ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37

COMPETITIVE STATE ANXIETY OF BASKETBALL PLAYERS IN THE 37th THAILAND UNIVERSITY GAMES

ดิศรณ์ แก้วคล้าย* **Disorn Kaewklay ***

ธงชัย เจริญทรัพย์มณี** **Thongchai Charoensupmanee ****

ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล*** **Parkpoom Ratanarojanakool *****

Abstract

The purpose of study was to investigate the competitive state anxiety of basketball players in the 37th Thailand University Games. The 40 purposively samples were players from 4 teams. The Revised Competitive Sport Anxiety Inventory-2 : CSAI-2R by Martens was used to collect data. The data were analyzed and presented in terms of percentage, mean, standard deviation and the hypothesis was tested for mean differences by the F-test and Scheffe's method with the statistically significant differences at .05 level.

The results were as follows:

1. The competitive state anxiety level of basketball players in the 37th Thailand University Games both of the cognitive anxiety and the somatic anxiety were at low level ($\bar{x}$ =18.38 and 16.51, S.= 5.95 and 6.18 respectively), and the self confidence was at moderate level ($\bar{x}$ = 28.41, S.= 7.29) in all rounds of the competition.

2. The cognitive anxiety, the somatic anxiety and the self confidence of basketball players in the 37th Thailand University Games among the first round, the second round, the third round, the semi-final round and the final round were not statistically significant difference.

Keywords : State Anxiety / Basketball Players / 37th Thailand University Games

* บัณฑิตหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา ผู้วิจัย

** รองศาสตราจารย์ ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์

*** รองศาสตราจารย์ ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาบาสเกตบอลชาย จำนวน 4 ทีม รวม 40 คน ได้มาจากการเจาะจงเลือก (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ฉบับปรับปรุง (Revised Competitive Sport Anxiety Inventory-2 : CSAI-2R) ของมาร์เตนส์ (Martens) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าร้อยละเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยโดยการทดสอบค่าเอฟ (F-test) เมื่อพบความแตกต่างจะทดสอบเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ่ (Scheffe's Method) และกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 ในทุกรอบของการแข่งขัน นักกีฬาบาสเกตบอลมีความวิตกกังวลทางจิตและความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{x}$ =18.38 และ 16.51, S.D. = 5.95 และ 6.18 ตามลำดับ) ความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 28.41, S.D. = 7.29)

2. ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬากีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 ระหว่างการแข่งขันคือรอบแรก รอบสอง รอบสาม รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ : ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ นักกีฬากีฬาบาสเกตบอล กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37

บทนำ

ประเทศชาติจะเจริญก้าวหน้าได้นั้นย่อมต้องอาศัยปัจจัยในหลายๆ ด้านรวมกัน ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งในการที่จะพัฒนาให้ประเทศชาติเจริญก้าวหน้านั้นก็คือกีฬา การเล่นกีฬาเป็นการส่งเสริมสุขภาพเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคน กีฬาจึงเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ต่อมนุษย์ ทุกเพศ ทุกวัย การส่งเสริมให้มีการเล่นกีฬาอย่างหลากหลายจึงเป็นสิ่งหนึ่งที่จะทำให้มนุษย์เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ซึ่งเป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปว่ากีฬามีความสำคัญต่อชีวิตมนุษย์ทุกคน ต่อสังคมทุกระดับชั้น ยิ่งสังคมมนุษย์มีการพัฒนามากขึ้นเท่าใด ความต้องการในการเล่นกีฬาก็ยิ่งมีเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น

มหาวิทยาลัยในฐานะที่เป็นสถาบันในการจัดการศึกษาเพื่อความเจริญงอกงาม ทั้งทางด้านสติปัญญา อารมณ์และสังคม เห็นความสำคัญในการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพของมนุษย์โดยใช้กีฬา จึงมีการส่งเสริมทำให้มีการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยทุกปีอย่างต่อเนื่อง ทำให้การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยในปัจจุบันกำลังเป็นที่นิยมและได้รับความสนใจจากผู้ชมเป็นอย่างมาก เนื่องจากในการแข่งขันแต่ละครั้งจะมีนักกีฬาที่มีความสามารถเข้าร่วมในการแข่งขันจำนวนมากในระดับทีมชาติ เยาวชนทีมชาติ กีฬาแห่งชาติ รวมไปถึงนักกีฬาดาวรุ่งเข้าร่วมทำให้การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยเต็มไปด้วยการแข่งขันกันสูงเพื่อความเป็นเลิศทางการด้าน

