

## การใช้เวลาว่างและกิจกรรมที่ต้องการของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม

### Leisure Time and Activity Requirement of Student in Chandrakasem Rajabhat University

โกเมนทร์ บุญเชื้อ<sup>1</sup>, และคณะ<sup>2</sup>

Komain Booncher<sup>1</sup>, et' al.<sup>2</sup>

#### บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาการใช้เวลาว่างและการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา เพื่อศึกษาปัจจัยต่างๆที่มีผลต่อการใช้เวลาว่างและความต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดกิจกรรมด้านต่างๆ ตรงตามความต้องการของนักศึกษาและเพื่อศึกษาวิธีการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และกิจกรรมต่างๆ ที่นักศึกษาต้องการ โดยใช้แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์เชิงลึกจากการสุ่มตัวอย่างนักศึกษานักเรียนจำนวน 400 คน แล้วนำข้อมูลเชิงปริมาณมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม R โดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  $\chi^2$  T-test และ F-test โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพได้วิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาใช้เวลาว่างในการพบปะพูดคุยกันทั้งในและนอกมหาวิทยาลัย รวมทั้งการฟังเพลง สื่อมีผลต่อการใช้เวลาว่างได้แก่สื่ออินเทอร์เน็ตเว็บไซต์ และโทรศัพท์มือถือ ส่วนความต้องการกิจกรรมของนักศึกษาทั้ง 5 ด้านในภาพรวมอยู่ระดับมากคือกิจกรรมด้านบำเพ็ญประโยชน์และสิ่งแวดล้อม กิจกรรมกีฬาและสุขภาพ กิจกรรมวิชาการ กิจกรรมนันทนาการ และกิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรม ส่วนผลการทดสอบสมมติฐานพบว่าระหว่าง เพศ คณะ รายได้ต่อเดือนและที่พักปัจจุบันไม่มีความสัมพันธ์กับการใช้เวลาว่างแต่บทบาทของสื่อมีผลต่อการใช้เวลาว่างของนักศึกษาทั้ง 4 ด้านได้แก่ ก้านกีฬา นันทนาการ กิจกรรมการศึกษาและการหารายได้เสริม นอกจากนี้ยังพบว่าบทบาทของสื่อมีผลต่อการใช้เวลาว่างและความต้องการกิจกรรมของนักศึกษาแตกต่างกันในส่วนของตัวเองเพศและคณะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนตัวแปรที่เหลือไม่มีความแตกต่าง และจากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่านักศึกษาเห็นความสำคัญของเวลาที่มีคุณค่ามาก โดยให้มีการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้านกีฬา นันทนาการ คอมพิวเตอร์และการหารายได้เสริมโดยเสนอให้มีการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์กับการเรียนมากที่สุดและเห็นว่ากิจกรรมที่มหาวิทยาลัยจัดให้เน้นวิชาการมากเกินไป ควรปรับปรุงรูปแบบกิจกรรมที่แปลกใหม่ไม่ซ้ำซาก

<sup>1</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รองคณบดีฝ่ายบริหารและกิจการนักศึกษา คณะเกษตรและชีวภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม

และต้องมีมาตรการบังคับให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรม ปัจจัยที่จะส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษาคือการสร้างแรงจูงใจในลักษณะต่างๆ เช่น เชิญรุ่นพี่ที่ประสบความสำเร็จและมีชื่อเสียงมาร่วมกิจกรรมนอกจากนี้นักศึกษาได้กล่าวถึงความไม่สะดวกและภูมิทัศน์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม ที่มีผลกระทบต่อการศึกษาและมหาวิทยาลัยควรมีแผนการจัดกิจกรรมที่ชัดเจนตลอดทั้งปีเพื่อให้นักศึกษาได้มีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรม

**คำสำคัญ** : การใช้เวลาว่าง กิจกรรมที่นักศึกษาต้องการ บทบาทของสื่อ

### Abstract

The purposes of this research were to study how students spent their leisure time and what activities they participated in, on the different factors. The data were collected from questionnaires and in-dept interviews from 400 sampling students and were analyzed with R program. The results were shown in percentage, mean and standard deviation.  $\chi^2$ , T-test and F-test were performed at 0.05 significant level. Means were compared with Duncan multiple range-test. The qualitative data were collected from content analysis.

The results of this study revealed that the student spent their leisure time not only for meeting friends both inside and outside the university but also for listening to music. Internet and cell phones played vital roles as media in leisure time. Student demand in five activities, volunteer and environment, sports and health, academic, recreation, art and culture, were high. The testing factors (sex, faculty, monthly income, and current residents) were not related to spending leisure time. Roles of media influence on the students leisure time in four activities including sports, recreation, academic and part-time job. Furthermore, they were significantly different between sex and faculty. The in-dept interviews found that the students aware of valuable time by playing sports, recreation, computers, and doing part-time job. Students also suggested that they should spend more leisure time on their study and the university activities should not highly rely only on academic. The activities should be adjusted to be more interesting and the students should be forced to participate. The student should be motivated in different ways such as invitation of the successful and famous alumni. They also mentioned the dirtiness and landscape of Chandrakasem Rajabhat University that affected on their study efficiency. The university should have yearly activity plans and early inform students, so they could manage time to participate.

