

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักกีฬายิมนาสติกสากล และนักยิมนาสติกลีลาระดับเยาวชน มีผู้เข้าร่วมการแข่งขันทั้งสิ้นประมาณ 130 คน ซึ่งจะมีขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 97 คนเมื่อเทียบจากตารางกำหนดขนาดตัวอย่างของ เครทซ์และมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970, p. 608) จากการสำรวจเบื้องต้นของผู้วิจัยพบว่าในจำนวนนี้มีผู้ที่เล่นยิมนาสติกมาแล้วน้อยกว่า 3 ปี จำนวน 34 คน ผู้วิจัยจึงกำหนดประชากรเป้าหมายมีจำนวน 96 คนเมื่อกำหนดตัวอย่างโดยใช้ตารางของเครทซ์และมอร์แกน (1970) อีกครั้งหนึ่งจะได้จำนวน 77 คน ซึ่งผู้วิจัยใช้การสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) จากประชากรที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดในช่วงการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 34 ณ จ.ราชบุรี ปี 2547 มีอายุระหว่าง 7-18 ปี เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬาของโอลลิก (Orlick, 1990, พัฒนาเป็นฉบับภาษาไทย โดย ชัยรัตน์ ชูสกุล, 2544, หน้า 33-43) นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ค่า T-Test โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ ซึ่งมีแนวทางการศึกษาค้นคว้า สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะในการศึกษาดังนี้

สรุปผลวิจัย

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬาของนักกีฬายิมนาสติกสากล และนักยิมนาสติกลีลาหญิง ทั่วประเทศไทย สรุปได้ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างทั้ง 77 คน พบว่า เป็นนักกีฬาที่มีอายุ 10 – 12 ปี มากที่สุด (ร้อยละ 35) และที่มีอายุ 16 – 18 ปี น้อยที่สุด (ร้อยละ 7) โดยแยกเป็นนักกีฬาชาย จำนวน 24 คน (ร้อยละ 31.20) นักกีฬาสตรี จำนวน 53 คน (ร้อยละ 68.80) นักกีฬายิมนาสติกกลุ่มตัวอย่างให้เหตุผลของการเล่นและการฝึกยิมนาสติกทั้งสองแบบตามลำดับดังนี้ คือ เพื่อเป็นการพัฒนาความสามารถมากที่สุด (ร้อยละ 68.80) เพื่อมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง (ร้อยละ 16.90) เพื่อชัยชนะและรางวัลตอบแทนอื่น ๆ (ร้อยละ 10.40) และเพื่อความสนุก (ร้อยละ 3.90) ส่วนด้านการประเมินความสามารถของตนเอง นักกีฬายิมนาสติกกลุ่มตัวอย่างคิดว่าความสามารถทางกีฬาของตนเองอยู่ในระดับดีมาก (ร้อยละ 5) ระดับดี (ร้อยละ 27) ระดับปานกลาง (ร้อยละ 42) และระดับต่ำ (ร้อยละ 3) ตามลำดับ โดยกลุ่มตัวอย่างมีประสบการณ์ในการเล่นกีฬามากกว่า 3 ปี (ร้อยละ 100)

2. ระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกสากลเยาวชนชาย

นักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง และนักยิมนาสติกลีลา เยาวชนหญิง พบว่า ระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกของผู้ตอบแบบสอบถามโดยรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.16$) เมื่อพิจารณาแต่ละรายการพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามยินดีที่จะมุ่งมั่นหรือเสียสละสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตเพื่อความเป็นเลิศทางกีฬายิมนาสติกอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.91$) มีความต้องการที่จะเป็นนักกีฬาที่เก่งและมีชื่อเสียง อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.05$) มีความมุ่งมั่นกับการไม่ยอมแพ้หรือไม่ยอมปล่อยให้ผ่านพ้นไป (เช่น ต้องการเคลื่อนไหวหรือต้องการวิ่งให้ทัน) อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.96$) ยอมรับความผิดพลาดและพยายามอย่างเต็มที่เพื่อแก้ไขข้อผิดพลาดนั้น อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.27$) หุ่นใจเต็ม 100 ในการฝึกซ้อม (แม้ว่าจะทำได้ดีหรือไม่ก็ตาม) อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.22$) หุ่นใจเต็ม 100 ในการแข่งขัน (แม้ว่าจะได้เปรียบหรือเสียเปรียบ) อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.74$) ให้ความสำคัญสำหรับการเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจทั้งในช่วงก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.21$) พยายามอย่างเต็มที่ ถึงแม้ว่าจะเจ็บอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.09$) รู้สึกมุ่งมั่นเต็มที่ในการพัฒนาความสามารถทางกีฬายิมนาสติกของตัวเองมากกว่าสิ่งอื่นใด อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.16$) และมีความสุขเต็มใจหรือให้ความสำคัญกับกีฬายิมนาสติกมากกว่าสิ่งอื่นใด อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.10$)

3. การเปรียบเทียบระดับความแตกต่างของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติก

ระหว่างนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และนักยิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง โดยสถิติ T-Test ในการเปรียบเทียบระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติก ระหว่างนักกีฬา ยิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และนักยิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง พบว่า นักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย ($\bar{x} = 4.09$, $SD = .41$) และนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง ($\bar{x} = 4.19$, $SD = .42$) มีคะแนนเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน ($p > .05$) หมายความว่า นักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และนักยิมนาสติกสากล เยาวชนหญิงมีความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกไม่แตกต่างกัน

4. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความแตกต่างของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬา

ยิมนาสติก ระหว่างนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง ($\bar{x} = 4.09$, $SD = .44$) และ นักกีฬา ยิมนาสติกลีลา เยาวชนหญิง ($\bar{x} = 4.33$, $SD = .36$) พบว่านักกีฬาทั้ง 2 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกแตกต่างกัน ($p < .05$) แสดงให้เห็นว่า นักกีฬายิมนาสติกลีลาเยาวชนหญิง มีความมุ่งมั่นและทุ่มเทในการเล่นกีฬายิมนาสติกมากกว่านักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง

อภิปรายผล

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬาของนักกีฬายิมนาสติกสากลเยาวชนชาย และนักกีฬายิมนาสติกสากลเยาวชนหญิงทั่วประเทศไทย อภิปรายผลได้ดังนี้

1. จากการศึกษาระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกสากลเยาวชนชาย และ นักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง พบว่า นักกีฬาที่มีความมุ่งมั่นอยู่ในระดับมากที่สุดนี้เนื่องมาจากการที่นักกีฬาส่วนใหญ่ (ร้อยละ 54.50) คิดว่าตนเองมีความสามารถทางการกีฬาอยู่ในระดับปานกลาง จึงมีความจำเป็นที่จะต้องพัฒนาทักษะการเล่นให้ดียิ่งขึ้น สอดคล้องกับเหตุผลของนักกีฬาที่ต้องการพัฒนาความสามารถทางกายของตนเองมากที่สุด คือ ร้อยละ 68.80 (จากบทที่ 4 ตารางที่ 1) พฤติกรรมดังกล่าวเป็นการตอบสนองทางจิตวิทยาต่อความต้องการพื้นฐานของตนเองในการเล่นกีฬา อันอาจมีสาเหตุของแรงจูงใจหลายประการ สอดคล้องกับ พรณี ช. เจริญจิต (2538, หน้า 460-483) อธิบายเกี่ยวกับทฤษฎีความต้องการของ มาสโลว์ (Maslow's Theory of Need Gratification) และฮัลล์ (Hull, 1974, pp. 25-33) ตามลำดับว่า มนุษย์ทุกคนล้วนแต่มีความต้องการที่จะสนองความต้องการให้แก่ตนเองทั้งสิ้น และแรงขับเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม หรือการกระทำมากขึ้น โดยมีเครื่องล่อใจเป็นแรงหนุนให้ไปสู่จุดหมายปลายทาง แรงขับกับเครื่องล่อใจเป็นสิ่งที่ช่วยให้มนุษย์เกิดความกระตือรือร้นในการทำงานมากขึ้น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ สืบสาย บุญวิรุบุตร (2541, หน้า 53) ที่อธิบายไว้ว่า แรงจูงใจมีผลทำให้เกิดการมองเห็นความสำคัญและความจำเป็นของการเล่นกีฬาเพื่อให้ มีเกียรติยศ ชื่อเสียง ได้รับความนิยมนิยมชมชอบจากประชาชน มีสุขภาพแข็งแรง มีรูปร่างดี มีสมรรถภาพทางกายดีเป็นที่สนใจของเพศตรงข้าม มีความกระตือรือร้น อารมณ์แจ่มใส ปราศจากโรคภัย และเหนื่อยน้อยลงขณะเล่นกีฬา ยิ่งกว่านั้นยังอาจต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับหรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มกีฬาที่ตนเองเล่น และมีความภูมิใจในตนเองเมื่อประสบความสำเร็จอีกด้วย สอดคล้องกับกิล (Gill, 1984, pp. 255 -256) ที่กล่าวถึงพัฒนาการด้านความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬาของผู้หญิงหลายคนมีสาเหตุมาจากความคิดที่ว่าการเล่นกีฬาจะทำให้เธอดีขึ้น เช่น มีสุขภาพดีขึ้น เจ็บไข้ได้ป่วยน้อยลง สุขภาพจิตดีขึ้น ความเหนื่อยเหงามะรึวร้ายลดลง สังคมดีขึ้น และอาจทำให้ประสบความสำเร็จในอาชีพ สาเหตุต่าง ๆ นี้ทำให้นักกีฬาเกิดแรงขับ มุ่งมั่นที่จะกระทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของตนให้ได้ ความมุ่งมั่นนี้มีความสำคัญต่อการฝึกกีฬาทุกชนิด แต่ระดับความมุ่งมั่นของแต่ละคน แต่ละเพศ แต่ละวัย และแต่ละโอกาสนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ กัน ซึ่งฮอร์น และ แฮสเบร็ก (Horn & Hasbrook, 1986 cited in Horn, 2002, pp. 114 - 115) ได้ประเมินความสามารถทางกายของเด็กหญิงและเด็กชายในการแข่งขัน Soccer League ซึ่งมีผลมาจากความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬา โดยการแบ่งอายุเป็นกลุ่ม ๆ คือ 8 – 9 ปี, 10 – 11 ปี, 12 – 14 ปี เมื่อเปรียบเทียบกันพบว่า กลุ่มที่มีอายุ 8 – 9, 10-11 ปี นั้น อิทธิพลของพ่อแม่ ผู้ชม และการแพ้ชนะ

มีความสำคัญมากกว่าเพื่อนในทีมเดียวกัน ส่วนกลุ่มที่มีอายุ 12 – 14 ปี เพื่อนในทีมเดียวกันมีอิทธิพลที่สูงกว่าอิทธิพลของพ่อแม่ ผู้ชม และการแพ้ชนะ ผลการศึกษาครั้งนี้สนับสนุนประเด็นการวิจัยด้านพัฒนาการว่า อิทธิพลของพ่อแม่ลดลงตามอายุของนักกีฬาที่มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ฮอร์น และ วีส (Horn & Weiss, 1991 cited in Horn, 2002, pp. 114 - 115) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างอายุ และ เพศในนักกีฬาหลากหลายชนิดกีฬาที่มีอายุระหว่าง 8 – 13 ปี ซึ่งฮอร์น (Horn, 2002, p. 114) กล่าวว่า อายุ และ เพศของนักกีฬาเป็นตัวแปรหนึ่งของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬา อย่างไรก็ตาม คาร์เพนเตอร์ และ โคลแมน (Carpenter & Coleman, 1998, pp. 195-210) ได้อธิบายไว้ว่า การประเมินการพัฒนาด้านทักษะการเรียนรู้ ความเร็ว ความสนใจในกีฬา ผลของการเล่น สถิติจากการแข่งขัน และอารมณ์ที่เกี่ยวข้อง เช่น ความมั่นใจในตนเอง ความประหม่านั้น ผู้ประเมิน คือผู้ใหญ่ เช่น พ่อ-แม่ โค้ช ผู้ชม และนักกีฬาคนอื่น ๆ โดยวิธีการสังเกต แสดงว่าผู้ใหญ่มีอิทธิพลต่อการเกิดแรงจูงใจในการพัฒนาความสามารถทางกายของเยาวชนด้วย สอดคล้องกับแมคคิคเคี และเมย์นาร์ด (McKiddie & Maynard, 1997; Horn, 2002, pp. 114) พบว่าผู้ใหญ่มีอิทธิพลต่อการเล่นกีฬานักกีฬาหญิงมากกว่านักกีฬาชาย ในช่วงอายุระหว่าง 14 – 15 ปี แต่ไม่มีความแตกต่างระหว่างอายุ 11 – 12 ปี ส่วนนักกีฬาที่อยู่ในระดับมหาวิทยาลัย เอ็บบัค (Ebback, 1990; Horn, 2002, p. 114) พบข้อมูลว่า นักกีฬาหญิงใช้การตั้งจุดมุ่งหมายการเรียนรู้ ความพยายาม การปรับปรุง และความเปลี่ยนแปลงนอกโรงยิมฯ เพื่อประเมินความก้าวหน้าในการเล่นกีฬามากกว่านักกีฬาชายในระดับเดียวกัน ซึ่งเชื่อมั่นการประเมินโดยนักศึกษามากกว่า

2. ในการเปรียบเทียบระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติก ระหว่างนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และ นักยิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง พบว่า นักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และ นักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง มีคะแนนเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน ($t = 1.01$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 หมายความว่า นักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และ นักยิมนาสติกสากล เยาวชน หญิง มีความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกไม่แตกต่างกันเนื่องจากตลอดระยะเวลาหลายปีมาแล้ว บางคนคิดว่ากีฬางานชนิดเป็นของผู้ชาย เช่น มวย ยกน้ำหนัก ทุกวันนี้ นักกีฬาหญิงกำลังเล่นกีฬาดังกล่าวมากขึ้น จนกระทั่ง เป็นสิ่งที่ยากที่จะกำหนดว่ากีฬางานชนิดใดเป็นของผู้ชายหรือผู้หญิง นักกีฬาหญิงกำลังจะร่วมเล่นกีฬาทุกชนิดมากขึ้น หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือนักกีฬาหญิงสามารถเล่นกีฬาทุกชนิดที่ผู้ชายเล่นได้ อย่างไรก็ตาม ความแตกต่างระหว่างเพศในการเล่นกีฬาระหว่างกีฬาชายและกีฬาหญิงในประเทศตะวันตกก็อาจเป็นสิ่งที่ทำให้เข้าใจถึงความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬาได้ จากสถิติ พบว่า นักกีฬาชายแข็งแรงมากกว่านักกีฬาหญิง 50% และมีธรรมชาติบางอย่างทางเพศที่แตกต่างกัน เช่น มีความไม่เท่ากันในด้านความสามารถ การมองเกมการเล่นอย่างทะลุปรุโปร่ง ความความกล้าที่จะพุด และความกล้าที่จะเล่น (Morris & Summers,

1995, pp. 359 – 547) ส่วนแมคคิดดี และเมย์นาร์ด (McKiddie & Maynard, 1997; Horn, 2002, pp. 114 -115) ก็ค้นพบว่า ช่วงอายุระหว่าง 14 – 15 ปี ผู้ใหญ่มีอิทธิพลต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬาหญิงมากกว่านักกีฬาชาย

นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาประเด็นความเชื่อมั่นเฉพาะอย่าง (Self Efficacy) พบว่า นักกีฬาชายมีประสิทธิภาพในการเล่นกีฬาสูงกว่าและมั่นคงกว่านักกีฬาหญิง (Allison, Dwyer, & Marin, 1999, pp. 12-24) แต่ลูฟี่ และ โคเฮน (Lufi & Cohen, 1987) ได้ออกแบบเครื่องมือวัดความมุ่งมั่น 40 รายการเป็นแบบถูก-ผิด เพื่อจะวัดความคงอยู่กับกิจกรรม (Persistence) ของเด็ก โดยทดสอบกับเด็ก ๆ ชาวอิสราเอล ผลจากการทดสอบพบว่า เด็กชายและเด็กหญิงที่เป็นนักกีฬายิมนาสติกอยู่กับกิจกรรมได้นานกว่าเด็กกลุ่มอื่น ๆ แสดงให้เห็นถึงความมุ่งมั่นในการเล่นของนักยิมนาสติกที่สูงกว่าและไม่มีความแตกต่างระหว่างเพศ

3. จากการศึกษาการเปรียบเทียบระดับของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกระหว่างนักยิมนาสติกสากล หญิงและนักยิมนาสติกลีลา หญิง พบว่า นักยิมนาสติกสากล หญิง และนักยิมนาสติกลีลา หญิง มีความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจาก นักยิมนาสติกลีลาให้ความสนใจเกี่ยวกับการมีรูปร่างที่อ่อนช้อย สวยงาม บอบบาง ขณะที่นักยิมนาสติกสากล หญิงเน้นเรื่องของความแข็งแรงของร่างกายและความอ่อนตัว โคลิโพน เสี่ยงภัย ส่วนความนิยมของสังคมที่มีต่อกีฬาทั้งสองชนิดนี้ ก็อาจจะเป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ระดับของความมุ่งมั่นในการเล่นยิมนาสติกสากลและนักยิมนาสติกลีลามีความแตกต่างกัน ปัจจุบัน ยิมนาสติกลีลากำลังได้รับความนิยมและเผยแพร่ให้เป็นที่รู้จักและยอมรับจากสังคมมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลจากสมาคมยิมนาสติกแห่งประเทศไทยรายงานว่า ปัจจุบันในประเทศไทยมีสโมสรยิมนาสติกมากถึง 61 สโมสร จำแนกเป็น ยิมนาสติกสากล 16 สโมสร และยิมนาสติกลีลา 45 สโมสร (มานิตย์ หุยมะกุล, สัมภาษณ์, 17 พฤษภาคม 2549)จากการที่จำนวนนักกีฬายิมนาสติก ลีลามีการเพิ่มจำนวนมากยิ่งขึ้นนั้นหมายความว่า ต้องมีการแข่งขันกันมากขึ้นด้วยจึงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้นักกีฬายิมนาสติกลีลามีความมุ่งมั่นในการฝึกซ้อมและการแข่งขันสูง

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกระหว่างนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และนักยิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง ไม่แตกต่างกัน แสดงว่าการเพิ่มปัจจัยที่ส่งผลถึงความมุ่งมั่นของนักยิมนาสติก กระทำได้โดยไม่ต้องคำนึงความแตกต่างระหว่างเพศ
2. นักกีฬายิมนาสติกลีลา เยาวชนหญิง มีความมุ่งมั่นโดยรวมสูงกว่านักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิงนั้น แสดงให้เห็นว่ายังมีช่องว่างในการที่จะทำให้ความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬา

ยิมนาสติกสากล เยาวชนหญิงสูงขึ้น

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาความแตกต่างของอุปกรณ์ยิมนาสติกสากลและลีลา ว่ามีผลกับระดับความมุ่งมั่นของนักกีฬายิมนาสติก เพื่อการพัฒนาความสามารถก้าวสู่ความเป็นเลิศได้
2. ควรมีการศึกษาถึงการบาดเจ็บมีผลต่อการลดความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติก อันเกิด จากการเล่นอุปกรณ์ยิมนาสติก