



เดิน : วิ่ง เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้และรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ ครั้งที่ 5
Walk : Run for Peace in Southernmost and No Smoking 5th

นุกูล ชื่นฟัก¹, นิวัฒน์ สวัสดิ์แก้ว², ทศนีย์ ประธาน³, ปัญญา ชูช่วย⁴, คัมภีร์ ทองพูน⁵, จิรวัดน์ นนทิการ⁶,
สุกรี บุญเทพ⁷, วรลักษณ์ สลิตศศิวิมล⁸ และกิตติ์วี เลขะกุล⁹
Nukool Chinfuk¹, Niwat Sawatkaew², Tasanee Pratan³, Punja Chuchua⁴, Kumpee Thongpoon⁵,
Nuttinee Sinsopa⁶, Sukree Boontep⁷, Worluck Lalitsasivimol⁸ and Kittrawee Lekhakula⁹

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาการเมืองการปกครอง คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

¹ Assistant Professor, Department of Politics and Government, Faculty of Political Science, Hatyai University

² ดร., คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

² Dr., Faculty of Political Science, Hatyai University

³ รองศาสตราจารย์ หลักสูตรประกาศนียบัตรบัณฑิตวิชาชีพครู คณะศึกษาศาสตร์และศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

³ Associate professor, Graduate Diploma in Teaching Profession Program, Faculty of Education and Liberal Arts, Hatyai University

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาศึกษาทั่วไป คณะศึกษาศาสตร์และศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

⁴ Assistant Professor, Department of General Education, Faculty of Education and Liberal Arts, Hatyai University

⁵ อาจารย์ สาขาวิชาการเมืองการปกครอง คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

⁵ Lecturer, Department of Politics and Government, Faculty of Political Science, Hatyai University

⁶ เจ้าหน้าที่หาดใหญ่โพล ฝ่ายวิจัยและบริการสังคม สำนักวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

⁶ Audit Hatyai polls Unit Staff, Research and Social Services Division, Office of Research and Development, Hatyai University

^{7,9} อาจารย์ สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

^{7,9} Lecturer, Department of Public Administration, Faculty of Political Science, Hatyai University

⁸ ดร., หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่

⁸ Lecturer of Business Administration(MBA), Hatyai Business School, Hatyai University

* Corresponding author, E-mail: Nukool@hu.ac.th

บทคัดย่อ

โครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้และรณรงค์การไม่สูบบุหรี่ ครั้งที่ 5 “ชิงถ้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” จัดในวันอาทิตย์ที่ 17 กันยายน พ.ศ. 2560 ประเมินจากการสำรวจความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการและตอบแบบสอบถาม จำนวนทั้งสิ้น 228 คน สรุปผลการประเมินได้ดังนี้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่เป็นครั้งแรก (ร้อยละ 56.14) รองลงมาเคยเข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ 2-4 ครั้ง (ร้อยละ 37.28) และ เข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ ทุกครั้ง (ร้อยละ 6.14) ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เข้าร่วมแข่งขันประเภทฟันรัน (ระยะทาง 4 กม.) (ร้อยละ 57.90) รองลงมาเป็นประเภทมินิมาราธอน (ระยะทาง 10.5 กม.) และประเภทฮาล์ฟมาราธอน (ระยะทาง 21 กม.) ร้อยละ 24.12 และ 16.23 ตามลำดับ โดยวัตถุประสงค์ในการเข้าร่วมโครงการครั้งนี้เพื่อสุขภาพกายที่ดี (ร้อยละ 30.26) รองลงมาเพื่อมีส่วนร่วมในกิจกรรมร่วมเฉลิมพระเกียรติแด่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และเพื่อส่งเสริมให้ผู้เริ่มออกกำลังกายเป็นครั้งแรกด้วยการเดิน ร้อยละ 24.56 และร้อยละ 20.61 ตามลำดับ โดยผู้เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่ทราบข้อมูลข่าวสาร



การจัดโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ จากเพื่อน/ญาติ (ร้อยละ 53.51) รองลงมาทราบข้อมูลจากป้ายประชาสัมพันธ์ และทราบข้อมูลโครงการจากเว็บไซต์มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ ร้อยละ 17.98 และ 14.47 ตามลำดับ เมื่อสอบถามถึงการเข้าร่วมงานในปีถัดไป พบว่า ผู้ตอบพร้อมที่จะเข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ในปีต่อไป (ร้อยละ 76.32) รองลงมาไม่แน่ใจ และไม่สนใจ ร้อยละ 7.46 และร้อยละ 0.88 ตามลำดับ

คำสำคัญ: เดิน-วิ่ง สันติสุขจังหวัดชายแดนใต้

Abstract

Her Royal Highness Princess Maha Chakri Sirindhorn Cup of Walk-Run for Peace in Southernmost Thailand and No Smoking Campaign: the 5th Project held on Sunday 17 September 2017. Evaluate from exploration a group of participants of the project with an approximation 228. Most of a group of participants were first time of joining this project (56.14%), and join this project 2-4 times (37.28%), and join this project every time (6.14%). Most of a group of participants join fun-run (4 km.) (57.90%), mini marathon (10.5 km.) and half marathon (21 km.) 24.12% and 16.23%. Comment from the participants' purposes of joining the program were for physical well-being (30.26%), participating and honor Her Royal Highness Princess Maha Chakri Sirindhorn and promoting the first walking exercise 24.56% and 13.60%. The participants' sources of information about the project were friends and relatives (53.51%), advertising boards and information from Hatyai University websites 17.98% and 14.47%. Percentage of the participants interested to join the project in the near future was (76.32%) while 7.46% of them were not certainty and 0.88%, not interested.

