

บทที่ 5

อภิปราย และสรุปผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัยครั้งนี้เสนอตามขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบดังต่อไปนี้

1. การทดสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่สร้างขึ้นมีความตรงเชิงเนื้อหาเหมาะสม โดยได้รับการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างแบบทดสอบทางจิตวิทยา ผู้จัดการทีมกีฬา และผู้ฝึกสอนกีฬา รวม 5 ท่าน กลุ่มผู้เชี่ยวชาญนี้ได้ทบทวนรูปแบบและตรวจสอบความชัดเจนและความเหมาะสมของเนื้อหาของแบบทดสอบ ทั้งนี้โดยใช้การคำนวณดัชนีความตรงของเนื้อหา (Content Validity Index; CVI) ซึ่งเป็นสัดส่วนของความเห็นที่ตรงกันในกลุ่มผู้เชี่ยวชาญเป็นตัวกำหนด โดยต้องมีค่าไม่ต่ำกว่า .80 (Davis, 1992) ในการวิจัยครั้งนี้ได้ค่า $CVI = 0.82$ แสดงว่าแบบทดสอบนี้มีความตรงเชิงเนื้อหา โดยแนะนำให้ปรับเปลี่ยนคำในข้อ 12. ไม่แน่ใจ เป็น ลังเล ทั้งนี้ผู้เชี่ยวชาญเห็นว่าคำว่า "ลังเล" มีความหมายตรงกับคำว่า "ไม่แน่ใจ" แต่ลังเลเป็นคำสั้น ๆ และกระชับ ทำให้นักกีฬาอ่านแล้วเข้าใจได้ทันที เหมาะสมที่จะใช้กับแบบทดสอบที่ต้องใช้เวลาทำเพียง 2-3 นาที ซึ่งวิธีการหาความตรงเชิงเนื้อหาด้วยการให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณานี้เป็นที่นิยมใช้ในการหาความตรงของแบบทดสอบทางจิตวิทยาที่เป็นมาตรฐาน อีกทั้งผลการพิจารณาเป็นที่น่าเชื่อถือได้ เพราะผู้เชี่ยวชาญทั้งหมดเป็นผู้มีประสบการณ์ด้านที่เกี่ยวข้องมานาน ดังที่ นักวิชาการหลายท่าน กล่าวไว้ว่า ความตรงเชิงเนื้อหาเป็นการมองโดยส่วนรวมของเครื่องมือว่าแบบวัดนั้นครอบคลุมเนื้อหาที่จะวัดได้ถูกต้องครบถ้วนหรือไม่ และในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาต้องอาศัยผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาของเครื่องมือนั้นให้ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา จากนั้นนำข้อเสนอแนะไปปรับปรุงแก้ไข (ประคอง กรรณสูตร, 2538; สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2540; จิราพร เขียวอยู่, 2543) สอดคล้องกับการหาความตรงของแบบทดสอบทางจิตวิทยาหลายฉบับซึ่งให้ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้และประสบการณ์เป็นผู้พิจารณาตัดสิน และมีความเห็นสอดคล้องกันในเรื่องเนื้อหาและองค์ประกอบ เช่น การพัฒนาแบบวัดทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นไทย ของ พรนภา หอมสินธุ์ และคณะ (Homsin et al., 2006) ได้ให้ผู้เชี่ยวชาญทั้งทางด้านพยาบาลศาสตร์ วิทยาศาสตร์สุขภาพ นักจิตวิทยา และผู้เชี่ยวชาญด้านวัยรุ่น จำนวน 5 ท่าน เป็นผู้พิจารณาตัดสิน และมีความเห็นสอดคล้องกันในเรื่องเนื้อหาและ

องค์ประกอบ การพัฒนาแบบทดสอบวัดความมีวินัยในตนเอง ของ อุบล แก้วหัวไทร (2542) การพัฒนาแบบทดสอบความสอดคล้องในการมองโลกสำหรับวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี ของ สมพร สุทัศน์ีย์ (2545ข) การพัฒนามาตรวัดสำนักสากตามบริบทของสังคมวัฒนธรรมไทย ของ ณัฐวรรณ หลาวทอง (2546) การพัฒนาเครื่องมือวัดความสามารถตามทฤษฎีปัญญานักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของ หนึ่งฤทัย จินดาไทย (2546) เป็นต้น

