั่นคง แข็งแรง ไม่มีรอยแตกร้าว

(3) ฝาผนัง ฝ้าเพดาน ทำด้วยวัสดุที่แข็งแรง ไม่มีรอยแตกร้าว

(4) พื้นผิวมีความแข็งแรง ไม่มีรอยแตกร้าว

(5) มีทางเข้า-ออก และทางหนีไฟ

2) แผนผัง และป้ายสัญลักษณ์โดยจัดให้มีดังนี้

(1) ป้ายแผนผังสถานที่ให้บริการ

(2) ป้ายสัญลักษณ์ทางหนีไฟ

(3) ป้ายห้ามสูบบุหรี่

(4) ป้ายระเบียบการใช้บริการ

3) เครื่องดับเพลิง

(1) อาคารสูงหรืออาคารขนาดใหญ่พิเศษต้องมี Fire hold และเครื่องดับเพลิงแบบมือถือ 1 เครื่อง (หนักไม่น้อยกว่า 4 กิโลกรัม) ในรัศมีอาคารทุก ๆ 1,000 ตารางเมตร และแต่ละเครื่องต้องติดตั้งห่างกันไม่เกิน 45 เมตร และอยู่สูงจากระดับพื้นอาคารไม่เกิน 1.5 เมตร หนักไม่น้อยกว่า 4 กิโลกรัม สามารถมองเห็นได้ง่าย และนำไปใช้ได้โดยสะดวก

(2) อาคารขนาดเล็ก ต้องติดตั้งเครื่องดับเพลิงแบบมือถือ 1 เครื่อง (หนักไม่น้อยกว่า 4 กิโลกรัม) ในพื้นที่อาคารทุก ๆ 100 ตารางเมตร แต่ละเครื่องต้องติดตั้งห่างกันไม่เกิน 45 เมตร และอยู่สูงจากระดับพื้นอาคาร ไม่เกิน 1.5 เมตร หนักไม่น้อยกว่า 4 กิโลกรัม สามารถมองเห็นได้ง่าย และนำไปใช้ได้โดยสะดวก

4) แสงสว่าง จัดให้มีแสงสว่างภายในห้องออกก้างกายไม่น้อยกว่า 200 ลักซ์

5) การระบายอากาศ

(1) ห้องออกก้างกายที่มีเครื่องปรับอากาศ มีอุณหภูมิอยู่ระหว่าง 20-25 องศาเซลเซียสและไม่มีกลิ่นอันไม่พึงประสงค์

(2) ห้องออกก้างกายที่ไม่มีเครื่องปรับอากาศ มีการถ่ายเทอากาศที่เพียงพอ ไม่มีกลิ่นอันไม่พึงประสงค์

6) เสียง ความเข้มของเสียงในห้องออกก้างกายมีค่าสูงสุดไม่เกิน 90

เดซิเบล (เอ)

7) พื้นที่ให้บริการออกก้างกาย มีการแบ่งสัดส่วนที่ชัดเจน ดังนี้

(1) พื้นที่ต้อนรับ

(2) พื้นที่สำหรับติดตั้งอุปกรณ์ออกก้างกาย

(3) พื้นที่กิจกรรมการออกก้างกายกลุ่ม

8) ห้องน้ำ ห้องส้วม

(1) มีห้องส้วมชาย/ หญิง ดังนี้

ก. ผู้ใช้บริการไม่เกิน 15คน มี 1 ห้อง

ข. ผู้ใช้บริการ 16-40 คน มี2 ห้อง

ค. ผู้ใช้บริการ 41-80 คน มี3 ห้อง

ง. ผู้ใช้บริการมากกว่า 80 คน มีห้องส้วมเพิ่มขึ้น ตามอัตราส่วน 1

ห้องต่อจำนวนผู้ให้บริการไม่เกิน 50 คน

(2) มีการให้บริการดังนี้

ก. ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ชาย/ หญิง

ข. ห้องอาบน้ำ ชาย/ หญิง

ง. ล็อคเกอร์เก็บของ ชาย/ หญิง

2.2.2 มาตรฐานห้องออกกำลังกาย

1) อุปกรณ์ออกกำลังกาย จัดให้มีอุปกรณ์ออกกำลังกายที่มีคุณภาพ พร้อมใช้งาน โดยมีครบทั้ง 3 ประเภท ดังนี้

(1) อุปกรณ์การสร้างเสริมระบบหายใจและไหลเวียนโลหิต

(2) อุปกรณ์การสร้างเสริมระบบกล้ามเนื้อ

(3) อุปกรณ์ และ/ หรือ สถานที่การสร้างเสริมการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ

2) พื้นที่จัดวางอุปกรณ์ออกกำลังกาย

(1) มีระยะห่างระหว่างอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า 60 เซนติเมตร

(2) มีช่องทางเดินร่วมระหว่างอุปกรณ์ ห่างกันไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร

3) พื้นที่กิจกรรมการออกกำลังกายกลุ่ม พื้นที่สำหรับการให้บริการกิจกรรมออกกำลังกายกลุ่ม มีพื้นที่ไม่น้อยกว่า 2x2 ตารางเมตรต่อคน

4) การตรวจเช็คอุปกรณ์ออกกำลังกายกำหนดให้มีการตรวจเช็คอุปกรณ์ออกกำลังกาย ให้มีความแข็งแรง สะอาด พร้อมใช้งานทุกวัน โดย

(1) จัดทำบันทึกการตรวจเช็คอุปกรณ์ออกกำลังกาย

(2) ตารางการทำความสะอาดอุปกรณ์ออกกำลังกาย

5) ป้ายคำแนะนำ คำเตือน

(1) สำหรับอุปกรณ์ออกกำลังกาย ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ติดไว้

ในที่มองเห็นชัดเจน

(2) องค์ความรู้ เกี่ยวกับหลักการ ขั้นตอนการออกกำลังกาย รวมทั้งข้อควรระวัง/ คำเตือนสำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงในการออกกำลังกายติดไว้บริเวณผนังห้องสามารถมองเห็นได้ชัดเจน

6) อุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการให้บริการด้านสุขภาพ โดยจัดให้มีอุปกรณ์ ดังนี้

- (1) เครื่องชั่งน้ำหนัก-วัดส่วนสูง
- (2) เครื่องวัดความดันโลหิต
- (3) สายวัดรอบเอว

2.2.3 มาตรฐานด้านการให้บริการ

1) การตรวจคัดกรองภาวะสุขภาพแก่สมาชิก กำหนดให้มีการตรวจคัดกรองความเสี่ยง ก่อนการให้บริการครั้งแรก โดยมีการบันทึกข้อมูลไว้ให้ สามารถตรวจสอบได้ ดังนี้

- (1) การชั่งน้ำหนัก/ วัดส่วนสูง
- (2) การวัด BMI
- (3) การวัดรอบเอว
- (4) การวัดความดันโลหิต และจัดทำบันทึกการตรวจคัดกรองของสมาชิก
- (5) ประวัติสุขภาพสมาชิก
- (6) การประเมินความพร้อมก่อนการออกกำลังกาย (Par Q)

2) การให้คำแนะนำ กำหนดโปรแกรมการออกกำลังกาย ให้ผู้รับบริการทุกคน ดังนี้

(1) ให้แนะนำคำปรึกษา หลักการ และขั้นตอนการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพของสมาชิก พร้อมบันทึกการให้คำแนะนำอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร

(2) กำหนดโปรแกรมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับเพศ/ วัย และสภาพร่างกาย โดยใช้ข้อมูลจากการคัดกรองสุขภาพก่อนกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกายพร้อมบันทึกการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายของสมาชิกอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร

(3) บันทึกการประเมินสมรรถภาพทางกายของสมาชิกทั้งก่อนและหลังการรับบริการอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร

3) การบริการน้ำดื่ม

- (1) จัดให้มีน้ำดื่มที่สะอาดและมีปริมาณเพียงพอ โดยไม่คิดค่าบริการ
- (2) น้ำดื่มอยู่ใกล้บริเวณออกกำลังกายที่เหมาะสม

2.2.4 มาตรฐานด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

1) คุณสมบัติ

(1) จบการศึกษาขั้นต่ำปริญญาตรีทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ, วิทยาศาสตร์การกีฬา, พลศึกษา โดยมีใบรับรองคุณวุฒิให้สามารถตรวจสอบได้

(2) ผ่านการอบรมหลักสูตรผู้ฝึกสอนการออกกำลังกาย (Instructor exercise) ที่จัดโดยกรมอนามัย หรือหลักสูตรที่ได้รับการเห็นชอบร่วมกันระหว่างกรมอนามัยและสถาบันการศึกษา โดยมีเอกสารใบรับรองให้สามารถตรวจสอบได้

2) การฟื้นฟูวิชาการได้รับการฟื้นฟูวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมสุขภาพ อย่างน้อยปีละครั้ง และมีหลักฐานการอบรม ได้แก่ ใบผ่านการอบรม/ เกียรติบัตร ฯลฯ จากหน่วยงานภายนอกหรือหน่วยงานภายในองค์กรให้สามารถตรวจสอบได้

3) จำนวนบุคลากรต่ออุปกรณ์ออกกำลังกาย

(1) มีบุคลากรรับผิดชอบให้คำแนะนำการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกาย 1 คน ต่ออุปกรณ์ออกกำลังกายทุกชนิดไม่เกิน 15 เครื่อง

(2) กรณีการออกกำลังกายกลุ่ม มีบุคลากรรับผิดชอบให้คำแนะนำ 1 คน ต่อผู้ใช้บริการไม่เกิน 30 คน

2.2.5 มาตรฐานด้านความปลอดภัยและมาตรการกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน

1) ความพร้อมสำหรับเหตุการณ์ฉุกเฉิน

(1) มีแผนเตรียมความพร้อมสำหรับเหตุการณ์ฉุกเฉิน (แผนการช่วยชีวิต แผนระงับอัคคีภัย) และดำเนินการซ้อมแผน อย่างน้อย 1 ครั้ง/ ปี และมีการจัดทำบันทึกการซ้อมแผนฉุกเฉิน ไว้เป็นลายลักษณ์อักษร

(2) มีผังงาน (Flow chart) ระบบการส่งต่อผู้ป่วยและหมายเลขโทรศัพท์ที่สถานพยาบาลใกล้เคียงติดไว้ในที่มองเห็นชัดเจน

(3) มีเจ้าหน้าที่ที่ผ่านการอบรมการช่วยชีวิตพื้นฐาน หรือการปฐมพยาบาลเบื้องต้นพร้อมจัดทำทะเบียนรายชื่อ/ ป้าย พร้อมเบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้ตลอดเวลา กรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน

2) อุปกรณ์ปฐมพยาบาลมีชุดอุปกรณ์ปฐมพยาบาลครบถ้วน พร้อมใช้ตลอดเวลา ได้แก่ ยาล้างแผล (แอลกอฮอล์) ยาฆ่าเชื้อ ผ้าทาแผล (ผ้าก๊อช) พลาสเตอร์เทปปิดแผล เทปติดแผล สาลี ยาดม แอมโมเนียเป็นต้น (กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ, 2557)

2.3 การออกกำลังกายภายในฟิตเนส

ฟิตเนสเป็นการออกกำลังกายอีกทางเลือกที่มาแรง จากฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีอยู่โดยทั่วไปเมื่อเทียบกับวิถีชีวิตของคนในหลายปัจจัย ไม่ว่าจะเป็นข้อจำกัดเรื่องเวลา การอำนวยความสะดวก เป็นต้น นอกจากนี้ความพร้อมของอุปกรณ์และรูปแบบการออกกำลังกายหลากหลายรูปแบบยังสามารถสร้างแรงจูงใจได้ ทั้งนี้ยังมีบริการอื่น ๆ ที่มาเป็นตัวเลือกให้ผู้รับเข้าใช้บริการได้ดูแลด้านอื่น ๆ ไปพร้อมกันด้วย เช่น สูตรอาหาร ควบคุมน้ำหนัก สปา มุมผ่อนคลายที่ได้พักผ่อนและพบปะสังสรรค์

การเคลื่อนไหวฟีกออกกำลังกายด้วยปริมาณที่เหมาะสมและเพียงพอย่อมก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาสมรรถภาพทางร่างกายให้ดีขึ้น แต่ถ้ามากเกินไปก็เกิดโทษได้ ฉะนั้นการกำหนดปริมาณความหนักหรือขนาดของการเคลื่อนไหวออกกำลังกายในแต่ละครั้งจึงเป็นสิ่งสำคัญเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ร่างกาย ควรออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 วันขึ้นไป ครั้งละ 30 นาที จะทำให้สุขภาพดีทั้งสุขภาพกายและสุขภาพใจส่งผลให้มีพลังในการปฏิบัติงานต่อไปอีกนาน

ความบ่อย (frequency) ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์ ถ้าความหนักระดับปานกลางใช้เวลา 5 วัน แต่ถ้าความหนักมากใช้เวลา 3 วัน

ความหนัก (intensity) ประมาณร้อยละ 55/65-90 ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุด (maximum heart rate)

ระยะเวลา (time/duration) ประมาณ 20 – 60 นาที แบบต่อเนื่องหรือเป็นช่วง ๆ

ประเภทของกิจกรรม (mode) กิจกรรมใด ๆ ที่มีการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่เคลื่อนไหวเป็นจังหวะอย่างต่อเนื่องและใช้ออกซิเจน ในการทำกิจกรรมในการจัดทำกิจกรรมเป็นหลัก เช่น การเดินเร็ว การวิ่งเหยาะ การเดินแอโรบิก หรือการปั่นจักรยาน เป็นต้น (วารสารสมาคมการจัดการกีฬาแห่งประเทศไทย, ปีที่ 3 ฉบับที่ 2 กันยายน - ธันวาคม 2556)

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สุริพร โรจนศิริ (2547) เรื่อง ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) การศึกษาครั้งนี้เพื่อศึกษาความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 กลุ่มตัวอย่างเป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายหลายขั้นตอน โดยแยกเป็นเพศชาย 200 คน เพศหญิง 200 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายของศูนย์

ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เมื่อรวบรวมข้อมูลแล้วจากนั้น ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ผลการศึกษา พบว่า

1. **ด้านบุคลากร** กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และสมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.00 40.27 40.31 41.42 และ 54.50 ตามลำดับ ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกีฬา ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้ อย่างถูกต้องตามขั้นตอนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

2. **ด้านการจัดการ** กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และสมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.47 45.80 45.70 44.93 และ 46.13 ตามลำดับ ยกเว้นข้อ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม และการบริการของเจ้าหน้าที่รับสมัครสมาชิกเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

3. **ด้านการบริการ** กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และสมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.55 47 46.03 48.41 และ 46.78 ตามลำดับ ยกเว้นข้อ การให้บริการของพนักงาน มีความขยันขันแข็งและเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

4. **ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก** มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และสมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 41.83 41.37 42.42 41.10 และ 41.60 ตามลำดับ ยกเว้นข้อสถานที่สำหรับพักผ่อนภายในศูนย์ออกกำลังกายมีปริมาณเพียงพอ อุปกรณ์ภายในห้องออกกำลังกายและเครื่องมือที่ช่วยเสริมการออกกำลังกายมีความสะอาดเรียบร้อย และเครื่องเสียงที่ใช้ในกิจกรรมต่างๆ อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง

สมคิด นิมาจารย์ (บทคัดย่อ, 2548) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านประชากรศาสตร์กับส่วนประสมทางการตลาดและพฤติกรรมการใช้ฟิตเนส เซ็นเตอร์ในเขตเทศบาลนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น พบว่า ผู้บริโภคที่มีเพศแตกต่างกันไม่มีความสัมพันธ์กับด้านผลิตภัณฑ์และบริการ ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ ด้านลักษณะทางกายภาพ ด้านกระบวนการในการให้บริการ แต่มีความสัมพันธ์กับด้านราคา