Keywords: Walk-Run, Peace in Southernmost

บทนำ

มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพกายและเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพร่างกายด้วยการออกกำลังกาย และการละเว้นจากการสูบบุหรี่ และความตระหนักและมี การปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอจะช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีอายุยืนยาวกว่าคนที่ไม่ออกกำลังกายและยังมีการสูบบุหรี่เสมอ ดังนั้นการดำเนินกิจกรรมร่วมกันของประชาชนโดยเฉพาะร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยการเดิน-วิ่ง จึงเป็นกิจกรรมร่วมกันสร้างความตระหนักในการดูแลสุขภาพและยังช่วยสร้างความรักความสามัคคีและมีมิตรไมตรีต่อกัน ดังจะเห็นจากการร่วมพลังจัดกิจกรรมเดิน-วิ่ง เพื่อรวมพลังกันในการสร้างกุศลด้วยการบริจาครายได้สำหรับสร้างโรงพยาบาลหรือจัดหาเครื่องมือแพทย์ร่วมกันจะมีประชาชนให้ความร่วมมือทั้งการร่วมกิจกรรมและการร่วมบริจาค จากแนวคิดดังกล่าวคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ จึงได้ดำเนินการสร้างความร่วมมือของกิจกรรมเดิน-วิ่ง นำไปสู่การสร้างสันติสุขให้แก่จังหวัดชายแดนภาคใต้ และได้ดำเนินโครงการเป็นครั้งแรก ในปีการศึกษา 2555 โดยได้รับการสนับสนุนจากศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (ศอ.บต.) บริษัทหาดทิพย์ จำกัด (มหาชน) และหน่วยงานอื่นๆทั้งหน่วยงานภาครัฐและหน่วยงานเอกชน และได้มีการดำเนินโครงการเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน

ในปีการศึกษา 2560 นับเป็นการจัดโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้และรณรงค์การไม่สูบบุหรี่ ครั้งที่ 5 “ซึ่งถ้ายพระราชาทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” และได้มีการพัฒนาโครงการด้วยการขยายนำไปสู่โครงการที่ดำเนินการในภาพรวมของมหาวิทยาลัยหาดใหญ่ ซึ่งดำเนินการจัดร่วมกันของทุกคณะ และมีหน่วยงานสนับสนุนเพิ่มหลายหน่วยงาน ประกอบด้วย ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (ศอ.บต.) สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 12 สงขลา (สปสข.) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสุขภาพ (สสส.) บริษัทหาดทิพย์ จำกัด (มหาชน) และหน่วยงานภาครัฐและหน่วยงานเอกชนอีกจำนวนมาก มีการพัฒนาด้วยการเพิ่มประเภทการวิ่ง โดยการดำเนินงานในปี 2560 จัดให้มีการประเมินผลการดำเนินงานและการประเมินผลโครงการ เพื่อทราบผลการประเมินการดำเนินงานโครงการที่ชัดเจนและสามารถนำไปเป็นแนวทางในการปรับปรุงโครงการต่อไป



วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อประเมินการดำเนินงานโครงการเดิน-วิ่ง รมรงค์การไม่สูบบุหรี่และเพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนภาคใต้ ประจำปีการศึกษา 2560
2. เพื่อวิเคราะห์ปัญหา อุปสรรคการดำเนินงานโครงการเดิน-วิ่ง รมรงค์การไม่สูบบุหรี่และเพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนภาคใต้ ประจำปีการศึกษา 2560

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร ที่ใช้การประเมินครั้งนี้เป็นผู้เข้าร่วมงานโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้ และรมรงค์การไม่สูบบุหรี่ ครั้งที่ 5 “ชิงถ้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” จำนวน 1,753 คน

กลุ่มตัวอย่าง ในการประเมินเป็นผู้เข้าร่วมงานโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้และรมรงค์การไม่สูบบุหรี่ ครั้งที่ 5 “ชิงถ้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” ใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสะดวก (กัลยา วาณิชย์บัญชา, 2550) จำนวน 228 คน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 53.94) และเป็นเพศชาย (ร้อยละ 44.74) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ อายุ 12-27 ปี (ร้อยละ 54.82) รองลงมาอายุ 28-42 ปี (ร้อยละ 29.82) และอายุ 43-58 ปี (ร้อยละ 9.65) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีอาชีพเป็นนักเรียน/นักศึกษา (ร้อยละ 51.32) รองลงมาเป็นประชาชนทั่วไป (ร้อยละ 17.54) และเป็นหน่วยงานภาครัฐ (ร้อยละ 15.79)

เครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน

เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินเป็นแบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมงานต่อโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้และรมรงค์การไม่สูบบุหรี่ ครั้งที่ 5 “ชิงถ้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” ประกอบด้วยข้อคำถาม 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดโครงการ

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการรมรงค์การไม่สูบบุหรี่

ตอนที่ 4 ข้อคิดเห็นในการพัฒนาโครงการ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การประเมินครั้งนี้มีการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 ส่วน ดังนี้
ส่วนที่ 1 เป็นผลการดำเนินโครงการ ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการรวบรวมเอกสารการประชุม การถ่ายภาพกิจกรรมและการดำเนินงานโครงการ

ส่วนที่ 2 เป็นผลการประเมินโครงการ ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบประเมินโครงการและแบบสัมภาษณ์

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลการประเมินโครงการครั้งนี้ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1) แบบประเมินความคิดเห็น ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2) แบบสัมภาษณ์ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ผลการวิจัย

โครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้และรมรงค์การไม่สูบบุหรี่ ครั้งที่ 5 “ชิงถ้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” จัดในวันอาทิตย์ที่ 17 กันยายน พ.ศ. 2560 ประเมินจากการสำรวจความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการและตอบแบบสอบถาม จำนวนทั้งสิ้น 228 คน สรุปผลการประเมินได้ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่เป็นครั้งแรก (ร้อยละ 56.14) รองลงมาเคยเข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ 2-4 ครั้ง (ร้อยละ 37.28) และ เข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ ทุกครั้ง (ร้อยละ 6.14) ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เข้าร่วมแข่งขันประเภทฟันรัน (ระยะทาง 4 กม.) (ร้อยละ 57.90) รองลงมาเป็น



ประเภทมินิมาราธอน (ระยะทาง 10.5 กม.) และประเภทฮาล์ฟมาราธอน (ระยะทาง 21 กม.) ร้อยละ 24.12 และ 16.23 ตามลำดับ โดยวัตถุประสงค์ในการเข้าร่วมโครงการครั้งนี้เพื่อสุขภาพกายที่ดี (ร้อยละ 30.26) รองลงมาเพื่อมีส่วนร่วมในกิจกรรมร่วมเฉลิมพระเกียรติแด่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และเพื่อส่งเสริมให้ผู้เริ่มออกกำลังกายเป็นครั้งแรกด้วยการเดิน ร้อยละ 24.56 และร้อยละ 20.61 ตามลำดับ โดยผู้เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่ทราบข้อมูลข่าวสารการจัดโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ จากเพื่อน/ญาติ (ร้อยละ 53.51) รองลงมาทราบข้อมูลจากป้ายประชาสัมพันธ์ และทราบข้อมูลโครงการจากเว็บไซต์มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ ร้อยละ 17.98 และ 14.47 ตามลำดับ เมื่อสอบถามถึงการเข้าร่วมงานในปีถัดไป พบว่า ผู้ตอบพร้อมที่จะเข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ในปีต่อไป (ร้อยละ 76.32) รองลงมาไม่แน่ใจ และไม่สนใจ ร้อยละ 7.46 และร้อยละ 0.88 ตามลำดับ รายละเอียดแสดงดังตาราง 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	102	44.74
หญิง	123	53.94
ไม่ระบุ	3	1.32
อายุ		
12-27 ปี	125	54.82
28-42 ปี	68	29.82
43-58 ปี	22	9.65
59 ปีขึ้นไป	3	1.32
ไม่ระบุ	10	4.39
อาชีพ		
นักเรียน/นักศึกษา	117	51.32
หน่วยงานภาครัฐ	36	15.79
หน่วยงานเอกชน	23	10.09
ประชาชนทั่วไป	40	17.54
อื่นๆ (ระบุ)	7	3.07
ไม่ระบุ	5	2.19
จำนวนครั้งในการเข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่		
ครั้งแรก	128	56.14
2-4 ครั้ง	85	37.28
ทุกครั้ง	14	6.14
ไม่ระบุ	1	0.44
ประเภทของการเข้าร่วมแข่งขัน		
ฮาล์ฟมาราธอน (21 กม.)	37	16.23
มินิมาราธอน (10.5 กม.)	55	24.12
ฟันรัน (4 กม.)	132	57.90
เดิน (4 กม.) สำหรับส่งเสริมให้ผู้เริ่มออกกำลังกายเป็นครั้งแรก	4	1.75



ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
วัตถุประสงค์ที่สำคัญที่สุดในการเข้าร่วมโครงการ		
เพื่อมีส่วนร่วมในกิจกรรมร่วมเฉลิมพระเกียรติแด่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี	56	24.56
เพื่อสุขภาพกายที่ดี	69	30.26
เพื่อมีส่วนร่วมสร้างสันติภาพจังหวัดชายแดนภาคใต้	31	13.60
เพื่อพบปะเพื่อนฝูงในการเดิน-วิ่ง	9	3.95
เพื่อมีส่วนร่วมในการรณรงค์การไม่สูบบุหรี่	14	6.14
เพื่อส่งเสริมให้ผู้เริ่มออกกำลังกายเป็นครั้งแรกด้วยการเดิน	47	20.61
อื่นๆ (ระบุ)	2	0.88
ท่านทราบข่าวการจัดโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติภาพฯ ครั้งแรก		
เพื่อน/ญาติ	122	53.51
วิทยุ	4	1.75
เว็บไซต์มหาวิทยาลัยหาดใหญ่	33	14.48
จดหมายเชิญ	4	1.75
ป้ายประชาสัมพันธ์	41	17.98
อื่นๆ (ระบุ)	22	9.65
ไม่ระบุ	2	0.88
ความสนใจในการเข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ ในปีต่อไป		
สนใจ	174	76.31
ไม่สนใจ	2	0.88
ไม่แน่ใจ	17	7.46
ไม่ระบุ	35	15.35
รวม	228	100.00

2. ความคิดเห็นต่อการจัดโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่

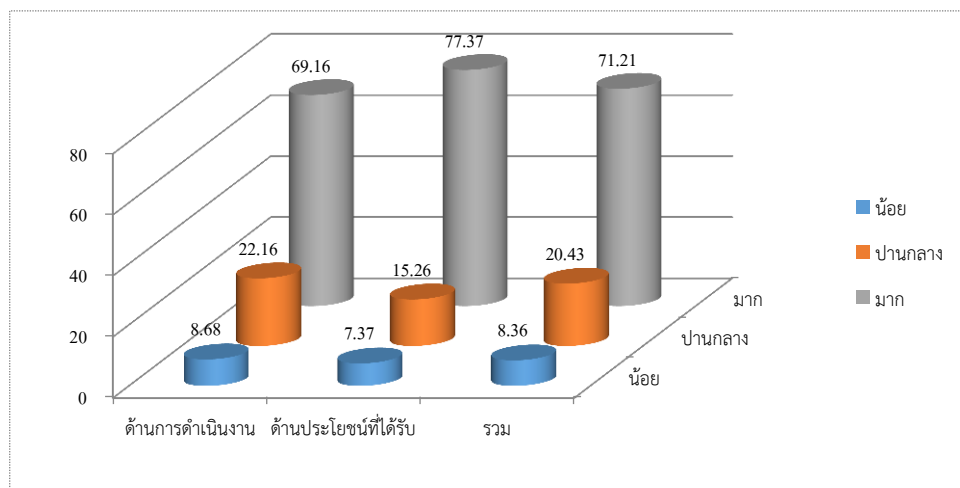
ผู้เข้าร่วมโครงการมีความคิดเห็นต่อการจัดโครงการโดยรวม อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.95 จากคะแนนเต็ม 5 คะแนน) โดยมีความคิดเห็นภาพรวมในแต่ละด้าน พบว่า ทุกด้านมีการดำเนินงานในระดับมากโดยด้านประโยชน์ที่ได้รับ มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดเท่ากับ 4.12 คะแนน และด้านการดำเนินงาน มีค่าเฉลี่ย 3.90 คะแนน และมีความคิดเห็นในแต่ละประเด็นมีรายละเอียดดังนี้

2.1 ด้านประโยชน์ที่ได้รับ มีความคิดเห็นต่อประโยชน์ที่ได้รับอยู่ในระดับมาก ทุกประเด็น เรียงตามลำดับ ได้แก่ ประเด็นการมีส่วนร่วมในการสนับสนุนทุนการศึกษากับนักศึกษาที่ได้รับผลกระทบจากความรุนแรงในจังหวัดชายแดนใต้ (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.18) รองลงมาเป็นประเด็นช่วยให้มีสุขภาพร่างกายที่ดี และสุขภาพใจที่ดี (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14) และประเด็นการสร้างพลังความสามัคคีของคนในสังคม (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.11)

2.2 ด้านการดำเนินงาน ผู้เข้าร่วมโครงการเห็นว่าการดำเนินงานของคณะผู้ดำเนินการจัดได้ดีในระดับมาก เรียงตามลำดับ ได้แก่ ประเด็นความปลอดภัยของสถานที่พักค้างคืน (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07) รองลงมาเป็นประเด็นความ

สะดวกของจุดฝากของและสัมภาระ (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.01) ประเด็นความเหมาะสมของสื่อรณรงค์การไม่สูบบุหรี่ และ ประเด็นความเพียงพอของจุดปฐมพยาบาล (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.96) และประเด็นความเหมาะสมของช่วงเวลาในการ จัดโครงการ (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 คะแนน) รายละเอียดแสดงดังตารางที่ 2

