

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการเปรียบเทียบความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว คลายตัว และอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากการเปรียบเทียบความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว คลายตัว และอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ มาวิเคราะห์โดยใช้ระเบียบวิธีทางสถิติ และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตาราง ความเรียง กราฟ และแผนภูมิแห่งดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของอายุ น้ำหนัก ส่วนสูงของกลุ่มตัวอย่าง ประชากร ซึ่งเป็นบุคลากรฝ่ายศูนย์รักษาความปลอดภัย (รบก.) ของจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย เพศชาย จำนวน 30 คน

จำนวน (คน)	อายุ (ปี)		น้ำหนัก (กิโลกรัม)		ส่วนสูง (เซนติเมตร)	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
30	29.30	7.65	61.46	11.08	165.43	18.18

จากตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของอายุ น้ำหนัก ส่วนสูงของ กลุ่มตัวอย่างประชากร ซึ่งเป็นบุคลากรฝ่ายศูนย์รักษาความปลอดภัย (รบก.) ของจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย เพศชาย จำนวน 30 คน มีค่าเฉลี่ยของอายุ 29.30 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.65 น้ำหนัก 61.46 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 11.08 ส่วนสูง 165.43 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 18.18

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t- test) ภายในกลุ่มของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว คลายตัว และอัตราการเต้นของหัวใจ หลังออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) เป็นเวลา 16 นาที

ผลการทดสอบ	จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ		จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ		t
	EC 3500		EC 1500		
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
ความดันโลหิต ขณะหัวใจบีบตัว ( มม.ปรอท)	132.30	12.10	140.28	13.48	4.47*
ความดันโลหิต ขณะหัวใจคลายตัว ( มม.ปรอท)	77.50	7.36	80.28	10.67	1.14
อัตราการเต้น ของหัวใจ ( ครั้งต่อนาที)	100.58	6.83	109.53	7.46	4.56*

\*P < .05 ( .05  $t_{.99} = 2.04$  )

## จากตารางที่ 2

1. ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ 132.30 มิลลิเมตรของปรอท และค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที ด้วยจักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ 140.28 มิลลิเมตรของปรอท พบว่าค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ 77.50 มิลลิเมตรของปรอท และค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที ด้วยจักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ 80.28 มิลลิเมตรของปรอท พบว่าค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ค่าเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ 100.58 ครั้งต่อนาที และค่าเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที ด้วยจักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ 109.53 ครั้งต่อนาที พบว่า ค่าเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 2 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	133.60	13.22	0.72
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	135.00	14.14	

$P > .05$  ( $.05 t_{9} = 2.04$ )

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 2 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 4 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	134.46	13.53	2.31*
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	138.40	13.90	

\* $P < .05$  ( $.05 t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 4 นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 6 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	134.60	13.58	4.37*
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	142.66	14.73	

\*P < .05 (.05  $t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 6 นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 8 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	134.06	13.68	5.38*
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	144.80	16.18	

\* $P < .05$  ( $.05 t_{19} = 2.04$ )

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 8 นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ตารางที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 10 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว (มิลลิเมตรปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	133.06	14.73	4.32*
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	142.60	17.44	

\* $P < .05$  ( $.05 t_{79} = 2.04$ )

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 10 นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 8 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 12 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	134.86	14.21	3.88*
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	144.46	16.31	

\*P < .05 (.05  $t_{99} = 2.04$ )

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 12 นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 9 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 14 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	137.46	14.20	7.49*
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	154.73	17.48	

\* $P < .05$  ( $.05 t_{25} = 2.04$ )

จากตารางที่ 9 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 14 นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 10 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	133.33	27.77	7.55*
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	151.96	31.76	

\*P < .05 (.05  $t_{df} = 2.04$ )

จากตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 11 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 2 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	85.46	24.99	-0.75
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	80.16	16.39	

$P > .05$  ( $.05 t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 11 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 2 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 12 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 4 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	84.50	24.53	-0.64
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	80.03	16.69	

$P > .05$  ( $.05$   $t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 12 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 4 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 13 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 6 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	83.70	24.88	-0.79
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	78.20	15.52	

$P > .05$  ( $.05 t_{19} = 2.04$ )

จากตารางที่ 13 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 6 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 14 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 8 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	83.86	24.45	-0.65
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	79.33	16.29	

$P > .05$  ( $.05$   $t_{90} = 2.04$ )

จากตารางที่ 14 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 8 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ตารางที่ 15 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 10 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	83.16	24.19	-0.54
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	79.40	16.64	

$P > .05$  ( $.05 t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 15 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 10 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 16 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 12 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	82.23	24.81	-0.69
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	77.36	16.07	

$P > .05$  ( $.05 t_{79} = 2.04$ )