ผู้บริโภคที่มีอายุที่แตกต่างกัน ไม่มีความสัมพันธ์กับด้านผลิตภัณฑ์และบริการ ด้านราคา ด้านการส่งเสริมการตลาดและด้านลักษณะทางกายภาพ แต่มีความสัมพันธ์กับด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการและด้านกระบวนการในการให้บริการ

ผู้บริโภคที่มีระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน ไม่มีความสัมพันธ์กับด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด และด้านกระบวนการในการให้บริการ แต่มีความสัมพันธ์กับด้านผลิตภัณฑ์และบริการ ด้านบุคลากรและด้านลักษณะทางกายภาพ

ผู้บริโภคที่มีอาชีพแตกต่างกัน ไม่มีความสัมพันธ์กับด้านราคา ด้านการส่งเสริมการตลาด และด้านกระบวนการในการให้บริการ แต่มีความสัมพันธ์กับด้านผลิตภัณฑ์และบริการ ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านบุคลากรและด้านลักษณะทางกายภาพ

ผู้บริโภคที่มีรายได้ที่แตกต่างกัน ไม่มีความสัมพันธ์กับด้านผลิตภัณฑ์และบริการ ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านลักษณะทางกายภาพและด้านกระบวนการในการให้บริการ แต่มีความสัมพันธ์กับด้านราคา

ศุรเชษฐ์ วิสวธีรานนท์ (2548, บทคัดย่อ) จากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งครองใจผู้บริโภคของธุรกิจสถานออกกำลังกายภายในเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมของผู้บริโภคและมูลเหตุจูงใจของลูกค้าต่อสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานครและศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งครองใจผู้บริโภคของธุรกิจสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างสมาชิกของสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร 18 แห่ง ด้วยแบบสอบถามจำนวน 400 ฉบับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ และค่าร้อยละ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

ผู้บริโภคนิยมใช้บริการของสถานออกกำลังกายภายในวันจันทร์ – วันศุกร์ (ร้อยละ 45.25) ระหว่างเวลา 18.00 น. – 21.00 น. (ร้อยละ 60.25) และใช้เวลาในการออกกำลังกายเฉลี่ยครั้งละ 2 ชั่วโมง (ร้อยละ 56.00) เหตุผลของการออกกำลังกายคือ เพื่อสุขภาพ (ร้อยละ 78.00) เพื่อกระชับสัดส่วน (ร้อยละ 53.50) เพื่อความสนุกสนานคลายเครียด (ร้อยละ 49.75) เพื่อลดน้ำหนัก (ร้อยละ 49.00) เพื่อรักษารูปร่าง (ร้อยละ 38.50) และรู้จักเพื่อนใหม่ (ร้อยละ 31.50)

เหตุผลที่เลือกสถานออกกำลังกายคือ อยู่ใกล้บ้านหรือที่ทำงาน (ร้อยละ 56.25) และมีอุปกรณ์ทันสมัย (ร้อยละ 33.25) ผู้บริโภคยินดีต่ออายุการเป็นสมาชิกในสถานออกกำลังกายเดิม (ร้อยละ 84.25) รูปแบบการออกกำลังกายที่ชอบคือการเดินแอโรบิคแดนซ์ (ร้อยละ 62.75) โยคะ (ร้อยละ 45.00) และศิลปะการป้องกันตัวประกอบเพลง (ร้อยละ 45.00)

ผู้บริโภคร้อยละส่วนใหญ่นิยมการเสีค่าบริการเป็นรายปี เนื่องจากเฉลี่ยแล้วราคาถูกกว่า ยินดีเสีค่าบริการเพิ่มขึ้น ถ้าสถานออกกำลังกายปรับปรุงสถานที่และเพิ่มอุปกรณ์ (ร้อยละ 84.50) และต้องการให้สถานออกกำลังกายเปิดสาขาในห้างสรรพสินค้ามากที่สุด (ร้อยละ 55.0)

สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ของผู้บริโภคมากที่สุดคือ เพื่อนหรือคนรู้จัก (ร้อยละ 80.50) สื่อที่ใช้ในการโฆษณาประชาสัมพันธ์ที่มีอิทธิพลต่อผู้บริโภคมากที่สุดคือ นิตยสาร (ร้อยละ 40.75) กลวิธีทางการตลาดที่จูงใจผู้บริโภคได้มากที่สุดคือ ไม่เก็บค่าธรรมเนียมแรกเข้า (ร้อยละ 44.00)

ณัฐวดี เกษสมบูรณ์ (2549, บทคัดย่อ) จากการศึกษาการตัดสินใจเลือกใช้สถานบริการฟิตเนส ของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานครพบว่าผู้บริโภคที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 65.06 มีอายุระหว่าง 25-35 ปี ร้อยละ 50.38 การศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี ร้อยละ 66.33 โดยมีอาชีพเป็นพนักงานบริษัท เอกชน ร้อยละ 45.57 และมีรายได้ส่วนบุคคลต่อเดือน ระหว่าง 10,000-20,000 บาท ร้อยละ 35.44

พฤติกรรมการใช้บริการของผู้บริโภค พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการใช้บริการด้านความถี่ในการใช้บริการ 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ ร้อยละ 53.16 มีพฤติกรรมการใช้บริการด้านระยะเวลาในการใช้บริการ 1-2 ชั่วโมงต่อครั้ง ร้อยละ 74.68 โดยพฤติกรรมการใช้บริการด้านช่วงเวลาในการใช้บริการอยู่ในช่วงเวลา 19.01 น. - ปิดบริการ ร้อยละ 49.11 และพฤติกรรมการใช้บริการด้านวันที่ใช้บริการ คือ วันจันทร์ - วันศุกร์ ร้อยละ 50.38

การตัดสินใจเลือกใช้สถานบริการฟิตเนสของผู้บริโภค ในภาพรวมให้น้ำหนักการตัดสินใจมาก โดยให้น้ำหนักการตัดสินใจมากด้านการบริการ เป็นอันดับแรก รองลงมา ด้านราคา ด้านสถานที่ และด้านการส่งเสริมการตลาด ตามลำดับ ผู้บริโภคที่มีเพศต่างกัน มีการตัดสินใจเลือกใช้สถานบริการฟิตเนส ด้านการส่งเสริมการตลาดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผู้บริโภคที่มีอาชีพต่างกัน มีการตัดสินใจเลือกใช้สถานบริการฟิตเนสด้านการบริการ ด้านราคา และด้านสถานที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้บริโภคที่มีพฤติกรรมการใช้บริการด้านช่วงเวลาในการใช้บริการต่างกัน มีการตัดสินใจเลือกใช้สถานบริการฟิตเนสด้านการบริการ ด้านราคา และด้านสถานที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อัญชติ วุฒิสักดิ์ (2549). เรื่อง ความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย การศึกษาความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย วัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้มาใช้บริการในศูนย์ฟิตเนสการกีฬาแห่งประเทศไทย และเพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคของการให้บริการในศูนย์ฟิตเนสการกีฬาแห่งประเทศไทย ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้ทำให้ทราบถึงความพึงพอใจ และทำให้ทราบถึง

ปัญหาและอุปสรรคของผู้มาใช้บริการในศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้บริหารในการพัฒนาการให้บริการ และการบริหารภายในศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย ให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น และนำผลการศึกษาไปใช้ปรับปรุงการให้บริการในศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทยเพื่อสร้างความพึงพอใจให้ผู้มาใช้บริการได้มากที่สุด โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากการแจกแบบสอบถาม ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ที่ใช้บริการศูนย์ฟิตเนสการกีฬาแห่งประเทศไทย ทั้งที่เป็นสมาชิกของศูนย์ฟิตเนส และไม่เป็นสมาชิก (นักกีฬาทีมชาติพนักงานและเจ้าหน้าที่ของการกีฬาแห่งประเทศไทย) สำหรับการศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษาใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 100 คน ทำแบบสอบถาม

ผลจากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม เป็นเพศหญิง และเพศชาย ในจำนวนที่เท่ากัน มากกว่าครึ่งมีอายุ 26-35 ปี ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีสถานภาพโสด จำนวนมากที่สุดมีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 20,000 บาท

พฤติกรรมการใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม จำนวนมากที่สุดออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา 3-4 วัน/สัปดาห์ ช่วงเวลาออกกำลังกายหรือเล่นกีฬายู่ระหว่างเวลา 17.00-19.00 น. ในวันจันทร์ – วันศุกร์ ใช้เวลาออกกำลังกายในแต่ละครั้งประมาณ 30-60 นาที ใช้บริการศูนย์ฟิตเนสฯ ต่ำกว่า 1 ปี โดยไม่ได้เป็นสมาชิกศูนย์ฟิตเนสฯ การบริการที่กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ ความสะอาดของสถานที่เล่นกีฬาแต่ละชนิด และความทันสมัยของอุปกรณ์ที่จัดบริการในการออกกำลังกาย

ระดับความพึงพอใจในด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ ความสะอาดของสถานที่เล่นกีฬาแต่ละชนิดที่มาใช้บริการ และพอใจในความทันสมัยของอุปกรณ์ที่จัดบริการในการออกกำลังกาย

ระดับพึงพอใจในด้านความปลอดภัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ความปลอดภัยของอุปกรณ์ในการเล่นกีฬา และความเหมาะสมของการเปิดไฟตามจุดต่าง ๆ

ระดับความพึงพอใจในด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ความพอเพียงของสถานที่จอดรถ ความสะอาดของสถานที่เล่นกีฬาแต่ละชนิดที่มาใช้บริการ และพอใจในความทันสมัยของอุปกรณ์ที่จัดบริการในการออกกำลังกาย

ระดับความพึงพอใจในด้านความปลอดภัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ความปลอดภัยของอุปกรณ์ในการเล่นกีฬา และความเหมาะสมของการเปิดไฟตามจุดต่าง ๆ

ระดับความพึงพอใจในด้านการบริการ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ความมีมนุษยสัมพันธ์ของเจ้าหน้าที่ และความสนใจและเอาใจใส่ของเจ้าหน้าที่

ข้อเสนอแนะและแนวทางในการปรับปรุงการให้บริการ ศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย ศูนย์ฟิตเนสฯ ควรเพิ่มจำนวนของห้องสุขาและห้องอาบน้ำ และควรปรับปรุงห้องอาบน้ำเพื่อให้ถูกสุขลักษณะ ควรเพิ่มแสงสว่างบริเวณที่จอดรถและจัดเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยอย่างทั่วถึง ควรจัดเจ้าหน้าที่เพื่อดูแลความปลอดภัยบริเวณห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย เนื่องจากผู้มาใช้บริการครึ่งหนึ่งของศูนย์ฟิตเนสฯ เป็นเพศหญิง ควรเพิ่มการประชาสัมพันธ์ เข้าไปในสื่อประเภทต่าง ๆ และควรปรับอัตราค่าเช่าและจำหน่ายอุปกรณ์กีฬา

อุษา อัสวอารักษ์ (2550). เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อแนวโน้มพฤติกรรมการตัดสินใจใช้บริการสถานออกกำลังกาย จีเอ็มเอ็ม ฟิตเนส การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมาย เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อแนวโน้มพฤติกรรมการตัดสินใจใช้บริการสถานออกกำลังกาย จีเอ็มเอ็ม ฟิตเนส กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกายจำนวน 400 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผลการวิจัยพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุ 20 – 27 ปี สถานภาพโสดระดับการศึกษาปริญญาตรี มีรายได้โดยเฉลี่ยต่อเดือน 10,000 – 20,000 บาท มีรูปร่างพอดี ไม่มีโรคประจำตัวและไม่ได้เป็นพนักงานบริษัทในเครือแกรมมี ทศนคคิส่วนประสมการตลาดของผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกาย โดยรวมมีทัศนคติระดับปานกลางต่อส่วนประสมการตลาดเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านผลิตภัณฑ์และบริการ มีระดับทัศนคติที่ดี ส่วนในด้านราคา ด้านสถานที่ ด้านส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านกายภาพ และด้านคุณภาพบริการมีทัศนคติระดับปานกลาง ผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกายมีค่านิยม และรูปแบบการดำเนินชีวิตในการออกกำลังกาย โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง พฤติกรรมของผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกาย ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เคยใช้บริการสถานออกกำลังกาย โดยส่วนใหญ่ใช้บริการตามความนิยม โดยเฉลี่ย 3 ครั้งต่อสัปดาห์แนวโน้มพฤติกรรมการตัดสินใจใช้บริการในสถานออกกำลังกาย ของผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกาย พบว่าด้านการสมัครเป็นสมาชิกด้านการแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่นมาใช้และด้านการมาใช้บริการสถานออกกำลังกาย จีเอ็มเอ็ม ฟิตเนส มีแนวโน้มตัดสินใจในการสมัครต่อ/แนะนำต่อระดับปานกลางผู้บริโภคที่มีอายุ การเป็นพนักงานหรือไม่เป็นพนักงานบริษัทในเครือแกรมมีผู้บริโภคที่มีโรคประจำตัว ที่

แตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการตัดสินใจในด้านสมัครเป็นสมาชิก ด้านแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่นและ ด้านแนวโน้มการใช้บริการแตกต่างกัน ส่วนผู้บริโภคที่มีลักษณะรูปร่าง มีตำแหน่งงานอยู่ในบริษัท ในเครือแกรมมี่ ที่แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมในการตัดสินใจในด้านสมัครเป็นสมาชิกแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผู้บริโภคที่มีเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวความถี่โดยเฉลี่ยในการออกกำลังกายแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรม การตัดสินใจในด้านสมัครเป็นสมาชิก, ด้านแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่น และด้านแนวโน้มการใช้ บริการไม่แตกต่างกัน ส่วนผู้บริโภคที่มีลักษณะรูปร่าง มีตำแหน่งงานในบริษัทเครือแกรมมี่ ที่แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการตัดสินใจ ด้านแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่น และด้านแนวโน้มการใช้ บริการไม่แตกต่างกัน ทักษะคิดทางด้านราคา ด้านสถานที่ ด้านส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านกายภาพและด้านคุณภาพบริการ มีความสัมพันธ์กับด้านสมัครเป็นสมาชิก ด้านแนะนำ/บอกต่อ ให้ผู้อื่น ด้านแนวโน้มการใช้บริการเป็นไปในทิศทางเดียวกันในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01 ทักษะคิดทางด้านผลิตภัณฑ์และบริการ มีความสัมพันธ์กับด้านสมัครเป็นสมาชิก ด้านแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่น ด้านแนวโน้มการใช้บริการเป็นไปในทิศทางเดียวกันในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่านิยม และรูปแบบการดำรงชีวิต มีความสัมพันธ์กับด้าน สมัครเป็นสมาชิก ด้านแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่น ด้านแนวโน้มการใช้บริการ เป็นไปในทิศทาง เดียวกันในระดับสูงมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 พฤติกรรมของผู้บริโภคที่เคยออก กกำลังกาย หรือไม่เคยออกกำลังกาย จะมีแนวโน้มในการตัดสินใจใช้บริการสถานออกกำลังกาย จีเอ็มเอ็ม ฟิตเนส ในด้านสมัครเป็นสมาชิก ด้านแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่น แตกต่างกัน อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