จากการพิจารณาร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการที่ประเมิน การดำเนินงานทั้งในภาพรวมและรายด้าน พบว่า ผู้เข้าร่วมโครงการร้อยละ 69.16, 77.37 และ 71.21 ที่ประเมินกระบวนการดำเนินงาน ประโยชน์ที่ได้รับและประเมินโดย ภาพรวมในระดับดีและระดับมาก ดังรายละเอียดแสดงดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการประเมินการดำเนินงาน ประโยชน์ที่ได้รับ และในภาพรวม จำแนกตามระดับ การ ประเมิน

ตารางที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการดำเนินโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้และรณรงค์การไม่ สูบบุหรี่ ครั้งที่ 5

ประเด็น	\bar{x}	S.D.	ระดับ
ด้านการดำเนินงาน	3.90	0.84	มาก
1. ความเหมาะสมของระยะทางในการเดิน-วิ่ง	3.84	0.98	มาก
2. ความเหมาะสมของประเภทการแข่งขัน	3.86	1.02	มาก
3. ความเหมาะสมของประเภทรางวัล	3.79	1.03	มาก
4. ความเหมาะสมของช่วงเวลาในการจัดโครงการ	3.92	1.01	มาก
5. ความเหมาะสมของรูปแบบการจัดกิจกรรมการแข่งขัน	3.89	1.06	มาก
6. ความหลากหลายของสื่อในการประชาสัมพันธ์	3.85	1.08	มาก
7. ความเหมาะสมของสื่อรณรงค์การไม่สูบบุหรี่	3.96	1.1	มาก
8. การอำนวยความสะดวกในการลงทะเบียนนักกีฬา	3.80	1.07	มาก
9. ความเพียงพอของเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวก	3.91	1.07	มาก
10. ความปลอดภัยของการแข่งขัน	3.86	1.22	มาก
11. ความเหมาะสมของจุดบริการน้ำดื่มในการแข่งขัน	3.87	1.01	มาก
12. ความเพียงพอของจุดปฐมพยาบาล	3.96	1.04	มาก
13. ความเพียงพอของอาหารว่างและน้ำดื่มที่ให้บริการ	3.86	1.14	มาก
14. ความปลอดภัยของสถานที่พักค้างคืน	4.07	1.52	มาก
15. ความสะดวกของจุดฝากของและสัมภาระ	4.01	1.50	มาก



ประเด็น	\bar{x}	S.D.	ระดับ
ด้านประโยชน์ที่ได้รับ	4.12	1.01	มาก
16. ช่วยให้มีสุขภาพร่างกายที่ดี และสุขภาพใจที่ดี	4.14	1.18	มาก
17. การสร้างพลังความสามัคคีของคนในสังคม	4.11	1.12	มาก
18. การมีส่วนร่วมในการสนับสนุนทุนการศึกษาแก่นักศึกษาที่ได้รับผลกระทบจากความรุนแรงในจังหวัดชายแดนใต้	4.18	1.12	มาก
19. การสร้างความร่วมมือระหว่างองค์กรต่างทั้งภาครัฐและเอกชน	4.10	1.22	มาก
20. ช่วยสร้างความตระหนักและลดการสูบบุหรี่	4.08	1.14	มาก
ภาพรวม	3.95	0.83	มาก

3. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่

จากการสอบถามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อการดำเนินโครงการเดิน-วิ่ง พบว่า มีกลุ่มตัวอย่าง ผู้ตอบแบบสอบถามให้ข้อคิดเห็นต่อปัญหาและข้อเสนอแนะต่อการดำเนินโครงการ จำนวนทั้งสิ้น 19 คน คิดเป็นร้อยละ 8.33 โดยได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาในการดำเนินงานเส้นทางการวิ่งไม่สะดวกและอันตราย จำนวนเสียผลิตน้อยเกินไป ที่จอดรถน้อยเกินไป และเส้นทางการวิ่งมีป้ายบอกทางไม่ชัดเจน ป้ายบอกทางไปยังที่จอดรถไม่ชัดเจนและมีแสงสว่างไม่เพียงพอ ค่าสมัครแบบไม่ได้เสื้อแพงเกินไป และมีข้อผิดพลาดในการจัดลำดับผู้ได้รับรางวัล และให้ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนาในครั้งต่อไป ควรมีเวทีสำหรับแอโรบิค การประชาสัมพันธ์ควรให้ทั่วถึง และควรมีช่างภาพเพื่อการถ่ายภาพในแต่ละจุด รายละเอียดแสดงดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและข้อเสนอแนะของโครงการ

ประเด็น	จำนวน (คน)
ปัญหาของโครงการ	
เส้นทางการเดิน-วิ่งไม่ค่อยสะดวกและอันตราย	5
จำนวนเสียผลิตน้อยเกินไป	2
ที่จอดรถน้อยเกินไป	2
ความชัดเจนของป้ายบอกทางวิ่ง	2
ป้ายบอกทางไปที่จอดรถไม่ชัดเจน	1
แสงสว่างไม่เพียงพอในพื้นที่จอดรถ	1
ค่าสมัครแบบไม่ได้เสื้อแพงเกินไป	1
ความผิดพลาดในการจัดอันดับผู้ได้รับรางวัล	1
ข้อเสนอแนะ	
ค่าสมัครแบบไม่มีเสื้อ 150 บาท	1
ควรมีเวทีสำหรับแอโรบิค	1
การประชาสัมพันธ์ยังไม่ทั่วถึง	1
ควรมีช่างภาพสนามในการเก็บภาพประจำจุด	1