**Keywords:** student's leisure time, students activities, roles of media

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสภาวะการณ์ปัจจุบันพบว่ามีปัญหามากมายในวงการการศึกษาที่รอการแก้ไขปรับปรุงเพื่อการก้าวไปสู่อนาคตที่มั่นคงของประเทศชาติ

การที่จะเตรียมคนรุ่นใหม่ให้มีความพร้อมและมีความรู้ความสามารถเพื่อเผชิญกับสภาวะการณ์ต่างๆ ที่เปลี่ยนแปลงไปเป็นจุดสำคัญคือการเน้นชีวิตแห่งการเรียนรู้ สังคมแห่งภูมิ

ปัญญา สิ่งสำคัญนอกจากกิจกรรมการเรียนการสอนแล้วกิจกรรมนันทิกศึกษานับว่าเป็นหัวใจสำคัญในการพัฒนาคุณภาพของนักศึกษา ให้เป็นไปตามปรัชญาการศึกษาและสร้างบัณฑิตให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของมหาวิทยาลัย ซึ่งทำให้นักศึกษาที่จบการศึกษาจากสถาบันการศึกษานั้นเป็นผู้ที่สังคมพึงปรารถนา สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขและนำเอาวิชาความรู้ที่ได้รับมาปรับใช้ได้อย่างเหมาะสม

วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา (2528:144) ได้สรุปว่ากิจกรรมนันทิกศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตนันทิกศึกษา ที่สำคัญต่อการพัฒนานันทิกศึกษาเป็นอย่างยิ่ง เพราะการที่นันทิกศึกษาจะเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ได้ย่อมต้องอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อความเจริญเติบโตในทุกด้านรวมถึงตัดสินใจ การควบคุมอารมณ์ การรับผิดชอบต่อการพูด และการกระทำของตนเองเป็นที่ยอมรับ และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ผลสำเร็จอีกด้วย ซึ่งนักศึกษามักจะใช้เวลาว่างหลังจากการเรียนมาทำกิจกรรม แต่มีนักศึกษาน้อยจำนวนไม่น้อยที่มีพฤติกรรมในการใช้เวลาว่างที่มีให้เกิดประโยชน์ หรือเสริมความรู้และทักษะในสาขาที่เรียนที่ไม่เหมาะสมกับเพศและวัย ประกอบกับกิจกรรมเสริมทักษะต่างๆ ที่สาขาวิชา คณะ และมหาวิทยาลัยได้จัดให้มีขึ้นมักจะไม่ได้รับความสนใจจากนักศึกษาในการเข้าร่วมกิจกรรมเท่าที่ควร ซึ่งเป็นปัญหาที่จะต้องปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมและเป็นที่ยอมรับของนักศึกษา ในการที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มหาวิทยาลัยจัดให้ เป็นไปอย่างเหมาะสมและตรงตามมาตรฐานของการจัดการศึกษาต่อไป ตามที่พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2545 ประกาศราชกิจจานุเบกษา ลงวันที่ 19 ธันวาคม 2549 ว่าการจัดกระบวนการเรียนรู้ให้สถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องดำเนินการ

จัดเพื่อหาสาระและกิจกรรมที่สอดคล้องกับความสนใจและความถนัดของผู้เรียนโดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล

จากการประชุมของคณะผู้บริหารมหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม ได้มีมติให้มีการทำการวิจัยปัญหาดังกล่าวเพื่อที่จะได้นำผลงานวิจัยมาเป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายการใช้เวลาว่างและการจัดกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ หรือตรงตามความต้องการของนักศึกษาที่แท้จริงต่อไป

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างและการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม
2. เพื่อศึกษาปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อการใช้เวลาว่างและความต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดกิจกรรมในด้านต่างๆ ที่ตรงตามความต้องการของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม ในปีการศึกษา 2552
3. เพื่อศึกษาวิธีการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และกิจกรรมต่างๆ ที่นักศึกษาต้องการ

### ขอบเขตการวิจัย

#### 1. ขอบเขตด้านเนื้อหา/ตัวแปรที่วิจัย

มุ่งศึกษาการใช้เวลาว่างหลังจากการเรียนและความต้องการกิจกรรมนันทิกศึกษาภายในมหาวิทยาลัย ตามกรอบมาตรฐานของสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาแห่งชาติ (สกอ.) 5 ด้าน ของนักศึกษา

#### 2. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ศึกษาครั้งนี้ได้แก่ นักศึกษาปี 2 และ 3 ทุกคน ปีการศึกษา 2552 ที่ได้ทำการสุ่มมาจำนวน 400 คน ที่ความเชื่อมั่น 95% และสัมภาษณ์เชิงลึกจำนวน 10 คน

### 3. ขอบเขตด้านสถานที่

เป็นการวิจัยเฉพาะที่มหาวิทยาลัยราชภัฏ  
จันทร์เกษม เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร

### 4. ขอบเขตด้านระยะเวลาที่ทำวิจัย

ใช้เวลาทำวิจัย 2 เดือน คือระหว่าง  
วันที่ 14 ธันวาคม พ.ศ.2552 ถึง 14 กุมภาพันธ์  
พ.ศ. 2553

## วิธีการดำเนินการวิจัย

### 1. การกำหนดประชากรและการเลือก กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร (Population) ที่ใช้ในงานวิจัยคือ  
นักศึกษาชั้นปีที่ 2 และ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาค  
ปกติของมหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม  
ปีการศึกษา 2552 ของ 5 คณะและ 1 วิทยาลัย  
การแพทย์ทางเลือก จำนวนทั้งสิ้น 5,921 คน กลุ่ม  
ตัวอย่าง จำนวน 400 คน ได้จากการคำนวณตาม  
กรรมวิธีของ Taro Yamane ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบ  
ชั้นภูมิ (stratified random sampling) โดยใช้คณะ  
เป็นเกณฑ์ในการคำนวณสัดส่วน

### 2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลของ  
งานวิจัยครั้งนี้มี 2 ลักษณะ คือ

1. แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In depth) การใช้  
เวลาว่างและกิจกรรมที่ต้องการของนักศึกษา จาก  
มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม ภาคเรียนที่ 2/2552

2. การใช้แบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น  
เฉพาะแบ่งออกเป็น 5 หมวด ดังนี้

หมวดที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับสถานภาพ  
ทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบ  
ตรวจสอบรายการ (Check list)