รุ่งทิwa มุสิทธีมณี (2558) เรื่อง ความคาดหวังของผู้บริโภคชาวไทยต่อการใช้บริการฟิต เนสเซ็นเตอร์ ผลการวิจัยในครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคาดหวังต่อการใช้บริการฟิต เนสเซ็นเตอร์โดยรวมเท่ากับ 4.08 จัดอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความ คาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านการกระตุ้น มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดเท่ากับ 4.23 จัดอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ความคาดหวังต่อความสะดวกสบายเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านสภาพแวดล้อมภายในฟิตเนสเซ็นเตอร์และความคาดหวัง ต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านการพิจารณาส่วนบุคคลและความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านราคา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านต่อความต้องการ ในการพักผ่อน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.13 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้าน การให้ข้อมูล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์

ด้านโอกาสทางสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.99 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์
ด้านโปรแกรมที่น่าสนใจ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.90 จัดอยู่ในระดับมากและความคาดหวังต่อ
ฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านสิทธิพิเศษ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67 จัดอยู่ในระดับมาก



บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาวิจัยเรื่องความคิดเห็นของผู้บริโภคร่วมเกี่ยวกับโอกาสธุรกิจสถานออกกำลังกาย เฉพาะสำหรับผู้หญิงในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกแล้วทำการบันทึกและรวบรวมข้อมูลเป็นเครื่องมือในการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ คือ ผู้ใช้บริการฟิตเนสเป็นประจำ เพศหญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จากการสำรวจจำนวนสมาชิกฟิตเนสเพศหญิงในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา 7 แห่ง มีประมาณ 300 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

การกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการสัมภาษณ์เชิงลึก กำหนดโดยคิดเป็นร้อยละ 10 ของจำนวนสมาชิกเพศหญิงทั้งหมด คือ สมาชิกฟิตเนสเพศหญิงอายุระหว่าง 15 – 60 ปี ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นผู้บริการสถานออกกำลังกายหรือฟิตเนสเป็นประจำ

1.3 วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาค้างนี้ มีขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

ขั้นที่ 1 กำหนดจำนวนฟิตเนสที่อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทราที่จะเลือกในการไปขอสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3 แห่ง โดยเลือกจากขนาดของฟิตเนสที่มีสมาชิกฟิตเนสเพศหญิงเกิน 50 คนขึ้นไป

ขั้นที่ 2 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง โดยการนัดหมายล่วงหน้ากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สัมภาษณ์

2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

วิธีการศึกษาจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง และสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้อง โดยมีรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้หญิงที่ใช้บริการสถานออกกำลังกาย (Fitness) โดยการคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์แบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) โดยใช้การสัมภาษณ์รายบุคคล ซึ่งนักวิจัยจะสัมภาษณ์พลวิจัยเพียงคนเดียว ณ ช่วงเวลาหนึ่ง ๆ ซึ่งแบ่งการสัมภาษณ์ออกเป็น 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 คำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เกี่ยวกับการข้อมูลทั่ว ๆ ไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ อายุ อาชีพ ภูมิลำเนา

ส่วนที่ 2 คำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลด้านการออกกำลังกายของผู้ให้สัมภาษณ์ และการใช้บริการฟิตเนสต่าง ๆ รวมไปถึงความคิดเห็นของผู้สัมภาษณ์ต่อการเปิดบริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง และข้อเสนอแนะต่าง ๆ เกี่ยวกับฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง

2.2 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ มีดังนี้

2.2.1 ศึกษาค้นคว้า รวบรวมแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจากตำราทางวิชาการ วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ บทความ วารสาร และข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างคำถามในการสัมภาษณ์ แล้วนำมาสร้างเครื่องมือในการวิจัย ซึ่งประกอบไปด้วย

- 1) แบบบันทึกข้อมูลการสัมภาษณ์ และแบบบันทึกข้อมูลส่วนตัวใช้สำหรับบันทึกข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับ เพศ อายุ ระยะเวลาในการเป็นสมาชิกฟิตเนส ของผู้ให้ข้อมูล
- 2) แบบบันทึกภาคสนาม เพื่อบันทึกผู้ให้ข้อมูล รายละเอียดเบื้องต้นของการสัมภาษณ์ คือ ครั้งที่ วันที่ เวลาการสัมภาษณ์

แนวทางการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความคิดเห็นของสมาชิกเพศหญิงที่มีต่อฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง (Lady Fitness) ในอำเภอเมืองจังหวัดฉะเชิงเทรา ผู้วิจัยทำการสร้างแนวทางการสัมภาษณ์ ดังนี้

- คำถามเปิดการสัมภาษณ์ เป็นคำถามง่าย ๆ ทั่วไปที่ช่วยให้ผู้ให้สัมภาษณ์รู้สึกเป็นกันเอง เช่น ให้แนะนำตัว อายุ อาชีพ ภูมิลำเนาเดิมอยู่ที่ไหน เป็นต้น
- คำถามเกริ่น เป็นคำถามเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อโยงความคิดเห็นของผู้ให้สัมภาษณ์เข้ากับหัวข้อการสัมภาษณ์ เช่น ปัจจุบันท่านออกกำลังกายเป็นประจำหรือไม่ และกิจกรรมที่ท่านทำหรือเลือกออกกำลังกายคืออะไร

- คำถามเข้าสู่ประเด็น เป็นการถามคำถามเข้าสู่ประเด็นหลักที่สนใจศึกษา เช่น ท่านคิดอย่างไรกับพัฒนาเฉพาะสำหรับผู้หญิง ท่านอยากไปใช้บริการหรือไม่ หากท่านจะไปใช้บริการสถานออกกกำลังกายเฉพาะสำหรับผู้หญิง อะไรคือปัจจัยหลักในการเลือกใช้บริการ เป็นต้น

- คำถามจบการสนทนา เป็นคำถามที่ช่วยในการปิดการสัมภาษณ์ และเปิดโอกาสให้ผู้ให้สัมภาษณ์ได้แสดงความคิดเห็นอีกครั้ง เช่น ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องที่ได้สัมภาษณ์ไปแล้วอย่างไร หรือมีความคิดเห็นอะไรเพิ่มเติม ข้อเสนอแนะต่าง ๆ

2.2.2 นำคำถามที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับพัฒนาสถานีในภาพรวมของคำถามเกี่ยวกับการสัมภาษณ์และหัวข้อในการวิจัย โดยในที่นี่ได้ให้เทรนเนอร์ประจำฟิตเนส

2.2.3 นำคำถามที่ได้ไปทำการทดสอบสัมภาษณ์จำนวน 2 – 3 คน แล้วรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับบทสัมภาษณ์ และคำถามที่มีการปรับปรุงแก้ไขเบื้องต้นตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และการทดสอบสัมภาษณ์ให้อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระพิจารณาให้คำแนะนำ ตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง เพื่อให้ครบถ้วนสมบูรณ์ตรงตามวัตถุประสงค์ก่อนนำไปปฏิบัติจริง

2.2.4 นำข้อคำถามที่ปรับปรุงแล้ว ไปใช้ในการสัมภาษณ์ครั้งต่อไป โดยมีการปรับข้อคำถามให้เหมาะสมกับบริบท

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

3.1 การสัมภาษณ์รายบุคคล

การสัมภาษณ์รายบุคคล ผู้ศึกษาทำการนัดหมายกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลหลังจากได้รับอนุมัติ จากคณะกรรมการพิจารณาหัวข้อการศึกษาค้นคว้าอิสระ โดยผู้วิจัยเริ่มเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ตามประชากรและกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยนัดหมายผู้ให้สัมภาษณ์เพื่อทำการสัมภาษณ์ จำนวน 30 คน โดยทำการสัมภาษณ์ในช่วงเวลาที่กลุ่มตัวอย่างมาใช้บริการฟิตเนส เช่น ช่วงเวลาเย็นในวันธรรมดา ก่อน หรือหลังการใช้บริการฟิตเนส และระหว่างวันในวันเสาร์-อาทิตย์ ก่อนหรือหลังการใช้บริการฟิตเนส สถานที่ ได้แก่ บริเวณพักผ่อนของฟิตเนส หรือร้านกาแฟที่ใกล้กับบริเวณฟิตเนส ทำการนัดหมายเป็นรายบุคคลล่วงหน้า ช่วงเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลการสัมภาษณ์ระหว่าง เดือน มิถุนายน – กรกฎาคม พ.ศ. 2560 โดยมีการใช้เครื่องมือบันทึกเสียงระหว่างการสัมภาษณ์ และนำบันทึกการสัมภาษณ์ไปถอดบทสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ โดยผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์

การวิจัย การดำเนินการวิจัยอย่างละเอียด บอกให้ทราบถึงเรื่องที่จะทำการสัมภาษณ์ การขออนุญาต บันทึกเสียงการสัมภาษณ์ ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ การรักษาความลับโดยการทำลายบันทึกเสียง การให้สัมภาษณ์เมื่อสิ้นสุดการวิจัย การปกปิดชื่อและที่อยู่ของผู้ให้ข้อมูล การนำข้อมูลไปเผยแพร่ ในลักษณะภาพรวม และเฉพาะการนำเสนอทางวิชาการเท่านั้น ระยะเวลาให้สัมภาษณ์ ผู้ให้สัมภาษณ์ สามารถไม่ตอบคำถามใด ๆ ที่ไม่สะดวกใจ หรือยุติการให้ความร่วมมือในการวิจัยได้ตลอดเวลา ผู้วิจัยอธิบายข้อมูลและเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย มีการเซ็นต์ยินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยเก็บ ใบยินยอมและข้อมูลต่าง ๆ ไว้อย่างปลอดภัย

3.2 การศึกษาค้นคว้ารวบรวมแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จากตำราทางวิชาการ วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ บทความ วารสาร และข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต

4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เกี่ยวกับความคิดเห็นของเกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้หญิงที่ใช้บริการ ฟิตเนส (Fitness) โดยการคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์แบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) และคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เป็นแบบมีโครงสร้างคำถาม โดยมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

4.1.1 ผู้ศึกษานำบันทึกเสียงการสัมภาษณ์ และบันทึกภาคสนามมาถอดข้อความ เป็นคำต่อคำ ออกมาเป็นบทให้สัมภาษณ์ที่เป็นตัวอักษร ตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง โดยการฟัง บันทึกเสียงการสัมภาษณ์ร่วมกับการอ่านบทสัมภาษณ์ที่ถอดเป็นตัวอักษรว่าถูกต้อง ครบถ้วน

4.1.2 ผู้ศึกษาทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการวิเคราะห์เนื้อหา ตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1) อ่านบทสัมภาษณ์บรรทัดต่อบรรทัดซ้ำ ๆ เพื่อให้เกิดความคิด ความเข้าใจ รวบรวมเกี่ยวกับเรื่องที่ต้องการตามวัตถุประสงค์การวิจัย พยายามจับประเด็นคำให้สัมภาษณ์เป็น หมวดหมู่ และตั้งประโยค หรือข้อความสำคัญ ๆ ที่เกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้ให้สัมภาษณ์ที่มีต่อ ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง นำข้อความหรือประโยคสำคัญที่ทำการแยกไว้ มากำหนดความหมาย ในแต่ละข้อความของประโยคเพื่อใช้ในการจัดหมวดหมู่ของข้อความ

2) ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการใช้ตาราง Excel โปรแกรม Microsoft โดย นำมาจัดหมวดหมู่ หรือจัดเป็นประเด็นย่อย สรุปประเด็นย่อยที่มีเนื้อหาอยู่ในกลุ่มเดียวกันไว้ ด้วยกันเป็นประเด็นหลัก

3) ผู้ศึกษาทำการวิเคราะห์ข้อมูลเช่นนี้ทุกครั้ง หลังจากเสร็จสิ้นการสัมภาษณ์แต่ละบุคคล และได้ทำการวิเคราะห์รวบรวมข้อทั้งหมดอีกครั้งตามลำดับที่กล่าวมาข้างต้น

4) ผู้ศึกษานำข้อมูลที่วิเคราะห์ได้มาสรุปกับอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษา ค้นคว้าอิสระที่มีความเชี่ยวชาญในการทำวิจัยเชิงคุณภาพ

4.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statics) เป็นการหาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) และค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้ในการวิเคราะห์ดังนี้

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้บริการพัฒนาสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษาได้ทำการศึกษาจากเอกสารที่เกี่ยวข้องและการสัมภาษณ์ โดยมีรูปแบบการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้หญิงที่ใช้บริการฟิตเนส (Fitness) โดยการคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์แบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) และคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เป็นแบบมีโครงสร้าง คือ การสัมภาษณ์ที่นักวิจัยเตรียมคำถามล่วงหน้าเพื่อให้ผู้ให้สัมภาษณ์ได้ตอบคำถามในแต่ละข้อ โดยใช้การสัมภาษณ์รายบุคคล ซึ่งนักวิจัยจะสัมภาษณ์พลวิจัยเพียงคนเดียว ณ ช่วงเวลาหนึ่ง ๆ กล่าวคือ เป็นการสัมภาษณ์แบบตัวต่อตัว แล้วจึงรวบรวมข้อมูลที่ได้มาทำการสรุปและประมวลผลการวิจัย โดยได้ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย สมาชิกสถานออกกำลังกาย หรือ ฟิตเนส เพศหญิง จำนวน 30 คน ในจังหวัดฉะเชิงเทราได้ จากการวิเคราะห์ข้อมูลได้ผลการวิจัยแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้สัมภาษณ์

ส่วนที่ 2 ลักษณะการใช้บริการฟิตเนสของสมาชิกหญิง ในอำเภอเมือง
จังหวัดฉะเชิงเทรา

ส่วนที่ 3 ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้สัมภาษณ์

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้สัมภาษณ์ซึ่งเป็นสมาชิกฟิตเนสเพศหญิง
ในจังหวัดฉะเชิงเทรา

(30 คน)

ลักษณะ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อายุ		
น้อยกว่า 20 ปี	1	3.33
20 – 30 ปี	9	30.00
31 – 40 ปี	16	53.33
41 – 55 ปี	4	13.33

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

(30 คน)		
ลักษณะ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อาชีพ		
นักเรียน นักศึกษา	1	3.33
บริษัทเอกชน	23	76.67
ราชการ	4	13.33
อื่น ๆ	2	6.67

จากตารางที่ 4.1 พบว่าผู้ให้สัมภาษณ์เพศหญิง ซึ่งเป็นสมาชิกพัฒนสแบบรวมชาย-หญิง จำนวน 30 คน ส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 31-40 ปี ร้อยละ 53.33 และมีอาชีพทำงานบริษัทเอกชนมากที่สุดร้อยละ 76.67

ส่วนที่ 2 ลักษณะการใช้บริการพัฒนสของสมาชิกหญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

ตารางที่ 4.2 ลักษณะการใช้บริการพัฒนสของผู้ให้สัมภาษณ์ซึ่งเป็นสมาชิกพัฒนสเพศหญิง
ในจังหวัดฉะเชิงเทรา

(30 คน)		
ลักษณะ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ลักษณะการออกกำลังกาย		
ประจำ	28	93.33
ไม่ประจำ	2	6.67
สถานภาพสมาชิกพัฒนส		
รายเดือน	18	60.00
รายปี	12	40.00

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

(30 คน)		
ลักษณะ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระยะเวลาที่เป็นสมาชิกฟิตเนส		
ต่ำกว่า 6 เดือน	18	60.00
6 – 11 เดือน	1	3.33
1 – 2 ปี	9	30.00
จำนวนครั้งในการใช้บริการฟิตเนส (ต่อหนึ่งสัปดาห์)		
2 – 3 ครั้ง	12	40.00
4 – 5 ครั้ง	7	23.33
มากกว่า 5 ครั้ง	11	36.67