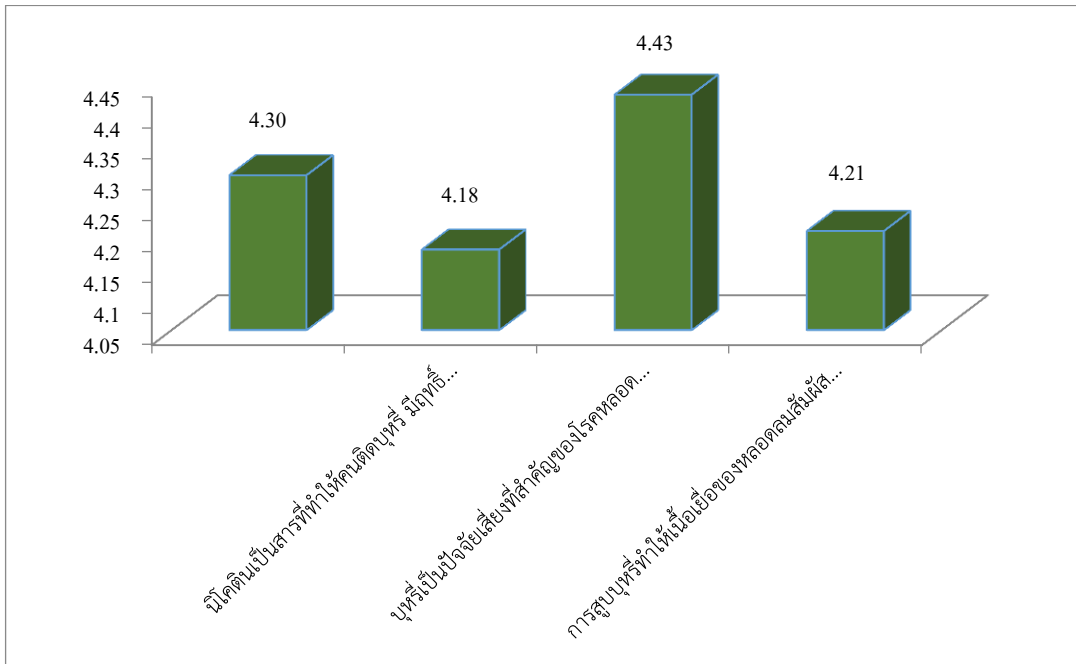
4. ความคิดเห็นต่อพฤติกรรมกาสูบบุหรี

กลุ่มตัวอย่างผู้เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่เป็นผู้ที่ไม่สูบบุหรี คิดเป็นร้อยละ 76.75 รองลงมา ผู้ที่สูบบุหรีเป็นบางครั้ง และผู้ที่สูบบุหรีเป็นประจำ ร้อยละ 11.40 และ 4.39 ตามลำดับ และส่วนใหญ่คิดว่า การจัดโครงการเดิน-วิ่ง มีส่วนช่วยในการรณรงค์การไม่สูบบุหรีได้ คิดเป็นร้อยละ 71.05 รองลงมา ไม่แน่ใจ และไม่สามารถช่วยลดการสูบบุหรีได้ ร้อยละ 15.35 และ 3.95 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังให้ข้อคิดเห็นว่สื่อรณรงค์การไม่สูบบุหรีที่สามารถเข้าถึงประชาชนได้มากที่สุด คือ โทรทัศน์ (ร้อยละ 39.04) รองลงมา อินเทอร์เน็ต และป้ายโฆษณา ร้อยละ 26.75 และ 15.35 ตามลำดับ รายละเอียดแสดงดังตารางที่ 4