หมวดที่ 2 เป็นแบบสอบถามวัดบทบาทของ  
สื่อที่มีผลต่อการใช้เวลาว่างของนักศึกษามีลักษณะ  
เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มี 5 ระดับ

หมวดที่ 3 เป็นแบบสอบถามเรื่องการใช้  
เวลาว่างของนักศึกษามีลักษณะเป็นมาตราส่วนที่  
เป็น Yes No Question มี 2 ระดับ

หมวดที่ 4 เป็นแบบสอบถามเรื่องกิจกรรม  
ที่นักศึกษาต้องการมีลักษณะเป็นมาตราส่วน  
ประมาณค่า (Rating scale) มี 5 ระดับ

หมวดที่ 5 ข้อเสนอนั้นเป็นแบบ  
ปลายเปิด (Open ended)

ทำการหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability)  
ของแบบสอบถามโดย การหาค่าสัมประสิทธิ์  
แอลฟาของครอนบาค (Cronbach alpha coefficient)  
ได้ค่าความเชื่อมั่นของหมวดที่ 2 และหมวดที่ 4  
เท่ากับ 0.73 และ 0.92 ตามลำดับ

3. นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

### 3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ทำหนังสือแจ้งไปยังรองคณบดีฝ่าย  
กิจการนักศึกษา เพื่อขอความร่วมมือในการ  
แจกจ่ายแบบสอบถาม และเก็บรวบรวมข้อมูล  
คืนกลับมาให้คณะผู้วิจัย

3.2 คณะผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วย  
ตนเอง ในส่วนของแบบสัมภาษณ์เชิงลึก

### 4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ ข้อมูล

4.1 นำแบบสอบถามมาอ่านร่วมกันแล้ว  
ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม R

4.2 จำแนกข้อมูลออกเป็นส่วนๆ แบ่ง  
เป็นข้อ

4.3 ทำการตีความเพื่อตอบคำถามวิจัย  
แต่ละข้อ

### 5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลโดย การวิจัยข้อมูลใช้สถิติ ดังนี้

5.1 สถิติพื้นฐาน

- 5.1.1 ค่าร้อยละ (Percentage)  
ใช้วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- 5.1.2 ค่าเฉลี่ย (means)
- 5.1.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

## 5.2 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

- 5.2.1 ทดสอบค่าที (T-test)
- 5.2.2 ทดสอบค่าเอฟ (F-test)
- 5.2.3 ทดสอบด้วย Chi-square
- 5.2.4 ทดสอบความแตกต่างของ

ค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้ Duncan

## 6. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

เมื่อได้เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพจากแบบสัมภาษณ์เชิงลึกมาแล้ว คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

6.1 ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลด้วยวิธีการ 3 เหล่า (Triangulation Method) คือ ความต่างของผู้ให้ข้อมูล ต่างเวลาของการให้ข้อมูล และความต่างของสถานที่ที่ให้ข้อมูลว่าข้อมูลทั้งหมดนั้นมีความถูกต้องหรือมีข้อความที่คล้ายกันหรือทิศทางเดียวกัน แสดงว่าข้อมูลเหล่านั้นน่าเชื่อถือและควรนำข้อมูลไปวิเคราะห์ต่อไป

6.2 วิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) ได้แก่การวิเคราะห์ด้วยการอ่านเอาเรื่อง อ่านจับประเด็นหรืออ่านจับใจความ ข้อความที่มีความสัมพันธ์กันแล้วนำมารวมกันเพื่อตีความสำหรับตอบคำถามการวิจัยที่กำหนดไว้ด้วยการเขียนบรรยายหรืออธิบายตามความเป็นจริง

6.3 นำประเด็นหรือคำตอบที่เด่นๆหรือสำคัญของบางท่านมาเสนอไว้ด้วย

## สรุปผลการวิจัย

ตัวอย่างมีทั้งสิ้น 400 คน โดยนักศึกษาเป็นเพศหญิงร้อยละ 53.9 และที่เหลือเป็นเพศชายร้อยละ 46.1 ตามลำดับประกอบด้วยคณะวิทยาการ

จัดการร้อยละ 36.1 รองลงมาคือ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ร้อยละ 24.8 คณะวิทยาศาสตร์ ร้อยละ 18.3 คณะศึกษาศาสตร์ ร้อยละ 13.5 คณะเกษตรและชีวภาพ ร้อยละ 4.0 และวิทยาลัยการแพทย์ทางเลือกร้อยละ 3.3

## การใช้เวลาว่างของนักศึกษาในการทำกิจกรรมต่างๆ 4 ด้าน

1.การใช้เวลาว่างด้านกีฬา นักศึกษาได้มีการใช้เวลาว่างในการเล่นกีฬา 3 ลำดับแรกตามลำดับ ได้แก่ แบดมินตัน ฟุตบอล/ฟุตซอล ว่ายน้ำ

2.การใช้เวลาว่างด้านนันทนาการ นักศึกษาได้มีการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมนันทนาการ 3 ลำดับแรกได้แก่ การพบปะพูดคุยในมหาวิทยาลัย ฟังเพลง และชมโทรทัศน์ ภาพยนตร์

3.การใช้เวลาว่างด้านกิจกรรมการศึกษา นักศึกษาได้มีการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษา 3 ลำดับแรกได้ ทบทวนบทเรียน ทำการบ้าน ทำรายงาน และการสืบค้นข้อมูล

4.การใช้เวลาว่างด้านกิจกรรมหารายได้เสริม นักศึกษาได้มีการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับกิจกรรมหารายได้เสริม 3 ลำดับแรก ได้แก่ ประกอบธุรกิจส่วนตัว พนักงาน part time พนักงานเสริม และรับจ้างพิมพ์งาน