จากตารางที่ 4.2 พบว่าผู้สัมภาษณ์เพศหญิงซึ่งเป็นสมาชิกฟิตเนสแบบรวมชาย-หญิง จำนวน 30 คน ส่วนใหญ่อายุ 31 – 35 ปี ร้อยละ 40 อาชีพ ทำงานประจำ ร้อยละ 96.67 มีภูมิลำเนาอยู่ จังหวัดฉะเชิงเทรา ร้อยละ 96.67 โดยออกกำลังกายเป็นประจำ ร้อยละ 93.33 สถานภาพสมาชิกฟิตเนสรายเดือน ร้อยละ 60 ระยะเวลาที่เป็นสมาชิกฟิตเนส ต่ำกว่า 6 เดือน ร้อยละ 60 ความถี่ในการใช้บริการฟิตเนสต่อหนึ่งสัปดาห์ 2-3 ครั้ง ร้อยละ 40

ส่วนที่ 3 ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง

ผลจากการศึกษาความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงครั้งนี้ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ด้านความสนใจในการเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง มาใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง

ส่วนที่ 2 ด้านการให้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

ส่วนที่ 1 ด้านความสนใจในการเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง มาใช้ บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง

ผลจากการศึกษาพบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนมากมีความสนใจค่อนข้างน้อยในการที่จะเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง ที่ตนเองใช้บริการอยู่ในปัจจุบันไปใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง โดยมีปัจจัยในหลาย ๆ ด้านที่มีผลต่อความสนใจ ดังนี้

1. ปัจจัยด้านความสะดวกในการเดินทางไปใช้บริการพร้อมกับสมาชิกเพศชายในครอบครัว

ฟิตเนสรวมชาย-หญิง ทำให้สมาชิกฟิตเนส เพศหญิง สามารถมาใช้บริการพร้อมกับบุคคลในครอบครัวได้ เกิดความสะดวกสบายในการเดินทางมาพร้อมกับสมาชิกในครอบครัวเพศชาย หรือเพื่อนชายได้ โดยผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนหนึ่งได้เดินทางมาใช้บริการฟิตเนสในปัจจุบันพร้อมกับสมาชิกในครอบครัวที่เป็นเพศชาย หรือเพื่อนชาย จึงไม่มีความสนใจที่จะเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง มาใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง เพราะสามารถมาใช้บริการพร้อมกับสมาชิกชายในครอบครัว หรือเพื่อนชายได้ ดังคำพูดของผู้ให้สัมภาษณ์ต่อไปนี้

“มีความสะดวกในการมาใช้บริการฟิตเนสปัจจุบันอยู่แล้ว ที่รวมทั้งชายหญิง เพราะสามารถมาเล่นพร้อมกับแฟนได้” (IN02)

“ฟิตเนสรวมดีนะ ทำให้เรามาร่วมเล่นฟิตเนสพร้อม ๆ กันได้ในครอบครัว ถ้ามีฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง คิดว่าคงไม่ไปใช้บริการ เพราะอาจจะไม่สะดวกในการเดินทาง เพราะตอนนี้เดินทางมาพร้อมกับครอบครัว” (IN03)

“คงไม่ไปใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงหรอก เพราะชอบแบบที่ใช้อยู่ในปัจจุบันเพราะมาเล่นพร้อมกับแฟนได้ สะดวกกว่าในการเดินทางมาเล่น” (IN08)

“ฟังพอใจฟิตเนสรวม เพราะสามารถเล่นพร้อมกันเป็นครอบครัวได้” (IN12)

“ไม่คิดว่ามีความจำเป็นต้องมีฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง เพราะฟิตเนสรวมที่ใช้อยู่ปัจจุบันก็คืออยู่แล้ว เพราะสามารถมาออกกำลังกายพร้อมกับแฟนได้เป็นการได้ใช้เวลาร่วมกันด้วย” (IN15)

“มาเล่นฟิตเนสพร้อมกับแฟน หากไปใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ก็คงไม่สะดวกในเรื่องการเดินทางไป” (IN27)

2. ปัจจัยด้านความน่าเชื่อถือของผู้ฝึกสอนเพศชาย

จากการใช้บริการฟิตเนสที่มีผู้ฝึกสอน หรือเทรนเนอร์เพศชาย ทำให้เกิดความน่าเชื่อถือมากกว่าผู้ฝึกสอนเพศหญิง โดยผู้ฝึกสอนหรือเทรนเนอร์ถือว่ามียุทธศาสตร์ที่สำคัญ

ในฟิตเนส เพราะจากการศึกษาพบว่า ผู้ใช้บริการฟิตเนสให้ความสำคัญกับผู้ฝึกสอนในการเลือกใช้บริการฟิตเนส

สุริพร โรจนศิริ (2547) เรื่อง ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) การศึกษาค้นคว้าเพื่อศึกษาความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 กลุ่มตัวอย่างเป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายหลายชั้นตอน โดยแยกเป็นเพศชาย 200 คน เพศหญิง 200 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายของศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เมื่อรวบรวมข้อมูลแล้ว จากนั้นดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า ด้านบุคลากร กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และสมาชิกทั้งหมดมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.00 40.27 40.31 41.42 และ 54.50 ตามลำดับ ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกีฬา ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ให้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในและนอกเวลาสอนกิจกรรม ผู้ฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิก ผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้ อย่างถูกต้องตามขั้นตอนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

จากผลงานวิจัยครั้งนี้ทำให้พบว่าผู้ฝึกสอนหรือเทรนเนอร์มีบทบาทความสำคัญต่อผู้ให้บริการ โดยผู้ฝึกสอนต้องสามารถดำเนินการฝึกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอนเป็นความเห็นที่อยู่ในระดับมาก เช่นเดียวกับผลการสัมภาษณ์ ที่มีความเห็นต่อผู้ฝึกสอนหรือเทรนเนอร์ และเพศชายที่มีความน่าเชื่อถือมากกว่า อาจเพราะเพศชายมีความแข็งแรง และมีคำแนะนำในการเล่นเครื่องเล่นต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ดังคำพูดของผู้ให้สัมภาษณ์ดังนี้

“ใช้ฟิตเนสรวมดีอยู่แล้ว เพราะชอบเทรนเนอร์ผู้ชายมากกว่าผู้หญิง เทรนเนอร์ผู้ชายคุณแข็งแรงและมีรูปร่างที่ดี ที่ผ่านมาให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดีในเรื่องการใช้อุปกรณ์ และเกี่ยวกับการเพิ่มน้ำหนัก หรือลดน้ำหนัก เทรนเนอร์ชายทำให้เกิดความเชื่อมั่นและเชื่อถือมากกว่า” (IN25)

3. ปัจจัยด้านความพึงพอใจในฟิตเนสรวมชาย-หญิงที่ให้บริการอยู่ในปัจจุบัน

เมื่อการให้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิงได้สร้างความพึงพอใจให้กับผู้ให้บริการอยู่แล้วในปัจจุบัน ซึ่งผู้ให้สัมภาษณ์ไม่เคยประสบปัญหาจากการใช้บริการร่วมกับสมาชิกชาย ทำให้มีความพึงพอใจในบริการที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน จึงไม่มีความสนใจที่จะเปลี่ยนการใช้

บริการจากฟิตเนสรวมชาย-หญิง ไปใช้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ด้วยวัยและวุฒิภาวะของคนที่มาใช้บริการฟิตเนสส่วนใหญ่เป็นวัยผู้ใหญ่ และทำงาน ทำให้สมาชิกฟิตเนสมีมารยาทในการใช้บริการ ทำให้ไม่เกิดปัญหาในการเล่นร่วมกันไม่ว่าจะเป็นชายหรือหญิง นอกจากนี้การให้บริการร่วมกับสมาชิกชายอาจจะยังสร้างความประทับใจ เพราะสมาชิกทั้งหญิงและชายต่างให้คำแนะนำในการเล่นเครื่องเล่นต่าง หรือมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกันด้วย ดังคำพูดของผู้ให้สัมภาษณ์ดังนี้

“ชอบใช้ฟิตเนสรวม เพราะช่วยกันเทรน ได้ ต่างคนต่างให้คำแนะนำกัน และกัน” (IN16)

“พอใจฟิตเนสรวมอยู่แล้ว เหมือนบ้านหลังที่ 2 มีเพื่อนมากมาย หน้าใหม่ ๆ ทั้งชาย-หญิง แลกเปลี่ยนประสบการณ์การเล่นเวทต่าง ๆ” (IN17)

“ชอบใช้ฟิตเนสรวมเพราะก็เล่นร่วมกันแล้วสนุกคึกคะ ได้ดูการเล่นของแต่ละคน ได้รับความรู้เพิ่มเติมได้ด้วย” (IN20)

“เวลาไปออกกำลังกายในฟิตเนสรวมหญิง-ชาย สามารถทำให้ตนเองมีต้นแบบหรือตัวอย่างในการออกกำลังกายในเครื่องอุปกรณ์บางอย่างที่อยากเล่น หรือมีความสนใจอยู่แล้ว บางครั้งก็จะขอคำแนะนำกับสมาชิกผู้ชายท่านั้น ๆ ซึ่งที่ผ่านมาก็ได้รับคำแนะนำจนสามารถรู้ถึงเทคนิค และเล่นอุปกรณ์นั้น ๆ ได้ ทำให้มีแรงจูงใจในการฝึกอุปกรณ์นั้น ๆ ให้ดีขึ้นไปอีกให้ได้” (IN21)

“ชอบมาเล่นฟิตเนสพร้อมกับกลุ่มเพื่อน ๆ ทั้งผู้ชายและผู้หญิง มากันเป็นกลุ่ม ๆ สนุกดี จะได้คอยช่วยกันเทรนในสิ่งต่าง ๆ ที่ใครรู้มากกว่าก็เอามาแนะนำให้กันและกันได้ แต่ถ้ามีฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงก็น่าสนใจถ้าหากมาเปิดก็อาจจะไปลองเล่นดู” (IN29)

“คิดว่าฟิตเนสรวมชาย-หญิงที่ให้บริการอยู่ในปัจจุบันก็ดีอยู่แล้วนะ ไม่เคยมีปัญหาเกี่ยวกับสมาชิกชายเลยไม่แน่ใจว่าถ้ามีการเปิดฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงจะย้ายไปใช้บริการหรือเปล่า เพราะทุกวันนี้ที่ให้บริการอยู่ที่พอใจแล้ว” (IN01)

“ใช้บริการฟิตเนสรวมก็ไม่มีปัญหาอะไร ไม่มีความคิดที่จะเปลี่ยนไปใช้ฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงหรอก” (IN06)

“ฟิตเนสที่ให้บริการอยู่มีคลาสที่ตอบโจทย์ และมีสมาชิกชาย-หญิงที่น่ารักและเอื้อเฟื้อกันดี ยังไม่มีเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกว่าความเป็นสมาชิกฟิตเนสรวมกับผู้ชายจะมีปัญหาอะไรบ้าง” (IN10)

“เฉย ๆ เพราะที่ให้บริการอยู่ตอนนี้ก็ดีอยู่แล้ว ฟิตเนสมีรวมทั้งชายหญิงก็ดี ไม่มีปัญหาอะไร มีเพื่อนต่างเพศเพิ่มขึ้น ให้คำแนะนำบางครั้งเกี่ยวกับการออกกำลังกาย” (IN22)

“พอใจกับฟิตเนสรวมทุกวันนี้แล้ว ได้ดูการเล่นของแต่ละคนด้วยเพื่อที่จะได้เล่นตามได้ในบางครั้ง” (IN23)

ส่วนที่ 2 ด้านการให้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

1. ด้านสถานที่

จากการศึกษาพบว่า สถานที่ที่ตั้งต้องมีความเหมาะสม สะดวกในการเดินทางจากที่พักอาศัย มีที่จอดรถมากเพียงพอ และมีสะอาดและปลอดภัย ความสะอาดของอุปกรณ์กีฬาแต่ละชนิดภายในฟิตเนสเป็นสิ่งสำคัญด้วย ในขณะเดียวกันต้องมีความปลอดภัยมีไฟในจุดต่าง ๆ ที่เพียงพอ โดยจากการศึกษาผลงานวิจัยของอัญชลี วุฒิสักดิ์ (บทคัดย่อ, 2549) ศึกษาความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม เป็นเพศหญิง และเพศชาย ในจำนวนที่เท่ากันมากกว่าครึ่งมีอายุ 26-35 ปี ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีสถานภาพโสดจำนวนมากที่สุดมีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 – 20,000 บาท พฤติกรรมการใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม จำนวนมากที่สุดออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา 3-4 วัน/สัปดาห์ ช่วงเวลาออกกำลังกายในแต่ละครั้งประมาณ 30-60 นาที ใช้บริการศูนย์ฟิตเนสฯ ต่ำกว่า 1 ปี โดยไม่ได้เป็นสมาชิกศูนย์ฟิตเนสฯ การบริการที่กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากได้แก่ ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ ความสะอาดของสถานที่เล่นกีฬาแต่ละชนิด และความทันสมัยของอุปกรณ์ที่จัดบริการในการออกกำลังกาย ระดับความพึงพอใจในด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากได้แก่ ความพอเพียงของสถานที่จอดรถ ความสะอาดของสถานที่เล่นกีฬาแต่ละชนิดที่มาใช้บริการ และพอใจในความทันสมัยของอุปกรณ์ที่จัดบริการในการออกกำลังกาย ระดับความพึงพอใจในด้านความปลอดภัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากได้แก่ ความปลอดภัยของอุปกรณ์ในการเล่นกีฬา และความเหมาะสมของการเปิดไฟตามจุดต่าง ๆ

ดังที่ได้กล่าวไปแล้วนั้นเกี่ยวกับสถานที่ ทั้งนี้ผู้ให้สัมภาษณ์ได้ให้ความสำคัญเกี่ยวกับสถานที่โดยส่วนมาก สถานที่ที่ตั้งต้องมีทำเลที่ใกล้กับที่พักอาศัย และมีความปลอดภัย มีที่จอดรถเพียงพอ โดยบางท่านให้ให้ความสำคัญกับสถานที่ตั้งเป็นอันดับแรก เพราะไม่ต้องการเดินทางไกล ส่วนหนึ่งอาจจะมาจากการที่ผู้ใช้บริการฟิตเนสส่วนมากอยู่ในวัยทำงาน ทำให้เวลาที่มาใช้บริการเป็นเวลาเย็น หากต้องเดินทางไกล ๆ อาจจะไม่สะดวก เพราะจะทำให้เหนื่อยมากเกินไป ดังนั้นด้วยเหตุผลนี้ทำเลที่ตั้งของฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงควรมีทำเลที่ตั้งที่ดี ใกล้กับตัวเมืองฉะเชิงเทรา เพื่อความสะดวกต่อสมาชิกที่จะไปใช้บริการ ดังคำให้สัมภาษณ์ต่อไปนี้

“ฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงหรือ ถ้ามีเปิดขึ้นในแปดริ้ว (ในที่นี้ผู้สัมภาษณ์ หมายถึง จังหวัดฉะเชิงเทรา) ก็ต้องดูก่อนว่าทำเลที่ตั้งอยู่ที่ไหน แล้วมีอะไรน่าสนใจบ้างที่นอกเหนือจากฟิตเนสรวมที่มี ๆ อยู่ ถ้ามีอะไรแตกต่างก็อาจจะไปใช้บริการสักหนึ่งเดือนก่อน ถ้าดีก็ค่อยต่อสมาชิกแต่ถ้าไม่ดีก็คงกลับมาใช้ฟิตเนสรวมเหมือนเดิม” (IN2)

“ฟิตเนสควรมีทำเลที่สะดวกในการเดินทาง มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครันสำหรับผู้มาใช้บริการ เช่น ที่จอดรถ มีความปลอดภัยในการมาใช้บริการ” (IN5)

“เลือกใช้ฟิตเนสเพราะใกล้บ้านมากที่สุด รองลงมาคือการบริการที่ดี มีเจ้าหน้าที่คอยแนะนำเกี่ยวกับเครื่องเล่นต่าง ๆ และมีคลาสที่น่าสนใจเยอะ ๆ” (IN8)

“เลือกฟิตเนสปัจจุบันเพราะสถานที่อยู่ใกล้บ้านไป-กลับสะดวก ต่อมาที่ราคาไม่แพงมากจนเกินไป บรรยากาศที่ดี มีเทนเนอร์ที่อรรถยาศัยดี” (IN12)

“เพราะที่ตั้งใกล้ที่พักอาศัย มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบ มีที่จอดรถเพียงพอ มีคลาสหลากหลายในปัจจุบัน เช่น โยคะ เต้นแอโรบิก คอมแบต และราคามีความเหมาะสม ตนเองสามารถที่จะจ่ายได้” (IN14)

“สถานที่ไม่ไกลจากที่พัก เครื่องเล่นอุปกรณ์ต้องครบและเพียงพอต่อจำนวนสมาชิก และชอบที่นี่เพราะมีคลาสเยอะ สามารถเลือกเข้าคลาสใดก็ได้ในแต่ละวัน และได้มีเพื่อนใหม่ ๆ จากการเข้าคลาส แลกเปลี่ยนพูดคุยกันเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ควบคุมน้ำหนัก เพื่อสร้างแรงจูงใจให้แก่กันและกันได้เป็นอย่างดี” (IN19)

“ฟิตเนสควรมีทำเลที่สะดวกในการเดินทาง มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครันสำหรับผู้มาใช้บริการ เช่น ที่จอดรถ มีความปลอดภัยในการมาใช้บริการ” (IN20)

“เหตุผลที่เลือกใช้ฟิตเนสเลือกจากสถานที่ตั้งเดินทางสะดวกจากที่บ้าน การบริการที่ดีของสตาฟฟ์และเทนเนอร์ และมีคลาสที่น่าสนใจมีลู่วิ่งเยอะ ๆ” (IN21)

“เลือกฟิตเนสจากการแนะนำของเพื่อน และสถานที่เดินทางไม่ไกลมากนัก เมื่อมาใช้แล้วก็ประทับใจมีการบริการที่ดี มีอุปกรณ์ครบ และราคาก็เหมาะสมดี” (IN26)

“ถ้าให้ลำดับเหตุผลสามอย่างจากมากไปหาน้อยของการเลือกฟิตเนสก็คือ สถานที่ใกล้บ้าน คลาสมีความน่าสนใจ และราคาสมเหตุสมผล ไม่แพงเกินไปเพราะฟิตเนสก็ไม่ได้มีมาตรฐานที่ดีมากเหมือนฟิตเนสใหญ่ ๆ ในกรุงเทพฯ” (IN28)

2. ด้านอุปกรณ์ และกิจกรรมคลาสต่าง ๆ

จากการศึกษาพบว่า สมาชิกหญิงส่วนใหญ่ให้ความสำคัญเกี่ยวกับกิจกรรมคลาสต่าง ๆ มากที่สุดรองลงมาเป็นอุปกรณ์ เครื่องเล่นออกกำลังกายต่าง ๆ ภายในฟิตเนส โดยให้ความคิดเห็นต่อฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงว่าต้องมีกิจกรรมคลาสที่เพียงพอ และเหมาะสม

ต่อผู้มาใช้บริการ โดยควรมีในเวลาที่แตกต่างกันในแต่ละช่วงเวลาเพื่อให้สมาชิกหญิงที่มาใช้บริการสามารถมาใช้บริการในเวลาต่าง ๆ ได้ เช่น สมาชิกหญิงที่อยู่ในทำงานประจำ ก็สามารถมาใช้บริการได้ในเวลาเย็น สมาชิกหญิงที่เป็นแม่บ้านก็สามารถมาใช้บริการคลาสต่าง ๆ ได้ในเวลาระหว่างวัน โดยให้ความเห็นว่าควรมีคลาสที่แตกต่างกันในแต่ละช่วงเวลาของวัน และควรมีลู่วิ่งให้เพียงพอต่อการใช้บริการ เพราะสมาชิกหญิงส่วนมากจะใช้บริการเกี่ยวกับลู่วิ่งมากที่สุด อาจเพราะเป็นการออกกำลังกายที่ไม่มากหรือน้อยจนเกินไปสำหรับสมาชิกหญิง นอกจากนี้ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงควรมีเครื่องวัดไขมัน น้ำ กล้ามเนื้อ ไร้ออกซิเจนด้วย เพราะผู้หญิงต้องการทราบสถานะร่างกายในส่วนต่าง ๆ เพื่อที่จะสามารถควบคุมร่างกายให้มีรูปร่างที่ดีได้ โดยสามารถออกกำลังกายให้ถูกต้องได้ และในการออกกำลังกายในคลาสต่าง ๆ ควรมีการเปลี่ยนท่าทาง และเพลงที่ใช้อยู่เสมอ นอกจากควรมีมุมโภชนาการเสริมเป็นอีกหนึ่งกิจกรรมเพื่อให้คำแนะนำต่อผู้ใช้บริการดังกล่าวของผู้ให้สัมภาษณ์ดังนี้

“หากมีการเปิดฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ก็อาจไปใช้บริการ แต่ต้องมีกิจกรรมที่แตกต่างจากฟิตเนสรวมที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน ต้องมีคลาสเยอะ ๆ มีลู่วิ่งและเครื่องเล่นอื่น ๆ ที่เพียงพอ” (IN3)

“หากมีฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงมาเปิดบริการอยากให้มีเครื่องวัด ไขมัน น้ำ กล้ามเนื้อ บริการด้วย”

“ฟิตเนสผู้หญิงควรมีคลาสเยอะ ๆ กระจายตามเวลาที่เหมาะสม เช่น เช้า สาย บ่าย เย็น เพราะผู้หญิงที่เป็นมนุษย์แม่ จะมีเวลาที่สะดวกต่างจากผู้หญิงที่เป็นมนุษย์ทำงานออฟฟิศ เช่น จัดคลาสในช่วงสาย ๆ หรือบ่ายแก่ ๆ สำหรับบรรดาแม่ ๆ ที่ได้ส่งลูกไปโรงเรียนแล้วหรือก่อนจะไปรับลูกที่โรงเรียนในตอนเย็น”

“ควรมีคลาสต่าง ๆ สำหรับผู้หญิงโดยเฉพาะ และควรมีการออกกำลังกายในหลายหลายท่าทาง เช่น เพลงไม่ซ้ำในคลาสเดิน เพราะถ้าเพลงเดิม ทำเดิมทุกครั้งก็จะน่าเบื่อทำให้ไม่สนุก”

“อยากให้มีมุมแนะนำเรื่องโภชนาการ อาจจะเป็นป้ายคัดบทความดี ๆ ที่เกี่ยวกับโภชนาการ หรือสาระนั้นี่เกี่ยวข้องและส่งเสริมให้ออกกำลังกายได้ดีและเห็นผล”

นอกจากนี้จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า รูปแบบการออกกำลังกายที่ชื่นชอบคือการเดิน แอโรบิคแดนซ์ โยคะ และศิลปะป้องกันตัวประกอบเพลง ซึ่งมีเป็นกิจกรรมคลาสของฟิตเนส ทำให้ฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงควรมีความสำคัญเกี่ยวกับการออกกำลังกายในคลาสต่าง ๆ ควรจัดให้มีคลาสต่าง ๆ ที่หลากหลาย โดยจากการศึกษางานวิจัยของ สุรเชษฐ์ วิศวธีรานนท์ (2548, บทคัดย่อ) จากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งครองใจผู้บริโภคของ

ธุรกิจสถานออกกำลังกายภายในเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมของผู้บริโภคและมูลเหตุจูงใจของลูกค้าต่อสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานครและศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งครองใจผู้บริโภคของธุรกิจสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างสมาชิกของสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร 18 แห่ง ด้วยแบบสอบถามจำนวน 400 ฉบับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ และค่าร้อยละ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

เหตุผลที่เลือกสถานออกกำลังกายคือ อยู่ใกล้บ้านหรือที่ทำงาน (ร้อยละ 56.25) และมีอุปกรณ์ทันสมัย (ร้อยละ 33.25) ผู้บริโภคยินดีต่ออายุการเป็นสมาชิกในสถานออกกำลังกายเดิม (ร้อยละ 84.25) รูปแบบการออกกำลังกายที่ชอบคือการเดินแอโรบิคแดนซ์ (ร้อยละ 62.75) โยคะ (ร้อยละ 45.00) และศิลปะการป้องกันตัวประกอบเพลง (ร้อยละ 45.00) พบว่ามีกิจกรรมคลาสที่ได้รับความนิยมมากที่สุดคือ การเดินแอโรบิคแดนซ์ รองลงมาคือโยคะและศิลปะการป้องกันตัวประกอบเพลงตามลำดับ จากการศึกษาครั้งนี้ทำให้พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งครองใจผู้บริโภคของธุรกิจสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานครนั้นได้รวมไปถึงกิจกรรมคลาสทั้งสามด้วยที่เป็นรูปแบบการออกกำลังกายที่ชอบมากที่สุดตามลำดับ

3. ด้านราคาค่าบริการสมาชิก

ราคาค่าบริการสมาชิกเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ต้องคำนึงถึงสำหรับการเข้าเป็นสมาชิกฟิตเนส แต่จากการสัมภาษณ์ความคิดเห็นต่อฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมืองจังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่า มีเพียงผู้ให้สัมภาษณ์บางท่านเท่านั้นที่ให้ความสนใจเกี่ยวกับราคา ส่วนหนึ่งอาจจะเป็นเพราะราคาสมาชิกฟิตเนสในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรามีราคาไม่สูงมาก เฉลี่ยอยู่ที่ 800 – 1500 บาท หากเทียบกับค่าบริการในฟิตเนสระดับใหญ่ ๆ ในจังหวัดใหญ่ ๆ ถือได้ว่าราคาไม่สูงมากนัก ทำให้ราคาไม่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกฟิตเนสในอำเภอเมืองจังหวัดฉะเชิงเทรา โดยควรมีราคาโปรโมชั่นพิเศษให้กับนักเรียน และนักศึกษาที่ยังไม่มีรายได้ด้วย โดยมีผู้ให้สัมภาษณ์ที่ให้ความสนใจเกี่ยวกับราคาดังคำพูดต่อไปนี้

“เลือกฟิตเนสจากการแนะนำของเพื่อน และสถานที่เดินทางไม่ไกลมากนัก เมื่อมาใช้แล้วก็ประทับใจมีการบริการที่ดี มีอุปกรณ์ครบ และราคาก็เหมาะสมดี” (IN05)

“ถ้าให้ลำดับเหตุผลสามอย่างจากมากไปหาน้อยของการเลือกฟิตเนสก็คือ สถานที่ใกล้บ้าน คลาสมีความน่าสนใจ และราคาสมเหตุสมผล ไม่แพงเกินไปเพราะฟิตเนสก็ไม่ได้มีมาตรฐานที่ดีมากเหมือนฟิตเนสใหญ่ ๆ ในกรุงเทพฯ” (IN09)

“ฟิตเนสควรมีบริการที่ดี เครื่องเล่นพร้อมหลากหลาย และราคาที่จัดโปรโมชั่นให้กับนักเรียน นักศึกษาด้วย” (IN10)

“เลือกฟิตเนสปัจจุบันเพราะสถานที่อยู่ใกล้บ้านไป-กลับสะดวก ต่อมา
ก็ราคาไม่แพงมากจนเกินไป บรรยากาศที่ดี มีเทนเนอร์ที่อรรถยาศัยดี” (IN12)

“เพราะที่ตั้งใกล้ที่พักอาศัย มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบ มีที่จอดรถ
เพียงพอ มีคลาสหลากหลายในปัจจุบัน เช่น โยคะ เต้นแอโรบิก คอมแบต และราคามีความ
เหมาะสม ตนเองสามารถที่จะจ่ายได้” (IN14)

นอกจากนี้จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องของรุ่งทิwa มุสิทธีมณี (2558)
เรื่อง ความคาดหวังของผู้บริโภคชาวไทยต่อการใช้บริการฟิตเนสเซ็นเตอร์ ผลการวิจัยในครั้งนี้
แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคาดหวังต่อการใช้บริการฟิตเนสเซ็นเตอร์โดยรวมเท่ากับ 4.08
จัดอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์
ด้านการกระตุ้น มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดเท่ากับ 4.23 จัดอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ความ
คาดหวังต่อความสะดวกสบายเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเน
สเซ็นเตอร์ด้านสภาพแวดล้อมภายในฟิตเนสเซ็นเตอร์และความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้าน
การพิจารณาส่วนบุคคลและความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านราคา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 จัดอยู่
ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านต่อความต้องการในการพักผ่อน มีค่าเฉลี่ย
เท่ากับ 4.13 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านการให้ข้อมูล มีค่าเฉลี่ย
เท่ากับ 4.08 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านโอกาสทางสังคม มีค่าเฉลี่ย
เท่ากับ 3.99 จัดอยู่ในระดับมาก ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านโปรแกรมที่น่าสนใจ ค่าเฉลี่ย
เท่ากับ 3.90 จัดอยู่ในระดับมากและความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้านสิทธิพิเศษ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ
3.67 จัดอยู่ในระดับมาก สมมติฐานที่ 1.2 อายุที่แตกต่างกันทำให้ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์
ของผู้บริโภคชาวไทยที่แตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า ผู้บริโภคชาวไทยที่มีอายุแตกต่างกันส่งผลให้
ความคาดหวังที่มีต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ของผู้บริโภคชาวไทยด้านสภาพแวดล้อมภายใน
ฟิตเนสเซ็นเตอร์ ด้านทัศนคติของพนักงาน ด้านโอกาสทางสังคม ด้านการให้ข้อมูล ด้านโปรแกรม
ที่น่าสนใจ ด้านการพิจารณาส่วนบุคคล ด้านราคา ด้านสิทธิพิเศษ ด้านความต้องการในการพักผ่อน
ด้านการกระตุ้น ด้านความสะดวกสบาย และด้านความคาดหวังต่อบริการฟิตเนสเซ็นเตอร์โดยรวม
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ตั้งแต่ว่าระดับ 0.05-0.001 จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ทำให้
ทราบว่าความคาดหวังในด้านราคาเกิดจากผู้บริโภคชาวไทยที่มีอายุที่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ
การสัมภาษณ์เกี่ยวกับนักเรียน นักศึกษาที่มีความคิดเห็นต่อฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง
ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทราที่ต้องการให้มีราคาพิเศษเฉพาะสำหรับนักเรียน นักศึกษา
ด้วยนักเรียน นักศึกษาที่ไม่มีรายได้นัก มีเพียงค่าใช้จ่ายที่ได้รับจากที่บ้าน ทำให้ปัจจัย
เรื่องราคามีส่วนต่อการตัดสินใจเลือกใช้บริการฟิตเนสด้วย

นอกจากนี้จากงานวิจัยของสมคิด ฉิมอาจารย์ (บทคัดย่อ, 2548) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านประชากรศาสตร์กับส่วนประสมทางการตลาดและพฤติกรรมการใช้ฟิตเนส เซ็นเตอร์ในเขตเทศบาลนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น พบว่า ผู้บริโภคที่มีรายได้ที่แตกต่างกัน ไม่มีความสัมพันธ์กับด้านผลิตภัณฑ์และบริการ ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านลักษณะทางกายภาพและด้านกระบวนการในการให้บริการ แต่มีความสัมพันธ์กับด้านราคา จากผลงานวิจัยครั้งนี้สอดคล้องเกี่ยวกับการสัมภาษณ์ความคิดเห็นต่อการบริการฟิตเนสสำหรับผู้หญิงในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา คือ ผู้บริโภคที่มีรายได้ที่แตกต่างกัน มีความสัมพันธ์เกี่ยวกับด้านราคา จึงจะเห็นได้ว่าราคาเป็นปัจจัยหนึ่งในการพิจารณาเลือกใช้บริการฟิตเนสของผู้บริโภคที่มีรายได้ไม่มาก ทำให้ฟิตเนสควรต้องพิจารณาให้มีราคาพิเศษที่เหมาะสมกับผู้ที่มีรายได้น้อย หรือนักเรียน นักศึกษาด้วย

4. ด้านการให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทนเนอร์ (ผู้ฝึกสอนการออกกำลังกาย)

จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์มีความคิดเห็นต่อการให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทนเนอร์ว่าเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญต่อการเลือกใช้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง โดยผู้ให้สัมภาษณ์มีความต้องการให้ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง มีบริการเจ้าหน้าที่ดี และมีเทนเนอร์ที่ชำนาญและให้คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายได้เป็นอย่างดี และมีอธยาศัยที่ดี เข้าไปแนะนำโดยที่ไม่ต้องรอให้สมาชิกต้องเข้าไปคุยด้วยก่อน เพราะสมาชิกบางคนก็ไม่กล้าที่จะเข้าไปขอคำแนะนำจากเทนเนอร์ ดังคำพูดของผู้ให้สัมภาษณ์ ดังนี้

“ฟิตเนสควรมีการบริการที่ดี มีเจ้าหน้าที่คอยแนะนำเกี่ยวกับเครื่องเล่นต่าง ๆ และมีคลาสที่น่าสนใจเยอะ ๆ” (IN08)

“ฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง หากเปิดบริการต้องมีการบริการที่ดี มีพนักงานน่ารัก เทนเนอร์ที่เก่ง ๆ คอยแนะนำให้รู้จักวิธีการเล่นเครื่องเล่น ทำต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดีด้วย” (IN19)

“ควรมีเทนเนอร์ที่อธยาศัยดี ให้คำแนะนำได้ บางครั้งอาจจะต้องเข้ามาคุยกับสมาชิกก่อน เพราะสมาชิกบางคนก็ไม่กล้าเข้าไปคุยกับเทนเนอร์” (IN26)

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องของอัญชลี วุฒิสักดิ์ (2549). เรื่อง ความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย การศึกษาความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย วัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้มาใช้บริการในศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย และเพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคของการให้บริการในศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้ทำให้ทราบถึงความพึงพอใจ และทำให้ทราบถึงปัญหาและอุปสรรคของผู้มาใช้บริการในศูนย์ฟิตเนส

การกีฬาแห่งประเทศไทย เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้บริหารในการพัฒนาการให้บริการ และการบริหารภายในศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทยให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น และนำผล การศึกษาไปใช้ปรับปรุงการให้บริการในศูนย์ฟิตเนสการกีฬาแห่งประเทศไทยเพื่อสร้างความ พึงพอใจให้ผู้มาใช้บริการได้มากที่สุด โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากการแจกแบบสอบถาม ประชากรที่ ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ที่มาใช้บริการศูนย์ฟิตเนสการกีฬาแห่งประเทศไทย ทั้งที่เป็นสมาชิกของ ศูนย์ฟิตเนส และไม่เป็นสมาชิก (นักกีฬาทีมชาติพนักงานและเจ้าหน้าที่ของการกีฬาแห่งประเทศไทย) สำหรับการศึกษาคั้งนี้ผู้ศึกษาใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 100 คน ทำสุ่มแบบบังเอิญ ผลจาก การศึกษาพบว่า ระดับความพึงพอใจในการบริการ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ใน ระดับมาก ได้แก่ ความมีมนุษยสัมพันธ์ของเจ้าหน้าที่ และความสนใจและเอาใจใส่ของเจ้าหน้าที่ จากการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้ใช้บริการในศูนย์ฟิตเนสการกีฬาแห่งประเทศไทย พบว่าปัจจัยหนึ่งในความพึงพอใจคือ ความมีมนุษยสัมพันธ์ของเจ้าหน้าที่ และความสนใจและเอา ใจใส่ของเจ้าหน้าที่ ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของผู้ให้สัมภาษณ์ในเรื่องของการให้บริการและ ความมีอริยาศัยเป็นอย่างดีของเจ้าหน้าที่

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องของณัฐวดี เกษสมบุรณ์ (2549, บทคัดย่อ) จากการศึกษาการตัดสินใจเลือกใช้บริการฟิตเนส ของผู้บริโภคใน กรุงเทพมหานครพบว่าผู้บริโภคที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 65.06 มีอายุ ระหว่าง 25-35 ปี ร้อยละ 50.38 การศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี ร้อยละ 66.33 โดยมีอาชีพเป็น พนักงานบริษัท เอกชน ร้อยละ 45.57 และมีรายได้ส่วนบุคคลต่อเดือน ระหว่าง 10,000-20,000 บาท ร้อยละ 35.44 การตัดสินใจเลือกใช้บริการฟิตเนสของผู้บริโภค ในภาพรวมให้น้ำหนัก การตัดสินใจมาก โดยให้น้ำหนักการตัดสินใจมากด้านการบริการ เป็นอันดับแรก รองลงมา ด้านราคา ด้านสถานที่ และด้านการส่งเสริมการตลาด ตามลำดับ จะพบว่าได้ให้ความสำคัญและ น้ำหนักมากที่สุดเกี่ยวกับการบริการมาเป็นอันดับแรก จึงจะเห็นได้ว่าการให้บริการของเจ้าหน้าที่ และเทนเนอร์เป็นสิ่งสำคัญสำหรับฟิตเนส

5. ด้านสมาชิกหญิงผู้ให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง

ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ที่มีผู้ให้บริการเฉพาะเพศหญิง ทำให้เกิด ความสะดวกในการมาใช้บริการ สำหรับคนที่อาจจะยังอายอยู่ หรืออาจจะสามารถสะดวกใจใน การแต่งตัวต่าง ๆ การทำท่าออกกำลังกายต่าง ๆ ด้วยแล้ว อาจจะทำให้เกิดผลเสียบางอย่างด้วย เพราะเมื่อผู้หญิงอยู่รวมตัวกันเป็นกลุ่ม อาจจะส่งเสียงดัง ทำให้รบกวนผู้ให้บริการผู้อื่นด้วย ดังคำพูดของผู้ให้สัมภาษณ์ ดังนี้

“ฟิตเนสผู้หญิงมีข้อเสียคือ หากผู้หญิงอยู่ด้วยกันเยอะ ๆ บางครั้งก็จะจับกลุ่มคุยกันเสียงดัง ทำให้รบกวนคนอื่นที่ไปใช้บริการ” (IN09)

“แต่อาจจะมีข้อเสีย คือ นิสัยผู้หญิงที่เวลาอยู่ด้วยกันแล้วจะเมาท์มอยเสียงดัง และอาจจะไม่เกรงใจคนรอบข้างที่ไม่ได้อยู่ในกลุ่มเดียวกัน” (IN17)

“อยากให้มีฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง เพราะเวลาเล่นเครื่องเล่นต่าง ๆ จะได้ไม่เงินอาย เพราะบางท่าก็ไม่กล้าทำเต็มที่ เวลาที่มีผู้ชายอยู่ด้วยเยอะ ๆ ก็จะเกร็ง ๆ ในบางครั้ง” (IN19)

“ถ้ามีฟิตเนสผู้หญิงโดยเฉพาะมาให้บริการ ก็จะทำให้การไปใช้บริการอาจจะมีความสะดวกใจในการไปออกกำลังกาย ไม่ต้องระวังตัวหรือห่วงว่าจะแต่งตัวโป๊เกินไปเวลาออกกำลังกาย” (IN30)

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

จากการสัมภาษณ์ได้มีข้อเสนอแนะอื่น ๆ ที่มีต่อฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา คือ อยากให้มีบริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงที่ครบวงจร อาจจะมีบริการมุมขายอาหารสุขภาพ หรือมีบริการสปาด้วย และอยากให้มีบริการฟิตเนสขนาดใหญ่ที่มีมาตรฐานเกิดขึ้นหลาย ๆ แห่ง ในอำเภอเมืองจังหวัดฉะเชิงเทรา เพื่อเป็นทางเลือกสำหรับผู้ต้องการใช้บริการ จังหวัดฉะเชิงเทรายังไม่มีบริการฟิตเนสขนาดใหญ่ มีแต่ฟิตเนสขนาดเล็กและขนาดกลาง หากมีการเปิดบริการฟิตเนสขนาดใหญ่ อย่างในหลาย ๆ จังหวัดก็อาจจะเป็นที่ต้องการของผู้ต้องการใช้บริการ ดังคำพูดของผู้ให้สัมภาษณ์ ดังนี้

“อยากให้มีการเปิดฟิตเนสเพิ่มอีกหลาย ๆ แห่งในจังหวัดฉะเชิงเทรา เพราะตอนนี้ไม่ค่อยเพียงพอ มีเพียงฟิตเนสขนาดเล็ก และคนมาใช้บริการก็เยอะ บางทีเครื่องเล่นก็ไม่เพียงพอ” (IN06)

“อยากให้จังหวัดเรา (ฉะเชิงเทรา) มีฟิตเนสขนาดใหญ่ ที่ได้มาตรฐานมาเปิดบริการแบบที่ครบวงจร อยู่ในห้างสรรพสินค้า เพื่อว่าเวลาที่ไปใช้บริการจะได้สามารถไปทำอย่างอื่นได้ด้วยอย่างในจังหวัดอื่น ๆ บ้าง

อย่างไรก็ตามพบว่าคนที่ฟิตเนสหากมีบริการที่ดี และได้รับผลตอบรับที่ดีจากผู้ใช้บริการจะทำให้เป็นการเพิ่มสมาชิกได้อีกทางหนึ่ง โดยจากผลการศึกษางานวิจัยของ อูษา อัสวาร์ักษ์ (2550). เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อแนวโน้มพฤติกรรมการตัดสินใจใช้บริการสถานออกกำลังกาย จีเอ็มเอ็ม ฟิตเนส การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมาย เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อแนวโน้มพฤติกรรมการตัดสินใจใช้บริการสถานออกกำลังกาย จีเอ็มเอ็ม ฟิตเนส กลุ่มตัวอย่างที่ใช้

ในการวิจัย คือ ผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกายจำนวน 400 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ในกรณีพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจะใช้การทดสอบรายคู่ด้วย แอล เอส ดีและการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ใช้สถิติสหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุ 20 – 27 ปี สถานภาพโสดระดับการศึกษาปริญญาตรี มีรายได้โดยเฉลี่ยต่อเดือน 10,000 – 20,000 บาท มีรูปร่างพอดี ไม่มีโรคประจำตัวและไม่ได้เป็นพนักงานบริษัทในเครือแกรมมี่ ทัศนคติส่วนประสมการตลาดของผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกาย โดยรวมมีทัศนคติระดับปานกลางต่อส่วนประสมการตลาดเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านผลิตภัณฑ์และบริการ มีระดับทัศนคติที่ดี ส่วนในด้านราคา ด้านสถานที่ ด้านส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านกายภาพ และด้านคุณภาพบริการมีทัศนคติระดับปานกลาง ผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกายมีค่านิยม และรูปแบบการดำเนินชีวิตในการออกกำลังกาย โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง พฤติกรรมของผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกาย ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เคยใช้บริการสถานออกกำลังกาย โดยส่วนใหญ่ใช้บริการตามความนิยม โดยเฉลี่ย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ แนวโน้มพฤติกรรมการตัดสินใจใช้บริการในสถานออกกำลังกาย ของผู้บริโภคที่เคยออกกำลังกาย และผู้ที่สนใจออกกำลังกาย พบว่าด้านการสมัครเป็นสมาชิกด้านการแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่นมาใช้และด้านการมาใช้บริการสถานออกกำลังกาย จีเอ็มเอ็ม ฟิตเนส มีแนวโน้มตัดสินใจในการสมัครต่อ/แนะนำต่อระดับปานกลาง ผู้บริโภคที่มีอายุการเป็นพนักงานหรือไม่เป็นพนักงานบริษัทในเครือแกรมมี่ ผู้บริโภคที่มีโรคประจำตัว ที่แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการตัดสินใจในด้านสมัครเป็นสมาชิก ด้านแนะนำ/บอกต่อให้ผู้อื่นและด้านแนวโน้มนำมาใช้บริการแตกต่างกัน พบว่าการที่ผู้สมัครสมาชิกฟิตเนส ไม่ได้มีเพียงเฉพาะบุคคลที่สนใจในด้านการออกกำลังกายเท่านั้น แต่เกิดจากการชักชวนของคนรู้จักหรือเพื่อนที่แนะนำให้มาออกกำลังกาย ณ ฟิตเนสแห่งนั้นด้วย ชื่อเสียงและภาพลักษณ์ของฟิตเนสจึงถือเป็นสิ่งสำคัญและเป็นอีกทางหนึ่งในการประชาสัมพันธ์ให้ฟิตเนสแห่งหนึ่งเป็นที่รู้จักด้วย

บทที่ 5

สรุปการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่อง “ความคิดที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา” สามารถสรุปการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะดังนี้

1. สรุปการศึกษา

1.1 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1.1.1 เพื่อศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลเพศหญิงซึ่งเป็นผู้ใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

1.1.2 เพื่อศึกษาลักษณะการใช้บริการฟิตเนสของสมาชิกหญิงในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

1.1.3 เพื่อศึกษาความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง หากมีการเปิดให้บริการในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

1.2 วิธีดำเนินการศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือ สมาชิกฟิตเนส เพศหญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา มีอายุระหว่าง 15 – 60 ปี โดยใช้การสัมภาษณ์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรม Excel โดยสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย

1.3 ผลการศึกษา

1.3.1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

ผลการศึกษาข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นสมาชิกฟิตเนสแบบรวมชาย-หญิง จำนวน 30 คน อายุ 31 – 35 ปี อาชีพ ทำงานประจำ มีภูมิลำเนาอยู่จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยออกกำลังกายเป็นประจำ สถานภาพสมาชิกฟิตเนสรายเดือน ระยะเวลาที่เป็นสมาชิกฟิตเนส ต่ำกว่า 6 เดือน ความถี่ในการใช้บริการฟิตเนสต่อหนึ่งสัปดาห์ 2-3 ครั้ง

1.3.2 ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง แบ่งเป็น 2

ส่วน คือ

1) ด้านความสนใจในการเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง มาใช้บริการพิเศษเฉพาะผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

ผลจากการศึกษาพบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนมากมีความสนใจค่อนข้างน้อยในการที่จะเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง ที่ตนเองใช้บริการอยู่ในปัจจุบันไปใช้บริการพิเศษเฉพาะผู้หญิง โดยมีปัจจัยในหลาย ๆ ด้านที่มีผลต่อความสนใจ คือ