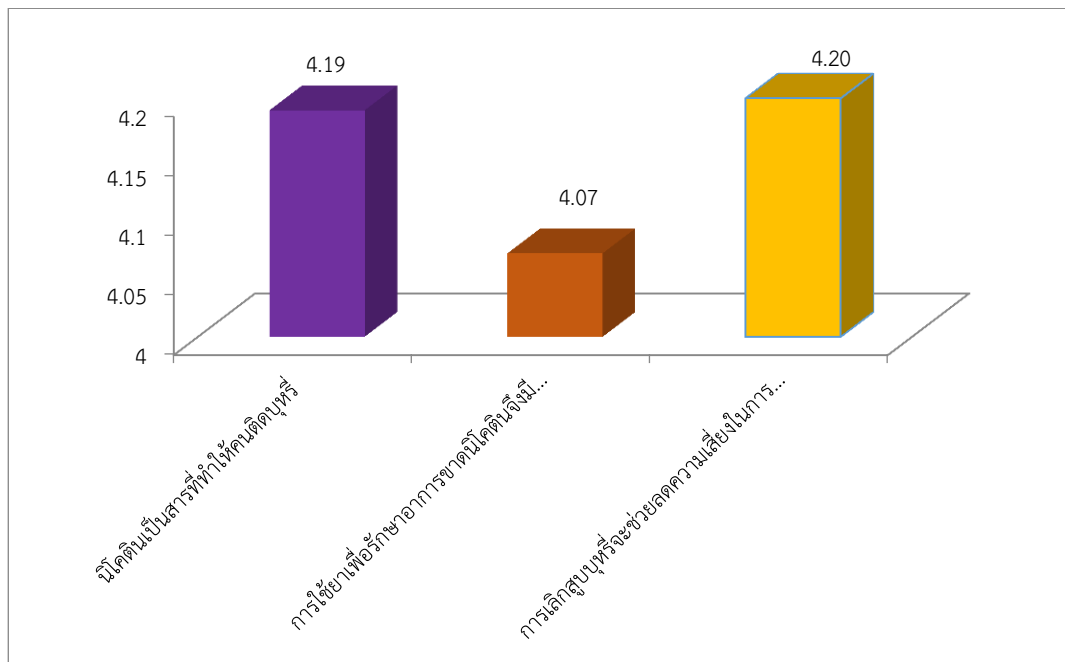
ตารางที่ 4 ร้อยละความคิดเห็นเกี่ยวกับการรณรงค์การไม่สูบบุหรี

ประเด็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
พฤติกรรมกาสูบบุหรีในชีวิตประจำวัน		
ไม่สูบบุหรี	175	76.75
สูบบุหรีเป็นบางครั้ง	26	11.40
สูบบุหรีเป็นประจำ	10	4.39
ไม่ระบุ	17	7.46
การจัดกิจกรรมเดิน-วิ่ง มีส่วนช่วยในการรณรงค์การไม่สูบบุหรี		
ได้	162	71.05
ไม่ได้	9	3.95
ไม่แน่ใจ	35	15.35
ไม่ระบุ	22	9.65
ประเภทของสื่อรณรงค์การไม่สูบบุหรี		
โทรทัศน์	89	39.04
วิทยุ	8	3.51
ป้ายโฆษณา	35	15.35
หนังสือพิมพ์	8	3.51
อินเทอร์เน็ต	61	26.75
ไม่ระบุ	27	11.84
รวม	228	100.00

4. ความคิดเห็นเกี่ยวกับพิษที่เกิดจากการสูบบุหรี ผู้เข้าร่วมโครงการเดิน-วิ่ง มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ ครั้งที่ 5 เห็นว่ามีค่าเฉลี่ยในภาพรวมอยู่ที่ระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.23) เมื่อพิจารณาเป็นรายประเด็น พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้เข้าร่วมกิจกรรมโครงการเดิน-วิ่ง ให้รายละเอียดเกี่ยวกับพิษภัยบุหรีส่งผลต่อความเสี่ยงต่อการเป็นโรคต่างๆในระดับมากทุกประเด็น และเรียงตามลำดับความสำคัญ ได้แก่ ประเด็นบุหรีเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญของโรคหลอดเลือดหัวใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.43 รองลงมาประเด็นควันบุหรีที่มีผลต่อเด็กทำให้เด็กในครอบครัวป่วยเป็นโรคหอบหืดอักเสบ ปวดบวมและหอบหืด และประเด็นการสูบบุหรีทำให้อุณหภูมิของหลอดเลือดสัมผัสกับควันบุหรีโดยตรงส่งผลให้มีโอกาสเป็นมะเร็งสูงกว่าผู้ไม่สูบบุหรี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.30 และ 4.21 ตามลำดับ ส่วนความคิดเห็นต่อการเลิกสูบบุหรี พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้เข้าร่วมโครงการเห็นว่าสารที่ทำให้คนสูบบุหรี คือ นิโคติน อยู่ในระดับมากและการใช้ยาเพื่อลดนิโคตินช่วยให้สามารถเลิกสูบบุหรีได้และช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ โดยมีความคิดเห็นในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.19 4.07 และ 4.20 ตามลำดับ) รายละเอียดแสดงในภาพที่ 2 – 3 และตาราง 5