บพบาทของสื่อที่มีผลต่อการใช้เวลาว่างของนักศึกษา

บพบาทของสื่อที่มีอิทธิพลต่อการใช้เวลาว่างและการทำกิจกรรมของนักศึกษาในระดับมากที่สุด ได้แก่ สื่ออินเทอร์เน็ต และเว็บไซต์ มีความสำคัญในระดับมากที่สุดร้อยละ 47.7 ส่วนในระดับมาก ได้แก่ เทคโนโลยีการสื่อสาร เช่น โทรศัพท์มือถือ ร้อยละ 34.5 และระดับปานกลาง ได้แก่ โฆษณาทีวี ดาราหนัง ร้อยละ 34.5 และระดับปานกลาง ได้แก่ ละครทีวีในประเทศ สื่อการเรียนของอาจารย์ ละครซีรีส์ต่างประเทศ การแสดงบนเวทีแม็กกาซีน และหนังสือการ์ตูน

## ความต้องการกิจกรรมทั้ง 5 ด้านของนักศึกษา

1. กิจกรรมด้านวิชาการ สามารถจัดลำดับกิจกรรมที่นักศึกษาต้องการ 3 ลำดับแรก ได้แก่ โครงการติวก่อนสอบ มีการแลกเปลี่ยนนักศึกษาทั้งในและต่างประเทศ และโครงการแนะแนวและฝึกอบรมอาชีพ

2. กิจกรรมด้านกีฬาและส่งเสริมสุขภาพ สามารถจัดลำดับกิจกรรมที่นักศึกษาต้องการ ลำดับแรก ได้แก่ มีสนามกีฬาที่มาตรฐานและเพียงพอ มีศูนย์ฟิตเนสสำหรับนักศึกษา และมีอุปกรณ์ให้ยืมอย่างเพียงพอ

3. กิจกรรมด้านบำเพ็ญประโยชน์ และสิ่งแวดล้อมสามารถจัดลำดับกิจกรรมที่นักศึกษาต้องการ 3 ลำดับแรก ได้แก่ การปรับปรุงภูมิทัศน์ของมหาวิทยาลัย กิจกรรมภาวะโลกร้อน และค่ายอาสาพัฒนา

4. กิจกรรมนันทนาการ สามารถจัดลำดับกิจกรรมที่นักศึกษาต้องการ 3 ลำดับแรก ได้แก่ ห้องคาราโอเกะห้องชมภาพยนตร์ ห้องซ้อมดนตรีสำหรับนักศึกษาทั่วไปและลานกิจกรรมเพื่อเป็นเวทีแสดงออกของนักศึกษา

5. กิจกรรมด้านศิลปะและวัฒนธรรม สามารถจัดลำดับกิจกรรมที่นักศึกษาต้องการ 3 ลำดับแรก ได้แก่ กิจกรรมตลาดน้ำจำลอง กิจกรรมอบรมคุณธรรมและจริยธรรม และตลาดนัดสินค้าและอาหารพื้นเมือง 4 ภาค

## ข้อเสนอแนะการวิจัย

### 1. การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

จากผลงานวิจัยสรุปว่านักศึกษาที่ตอบคำถามข้อนี้มีจำนวน 59 คนได้เสนอแนะในอันดับที่ 1 คือเล่นกีฬา ออกกำลังกายร้อยละ 39.0 อันดับที่ 2 คือทำงานพิเศษหารายได้เสริมร้อยละ 16.9 อันดับที่ 3 คือ ออกค่ายอาสาและการบำเพ็ญประโยชน์

ร้อยละ 13.6 อันดับที่ 4 คือ เล่นดนตรีร้อยละ 11.9 ส่วนที่เหลืออยู่ในอันดับต่อไป

### 2. ทำให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัย

จากผลงานวิจัยสรุปว่านักศึกษาที่ตอบคำถามข้อนี้มีจำนวน 59 คนได้เสนอแนะในอันดับที่ 1 คือการใช้ของรางวัลเป็นสิ่งจูงใจร้อยละ 36.0 อันดับที่ 2 คือการประชาสัมพันธ์ข่าวสารที่ชัดเจนและต่อเนื่อง ร้อยละ 24.0 อันดับที่ 3 คือการบังคับโดยการให้การให้คะแนนในรายวิชาที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรม ร้อยละ 20.0 อันดับที่ 4 คือ เปิดโอกาสให้นักศึกษาจัดกิจกรรมเองโดยมีอาจารย์เป็นผู้ให้คำปรึกษาร้อยละ 20.0 ส่วนที่เหลืออยู่ในอันดับต่อไป

### บทสรุปการสัมภาษณ์เชิงลึก

จากการวิเคราะห์เนื้อหา(Content Analysis) ตามประเด็นปัญหาต่อไปนี้เพื่อต้องการทราบความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของนักศึกษาซึ่งสรุปผลดังต่อไปนี้

1. ความสำคัญของเวลา พบว่านักศึกษาทุกคนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากและให้เหตุผลว่าต้องมีการจัดสรรเวลาที่เหมาะสมโดยให้น้ำหนักไปที่กิจกรรมการเรียนมากกว่ากับกิจกรรมอื่นๆ มีบางส่วนว่าจะให้ความสำคัญกับเวลาเรียนเฉพาะในคาบเรียนเท่านั้นส่วนที่เหลือควรใช้ในการพักผ่อน

2. การใช้เวลาว่างหลังจากการศึกษาให้เกิดประโยชน์ในด้านต่างๆ

2.1 ด้านกีฬาและนันทนาการ พบว่านักศึกษาสวนใหญ่ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเป็นประจำบางส่วนออกกำลังกายบ้างแต่จะใช้เวลาทำกิจกรรมนันทนาการเป็นส่วนใหญ่ มีส่วนน้อยที่ไม่เล่นกีฬาใดๆทั้งสิ้น แต่จะทำกิจกรรมนันทนาการโดยอันดับกีฬาที่นิยมคือ การวิ่ง แอโรบิค และฟุตบอล