กีฬา ชื่อเสียงเงินทอง และการปูทางไปสู่นักกีฬาระดับชาติต่อไปในภายภาคหน้า อันอาจจะเป็นเหตุทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวล เนื่องจากนักกีฬาอาจจะมีการคาดหวังถึงผลสำเร็จที่มากเกินไป เกิดการประหม่าตื่นเต้น จำนวนผู้ชม การที่มีนักกีฬาที่มีสถิติที่ดีกว่าตัวเอง หรือการกลัวว่าจะแสดงความสามารถไม่เท่าสถิติเดิม จะเห็นได้ว่าความวิตกกังวลของนักกีฬานั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายด้านด้วยกัน (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. 2541: 52)

ความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองมีส่วนสัมพันธ์กับการแสดงความสามารถทางการกีฬา และเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้นักกีฬาส่วนใหญ่ไม่ประสบความสำเร็จในการแข่งขัน เพราะในสถานการณ์การแข่งขันนักกีฬาต้องเผชิญกับความกดดันจึงทำให้นักกีฬาส่วนใหญ่เกิดความวิตกกังวลได้ และความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นมีผลให้ความเชื่อมั่นในตนเองลดลง จากข้อมูลการวิจัยที่ผ่านมาเป็นการเน้นย้ำว่าความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองเป็นสิ่งที่นักกีฬาทุกคนต้องประสบในการแข่งขัน และต้องสามารถควบคุมให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมให้ได้ เพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการแข่งขัน ความวิตกกังวลอาจทำให้เกิดผลกระทบต่อตัวนักกีฬาได้ทั้งผลดีและผลเสีย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวล กล่าวคือ ถ้านักกีฬามีระดับความวิตกกังวลที่พอดี ก็จะช่วยให้นักกีฬาแสดงความสามารถในการกีฬาได้ดีมากขึ้น ถ้านักกีฬามีระดับความวิตกกังวลที่สูงหรือต่ำมากเกินไปก็จะทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถในการกีฬาลดต่ำลงกว่ามาตรฐานเดิม ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นนักกีฬาบาสเกตบอลเคยมีประสบการณ์ที่มีความวิตกกังวลในการแข่งขัน ยิ่งใกล้เวลาแข่งขันความวิตกกังวลก็จะเพิ่มขึ้น และยังเพิ่มขึ้นตามรอบที่เข้าแข่งขันอีกด้วย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอล ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 ทั้งนี้เพื่อผลการวิจัยที่ได้จะเป็นแนวทางให้ผู้ฝึกสอนกีฬาหรือผู้ที่เกี่ยวข้องทราบถึงระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ที่เหมาะสมกับตัวนักกีฬา เพื่อที่จะได้นำไปทำการแก้ไข ปรับปรุง นักกีฬาให้สามารถแสดงประสิทธิภาพทางการกีฬาได้อย่างเต็มความสามารถต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อทราบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลในช่วงเวลาก่อนการแข่งขัน ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลระหว่างรอบของการแข่งขัน ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37

ความสำคัญของการวิจัย

ทำให้ทราบระดับความความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลและความแตกต่างของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ระหว่างรอบของการแข่งขัน ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 และเพื่อเป็นแนวทางที่จะทำให้นักกีฬาบาสเกตบอลสามารถควบคุม และปรับสภาวะความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อตนเอง ในส่วนของข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์กับนักกีฬา ผู้ฝึกสอนและบุคคลที่เกี่ยวข้องต่อไป