ปัจจัยด้านความสะดวกในการเดินทางไปใช้บริการพร้อมกับสมาชิกเพศชายในครอบครัวได้ โดยมีความสะดวกสบายในการเดินทางมาพร้อมกับสมาชิกในครอบครัว เพศชาย หรือเพื่อนชายได้ โดยผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนหนึ่งได้เดินทางมาใช้บริการฟิตเนสในปัจจุบันพร้อมกับสมาชิกในครอบครัวที่เป็นเพศชาย หรือเพื่อนชาย จึงไม่มีความสนใจที่จะเปลี่ยนจากการใช้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิง มาใช้บริการพิเศษเฉพาะผู้หญิง เพราะสามารถมาใช้บริการพร้อมกับสมาชิกชายในครอบครัว หรือเพื่อนชายได้

ปัจจัยด้านความน่าเชื่อถือของผู้ฝึกสอนเพศชาย จากการใช้บริการฟิตเนสที่มีผู้ฝึกสอน หรือเทรนเนอร์เพศชาย ทำให้เกิดความน่าเชื่อถือมากกว่าผู้ฝึกสอนเพศหญิง โดยผู้ฝึกสอนหรือเทรนเนอร์ถือว่ามีความสำคัญในฟิตเนส เพราะจากการศึกษาพบว่า ผู้ใช้บริการฟิตเนสให้ความสำคัญกับผู้ฝึกสอนในการเลือกใช้บริการฟิตเนส

ปัจจัยด้านความพึงพอใจในฟิตเนสรวมชาย-หญิงที่ให้บริการอยู่ในปัจจุบัน เมื่อการให้บริการฟิตเนสรวมชาย-หญิงได้สร้างความพึงพอใจให้กับผู้ให้บริการอยู่แล้วในปัจจุบัน ซึ่งผู้ให้สัมภาษณ์ไม่เคยประสบปัญหาจากการใช้บริการร่วมกับสมาชิกชาย ทำให้มีความพึงพอใจในบริการที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน จึงไม่มีความสนใจที่จะเปลี่ยนการให้บริการจากฟิตเนสรวมชาย-หญิง ไปใช้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง ด้วยวัยและบุคลิกภาพของคนที่มาใช้บริการฟิตเนสส่วนใหญ่เป็นวัยผู้ใหญ่ และทำงาน ทำให้สมาชิกฟิตเนสมีมารยาทในการใช้บริการ ทำให้ไม่เกิดปัญหาในการเล่นร่วมกัน ไม่ว่าจะเป็นชายหรือหญิง นอกจากนี้การให้บริการร่วมกับสมาชิกชายอาจจะยังสร้างความประทับใจ เพราะสมาชิกทั้งหญิงและชายต่างให้คำแนะนำในการเล่นเครื่องเล่นต่าง หรือมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกันด้วย

2) ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

ผลจากการศึกษาพบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์มีความคิดเห็นต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา สรุปเป็นด้านต่าง ๆ ได้ดังนี้

ด้านสถานที่ จากการศึกษาพบว่า สถานที่ที่ตั้งต้องมีความเหมาะสมสะดวกในการเดินทางจากที่พักอาศัย มีที่จอดรถมากเพียงพอ และมีสะอาดและปลอดภัย ความสะอาดของอุปกรณ์กีฬาแต่ละชนิดภายในฟิตเนสเป็นสิ่งสำคัญด้วย ในขณะเดียวกันต้องมีความปลอดภัยมีไฟในจุดต่าง ๆ ที่เพียงพอ สถานที่ที่ตั้งต้องมีทำเลที่ใกล้กับที่พักอาศัย โดยความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างส่วนมากให้ได้ความสำคัญกับสถานที่ตั้งเป็นอันดับแรก เพราะไม่ต้องการเดินทางไกล ดังนั้นด้วยเหตุผลนี้ทำเลที่ตั้งของฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงควรมีทำเลที่ตั้งที่ดี ใกล้กับตัวเมืองจะเชิงเทรา เพื่อความสะดวกต่อสมาชิกที่จะไปใช้

ด้านอุปกรณ์ และกิจกรรมคลาสต่าง ๆ จากการศึกษาพบว่า สมาชิกหญิงส่วนใหญ่ให้ความสำคัญเกี่ยวกับกิจกรรมคลาสต่าง ๆ มากที่สุดรองลงมาเป็นอุปกรณ์ เครื่องเล่น ออกกำลังกายต่าง ๆ ภายในฟิตเนส โดยให้ความคิดเห็นต่อฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงว่าต้องมีกิจกรรมคลาสที่เพียงพอ และเหมาะสมต่อผู้มาใช้บริการ โดยควรมีในเวลาที่แตกต่างกันในแต่ละช่วงเวลาเพื่อให้สมาชิกหญิงที่มาใช้บริการสามารถมาใช้บริการในเวลาต่าง ๆ ได้ เช่น สมาชิกหญิงที่อยู่ในงานประจำ ก็สามารถมาใช้บริการได้ในเวลาเย็น สมาชิกหญิงที่เป็นแม่บ้านก็สามารถมาใช้บริการคลาสต่าง ๆ ได้ในเวลาระหว่างวัน โดยให้ความเห็นว่าควรมีคลาสที่แตกต่างกันในแต่ละช่วงเวลาของวัน และควรมีลู่วิ่งให้เพียงพอต่อการใช้บริการ เพราะสมาชิกหญิงส่วนมากจะใช้บริการเกี่ยวกับลู่วิ่งมากที่สุด อาจเพราะเป็นการออกกำลังกายที่ไม่มากหรือน้อยจนเกินไปสำหรับสมาชิกหญิง นอกจากนี้ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงควรมีเครื่องวัดไขมัน น้ำ กล้ามเนื้อ ไว้คอยบริการด้วย เพราะผู้หญิงต้องการทราบสภาวะร่างกายในส่วนต่าง ๆ เพื่อที่จะสามารถควบคุมร่างกายให้มีรูปร่างที่ดีได้ กิจกรรมคลาสที่ได้รับความนิยมมากที่สุดคือ การเดินแอโรบิคแดนซ์ รองลงมาก็คือโยคะและศิลปะการป้องกันตัวประกอบเพลงตามลำดับ จากการศึกษาครั้งนี้ทำให้พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งรองใจผู้บริโภคของธุรกิจสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานครนั้น ได้รวมไปถึงกิจกรรมคลาสทั้งสามด้วยที่เป็นรูปแบบการออกกำลังกายที่ชอบมากที่สุดตามลำดับ

ด้านราคาค่าบริการสมาชิก ราคาค่าบริการสมาชิกเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ต้องคำนึงถึงสำหรับการเข้าเป็นสมาชิกฟิตเนส แต่จากการสัมภาษณ์ความคิดเห็นต่อฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่า มีเพียงผู้ให้สัมภาษณ์บางท่านเท่านั้นที่ให้ความสนใจเกี่ยวกับราคา ส่วนหนึ่งอาจจะเป็นเพราะราคาสมาชิกฟิตเนสในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรามีราคาไม่สูงมาก เฉลี่ยอยู่ที่ 800 – 1500 บาท หากเทียบกับค่าบริการในฟิตเนสระดับใหญ่ ๆ ในจังหวัดใหญ่ ๆ ถือได้ว่าราคาไม่สูงมากนัก ทำให้ราคาไม่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกฟิตเนสในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยควรมีราคาโปรโมชันพิเศษให้กับนักเรียน และนักศึกษาที่ยังไม่มีรายได้ด้วย

ด้านการให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทนเนอร์ (ผู้ฝึกสอนการออกกำลังกาย) จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์มีความคิดเห็นต่อการให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทนเนอร์ว่าเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญต่อการเลือกใช้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง โดยผู้ให้สัมภาษณ์มีความต้องการให้พิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง มีบริการเจ้าหน้าที่ดี และมีเทนเนอร์ที่ชำนาญและให้คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายได้เป็นอย่างดี และมีอรรถยาที่ดี เข้าไปแนะนำโดยที่ไม่ต้องรอให้สมาชิกต้องเข้าไปคุยด้วยก่อน เพราะสมาชิกบางคนก็ไม่กล้าที่จะเข้าไปขอคำแนะนำจากเทนเนอร์

ด้านสมาชิกหญิงใช้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง พิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง ที่มีผู้ให้บริการเฉพาะเพศหญิง ทำให้เกิดความสะดวกใจในการมาใช้บริการสำหรับคนที่อาจจะยังอายอยู่ หรืออาจจะสามารถสะดวกใจในการแต่งตัวต่าง ๆ การทำท่าออกกำลังกายต่าง ๆ ด้วยแล้ว อาจจะทำให้เกิดผลเสียบางอย่างด้วย เพราะเมื่อผู้หญิงอยู่รวมตัวกันเป็นกลุ่ม อาจจะส่งเสียงดัง ทำให้รบกวนผู้ใช้บริการผู้อื่นด้วย

ข้อเสนอแนะอื่น ๆ จากการสัมภาษณ์ได้มีข้อเสนอแนะอื่น ๆ ที่มีต่อพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา คือ อยากให้มีบริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิงที่ครบวงจร อาจจะมีบริการมุมขายอาหารสุขภาพ หรือมีบริการสปาด้วย และอยากให้มีบริการพิเศษขนาดใหญ่ที่มีมาตรฐานเกิดขึ้นหลาย ๆ แห่งในอำเภอเมืองจังหวัดฉะเชิงเทรา เพื่อเป็นทางเลือกสำหรับผู้ต้องการใช้บริการ จังหวัดฉะเชิงเทรายังไม่มีบริการพิเศษขนาดใหญ่ มีแต่พิเศษขนาดเล็กและขนาดกลาง หากมีการเปิดบริการพิเศษขนาดใหญ่ อย่างในหลาย ๆ จังหวัดก็อาจจะเป็นที่ต้องการของผู้ต้องการใช้บริการ นอกจากนี้การที่ผู้สมัครจะสมัครสมาชิกพิเศษ ไม่ได้มีเพียงเฉพาะบุคคลที่สนใจในด้านการออกกำลังกายเท่านั้น แต่เกิดจากการชักชวนของคนรู้จักหรือเพื่อนที่แนะนำให้มาออกกำลังกาย ณ พิเศษแห่งนั้นด้วย ชื่อเสียงและภาพลักษณ์ของพิเศษจึงถือเป็นสิ่งสำคัญและเป็นอีกทางหนึ่งในการประชาสัมพันธ์ให้พิเศษแห่งหนึ่งเป็นที่รู้จักด้วย

2. อภิปรายผล

ผลการวิจัยเกี่ยวกับดำเนินการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับความคิดเห็นที่มีต่อบริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา สามารถสรุปได้ดังนี้

2.1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

ผลการศึกษาข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นสมาชิกฟิตเนสแบบรวมชาย-หญิง จำนวน 30 คน อายุ 31 – 35 ปี ความถี่ในการใช้บริการฟิตเนสต่อหนึ่งสัปดาห์ 2-3 ครั้งมีอาชีพทำงานประจำ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ณัฐวดี เกษสมบูรณ์ (2549, บทคัดย่อ) จากการศึกษาการตัดสินใจเลือกใช้บริการฟิตเนส ของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานครพบว่าผู้บริโภคที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 65.06 มีอายุระหว่าง 25-35 ปี โดยมีอาชีพเป็นพนักงานบริษัท เอกชน ร้อยละ 45.57 พฤติกรรมการใช้บริการของผู้บริโภค พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการใช้บริการด้านความถี่ในการใช้บริการ 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ ร้อยละ 53.16

ทั้งนี้เมื่อพิจารณาจากอายุ อาชีพ แสดงให้เห็นถึงว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยคนวัยทำงานในระดับทำงานไปแล้วเกิน 3 ปีขึ้นไป เป็นผู้มีรายได้ประจำและเริ่มต้องการดูแลสุขภาพมากขึ้น โดยเป็นผู้ต้องการดูแลสุขภาพโดยมีความพร้อมในด้านกำลังการซื้อ หรือพร้อมที่จะจ่ายค่าสมาชิกได้ในแต่ละเดือน

2.2 ความคิดเห็นที่มีต่อการให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

ด้านความสนใจในการเปลี่ยนจากการใช้บริการจากฟิตเนสรวมชาย-หญิง มาใช้บริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา จากปัจจัยด้านความสะดวกในการไปใช้บริการร่วมกับสมาชิกในครอบครัวเพศชาย ความน่าเชื่อถือของเทนเนอร์ชาย โดยผู้ฝึกสอนที่เป็นเทนเนอร์ต้องมีความน่าเชื่อถือและให้บริการที่ดี สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุริพร โรจนศิริ (2547) เรื่อง ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) การศึกษาครั้งนี้เพื่อศึกษาความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ปี พ.ศ. 2546 กลุ่มตัวอย่างเป็นสมาชิกที่มาใช้บริการการออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายหลายชั้นตอน โดยแยกเป็นเพศชาย 200 คน เพศหญิง 200 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายของศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เมื่อรวบรวมข้อมูลแล้วจากนั้นดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล

โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า ด้านบุคลากร กลุ่มตัวอย่างเพศชาย เพศหญิง อายุ 25-35 ปี อายุ 36 ปีขึ้นไป และสมาชิกทั้งหมด มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 43.00 40.27 40.31 41.42 และ 54.50 ตามลำดับ ยกเว้นข้อ ผู้ฝึกสอนแต่งกายเหมาะสมตามชนิดกีฬา ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งในและนอกเวลาสอนกิจกรรมฝึกสอนใช้วาจาสุภาพกับสมาชิกผู้ใช้บริการ และผู้ฝึกสอนมีความสามารถดำเนินการฝึกได้ อย่างถูกต้องตามขั้นตอนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

จึงเห็นได้ว่าผู้ใช้บริการพิเศษต้องการความน่าเชื่อถือ และการบริการที่ดีจาก ผู้ฝึกสอน หรือเทรนเนอร์

ด้านความคิดเห็นต่อการให้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยแบ่งเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

ด้านสถานที่ จากการศึกษาพบว่า สถานที่ที่ตั้งต้องมีความเหมาะสม สะดวก ในการเดินทางจากที่พักอาศัย มีที่จอดรถมากเพียงพอ และมีสะอาดและปลอดภัย ความสะอาดของ อุปกรณ์กีฬาแต่ละชนิดภายในฟิตเนสเป็นสิ่งสำคัญด้วย ในขณะเดียวกันต้องมีความปลอดภัยมีไฟ ในจุดต่าง ๆ ที่เพียงพอ โดยสอดคล้องกับการศึกษาผลงานวิจัยของอัญชลี วุฒิสักดิ์ (บทคัดย่อ, 2549) ศึกษาความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย พบว่า ระดับความพึงพอใจในด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ความพอเพียงของสถานที่จอดรถ ความสะอาดของสถานที่เล่นกีฬาแต่ละชนิดที่มาใช้บริการ และพอใจในความทันสมัยของอุปกรณ์ที่จัดบริการในการออกกำลังกาย ระดับความพึงพอใจในด้านความปลอดภัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากได้แก่ ความปลอดภัยของอุปกรณ์ในการเล่นกีฬา และความเหมาะสมของการเปิดไฟตามจุดต่าง ๆ

สถานที่ให้บริการพิเศษควรมีความปลอดภัย สะอาด มีที่จอดรถเพียงพอ มีอุปกรณ์ที่ทันสมัยให้บริการ