2.2 ด้านคอมพิวเตอร์ พบว่านักศึกษาสวนใหญ่ใช้เวลาว่างหลังจากการเรียนเพื่อการศึกษา เช่น

ค้นคว้าข้อมูล ทำรายงาน ส่วนที่เหลือใช้คอมพิวเตอร์เพื่อความบันเทิงเช่น ดูหนัง ฟังเพลง เล่นเกม และเว็บไซต์ส่วนตัวเช่น HI-5 Facebook Twister

2.3 ด้านหารายได้เสริม พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างหลังจากการเรียน หรือปิดเทอมเพื่อหารายได้โดยการทำงานพิเศษ มีบางส่วนเห็นว่าควรทำงานเสริมแต่มุ่งเน้นไปที่งานที่ตรงกับสาขาที่เรียนมีส่วนน้อยที่เห็นว่าไม่ควรทำงานเพราะจะกระทบต่อการเรียน

3. การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียน พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าควรมีการใช้เวลาว่างเพื่อทำการค้นคว้าข้อมูลในห้องสมุดหรือในอินเทอร์เน็ต การดู ทบทวนบทเรียนบางส่วน เห็นว่าควรมีกิจกรรมเสริม ศูนย์รวมหรือเวทีทางวิชาการ และมีส่วนน้อยเห็นว่าควรจัดเวลาให้นักศึกษาพบอาจารย์ที่ปรึกษาหรืออาจารย์ประจำวิชาออกจากเวลาเรียน

4. กิจกรรมที่มหาวิทยาลัยจัดให้ พบว่านักศึกษาทั้งหมดมีความเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่เน้นวิชาการมากเกินไป รูปแบบกิจกรรมไม่แปลกใหม่ ซ้ำซาก บังคับให้นักศึกษาต้องเข้าร่วมกิจกรรม อาจารย์ผู้สอนไม่ให้ความร่วมมือ และลักษณะของกิจกรรมไม่เหมาะสมกับวัย บางส่วนเห็นว่ามีการประชาสัมพันธ์น้อยและไม่ชัดเจนนอกจากนี้เห็นว่ากิจกรรมที่จัดนั้นจะตรงกับเวลาเรียนไม่สามารถเข้าร่วมได้

5. องค์ประกอบกิจกรรมที่ส่งเสริมการศึกษา พบว่านักศึกษาจำนวนร้อยละ 50 มีความเห็นว่าควรสร้างแรงจูงใจในการศึกษาเรียนรู้เช่น เชิญผู้ประสบความสำเร็จในอาชีพ รุ่นพี่ ดารา นักร้อง วิทยากรที่มีชื่อเสียงมาร่วมกิจกรรม สร้างบรรยากาศในการทำกิจกรรมช่วยส่งเสริมการเรียนรู้เช่น อาคารสถานที่ ห้องน้ำที่สะอาด และสื่อการสอน รวมทั้งกิจกรรมทัศนศึกษา มีบางส่วนเห็นว่าควรมีกิจกรรมเสริมทางวิชาการ เช่น เทคโนโลยี

สารสนเทศ ภาษา นอกจากนี้ควรเป็นกิจกรรมที่มีความคิดสร้างสรรค์ มีสาระแต่แฝงไปด้วยความสนุก เหมาะสมกับวัย และเห็นว่ากิจกรรมที่จัดต้องมีช่วงเวลาที่เหมาะสมไม่กระทบต่อการเรียน

6. ข้อเสนอแนะที่ทำให้ให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัย พบว่านักศึกษาเห็นว่าควรมีแผนกิจกรรมทั้งปีชัดเจน ประชาสัมพันธ์ให้ทราบอย่างทั่วถึง ประสานงานกับคณะและอาจารย์ผู้สอน มีกฎเกณฑ์ในการลงโทษที่ชัดเจน เช่น การมีทรานสคริปกิจกรรม (Activity transcript) ที่มีผลต่อการจบการศึกษา ควรสร้างแรงดึงดูดหรือความน่าสนใจโดยใช้ดารา นักร้องที่มีชื่อเสียงมาร่วมกิจกรรม และควรมีอุปกรณ์ สถานที่ที่พร้อมและสะดวกในการทำกิจกรรมที่เป็นความต้องการของนักศึกษา

## อภิปรายผล

จากการวิจัยพบว่ากลุ่มที่สื่อมีบทบาทแตกต่างกันกับการใช้เวลาว่างหลังจากการเรียนทั้ง 4 ด้านมีความสัมพันธ์กัน นั่นคือ กลุ่มที่บทบาทของสื่อมีอิทธิพลมากจะใช้เวลาว่างหลังจากการเรียนทั้ง 4 ด้านมากกว่ากลุ่มที่บทบาทของสื่อมีอิทธิพลน้อยโดยการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมนั้นหนาแน่นกว่าจะมีสัดส่วนที่สูงที่สุด ทั้งนี้อาจมีสาเหตุมาจากส่วนใหญ่แล้วการบริโภคสื่อจะทำได้ความบันเทิงหรือพักผ่อนหย่อนใจเป็นส่วนใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นการดูหนัง ฟังเพลง การใช้เวลาอยู่กับเพื่อนสนิทเพื่อพูดคุย จึงทำให้นักศึกษาใช้เวลาว่างเพื่อการนี้สูง การที่นักศึกษาเรียนรู้สิ่งต่างๆผ่านสื่อจะมีผลต่อบุคลิกภาพของตนเอง ซึ่งสามารถสรุปแนวคิดของ ธนินทร์ ธีรนานนท์ (อ้างโดยมณฑลสิหนุสสิไล 2542 : 20) ได้วิเคราะห์อิทธิพลของกระแสโลกาภิวัตน์ต่อชีวิตคนไทยที่พบว่าสื่อหลากหลายรูปแบบได้หลั่งไหลเข้ามาเพื่อประโยชน์ด้านต่างๆทางธุรกิจโดยเฉพาะรูปแบบสื่อทางตะวันตก ทำให้