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬาบาสเกตบอลทีมชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 แม่โดมเกมส์ ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ระหว่างวันที่ 22-30 มกราคม พ.ศ. 2553 ได้มาโดยการเจาะจงเลือก (Purposive Sampling) จาก 4 ทีมสุดท้ายที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ได้แก่ทีม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ และมหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ ทีมละ 10 คน รวม 40 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ได้แก่ จำนวนรอบของการแข่งขัน จำแนกได้เป็น 5 รอบ ดังนี้

    1.1 รอบแรก

    1.2 รอบสอง

    1.3 รอบสาม

    1.4 รอบรองชนะเลิศ

    1.5 รอบชิงชนะเลิศ

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอล ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ฉบับปรับปรุงใหม่ (Revised Competitive State Anxiety Inventory -2 :CSAI-2R) ที่สร้างขึ้นโดย ค็อกซ์ มาร์เต็นส์ และรัสเซล (ศักดรินทร์ ธรรมวงศ์. 2548: 21; อ้างอิงจาก Cox; et. al. 2003: 519-533) แปลเป็นภาษาไทยโดย ดร. พิชิต เมืองนาโพธิ์ มี 17 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety)
2. ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety)
3. ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-Confidence)

ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของซีเอสเอไอทูอาร์ (CSAI – 2R) จะเป็นดังนี้

คะแนน 10-19 ระดับความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ

คะแนน 20-30 ระดับความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองปานกลาง

คะแนน 31-40 ระดับความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองสูง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์เพื่อให้เข้าใจและใช้แบบทดสอบได้อย่างถูกต้อง

2. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒถึงหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการดำเนินการเก็บข้อมูล

3. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยตนเอง

การจัดทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในแต่ละรอบของนักกีฬาบาสเกตบอลทีมชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 แม่โดมเกมส์

2. แจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของระดับความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในแต่ละรอบของการแข่งขัน นำเสนอในรูปแบบตารางและความเรียง

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ระหว่างรอบของการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 แม่โดมเกมส์ โดยทดสอบค่าเอฟ (F-test) เมื่อพบความแตกต่าง จะเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ่ (Scheffe's Method)

4. กำหนดค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 ในทุกรอบของการแข่งขันพบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลมีความวิตกกังวลทางจิตและทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{x}$ =18.38 และ 16.51, S.= 5.95 และ 6.18 ตามลำดับ) ความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 28.41, S.= 7.29) เมื่อพิจารณาตามรอบการแข่งขันและระดับของนักกีฬาบาสเกตบอลเป็นดังนี้

ระดับความวิตกกังวล

รอบการแข่งขัน	ความวิตกกังวลทางจิต			ความวิตกกังวลทางกาย			ความเชื่อมั่นในตนเอง		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
รอบแรก	19.90	5.43	ต่ำ	17.96	6.28	ต่ำ	30.05	5.41	ปานกลาง
รอบสอง	17.05	6.03	ต่ำ	15.32	5.80	ต่ำ	28.90	6.72	ปานกลาง
รอบสาม	18.20	6.82	ต่ำ	16.64	6.84	ต่ำ	27.60	8.19	ปานกลาง

ระดับความวิตกกังวล(ต่อ)

รอบการแข่งขัน	ความวิตกกังวลทางจิต			ความวิตกกังวลทางกาย			ความเชื่อมั่นในตนเอง		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
รอบรองชนะเลิศ	18.50	5.83	ต่ำ	16.43	6.10	ต่ำ	27.25	7.72	ปานกลาง
รอบชิงชนะเลิศ	18.25	5.66	ต่ำ	16.18	5.89	ต่ำ	28.25	8.40	ปานกลาง
รวม	18.38	5.95	ต่ำ	16.51	6.18	ต่ำ	28.41	7.29	ปานกลาง

1.1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 รอบแรก มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.90 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 17.96 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 30.05 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.43, 6.28, 5.41 ตามลำดับ

1.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 รอบสอง มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 17.05 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 15.32 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 28.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.03, 5.80, 6.72 ตามลำดับ

1.3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 รอบสาม มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 18.20 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 16.64 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 27.60 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.82, 6.84, 8.19 ตามลำดับ