จากตารางที่ 16 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 12 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 17 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 14 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	81.13	24.98	0.07
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	81.60	16.59	

$P > .05$  ( $.05 t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 17 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 14 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 18 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที

ความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว (มิลลิเมตรของปรอท)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	75.53	14.49	1.02
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	77.96	16.43	

$P > .05$  ( $.05 t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 18 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความดันโลหิตขณะหัวใจคลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 19 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 4 นาที

อัตราการเต้นของหัวใจ (ครั้งต่อนาที)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	102.86	8.53	0.74
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	104.26	9.72	

$P > .05$  ( $.05 t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 19 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 4 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 20 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 8 นาที

อัตราการเต้นของหัวใจ (ครั้งต่อนาที)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	102.96	7.91	1.15
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	104.73	8.76	

$$P > .05 \quad (.05 \quad t_{29} = 2.04)$$

จากตารางที่ 20 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 8 นาที ไม่มี ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 21 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 12 นาที

อัตราการเต้นของหัวใจ (ครั้งต่อนาที)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	103.16	7.52	1.78
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	105.43	8.15	

$P > .05$  ( $.05 t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 21 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 12 นาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 22 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบด้วยค่า "ที" (t-test) ของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกาย ด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500) หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที

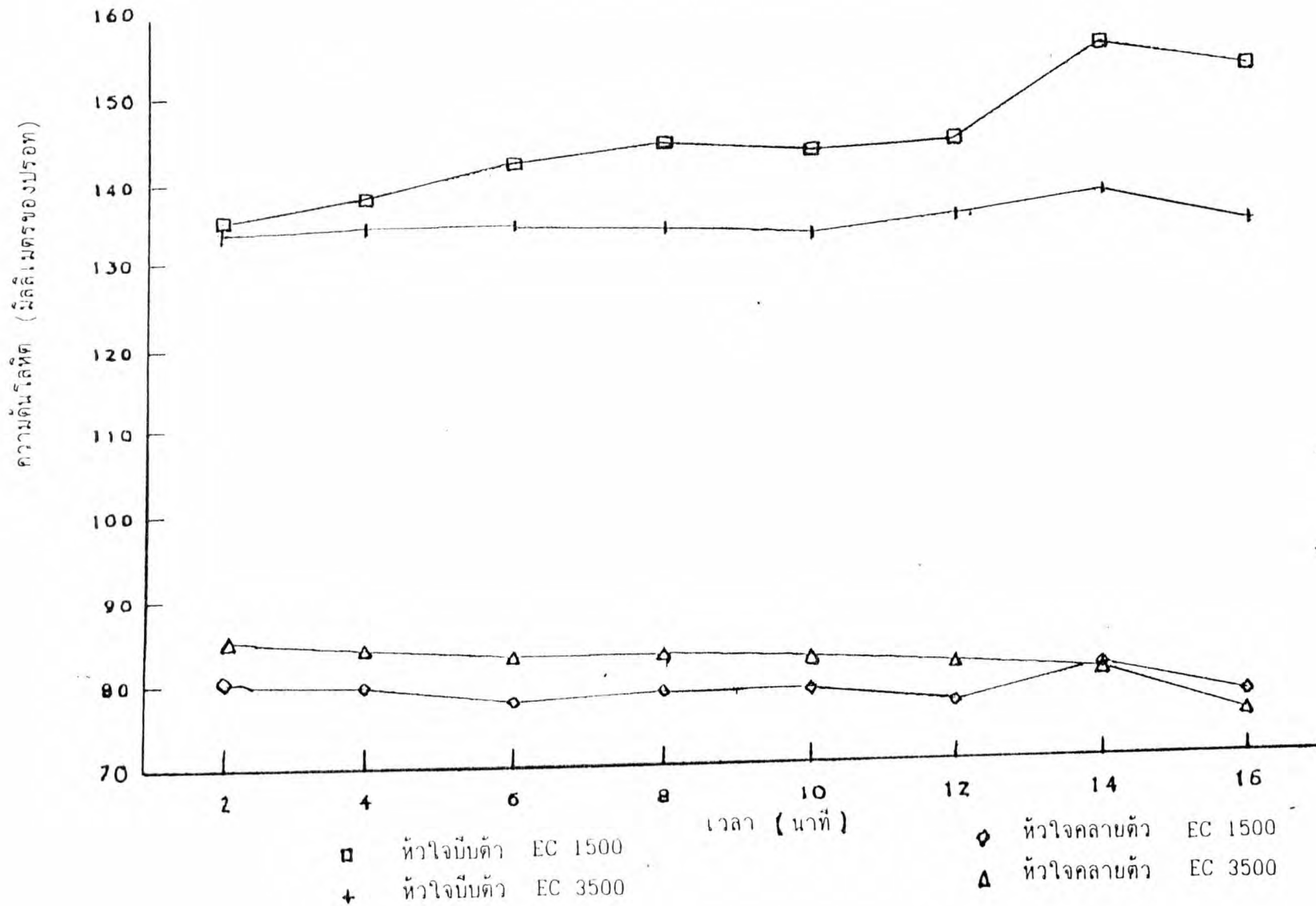
อัตราการเต้นของหัวใจ (ครั้งต่อนาที)	$\bar{X}$	S.D.	t
จักรยานแบบนั่งเหยียดเท้าถีบ (EC 3500)	111.76	7.96	9.70*
จักรยานแบบนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)	129.83	10.11	

\*P < .05 ( $t_{29} = 2.04$ )

จากตารางที่ 22 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบนั่งเหยียดเท้า และนั่งวางเท้าถีบ หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



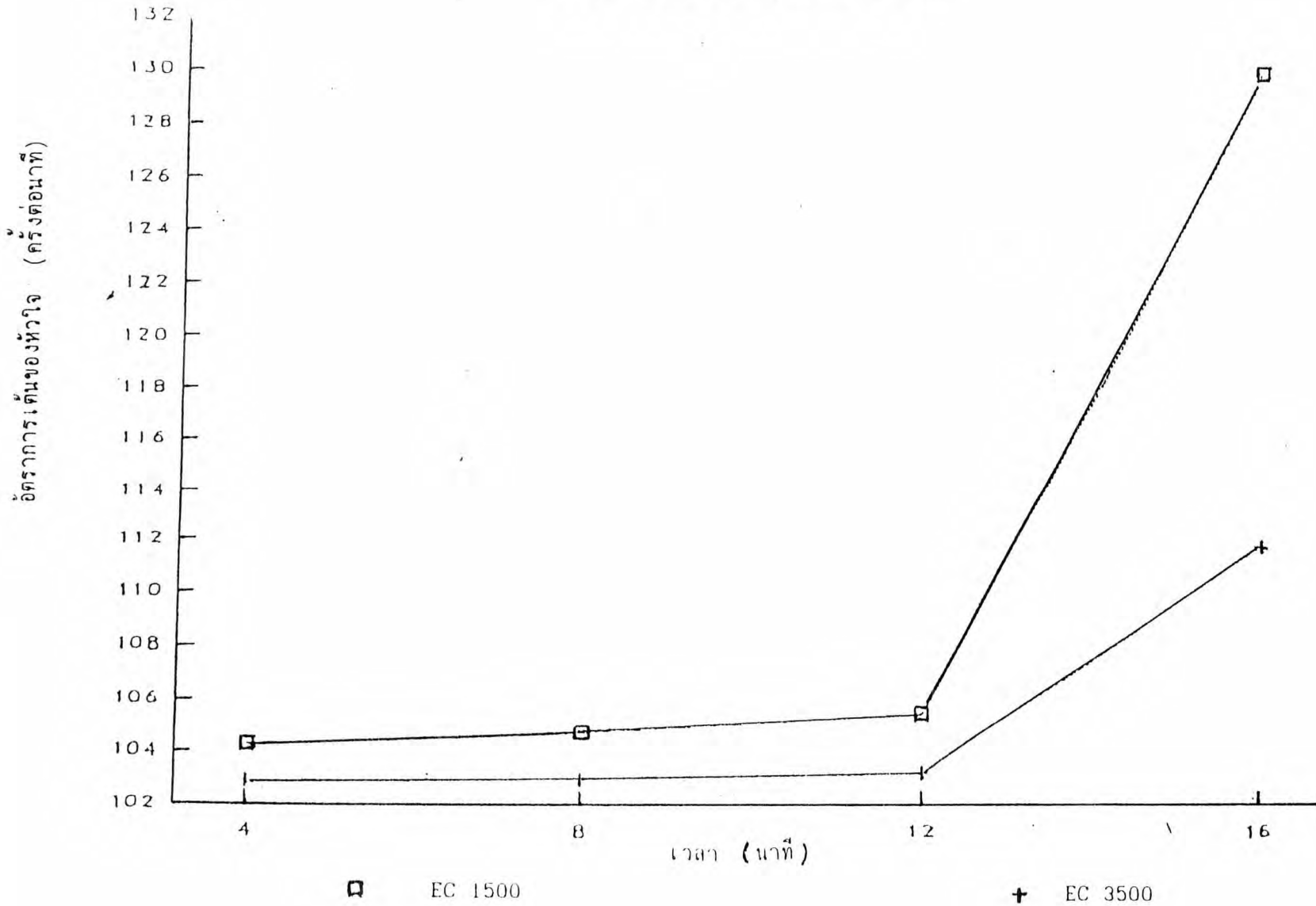
แสดงค่าเฉลี่ย ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว คลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบ  
 นิ่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าดิบ (EC 1500)  
 หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที



แสดงค่าเฉลี่ย อัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบ

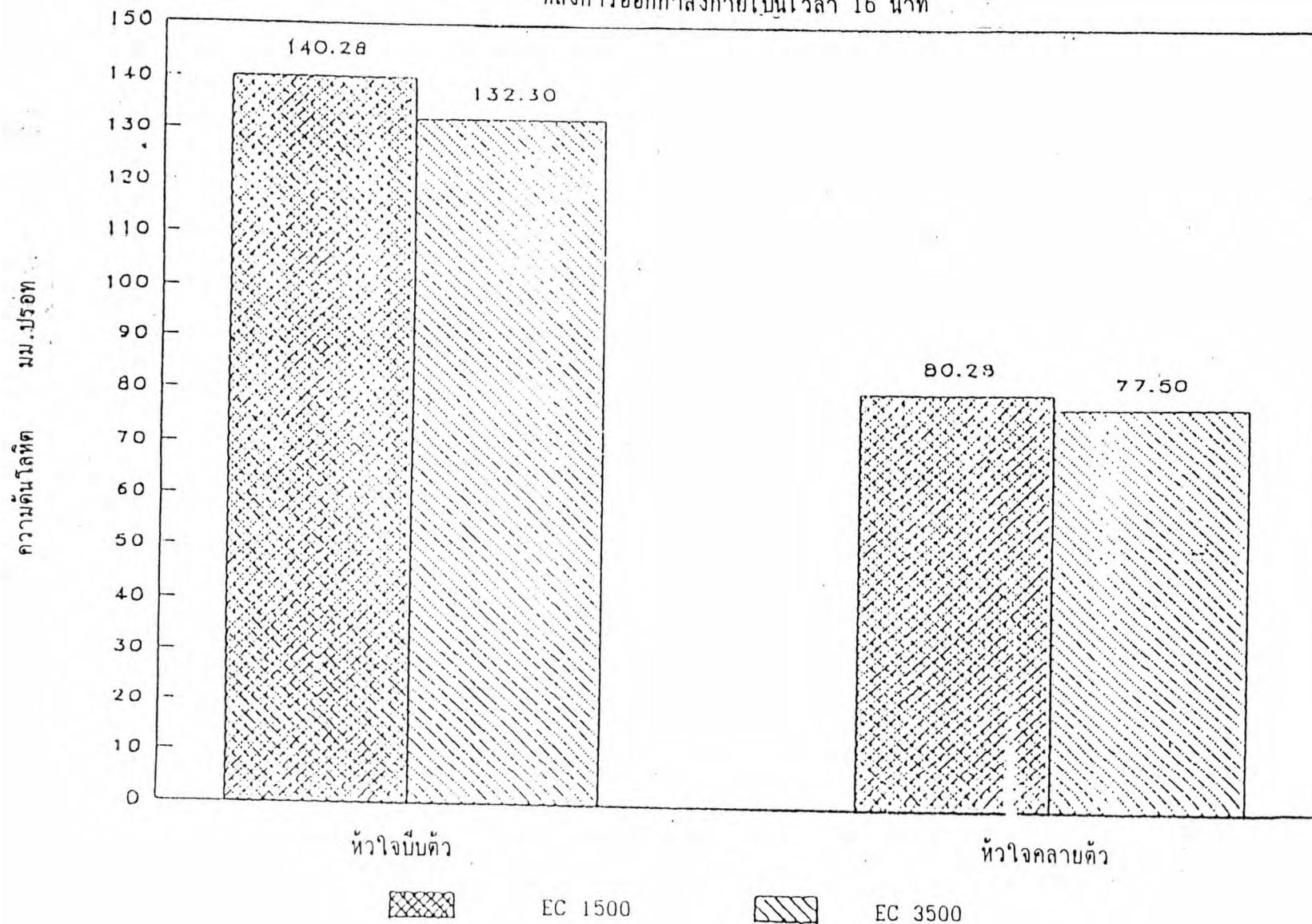
นั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าดิบ (EC 1500)

หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที



แสดงค่าเฉลี่ย ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว | คลายตัว ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบ  
นั่งเหยียดเท้า (EC 3500)และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)

หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที



แผนภูมิที่ 4

แสดงค่าเฉลี่ยของอัตราการเต้นของหัวใจ ขณะออกกำลังกายด้วยจักรยานแบบ  
นั่งเหยียดเท้า (EC 3500) และนั่งวางเท้าถีบ (EC 1500)

หลังการออกกำลังกายเป็นเวลา 16 นาที