เกิดการลอกเลียนแบบและเกิดวัฒนธรรมใหม่ที่เป็นลักษณะบริโภคนิยม ผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตเมื่อได้รับสื่อคือ ทำให้ไม่รู้ลึกเดียวดาย สร้างความสัมพันธ์ทางสังคม ทำให้เกิดการแสดงออก ทำให้เกิดการพักผ่อนหย่อนใจ ทำให้เกิดการเรียนรู้ และเกิดกำลังใจ การใช้เวลาว่างจะแตกต่างกันไปตามความชอบส่วนบุคคลและจะใช้เวลาว่างไปกับสื่อที่ชื่นชอบ ในปัจจุบันสื่อที่มีอิทธิพลมากต่อนักศึกษาคืออินเทอร์เน็ตและโทรทัศน์ โดยเฉพาะอินเทอร์เน็ตกำลังจะเข้ามามีบทบาทแทนที่โทรทัศน์ นักศึกษาสามารถเข้าไปทำกิจกรรมด้านต่างๆ ได้อย่างครบถ้วนทุกด้านไม่ว่าจะเป็นด้านวิชาการ นันทนาการ หรือกิจกรรมหารายได้เสริมยกเว้นกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายเท่านั้น

ในส่วนของบทบาทของสื่อที่มีผลต่อการใช้เวลาว่างของนักศึกษาพบว่าเพศและคณะที่ศึกษามีผลในภาพรวมต่อการใช้เวลาว่างของนักศึกษาชายและหญิงที่ความแตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านแล้วพบว่าเพศหญิงมีแนวโน้มที่จะใช้เวลาว่างไปกับสื่อประเภทต่างสูงกว่าเพศชายในหลายๆ ประเภทของสื่อซึ่งมีความแตกต่างกันทางสถิติยกเว้นการใช้อินเทอร์เน็ต สื่อการเรียนการสอนของอาจารย์ และการแสดงบนเวทีของดารา นักร้องซึ่งอาจเป็นผลมาจากธรรมชาติของเพศหญิงและเพศชายมีพื้นฐานและลักษณะทางสรีระและเงื่อนไขทางสังคมหรือวัฒนธรรมที่กำหนดลักษณะการใช้เวลาว่าง นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับความพึงพอใจหรือรูปแบบในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันสอดคล้องกับฉัฐวุฒิ ศรีกัตัญญ (2540:59) ที่ได้ศึกษารูปแบบการดำเนินชีวิตพฤติกรรมการเปิดรับสื่อและพฤติกรรมการบริโภคสินค้าของเจนเนอเรชั่นวายในกรุงเทพมหานครโดยทำการทดสอบสื่อ 5 ประเภทได้แก่ โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร ภาพยนตร์ ในแง่ของความถี่และระยะเวลาในการดูสื่อ พบว่าเพศหญิง

มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าเพศชายในเกือบทุกรายการ แต่จากสภาพปัจจุบันที่มีเทคโนโลยีและนวัตกรรมใหม่ๆ เข้ามาเกี่ยวข้องทำให้รูปแบบของสื่อเปลี่ยนแปลงไปโดยจากการวิจัยครั้งนี้พบว่าสื่อที่มีบทบาทมากที่สุดคือ อินเทอร์เน็ตมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดแต่ไม่แตกต่างกันระหว่างเพศหญิงและเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นรกร จรรยาสวัสดิ์ (2548) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของนักเรียนโรงเรียนส่งเสริมความสามารถพิเศษพบว่านักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตโดยรวมไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายคณะพบว่าบทบาทของสื่อที่มีผลต่อการใช้เวลาว่างของนักศึกษาแต่ละคณะมีความแตกต่างกันซึ่งประเด็นที่น่าสนใจคือ นักศึกษาคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ มีแนวโน้มค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างที่มีผลมาจากสื่อสูงกว่าคณะที่เรียนทางวิทยาศาสตร์ทั้งคณะวิทยาศาสตร์ คณะเกษตร และชีวภาพ และทั้งหมดแตกต่างกับวิทยาลัยการแพทย์ทางเลือกซึ่งเป็นไปได้ว่าที่นักศึกษาในสายวิทยาศาสตร์มักจะเรียนหนักกว่าสายศิลปศาสตร์หรือศึกษาศาสตร์ ในขณะที่นักศึกษาในคณะศึกษาศาสตร์หรือคณะวิทยาการจัดการที่เนื้อหาหลักสูตรที่เกี่ยวข้องกับการใช้สื่อที่มากการที่จำเป็นต้องได้รับสื่ออยู่เป็นประจำสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสอดคล้องกับการวิจัยของเรวดี คงสุภาพกุล (อ้างโดย บรมภก เพ็ญสวัสดิ์ 2550: 30) ได้ทำการวิจัยเรื่องการใช้ระบบเครือข่ายทางอินเทอร์เน็ตของนิสิตนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครพบว่าสาขาวิชาที่ศึกษามีความสัมพันธ์กับความถี่ในการใช้โดยนักศึกษาสาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ใช้ระบบเครือข่ายทางอินเทอร์เน็ตมากกว่านักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์และการใช้งานส่วนใหญ่ใช้งานค้นคว้าวิจัยและการพูดคุยกับเพื่อน

## ความต้องการกิจกรรม 5 ด้านของ นักศึกษา

ผลการศึกษาพบว่าเพศและคณะที่ศึกษามีผลต่อความต้องการกิจกรรม 5 ด้าน ของนักศึกษา โดยในด้านเพศนั้นภาพรวมพบว่าเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยความต้องการกิจกรรมมากกว่าเพศชายและเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านแล้วปรากฏว่าด้านที่มีความแตกต่างกันทางสถิติคือ ด้านกิจกรรมนันทนาการ ด้านกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์และรักษาสีเสื้อและด้านศิลปวัฒนธรรม ซึ่งสอดคล้องกับ จิรนนท์ สีส้ม (2549 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาสภาพและความต้องการการจัดกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรมหาวิทยาลัยหอการค้าไทย จำแนกตามเพศ อายุ รายได้ และตำแหน่งงาน กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 300 คน ผลการวิจัยพบว่า เพศหญิงมีความต้องการสูงกว่า เพศชายในการจัดกิจกรรมนันทนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนของกิจกรรมวิชาการ กีฬาและส่งเสริมสุขภาพนั้นพบว่าไม่มีความแตกต่างซึ่งสอดคล้องกับยุพา มาระสุตร์, 2551 ที่พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรีที่มีเพศต่างกันมีความต้องการภาพรวมในการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายคณะ จากการศึกษพบว่าความต้องการกิจกรรมนักศึกษาแต่ละคณะมีความแตกต่างกัน โดยคณะเกษตรและชีวภาพมีความแตกต่างกับทุกคณะยกเว้นคณะวิทยาศาสตร์ ทั้งนี้อาจเป็นผลมาจากธรรมชาติ ของคณะวิชาที่มีความแตกต่างกันทั้งเรื่องหลักสูตรตั้งแต่วิชาพื้นฐานตลอดจนเนื้อหาวิชา ที่เน้นหนักต่างกัน ไปสอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535: 54) ที่ศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติ ในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์พบว่า นักศึกษานักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในต่างคณะมีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่างๆ โดยรวม

แตกต่างกัน นอกจากนี้ ยุพา มาระสุตร์ (2551: บทคัดย่อ) ที่พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรีที่พบว่ากลุ่มนักศึกษาที่สาขาวิชาต่างกันมีความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกายที่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับกีฬาหรือนันทนาการก็จะมีผลต่อความต้องการเช่นการศึกษาของ เบรนฟอร์ด (Bradford, 1989: 1591-A) ได้ ทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาอื่น ๆ โดยใช้ นักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาเอกพลศึกษา 225 คน และสาขาอื่น ๆ อีก 549 คน ผลปรากฏว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรีเอกพลศึกษา มีความต้องการเข้าร่วมการออกกำลังกายมากกว่าสาขาวิชาอื่น

### ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากสรุปผลการวิจัยและการอภิปรายผลมีข้อค้นพบที่มีคุณค่าทางวิชาการจึงนำผลการวิจัยมาจัดทำเป็นข้อเสนอแนะเป็น 3 ระดับดังต่อไปนี้

#### 1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 ด้านการใช้เวลาว่าง พบว่าตัวแปรที่นำมาวิเคราะห์ ทั้งเพศ คณะ รายได้ต่อเดือนและที่พักของนักศึกษากับการใช้เวลาว่างในภาพรวมไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติและพบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์อย่างเต็มที่จึงมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายโดยให้มหาวิทยาลัยกำหนดเป็นยุทธศาสตร์เน้นให้นักศึกษาใช้เวลาว่างหลังจากการเรียนให้เกิดประโยชน์โดยจัดกิจกรรมในด้านต่างๆ เช่นด้านกิจกรรมวิชาการ กิจกรรมที่ส่งเสริมชื่อเสียงของมหาวิทยาลัย กิจกรรมสาธารณประโยชน์ และกิจกรรมกีฬาและศิลปวัฒนธรรมเพื่อให้สอดคล้องเป็นไปตามปรัชญา วิสัยทัศน์ และพันธกิจของมหาวิทยาลัยโดยจัดสรรงบประมาณ สถานที่ วัสดุครุภัณฑ์ บุคลากรผู้รับผิดชอบรวมทั้งการ

บริหารจัดการเพื่อขับเคลื่อนนโยบายให้ประสบผลสำเร็จ

1.2 ด้านความต้องการนักศึกษา พบว่ากิจกรรมที่นักศึกษาต้องการมากที่สุดคือกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์และสิ่งแวดล้อมมีค่าเฉลี่ย 3.77 SD 0.85 รองลงมาคือกิจกรรมกีฬาและส่งเสริมสุขภาพมีค่าเฉลี่ย 3.72 SD 1.1 กิจกรรมวิชาการมีค่าเฉลี่ย 3.71 SD 0.81 กลุ่มสุดท้ายคือกิจกรรมนันทนาการและศิลปวัฒนธรรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากันคือ 3.67 และมีค่าSD 0.9 0.8 ตามลำดับดังนั้นก็จึงมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายและกำหนดยุทธศาสตร์ให้สอดคล้องกับความต้องการของนักศึกษาโดยจัดสรรงบประมาณ สถานที่ พัสตครุภัณฑ์บุคลากรผู้รับผิดชอบรวมทั้งการบริหารจัดการเพื่อขับเคลื่อนนโยบายให้ประสบผลสำเร็จ

## 2. ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

2.1 ข้อเสนอแนะสำหรับอาจารย์และบุคลากร

จากผลการวิจัยทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพพบว่าการศึกษาจะเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ต้องมีการสร้างแรงจูงใจและมีการประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่อง อาจกำหนดให้มีคะแนนการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นรายวิชาหรือจัดทำสมุดกิจกรรมประจำตัวของนักศึกษารวมทั้งมีการกำหนดหลักเกณฑ์การเข้าร่วมกิจกรรมที่ชัดเจนและมีผลต่อการจบการศึกษาจึงมีข้อเสนอแนะสำหรับอาจารย์และบุคลากรที่รับผิดชอบดำเนินการเช่นการให้รางวัล ทุนการศึกษาหรือประกาศเกียรติคุณเป็นการสร้างแรงจูงใจ การทำกิจกรรมควรเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมต่างรวมทั้งรับฟังความคิดเห็น ข้อเสนอของนักศึกษามาประกอบการพิจารณา กิจกรรมควรครอบคลุม 5 ด้านที่สำคัญเช่น กิจกรรมวิชาการเช่น มุมภาษาอังกฤษหรือให้สอดคล้องกับสาขาวิชาของนักศึกษาด้าน