1.4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 รอบรองชนะเลิศ มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 18.50 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 16.43 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 27.25 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.83, 6.10, 7.72 ตามลำดับ

1.5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 รอบชิงชนะเลิศ มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 18.25 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 16.18 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 28.25 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.66, 5.89, 8.40 ตามลำดับ

2. เปรียบเทียบคะแนนค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางจิต ด้านความวิตกกังวลทางกาย และด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลชายระหว่างรอบการแข่งขันในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 ไม่แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลทางจิต ระหว่างรอบการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	1.657	4	.414	1.161	.329
ภายในกลุ่ม	69.574	195	.357		
รวม	71.231	199			

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลทางกาย ระหว่างรอบการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	1.465	4	.366	.954	.434
ภายในกลุ่ม	74.809	195	.384		
รวม	76.273	199			

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อมั่นในตนเอง ระหว่างรอบการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	1.983	4	.496	.912	.458
ภายในกลุ่ม	105.961	195	.543		
รวม	107.944	199			

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

ในการศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 พบว่า มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทุกรอบการแข่งขัน ซึ่งแบ่งเป็น ความวิตกกังวลทางจิต อยู่ในระดับต่ำ ความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักกีฬาบาสเกตบอลได้มีการประเมินผลได้ผลเสียของเกมการแข่งขันว่ามีผลมากน้อยเพียงใดและมีการประเมินทีมฝ่ายตรงข้ามในแต่ละรอบว่ามีความสามารถด้อยกว่าหรือมีความสามารถมากกว่าทีมของตนเอง จึงสามารถที่จะควบคุมความวิตกกังวลได้ ถือได้ว่านักกีฬาบาสเกตบอลมีความวิตกกังวลอยู่ในช่วงที่พอเหมาะกับการแข่งขัน ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีอักษรยูคว่ำ (Inverted - U Theory) *สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย. (2542: 75-78)* โดยหลักทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้ามีระดับความวิตกกังวลต่ำหรือสูงเกินไปจะทำให้มีความสามารถต่ำ แต่ถ้ามีความวิตกกังวลเหมาะสมจะทำให้มีความสามารถสูง ทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและใช้อธิบายได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ดังนั้นก่อนการแข่งขันกีฬาหรือ

ระหว่างการแข่งขัน นักกีฬาจะต้องควบคุมตนเองให้มีสภาวะความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จึงจะทำให้แสดงความสามารถออกมาได้สูง แต่นักจิตวิทยาชาวรัสเซีย ชื่อฮานิน (*สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย. 2542: 75-78; อ้างอิงจาก* Hanin. 1970) ได้อธิบายขยายความคิดต่อจากทฤษฎี อักษรยูคว่ำ (Inverted - U Theory) โดยใช้ทฤษฎีโซนของพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Functioning) โดยอธิบายว่านักกีฬาชั้นเยี่ยมแต่ละคนมีระดับความวิตกกังวลในโซนที่เหมาะสมไม่เท่าเทียมกันในการแสดงความสามารถสูงสุด และถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลออกนอกโซนก็จะแสดงความสามารถต่ำกว่าปกติ

จากผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ทุกรอบของการแข่งขัน ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 พบว่า ความวิตกกังวลทั้ง 3 ด้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐาน คือ ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ระหว่างรอบของการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลของนักกีฬาแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลในกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย มีการแบ่งสายในการแข่งขัน โดยแต่ละสายจะมีทีมที่เป็นทีมวางและทีมที่เป็นทีมรอง ทำให้นักกีฬาสามารถประเมินความสามารถของคู่แข่งขันได้ตั้งแต่รู้สายการแข่งขัน และนักกีฬาส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการแข่งขันมาก ได้เข้าร่วมการแข่งขันในระดับต่างๆ ตลอดทั้งปี ไม่ว่าจะเป็นในระดับเยาวชนแห่งชาติ กีฬาแห่งชาติ ระดับสโมสร และในระดับชาติ ทำให้นักกีฬามีความคุ้นเคยกัน เมื่อพบเจอกันในการแข่งขัน นักกีฬาจึงสามารถประเมินความสามารถของคู่แข่งขันได้เป็นอย่างดีว่ามีระดับฝีมือหรือความสามารถอยู่ในระดับใด นักกีฬาจึงสามารถรักษาระดับความวิตกกังวลและสามารถควบคุมระดับความวิตกกังวลได้เมื่อเข้าสู่การแข่งขัน จึงทำให้ผลค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาทั้งสองทีมใกล้เคียงกันและไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ *มาร์เตนส์ (สืบสาย บุญวีรบุตร. 2541: 77; อ้างอิงจาก Martens. 1972) ที่กล่าวไว้ว่า การประเมินสถานการณ์การแข่งขัน เป็นนามธรรมเป็นสิ่งที่นักกีฬาหรือบุคคลนั้นๆ รับรู้ คิด หรือประเมินสถานการณ์แข่งขันโดยเปรียบเทียบความสามารถของตนกับข้อเรียกร้องของสถานการณ์ เช่น ความสำคัญของการแข่งขัน การประเมินความสามารถของคู่ต่อสู้กับความสามารถของตนเอง มีผลต่อความคิด อารมณ์ และแรงจูงใจที่ส่งผลถึงการตอบสนองทางสรีระและพฤติกรรมการเล่นกีฬาหรือความสามารถในการเล่นกีฬานั่นเอง การตอบสนองที่เกิดขึ้นหลังหรือพร้อมๆ กับการรับรู้ และการประเมินการสนองตอบต่อสถานการณ์ ทั้งทางสรีรวิทยา เช่น หัวใจเต้นเร็วและแรงขึ้น การตอบสนองทางจิตใจและอารมณ์ เช่น ความกังวลใจ ตื่นเต้น และรวมทั้งการตอบสนองทางพฤติกรรมทั้งก่อนและขณะแข่งขัน เช่น พูดมากกว่าปกติก่อนทำการแข่งขัน รวมถึงความสามารถในการเล่น อาจทำได้อย่างดีเป็นไปตามศักยภาพที่มี หรือเล่นได้ไม่ดี ไม่มีความเชื่อมั่น และเล่นพลาด สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดผลที่ตามมาแตกต่างกัน*

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้สิ่งที่ผู้วิจัยพบคือ ระดับความวิตกกังวลทางกายและทางจิตของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้อยู่ในระดับต่ำ และความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นเพราะว่านักกีฬาบาสเกตบอลได้มีการประเมินผลได้ผลเสียของเกมการแข่งขันว่ามีผลมากน้อยเพียงใดและมีการประเมินทีมฝ่ายตรงข้ามในแต่ละรอบว่ามีความสามารถด้อยกว่าหรือมีความสามารถมากกว่าทีมของตนเอง จึงสามารถที่จะควบคุมความวิตกกังวลได้ ซึ่งระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสมของนักกีฬาแต่ละคนแตกต่างกันดังนั้นผู้ฝึกสอนควรช่วยนักกีฬาค้นหาจุดหรือโซนที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาศักยภาพทางการกีฬาของนักกีฬาให้ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำการศึกษากับนักกีฬาบาสเกตบอลทีมหญิงในระดับเดียวกัน

2. ควรมีการศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทั้งก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันมหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

เอกสารอ้างอิง

ศักดรินทร์ ธรรมวงศ์. (2548). **ความวิตกกังวลตมสถานการณ์ โดยใช้แบบทดสอบ CSAI-2R ของนักกีฬาที่เข้าร่วมการ แข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 32.** ปริญญานิพนธ์ วท.บ ศรีนครินทรวิโรฒ.

สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). **จิตวิทยาการกีฬา.** ชลบุรี: ชลบุรีการพิมพ์.

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2541). **จิตวิทยาการกีฬา.** กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.

สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทรุไทย. (2542). **จิตวิทยาการกีฬา แนวคิด ทฤษฎีสู่การ ปฏิบัติ.** กรุงเทพฯ: ด่านสุธาการพิมพ์.