ด้านอุปกรณ์ และกิจกรรมคลาสต่าง ๆ จากการศึกษาพบว่า สมาชิกหญิงส่วนใหญ่ ให้ความสำคัญเกี่ยวกับกิจกรรมคลาสต่าง ๆ มากที่สุด สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุรเชษฐ์ วิสวธีรานนท์ (2548, บทคัดย่อ) จากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งครองใจผู้บริโภคของ ธุรกิจสถานออกกำลังกายภายในเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมของผู้บริโภคและมูลเหตุจูงใจของลูกค้าต่อสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานครและศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งครองใจผู้บริโภคของ ธุรกิจสถานออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการออกกำลังกายที่ชอบคือการเดินแอโรบิคแดนซ์ (ร้อยละ 62.75) โยคะ (ร้อยละ 45.00) และศิลปะการป้องกันตัวประกอบเพลง (ร้อยละ 45.00) พบว่ามีกิจกรรมคลาสที่

ได้รับความนิยมนมากที่สุดคือ การเดินแอโรบิคแดนซ์ รองลงมาคือโยคะและศิลปะการป้องกันตัว ประกอบเพลงตามลำดับ

พิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิงในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ควรมีคลาสต่าง ๆ เพราะผู้ใช้บริการผู้หญิงส่วนใหญ่นิยมใช้บริการคลาสต่าง ๆ มากกว่าการออกกำลังกายจากเครื่องเล่น โดยควรจัดให้มี การเดินแอโรบิคแดนซ์ โยคะและศิลปะการป้องกันตัวประกอบเพลง

ด้านราคาค่าบริการสมาชิก

ราคาสมาชิกควรจัดให้มีราคาพิเศษสำหรับผู้ที่ยังไม่มีรายได้ อย่าง นักเรียน นักศึกษาเป็นราคาพิเศษด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ รุ่งทิศา มุสิทธีมณี (2558) เรื่อง ความคาดหวังของผู้บริโภคชาวไทยต่อการใช้บริการฟิตเนสเซ็นเตอร์ สมมติฐานที่ 1.2 อายุที่แตกต่างกันทำให้ความคาดหวังต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ของผู้บริโภคชาวไทยที่แตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า ผู้บริโภคชาวไทยที่มีอายุแตกต่างกันส่งผลให้ความคาดหวังที่มีต่อฟิตเนสเซ็นเตอร์ของผู้บริโภคชาวไทยด้านสภาพแวดล้อมภายในฟิตเนสเซ็นเตอร์ ด้านทัศนคติของพนักงาน ด้านโอกาสทางสังคม ด้านการให้ข้อมูล ด้านโปรแกรมที่น่าสนใจ ด้านการพิจารณาส่วนบุคคล ด้านราคา ด้านสิทธิพิเศษ

ฟิตเนสควรจัดให้มีราคาพิเศษสำหรับกลุ่มที่ยังไม่ได้ทำงาน อย่างนักเรียน นักศึกษาเพื่อทำให้มีสมาชิกในกลุ่มนักเรียน นักศึกษาเพิ่มมากขึ้นด้วย เพราะเป็นการสร้างฐานของกลุ่มลูกค้า ซึ่งในอนาคต บุคคลเหล่านี้ก็จะต้องมีอาชีพประจำ และมีรายได้เพิ่มมากขึ้น

ด้านการให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทรนเนอร์ (ผู้ฝึกสอนออกกำลังกาย)

การให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทรนเนอร์ว่าเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญต่อการเลือกใช้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง โดยผู้ให้สัมภาษณ์มีความต้องการให้ฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง มีบริการเจ้าหน้าที่ดี และมีเทรนเนอร์ที่ชำนาญและให้คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายได้เป็นอย่างดี และมีอรรถาธิบายที่ดี เข้าไปแนะนำโดยที่ไม่ต้องรอให้สมาชิกต้องเข้าไปคุยด้วยก่อน เพราะสมาชิกบางคนก็ไม่กล้าที่จะเข้าไปขอคำแนะนำจากเทรนเนอร์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อัญชลี วุฒิสักดิ์ (2549). เรื่อง ความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย การศึกษาความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย วัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้มาใช้บริการในศูนย์ฟิตเนสการกีฬาแห่งประเทศไทย จากการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้ใช้บริการในศูนย์ฟิตเนสการกีฬาแห่งประเทศไทย พบว่าปัจจัยหนึ่งในความพึงพอใจคือ ความมีมนุษยสัมพันธ์ของเจ้าหน้าที่และความสนใจและเอาใจใส่ของเจ้าหน้าที่ ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของผู้ให้สัมภาษณ์ในเรื่องของการให้บริการและความมีอรรถาธิบายเป็นอย่างดีของเจ้าหน้าที่

การให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทนเนอร์ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการเลือกใช้บริการฟิตเนส เจ้าหน้าที่และเทนเนอร์จะต้องมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความสนใจ และเอาใจใส่ต่อผู้มาใช้บริการฟิตเนสด้วย

ด้านสมาชิกหญิงผู้ให้บริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง

การที่มีเพียงสมาชิกผู้หญิงเท่านั้น ทำให้เกิดความระแวงใจในการใช้บริการได้เป็นอย่างดี ในขณะที่เดียวกันอาจจะสร้างความรำคาญใจให้กับสมาชิกท่านอื่นได้ด้วย กรณีที่มีกลุ่มสมาชิกหญิงที่จับกลุ่มคุยกันเสียงดัง

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

3.1.1 ด้านสถานที่

สถานที่ตั้งฟิตเนสควรอยู่ในใจกลางเมือง เดินทางสะดวก ใกล้กับที่พักรักษาของกลุ่มเป้าหมาย มีความปลอดภัย สะอาด มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบ มีที่จอดรถเพียงพอ ห้องน้ำ และมีไฟตามจุดต่าง ๆ

3.1.2 ด้านอุปกรณ์ และกิจกรรมคลาสต่าง ๆ

อุปกรณ์ควรมีความทันสมัย และมีการติดอธิบายวิธีการออกกำลังกายที่ชัดเจน และประโยชน์ของเครื่องเล่นในแต่ละชนิด และควรมีกิจกรรมคลาสต่าง ๆ มากเพียงพอในหลาย ๆ ช่วงเวลาในแต่ละวัน โดยควรจัดมีคลาส การเดินแอโรบิคแดนซ์ โยคะ และศิลปะการป้องกันตัวประกอบเพลง

3.1.3 ด้านราคาค่าบริการสมาชิก

ราคาสมาชิกควรจัดให้มีราคาพิเศษสำหรับผู้ที่ยังไม่มีรายได้ อย่าง นักเรียน นักศึกษาเป็นราคาพิเศษด้วย

3.1.4 ด้านการให้บริการของเจ้าหน้าที่และเทนเนอร์ (ผู้ฝึกสอนออกกำลังกาย)

เจ้าหน้าที่และเทนเนอร์ต้องมีมนุษยสัมพันธ์ สนใจและเอาใจใส่ต่อสมาชิกฟิตเนสอย่างเท่า ๆ กัน โดยต้องมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายพร้อมให้คำปรึกษาต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดีด้วย

3.1.5 ด้านสมาชิกหญิงผู้ใช้บริการพิเศษเฉพาะสำหรับผู้หญิง

อาจจะมีการจัดโซนออกกำลังกายเฉพาะผู้หญิง เพื่อให้เกิดความสะดวกใจในการให้บริการต่าง ๆ หรือมีเทรนเนอร์ผู้หญิงเพิ่มมากขึ้นในแต่ละฟิตเนสเพื่อคอยให้คำแนะนำและให้บริการสำหรับสมาชิกผู้หญิง

3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรทำการศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้หญิง เพื่อให้ทราบถึงกิจกรรมการออกกำลังกายที่ผู้หญิงนิยมมากที่สุด แล้วนำมาพัฒนาปรับปรุงในฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงในกลุ่มลูกค้าฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงอื่น ๆ ต่อไปด้วย

3.2.2 ควรทำการศึกษาโอกาสของธุรกิจฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง ว่ามีความเป็นไปได้มากเพียงใด ศึกษาเกี่ยวกับคู่แข่ง โอกาส อุปสรรคต่าง ๆ ของธุรกิจฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิง



บรรณานุกรม



บรรณานุกรม

- กองบรรณาธิการนิตยสาร Health & Cuisine .(2547). Joy of Exercise. (พิมพ์ครั้งที่ 1).
กรุงเทพฯ: สายธุรกิจโรงพิมพ์ อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- กวีพร พันธุ์เพ็ง .(2558). กระแสนิยมการออกกำลังกายกับโอกาสของธุรกิจฟิตเนสไทย
ที่ไม่ควรมองข้าม. กรุงเทพธุรกิจ, วันที่ 27 พฤษภาคม หน้าที่ 8.
- เกียรติรัตน์ วารินศิริรักษ์ และสุวัณลี แก้วโลก .(2558). การตลาดของศูนย์ออกกำลังกาย
(ฟิตเนสเซ็นเตอร์) ในประเทศไทย. สมาคมการจัดการศึกษาแห่งประเทศไทย,
3(2), 36-37.
- คณะผู้จัดทำ .(2557). คู่มือข้อเสนอแนะมาตรฐานสถานประกอบการด้านการออกกำลังกาย
เพื่อสุขภาพ ฉบับที่ 1. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตร
แห่งประเทศไทย จำกัด.
- ณัฐวดี เกษสมบูรณ์ .(2549). การตัดสินใจเลือกใช้บริการฟิตเนส ของผู้บริโภค
ในกรุงเทพมหานคร. (ปริญญาานิพนธ์ 'ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต,
กรุงเทพฯ.
- ฟิตเนสอีกหน้ทางเลือกของเวิร์กิ้งวูแมนยุคใหม่ .(ออนไลน์). (2555, 20 กันยายน). สืบค้นจาก
<https://yudthana.wordpress.com/page/2/>
- รุ่งทิwa มุสิทธิมณี .(2558). เรื่อง ความคาดหวังของผู้บริโภคชาวไทยต่อการใช้บริการฟิตเนส
เซ็นเตอร์. (ปริญญาานิพนธ์ 'ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- ศูนย์พัฒนาเมืองอุตสาหกรรมเชิงนิเวศ. ข้อมูลพื้นฐานระดับจังหวัดฉะเชิงเทรา.
สืบค้นจาก [http://ecocenter.diw.go.th/eco_o/th/อุตสาหกรรม-เชิงนิเวศ/45-
จังหวัดนำร่อง/ฉะเชิงเทรา/112-ข้อมูลพื้นฐานจังหวัดฉะเชิงเทรา](http://ecocenter.diw.go.th/eco_o/th/อุตสาหกรรม-เชิงนิเวศ/45-จังหวัดนำร่อง/ฉะเชิงเทรา/112-ข้อมูลพื้นฐานจังหวัดฉะเชิงเทรา).
- สมคิด นิมาจารย์ .(2548). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านประชากรศาสตร์กับส่วนประสมทาง
การตลาดและพฤติกรรมการใช้ฟิตเนส เซ็นเตอร์ในเขตเทศบาลนครขอนแก่น
จังหวัดขอนแก่น. (รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญาโทบัณฑิต 'ไม่ได้ตีพิมพ์).
มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- สุธีพร ไรจนศิริ .(2547). ความคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อการบริหารจัดการการออกกำลังกายในศูนย์
ออกกำลังกาย ฟิตเนส เฟิร์สท์ (ประเทศไทย) (ปริญญาานิพนธ์ 'ไม่ได้ตีพิมพ์).
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

สุรเชษฐ์ วิสวธีรานนท์ .(2548). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตำแหน่งครองใจผู้บริโภคของธุรกิจสถาน
ออกกำลังกายภายในเขตกรุงเทพมหานคร. (ปริญญานิพนธ์ ไม่ได้ตีพิมพ์).*
มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.

อัญชติ วุฒิสักดิ์ .(2549). *เรื่อง ความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์ฟิตเนส การกีฬาแห่งประเทศไทย.
(ปริญญานิพนธ์ ไม่ได้ตีพิมพ์).* มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต, กรุงเทพฯ.

อุษา อัสวอรัญษ์ .(2550). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อแนวโน้มพฤติกรรมการตัดสินใจใช้บริการสถาน
ออกกำลังกาย จีเอ็มเอ็ม ฟิตเนส. (สารนิพนธ์ ไม่ได้ตีพิมพ์).* มหาวิทยาลัยศรีนครินทร-
วิโรฒ, กรุงเทพฯ.





ภาคผนวก

คำถามสำหรับสัมภาษณ์ผู้ใช้บริการฟิตเนสในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

คำถามสำหรับสัมภาษณ์ผู้ที่เข้าใช้ฟิตเนสอย่างสม่ำเสมอ

ประเภทคำถาม	ข้อคำถาม
1. คำถามเปิดการสนทนา	<ul style="list-style-type: none">- แนะนำตัวผู้วิจัย/วัตถุประสงค์ในการเก็บข้อมูล ประโยชน์ที่จะได้รับและขอความยินยอมในการให้สัมภาษณ์อีกครั้ง- ผู้ให้สัมภาษณ์แนะนำตัวเอง ชื่ออะไร อายุเท่าไร อาชีพ ภูมิลำเนา
2. คำถามเกริ่น	<ul style="list-style-type: none">- ท่านออกกำลังกายเป็นประจำหรือไม่- ท่านออกกำลังกายอย่างไร- ท่านใช้สถานบริการฟิตเนสเป็นประจำหรือไม่- ท่านเป็นสมาชิกรายปี หรือรายเดือน- ท่านใช้บริการสถานออกกำลังกายฟิตเนสมานานเท่าไร
3. คำถามเข้าสู่ประเด็น	<ul style="list-style-type: none">- ปัจจุบันท่านเลือกใช้สถานบริการฟิตเนสที่ไหน- ทำไมท่านจึงเลือกใช้สถานบริการฟิตเนสที่ปัจจุบัน- จำนวนสมาชิกชายและหญิง เพศใดมีมากกว่ากันจากการไปใช้บริการ- ท่านใช้บริการอะไรในฟิตเนสมากที่สุด- ท่านมาใช้บริการฟิตเนสกี่วันต่อสัปดาห์

ประเภทคำถาม	ชื่อคำถาม
4. คำถามหลัก	<ul style="list-style-type: none"> - ปัจจุบันท่านมีความพึงพอใจมากน้อยเพียงใดต่อการใช้บริการฟิตเนสที่รวมทั้งหญิงและชาย - หากมีสถานบริการฟิตเนสเฉพาะผู้หญิงเปิดในจังหวัดฉะเชิงเทราท่านมีความคิดเห็นอย่างไร ท่านจะไปใช้บริการหรือไม่ เพราะเหตุใด - หากมีสถานบริการฟิตเนสเฉพาะสำหรับผู้หญิงในจังหวัดฉะเชิงเทรา ท่านอยากให้ มีบริการอะไรบ้าง และมีลักษณะเป็นอย่างไร
5. คำถามจบการสัมภาษณ์	<ul style="list-style-type: none"> - จากการสัมภาษณ์ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องที่ได้สัมภาษณ์ไปในรายละเอียดที่ได้มาอย่างไรบ้าง - ขอให้ท่านสรุป ความคิดเห็นของท่านที่มีต่อสถานบริการออกกำลังกายเฉพาะสำหรับผู้หญิงในจังหวัดฉะเชิงเทรา



ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อ	นางสาวสุชาดา รักศรี
วัน เดือน ปีเกิด	1 มิถุนายน 2525
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	ศิลปศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตขอนแก่น สาขาวิชา ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล
สถานที่ทำงาน	บริษัทแอลอิมิจำกัด
ตำแหน่ง	ผู้จัดการฝ่ายนำเข้าและส่งออกต่างประเทศ