กิจกรรมกีฬาและส่งเสริมสุขภาพหรือด้านบำเพ็ญประโยชน์อาจต้องมีการสนับสนุนชมรม ชุมนุมที่เกิดขึ้นประสานกับหน่วยงานภายนอกชุมชนรอบมหาวิทยาลัยที่จัดส่งนักศึกษาลงเข้าร่วมกิจกรรม โดยมหาวิทยาลัยต้องมีนโยบายที่ชัดเจนและงบประมาณที่พอเหมาะตามความเป็นจริง

## 2.2 ข้อเสนอแนะสำหรับนักศึกษา

2.2.1 จากผลการวิจัยทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพพบว่านักศึกษาทุกคณะของมหาวิทยาลัยไม่ให้ความสนใจในกิจกรรมที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้นซึ่งเป็นกิจกรรมที่ สกอ. กำหนดไว้เป็นพื้นฐานให้มหาวิทยาลัยดำเนินการขึ้นตามหลักสูตรที่กำหนดไว้จึงมีข้อเสนอแนะให้ปลูกจิตสำนึกของนักศึกษา ทุกคนให้ถือเป็นหน้าที่ที่ต้องเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความเต็มใจซึ่งจะเป็นประสบการณ์และคุณประโยชน์ต่อนักศึกษาโดยตรงทั้งในปัจจุบันและอนาคตเพราะกิจกรรมแต่ละด้านได้สร้างสรรค์และพัฒนาศักยภาพทางสติ อารมณ์ สังคม สติปัญญาและจิตสาธารณะซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อตนเอง วงศ์ตระกูลมหาวิทยาลัยและประเทศชาติต่อไปมีหลายกิจกรรมที่เป็นเรื่องของสิทธิจำเป็นที่จะต้องได้รับการปฏิบัติอย่างสมบูรณ์ เช่น การกำหนดพื้นที่สูบบุหรี่

2.2.2 นักศึกษาควรใช้เวลาว่างหลังเลิกเรียนที่เกิดประโยชน์มากขึ้นแทนที่จะพูดคุยกับเพื่อนจนมากเกินไปจนความจำเป็นและควรเพิ่มสัดส่วนการออกกำลังกายให้เพิ่มขึ้นจากที่เป็นอยู่

## 3. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรศึกษาวิจัยแบบเจาะลึกในแต่ละประเด็นแต่ละหัวข้อเช่นความต้องการด้านกีฬา กิจกรรมวิชาการของนักศึกษา ด้านนันทนาการด้านบำเพ็ญประโยชน์และสิ่งแวดล้อมและศิลปวัฒนธรรม

3.2 ควรวิจัยกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่เป็น  
ปัญหาและเป็นความต้องการของนักศึกษา

3.3 ศึกษาการสร้างแรงจูงใจหรือปัจจัยใน  
การเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา ประโยชน์ที่ได้  
จากการจัดกิจกรรม

## รายนามนักวิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์โกเมนทร์ บุญเจือ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ยะผาด วิวัฒน์พงษ์ ผู้ช่วย  
ศาสตราจารย์อนรรตน์ พลเดช นายบุญเกียรติ  
ชีระภากร ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทวรรณ บัวรา  
นายพิสิษฐ์ เอมดวง นายนิยม สุทธิหลวง  
นายพงษ์รัตน์ วิสิทธิ์ นางสาววรรณภา วิโรจน์แดนไทย  
นายประพร วรรณบุษราคม นายศุภกรโกสินทร์  
เอี่ยมพลอยศรี และนางสาวอมรรัตน์ คล้ายสินธ์

## บรรณานุกรม

- จิรนนท์ สีสม.(2549). **สภาพและความต้องการการจัดกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรมหาวิทยาลัย  
หอการค้าไทย**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการจัดการนันทนาการมหาวิทยาลัยศรี  
นครินทรวิโรฒ กรุงเทพฯ.
- ณัฐฤติ ศรีกัตัญญ. (2540). **รูปแบบการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการเปิดรับสื่อ และพฤติกรรมการบริโภค  
สินค้าของ เจเนอเรชันวายในกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขานิเทศศาสตร์  
พัฒนการ ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพฯ.
- นรากร จรรยาสวัสดิ์. (2548). **ศึกษาพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของนักศึกษาในโรงเรียนส่งเสริม  
ความสามารถพิเศษเขตตรวจราชการที่ 3 กระทรวงศึกษาธิการ**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต,  
สาขาเทคโนโลยีทางการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา.
- บรมภก เพ็ญสวัสดิ์. (2550). **สื่อรักออนไลน์กับการใช้บริการของคนกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ศิลป  
ศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยรามคำแหง. กรุงเทพฯ.
- มณฑล หนูสีใส. (2542). **การเปิดรับสื่อและพฤติกรรมจริยธรรมของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร**.  
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขานิเทศศาสตร์พัฒนการ ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ คณะนิเทศ  
ศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพฯ.
- ยูพา มาระสุตร์. (2551). **ความต้องการการออกกำลังกายของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราช  
มงคลชัยบุรี**. กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลชัยบุรี ปทุมธานี.
- วัลภา เทพหัสติน ณ อยุธยา. (2527). **นิสิตนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย.
- สุนิตยา ชุมพงศ์. (2535). **การศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลารว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของนักศึกษา  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาการอุดมศึกษา  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา.
- Bradford, B. S. (1989). Physical education and nonphysical education major: A comparison of exercise  
behavior, **Dissertation Abstracts International**. 50 (06), 1591-A. (UMI NO. 8921791).