ภาพที่ 2 ค่าเฉลี่ยของพิกษัยจากบุหรื



ภาพที่ 3 ค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับการเลิกสูบบุหรื



ตารางที่ 5 ความคิดเห็นเกี่ยวกับพิษภัยที่เกิดจากการสูบบุหรี่

ประเด็น	\bar{x}	S.D.	ระดับ
พิษภัยจากบุหรี่			
1. คิว้นบุหรี่ที่มีผลต่อเด็กทำให้เด็กในครอบครัวป่วยเป็น โรคหลอดลมอักเสบ ปวดบวมและหอบหืด	4.30	1.20	มาก
2. นิโคตินเป็นสารที่ทำให้คนติดบุหรี่ มีฤทธิ์โดยตรงกับสมองทั้งเป็นตัวกระตุ้นและกดประสาทส่วนกลาง	4.18	1.10	มาก
3. บุหรี่เป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญของโรคหลอดเลือดหัวใจ	4.43	1.26	มาก
4. การสูบบุหรี่ทำให้เนื้อเยื่อของหลอดลมสัมผัสกับควันบุหรี่โดยตรงส่งผลให้มีโอกาสเป็นมะเร็งสูงกว่าผู้ไม่สูบบุหรี่	4.21	1.06	มาก
การเลิกสูบบุหรี่			
5. นิโคตินเป็นสารที่ทำให้คนติดบุหรี่	4.19	1.12	มาก
6. การใช้ยาเพื่อรักษาอาการขาดนิโคตินจึงมีประโยชน์ในการช่วยให้ผู้ติดเลิกบุหรี่ได้ง่ายขึ้น	4.07	1.32	มาก
7. การเลิกสูบบุหรี่จะช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจและลดอัตราการตายด้วยโรคหลอดเลือดหัวใจ	4.20	1.10	มาก
ภาพรวม	4.23	0.97	มาก

สรุปผลการวิจัย

จากการประชุมเพื่อระดมความคิดเห็นจากหน่วยงานทั้งภายในและภายนอกมหาวิทยาลัยหาดใหญ่ จึงมีการแต่งตั้งกำหนดผู้รับผิดชอบดำเนินงานในด้านต่างๆ และกำหนดรูปแบบการจัดโครงการดังนี้ ได้แก่ เส้นทางวิ่งและสถานที่จัดการแข่งขัน เป้าหมายผู้เข้าร่วมแข่งขัน ประเภท/รุ่น ของการแข่งขัน โดยมีการแข่งขันวิ่งฮาล์ฟมาราธอน (21 กิโลเมตร) การแข่งขันวิ่งมินิมาราธอน (10.5 กิโลเมตร) และการแข่งขันวิ่งฟันรัน (4 กิโลเมตร) รวมการแข่งขันวิ่งฮาล์ฟมาราธอน 12 รุ่น วิ่งมินิมาราธอน 12 รุ่น และวิ่งฟันรัน 10 รุ่น รวมทั้งหมด 34 รุ่น รางวัล และกำหนดการของโครงการเดิน-วิ่ง ม.หาดใหญ่ เพื่อสันติสุขจังหวัดชายแดนใต้ และรณรงค์การไม่สูบบุหรี่ครั้งที่ 5 “ซึ่งด้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” นอกจากนี้กิจกรรมการเดินเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย พบว่า มีกลุ่มบุคคลที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมด้วยการเดินเพื่อการออกกำลังกายโดยเป็นกลุ่มครอบครัว กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มนักศึกษา กลุ่มวัยรุ่น โดยพฤติกรรมของกลุ่มดังกล่าวเมื่อให้ความสนใจในการออกกำลังกายด้วยการเดินเป็นครั้งแรก ซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายในระยะยาวที่จะส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินต่อเนื่องต่อไป

อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

1. ผลจากการดำเนินงาน พบว่า ภาพรวมของงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อย คณะผู้วิจัยใช้วิธีการสังเกตการดำเนินงานในภาพรวมและส่วนย่อยในแต่ละงาน พบว่า นักวิ่งไม่ทราบจุดกลับตัวในแต่ละประเภทการวิ่งทำให้เกิดความสับสนของนักวิ่ง ความปลอดภัยของสนามแข่งขันมหาวิทยาลัยหาดใหญ่ ความผิดพลาดของผู้ที่ได้รับรางวัลในประเภทต่างๆ การลงทะเบียนของนักวิ่ง มีจำนวนโต๊ะลงทะเบียนมากเกินไป บุคลากรขาดระบบการจัดการหลังนักวิ่งเข้าเส้นชัย
2. กิจกรรมการเดินเป็นจุดเริ่มต้นของบุคคลที่สนใจในการออกกำลังกาย มีพัฒนาการมาจากกระแสการออกกำลังกายด้วยการจัดกิจกรรมการเดิน-วิ่ง โดยเฉพาะในจังหวัดในแต่ละปีมีกิจกรรมการเดิน-วิ่ง มากกว่า 50 รายการต่อปี สำหรับช่องทางการสื่อสารที่สำคัญเช่น ป้ายไว้นิล แผ่นพับ การบอกต่อ และกระแสโซเชียลมีเดีย เป็นช่องทางที่ส่งเสริมการกระตุ้นการออกกำลังกายด้วยการเดินเป็นอย่างมาก ดังนั้น หน่วยงานที่จัดกิจกรรมดังกล่าวควรให้การสนับสนุนเป็นโครงการประจำปีอย่างต่อเนื่องทุกปี



กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจาก มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (ศอ.บต.) สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 12 สงขลา (สปลสข.) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) บริษัท หาดทิพย์ จำกัด (มหาชน) และหน่วยงานภาครัฐและหน่วยงานภาคเอกชนอีกจำนวนมาก ประเภท เต็มจำนวน (พ.ศ.2560) ขอขอบพระคุณ

เอกสารอ้างอิง

กัลยา วาณิชย์บัญชา. (2550). *การวิเคราะห์สถิติ: สถิติสำหรับการบริหารและวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย