

บทที่ 4

ผลการวิจัย

จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอการวิเคราะห์ข้อมูล ตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
2. ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ทำการศึกษา เรื่อง พฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ปีการศึกษา 2560 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 500 คน ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผลข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ย
SD.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณา t - distribution
df	แทน	ระดับชั้นความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
SS	แทน	ผลรวมของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง (Sum of Squares)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยกำลังสองของคะแนนแต่ละค่า (Mean of Squares)
F	แทน	ค่าสถิติ F

ลำดับขั้นในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยการคำนวณหาความถี่และร้อยละ

ตอนที่ 2 เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยการคำนวณหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตอนที่ 3 เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการออกกำลังกายเมื่อจำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับการศึกษา และคณะที่ศึกษาโดยใช้สถิติ t test independent และสถิติ ANOVA

ตอนที่ 4 เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเจตคติกับตัวแปรพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Person's Correlation : r_{xy})

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยการคำนวณหา ความถี่และร้อยละ

ตารางที่ 4.1 แสดงความถี่และร้อยละของข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ระดับการศึกษา และคณะที่ศึกษา

ข้อมูลพื้นฐาน	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	124	24.8
หญิง	376	75.2
รวม	500	100.00
ระดับการศึกษา		
ชั้นปีที่ 1	158	31.6
ชั้นปีที่ 2	148	29.6
ชั้นปีที่ 3	124	24.8
ชั้นปีที่ 4	70	14
รวม	500	100.00

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลพื้นฐาน	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
คณะที่ศึกษา		
ครุศาสตร์	173	34.6
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	51	10.2
เทคโนโลยีสารสนเทศ	42	8.4
รัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์	26	5.2
นิติศาสตร์	15	3
วิทยาการจัดการ	62	12.4
วิศวกรรมศาสตร์	28	5.6
มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	68	13.6
เทคโนโลยีการเกษตร	35	7
รวม	500	100.00

จากตารางที่ 4.1 พบว่านักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 75.2 และเป็นผู้ชายคิดเป็นร้อยละ 24.8 โดยที่นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ศึกษายู่ในระดับชั้นปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 31.6 รองลงมากำลังศึกษายู่ในระดับชั้นปีที่ 2 และ 3 ซึ่งมีจำนวนใกล้เคียงกันคิดเป็นร้อยละ 29.6 และร้อยละ 24.8 ตามลำดับ ในขณะที่นักศึกษาที่อยู่ระดับชั้นปีที่ 4 มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 14 เมื่อพิจารณาคณะที่ศึกษา พบว่า นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ศึกษายู่คณะครุศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 34.6 รองลงมาเป็นคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 13.6 ในขณะที่นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ เป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 3

ตอนที่ 2 เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยการคำนวณหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตารางที่ 4.2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย

ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	\bar{x}	S.D.	แปลผล
1. ประโยชน์ของการออกกำลังกายเป็นประจำทำให้มีการลาป่วยน้อยลง	0.80	0.41	มีความรู้ดีมาก
2. การออกกำลังกายประกอบด้วย 3 ช่วงคือช่วงอบอุ่นร่างกาย ช่วงฝึกจริงช่วงผ่อนคลาย	0.70	0.46	มีความรู้ดี
3. ระยะเวลาการออกกำลังกายให้มีสุขภาพดี คือ ครั้งละ 15 – 30 นาที สัปดาห์ละ 3 วัน	0.71	0.46	มีความรู้ดี
4. ควรออกกำลังกายหลังรับประทานอาหารทันที	0.96	0.47	มีความรู้ดีมาก
5. บุคคลที่มีสุขภาพแข็งแรงไม่จำเป็นต้องออกกำลังกาย	0.74	0.43	มีความรู้ดี
6. ควรออกกำลังกายหักโหมให้เหนื่อยมาก ๆ เมื่อเริ่มออกกำลังกายครั้งแรก	0.81	0.43	มีความรู้ดีมาก
7. การออกกำลังกายทำให้ระบบไหลเวียนเลือด กล้ามเนื้อ และระบบอื่น ๆ แข็งแรงขึ้น	0.93	0.38	มีความรู้ดีมาก
8. ผู้ที่มีโรคประจำตัวควรออกกำลังกายมากกว่าคนที่มีสุขภาพแข็งแรง	0.77	0.41	มีความรู้ดี
9. การออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ทำให้นอนหลับได้ดีขึ้น	0.83	0.37	มีความรู้ดีมาก
10. การออกกำลังกายเป็นการหด ยึดกล้ามเนื้อ และข้อต่อ	0.73	0.42	มีความรู้ดี
11. การออกกำลังกายทำให้เกิดการใช้ออกซิเจนและเผาผลาญอาหารในร่างกายเพิ่มขึ้น	0.87	0.32	มีความรู้ดีมาก
12. เลือกวิธีออกกำลังกายที่เหมาะสมกับเพศและวัย	0.90	0.45	มีความรู้ดีมาก
รวม	0.81	0.09	มีความรู้ดีมาก

จากตารางที่ 4.2 พบว่า นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ในภาพรวมและรายละเอียดอยู่ในระดับ มีความรู้ดีมาก ยกเว้น (2) การออกกำลังกาย ประกอบด้วย 3 ช่วง คือ ช่วงอบอุ่นร่างกาย ช่วงฝึกจริงช่วงผ่อนคลายเป็น (3) ระยะเวลาการออกกำลังกายให้มีสุขภาพดี คือ ครั้งละ 15 – 30 นาที สัปดาห์ละ 3 วัน (5) บุคคลที่มีสุขภาพแข็งแรงไม่จำเป็นต้องออกกำลังกาย (8) ผู้ที่มีโรคประจำตัวควรออกกำลังกายมากกว่าคนที่ มีสุขภาพแข็งแรง (10) การออกกำลังกายเป็นการหด ยึดกล้ามเนื้อ และข้อต่อ อยู่ในระดับมีความรู้ดี

ตารางที่ 4.3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

เจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	\bar{x}	S.D.	แปลผล
1. การออกกำลังกายสม่ำเสมอช่วยลดไขมันในเส้นเลือดได้	4.84	0.42	เจตคติมากที่สุด
2. การออกกำลังกายสม่ำเสมอช่วยป้องกันโรคหลอดเลือดหัวใจได้	4.82	0.40	เจตคติมากที่สุด
3. การออกกำลังกายสม่ำเสมอช่วยให้ระบบการย่อยอาหารดี	4.95	0.28	เจตคติมากที่สุด
4. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอลดภาวะเสี่ยงของโรคเบาหวาน	4.91	0.31	เจตคติมากที่สุด
5. การออกกำลังกายสม่ำเสมอทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงขึ้น	4.98	0.13	เจตคติมากที่สุด
6. การออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด	4.26	0.92	เจตคติมากที่สุด
7. การออกกำลังกายช่วยให้ท่านมีสุขภาพจิตที่ดี	4.37	0.78	เจตคติมากที่สุด
8. การออกกำลังกายช่วยให้ท่านหลับง่ายขึ้น	4.76	0.50	เจตคติมากที่สุด
9. การออกกำลังกายช่วยให้ท่านมีบุคลิกภาพที่ดี	4.87	0.34	เจตคติมากที่สุด
10. การออกกำลังกายช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง	3.41	0.77	เจตคติมากที่สุด
11. การออกกำลังกายทำให้รูปร่างดีขึ้น	4.98	0.19	เจตคติมากที่สุด

12. การออกกำลังกายช่วยชะลอความชราได้	4.84	0.43	เจตคติมากที่สุด
13. สำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวการออกกำลังกายมีส่วนช่วยให้อาการของ โรคไม่รุนแรงขึ้น	4.09	0.58	เจตคติมาก
14. การออกกำลังกายเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์	4.97	0.18	เจตคติมากที่สุด
15. การออกกำลังกายทำให้จิตใจแจ่มใส	4.83	0.44	เจตคติมากที่สุด
16. ก่อนออกกำลังกายท่านมีการปรับสภาพร่างกายด้วย การอบอุ่นร่างกายอย่างถูกต้อง	4.13	0.79	เจตคติมาก
17. ท่านออกกำลังกายโดยใช้เวลาออกกำลังกายอย่างน้อย 30 นาที และสัปดาห์ละ 3 วัน	3.77	1.05	เจตคติมาก
18. ท่านออกกำลังกายจนรู้สึกเหนื่อยเล็กน้อย	3.98	1.16	เจตคติมาก
19. ท่านเริ่มออกกำลังกายโดยเริ่มต้นที่เบา ๆ แล้วค่อย เพิ่มความหนักของ การออกกำลังกาย	4.93	0.36	เจตคติมากที่สุด
20. ท่านออกกำลังกายโดยปฏิบัติตามวิธีการปฏิบัติของอุปกรณ์นั้น	4.99	0.08	เจตคติมากที่สุด
รวม	4.58	0.51	เจตคติมากที่สุด

จากตารางที่ 4.3 พบว่า นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีเจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ในภาพรวมและรายข้อ อยู่ในระดับ เจตคติมากที่สุด ยกเว้นข้อ (6) การออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด (7) การออกกำลังกายช่วยให้ท่านมีสุขภาพจิตที่ดี (10) การออกกำลังกายช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง (13) สำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวการออกกำลังกายมีส่วนช่วยให้อาการของ โรคไม่รุนแรงขึ้น (16) ก่อนออกกำลังกายท่านมีการปรับสภาพร่างกายด้วยการอบอุ่นร่างกายอย่างถูกต้อง (17) ท่านออกกำลังกาย โดยใช้เวลาออกกำลังกายอย่างน้อย 30 นาที และสัปดาห์ละ 3 วัน และ (18) ท่านออกกำลังกายจนรู้สึกเหนื่อยเล็กน้อย อยู่ในระดับเจตคติมาก

ตารางที่ 4.4 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมการออกกำลังกาย

พฤติกรรมการออกกำลังกาย	\bar{x}	S.D.	แปลผล
1. ท่านออกกำลังกายเป็นหมู่หรือเป็นกลุ่ม	2.96	0.79	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
2. ท่านออกกำลังกายอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที	3.36	0.60	ปฏิบัติเป็นประจำ
3. หลังจากการออกกำลังกายท่านมีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อให้ร่างกายกลับมาสู่ปกติ	3.76	0.52	ปฏิบัติเป็นประจำ
4. ท่านมีการสำรวจตนเองว่าร่างกายแข็งแรงไม่เป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย	2.20	0.91	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
5. ท่านพักผ่อนเพียงพอหลังจากการออกกำลังกาย	3.22	0.47	ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
6. ท่านมีการวางแผนหรือจัดสรรช่วงเวลาในการออกกำลังกาย	2.27	0.58	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
7. ท่านมีการเคลื่อนไหวจากการทำงานบ้าน	3.94	0.30	ปฏิบัติเป็นประจำ
8. ท่านเริ่มต้นออกกำลังกายโดยเริ่มต้นที่ค่อยเพิ่มความหนักของการออกกำลังกาย	3.05	0.72	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
9. ท่านออกกำลังกายโดยท่านปฏิบัติตามวิธีฝึกของอุปกรณ์นั้น ๆ	3.36	0.68	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
10. ท่านเลือกเดินขึ้นบันไดโดยการไต่ลิฟต์ขึ้นหรือลงบันได 1 ชั้น	2.52	0.80	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
11. ช่วงเวลาเย็นเป็นช่วงเวลาที่ท่านใช้เป็นการออกกำลังกาย	3.39	0.73	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
12. ท่านออกกำลังกายหลังจากรับประทานอาหารทันที	1	0	ไม่เคยปฏิบัติเลย
13. ท่านออกกำลังกายหลายรูปแบบเพื่อไม่ให้เกิดความเบื่อหน่าย	2.71	0.68	ปฏิบัติบ่อยครั้ง
รวม	2.90	0.60	ปฏิบัติบ่อยครั้ง

จากตาราง 4.4 พบว่า นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการออกกำลังกายในภาพรวมและรายข้อ อยู่ในระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ยกเว้น (2) ท่านออกกำลังกายอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที (3) หลังจากการออกกำลังกายท่านมีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อให้ร่างกายกลับมาสู่ปกติ (7) ท่านมีการเคลื่อนไหวจากการทำงานบ้าน อยู่ในระดับปฏิบัติเป็นประจำ (4) ท่านมีการสำรวจตนเองว่าร่างกายแข็งแรงไม่เป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย (5) ท่านพักผ่อน

เพียงพอหลังจากการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปฏิบัติบางครั้ง และ (11) ทำนอกร่างกาย
หลังจากรับประทานอาหารทันที อยู่ในระดับไม่เคยปฏิบัติเลย

ตอนที่ 3 เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการออกกำลังกาย
เมื่อจำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับการศึกษา และคณะที่ศึกษา โดยใช้สถิติ t-test
independent และสถิติ ANOVA

ตารางที่ 4.5 แสดงผลการเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เจตคติเกี่ยวกับการ
ออกกำลังกายและพฤติกรรมการออกกำลังกาย จำแนกตามเพศ

ตัวแปร	เพศ	\bar{x}	S.D.	t	sig
ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	ชาย	0.69	0.23	0.75	0.45
	หญิง	0.67	0.24		
เจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	ชาย	4.03	0.43	6.97**	0.00
	หญิง	3.69	0.56		
พฤติกรรมการออกกำลังกาย	ชาย	4.09	0.55	6.30**	.000
	หญิง	3.71	0.67		

จากตาราง 4.5 พบว่า เจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย และ พฤติกรรมการออกกำลังกาย
กายแตกต่างกัน เมื่อเพศแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.1 โดยที่ เพศชายมีเจตคติ
เกี่ยวกับการออกกำลังกายและพฤติกรรมการออกกำลังกาย สูงกว่าเพศหญิง ในขณะที่ความรู้
เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เมื่อจำแนกตามเพศ แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 4.6 แสดงผลการเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย และพฤติกรรมการออกกำลังกาย จำแนกตามระดับการศึกษา

ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	MS	df	F	sig
ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	1.90	0.63	3	11.10**	0.00
	ภายในกลุ่ม	28.31	0.05	496		
	รวม	30.21		499		
เจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	2.05	0.68	3	2.25	0.81
	ภายในกลุ่ม	150.65	0.30	496		
	รวม	152.70		499		
พฤติกรรมการออกกำลังกาย	ระหว่างกลุ่ม	8.71	2.90	3	6.77**	0.00
	ภายในกลุ่ม	212.63	0.42	496		
	รวม	221.34		499		

จากตารางที่ 4.6 พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและพฤติกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ เมื่อระดับการศึกษาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ในขณะที่เจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อระดับการศึกษาแตกต่างกัน และเนื่องจากการวิเคราะห์ความแปรปรวนครั้งนี้ปรากฏว่า นักศึกษาที่มีระดับการศึกษาต่างกัน ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและพฤติกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงทำการเปรียบเทียบพหุคูณตามวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe) เพื่อค้นหว่าระดับ การศึกษาของกลุ่มตัวอย่างคู่ใดที่มีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและพฤติกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกัน สามารถแสดงได้ดังตารางที่ 4.7

ตารางที่ 4.7 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และพฤติกรรมการออกกำลังกายเมื่อกลุ่มตัวอย่างมีระดับการศึกษาแตกต่างกัน

ตัวแปร	ระดับ		ปี 1	ปี 2	ปี 3	ปี 4
การศึกษา						
		\bar{x}	0.60	0.70	0.71	0.77
ความรู้เกี่ยวกับ การออกกำลังกาย	ปี 1	0.60	-	-0.10*	-0.11*	-0.17*
	ปี 2	0.70		-		
	ปี 3	0.71			-	
	ปี 4	0.77				-
ตัวแปร	ระดับ		ปี 1	ปี 2	ปี 3	ปี 4
การศึกษา						
		\bar{x}	3.94	3.86	3.70	3.57
พฤติกรรมการ ออกกำลังกาย	ปี 1	3.94	-		0.24*	0.37*
	ปี 2	3.86		-		0.28*
	ปี 3	3.70			-	
	ปี 4	3.57				-

จากตารางที่ 4.7 สามารถแปลผลการวิเคราะห์ได้ดังนี้

ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย

นักศึกษาที่ระดับชั้นปี 1 มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย แตกต่างกับนักศึกษาที่อยู่ระดับชั้นปี 2 ปี 3 และ ปี 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาระดับชั้นปี 1 มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายน้อยกว่านักศึกษาระดับชั้นปี 2 ปี 3 และ ปี 4 (Mean Different = -0.10, -0.11 และ -0.17 ตามลำดับ) ส่วนระดับชั้นปีอื่นนักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

พฤติกรรมการออกกำลังกาย

นักศึกษาที่ระดับชั้นปี 1 มีพฤติกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกับนักศึกษาที่อยู่ระดับชั้นปี 3 และ ปี 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาระดับชั้นปี 1 มีพฤติกรรมการออกกำลังกายสูงกว่านักศึกษาระดับชั้นปี 3 และ ปี 4 (Mean Different = 0.24 และ 0.37 ตามลำดับ) และนักศึกษาชั้นปี 2 มีพฤติกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกับนักศึกษาชั้นปี 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักศึกษาชั้นปี 2 มีพฤติกรรมการออกกำลังกาย

กายสูงกว่านักศึกษาระดับชั้นปี 4 (Mean Different = 0.28) ส่วนระดับชั้นปีคู่อื่นนักศึกษามี
พฤติกรรมการออกกำลังกายแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