2. การทดสอบความเที่ยง (Reliability)

ในการวิจัยครั้งนี้คำนวณค่าความเที่ยงโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเที่ยงจำแนกตามองค์ประกอบ ดังนี้ กลุ่มอารมณ์หดหู่ มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .851 กลุ่มอารมณ์กระปรี้กระเปร่ากระฉับกระเฉง เท่ากับ .857 กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน เท่ากับ .882 กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า เท่ากับ .813 กลุ่มอารมณ์โกรธ เท่ากับ .806 สำหรับค่าความเที่ยงของแบบทดสอบทั้งฉบับเท่ากับ .890 ซึ่งค่าความเที่ยงที่พบมีค่ามากกว่า .70 ที่เป็นค่าความเที่ยงของเครื่องมือที่พัฒนาขึ้นใหม่ที่ยอมรับได้ (Ferketich, 1990) สอดคล้องกับแนวคิดของ ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ (2538, หน้า 309) ว่า ค่าความเที่ยงของแบบทดสอบควรมีค่ามากกว่า .70 ดังนั้น แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจึงมีความเที่ยงเป็นที่ยอมรับได้

3. การทดสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity)

แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยสร้างจากการศึกษาทฤษฎี เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ และโครงสร้าง 6 องค์ประกอบของแบบทดสอบระดับอารมณ์บุรุษ รวมทั้งข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative) จากการสัมภาษณ์นักกีฬาไทย ข้อคำถามจึงเป็นข้อคำถามที่สร้างขึ้นตามลักษณะที่ต้องการวัด ครอบคลุมลักษณะที่จะวัด และตรงกับอารมณ์ของนักกีฬาไทย สอดคล้องกับข้อเสนอของ เยาวดี วิบูลย์ศรี (2528) ซึ่งเสนอว่า เมื่อมีการพิจารณาพบว่าได้สร้างข้อคำถามตามลักษณะที่ต้องการวัด และครอบคลุมพฤติกรรมตามโครงสร้างที่กำหนด ย่อมให้ความเชื่อถือในการตัดสินใจว่าแบบทดสอบนั้นมีความตรงเชิงโครงสร้าง นอกจากนั้น ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความตรงเชิงโครงสร้างทางสถิติโดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบ ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์องค์ประกอบด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ หมุนแกนแบบออบลิค โดยใช้วิธีออบลิมิน (Oblimin) เพื่อให้ข้อที่สัมพันธ์กับองค์ประกอบในลักษณะที่ชัดเจนขึ้น ผลการวิเคราะห์ปรากฏดังนี้

3.1.1 เมื่อพิจารณาจากค่าไอเกนมากกว่า 1 ได้แบบทดสอบระดับอารมณ์สำหรับนักกีฬาไทย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบที่ 1 กลุ่มอารมณ์หดหู่ (ข้อย่อย 7 ข้อ น้ำหนักองค์ประกอบ .411 ถึง .775) องค์ประกอบที่ 2 กลุ่มอารมณ์กระปรี้กระเปร่ากระฉับกระเฉง (7 ข้อ น้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .652 ถึง .775) องค์ประกอบที่ 3 กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน

(11 ข้อ น้ำหนักองค์ประกอบ .374 ถึง .759) องค์ประกอบที่ 4 กลุ่มอารมณ์เหนียวล้า (4 ข้อ น้ำหนักองค์ประกอบ .706 ถึง .862) และองค์ประกอบที่ 5 กลุ่มอารมณ์โกรธ (4 ข้อ น้ำหนักองค์ประกอบ .231 ถึง .663) โดยข้อย่อยแต่ละข้อมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมากกว่า .3 (Hair et al., 1998) ยกเว้น ข้อ อารมณ์เสีย ในองค์ประกอบที่ 5 มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .231 แต่เมื่อพิจารณาจากความหมายเชิงทฤษฎีของอารมณ์เสียพบว่าอยู่ในกลุ่มอารมณ์โกรธ ตรงกับการกำหนดกลุ่มของแบบทดสอบระดับอารมณ์รุนแรง ที่จัดให้อารมณ์เสีย (Bad Tempered) อยู่ในกลุ่มอารมณ์โกรธ (Terry & Lane, 2002) เช่นกัน อีกทั้งค่าน้ำหนักองค์ประกอบห่างจาก .3 เพียงเล็กน้อย ดังนั้น จึงจัดให้อารมณ์เสียอยู่ในองค์ประกอบที่ 5

3.1.2 การตรวจสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

- ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อของแต่ละกลุ่มอารมณ์ พบว่าส่วนใหญ่มีค่า r อยู่ในช่วง .30 ถึง .70 (ตารางที่ 5-10) แสดงว่าลักษณะเนื้อหาแต่ละข้อมีความสัมพันธ์กันมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 แม้ว่าบางข้อของกลุ่มอารมณ์หดหู่ กับกลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน มีค่า r น้อยกว่า .30 แต่ก็อยู่ในช่วง .267 ถึง .297 (ตารางที่ 5 และ 7) แสดงถึงความสัมพันธ์ในระดับที่ยอมรับได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าข้อต่าง ๆ ที่ประกอบขึ้นมาเป็นแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยวัดในสิ่งเดียวกันหรือโครงสร้างเดียวกัน ลักษณะเนื้อหาในแต่ละข้อสัมพันธ์กับเนื้อหาขององค์ประกอบนั้นหรืออาจกล่าวได้ว่าวัดสิ่งเดียวกัน และเป็นอิสระจากกลุ่มอื่น ๆ ทั้งนี้เพราะผู้วิจัยใช้คำที่ให้ตัวแปรแต่ละกลุ่มแยกออกจากกันอย่างเด็ดขาด ดังที่ สมพร สุทัศน์ีย์ (2545) ได้ทำการพัฒนาแบบทดสอบความสอดคล้องในการมองโลกสำหรับวัยรุ่น ในจังหวัดชลบุรี พบว่าข้อคำถามที่อยู่ในกลุ่มคุณลักษณะเดียวกันจะมีความสัมพันธ์กันสูง แสดงให้เห็นว่าตัวแปรที่สัมพันธ์กันนั้นวัดลักษณะเดียวกัน อยู่ในโครงสร้างเดียวกัน ยกเว้น ค่า r ระหว่างข้อ “ถูกรบกวน” กับ “ตื่นเต้น” ในองค์ประกอบที่ 3 กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน มีค่า r เท่ากับ .121 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากข้อจำกัดของแบบทดสอบ เพราะผู้วิจัยได้สอบถามกลุ่มตัวอย่างถึงคำที่แสดงอารมณ์ในแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย กลุ่มตัวอย่างบางคนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับคำว่าถูกรบกวนแตกต่างกัน บางคนเกิดความรู้สึกถูกรบกวนจากสภาวะแวดล้อมในการแข่งขัน อาทิเช่น กองเชียร์ฝ่ายตรงข้าม แสงแดดที่ส่องเข้าตา เป็นต้น ขณะที่บางคนรู้สึกถูกรบกวนจากการที่ผู้ฝึกสอนของตนเองอนุญาตให้ผู้วิจัยแจกแบบทดสอบ จึงอาจทำให้ส่งผลต่อการตอบแบบทดสอบในข้อถูกรบกวนได้ อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (ตารางที่ 4) พบว่าทั้งสองคำมีค่ามากกว่า .30

และ ค่า r ของค่าทั้งสองกับค่าอื่น ๆ ในกลุ่มพบว่ามีความสัมพันธ์กันในระดับที่ยอมรับได้ จึงคงค่าทั้งสองไว้

- ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อย่อยแต่ละองค์ประกอบ กับคะแนนรวมขององค์ประกอบนั้น พบว่า ทุกข้อ มีค่า $r \geq .50$ (ตารางที่ 5-10) แสดงว่าลักษณะเนื้อหาแต่ละข้อกับเนื้อหาขององค์ประกอบแต่ละกลุ่มอารมณ์มีความสัมพันธ์กันมากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าลักษณะเนื้อหาในข้อดังกล่าวกับเนื้อหาขององค์ประกอบแต่ละกลุ่มอารมณ์มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

- ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อของแต่ละกลุ่มอารมณ์กับคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย พบว่า ค่า r ระหว่างคะแนนรายข้อย่อยทุกข้อของกลุ่มอารมณ์หดหู่ กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า กลุ่มอารมณ์โกรธ และ กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน กับคะแนนรวมแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยทั้งฉบับ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าข้อคำถามแต่ละข้อของทั้งสี่กลุ่มวัดสิ่งเดียวกัน โครงสร้างเนื้อหาทั้งหมด ดังที่ พวงรัตน์ ทวีรัตน์ (2531) กล่าวไว้ว่า คะแนนรวมทั้งฉบับเป็นคะแนนที่เป็นตัวแทนโครงสร้างเนื้อหาของลักษณะที่ต้องการวัด ดังนั้นข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมในระดับสูงจะเป็นข้อคำถามที่มีความตรงเชิงโครงสร้างในระดับสูง ตรงกับ อรพินทร ชูชม และคณะ (2542, หน้า 105) กล่าวไว้ว่า การทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมยังสามารถบอกได้ว่าแบบวัดแรงจูงใจภายในมีความตรงตามโครงสร้างหรือไม่ โดย อรพินทร ชูชม และคณะ ได้ทำการพัฒนาแบบวัดแรงจูงใจภายใน พบว่า มีความสัมพันธ์รายข้อทุกข้อกับคะแนนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 แสดงว่าข้อความต่าง ๆ ที่ประกอบขึ้นมาเป็นแบบวัดแรงจูงใจภายใน วัดในสิ่งเดียวกันหรือโครงสร้างเดียวกัน นอกจากนั้น พบว่าค่า r ระหว่างคะแนนรายข้อในกลุ่มอารมณ์กระปรี้กระเปร่า มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำกับคะแนนรวมแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย ($r = .128$ ถึง $.240$) (ตารางที่ 6) ทั้งนี้เนื่องจากทุกข้อในกลุ่มอารมณ์กระปรี้กระเปร่ากระฉับกระเฉง มีคุณลักษณะต่างกับข้ออื่น ๆ ในองค์ประกอบอื่น ๆ

- ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมของแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยกับคะแนนรวมของแต่ละกลุ่มอารมณ์ พบว่า มีความสัมพันธ์ระดับสูงกับคะแนนของกลุ่มอารมณ์หดหู่ กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า และกลุ่มอารมณ์โกรธ ($r = .760, .821, .732$ และ $.764$ ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ตารางที่ 10) แสดงให้เห็นว่าลักษณะเนื้อหาของกลุ่มอารมณ์ทั้ง 4 กลุ่มข้างต้น มีความสัมพันธ์กับเนื้อหาของ

แบบทดสอบทั้งฉบับ ยกเว้น คะแนนรวมกลุ่มอารมณ์กระปรีกระเปร่า กระฉับกระเฉง ทั้งนี้ เนื่องจากเป็นกลุ่มอารมณ์ที่มีความหมายตรงกันข้ามกับกลุ่มอารมณ์อื่น ทำให้มีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ ($r = .257$) แสดงให้เห็นว่าผู้วิจัยใช้ถ้อยคำและภาษาที่ให้ข้อย่อยของกลุ่มอารมณ์ กระปรีกระเปร่า กระฉับกระเฉงแยกออกจากกลุ่มอื่น ๆ แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยจึงมีความตรงเชิงโครงสร้าง

3.2 การวิเคราะห์องค์ประกอบด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่า

แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่สร้างขึ้นมีความเหมาะสมสอดคล้องกับข้อมูล แบบทดสอบประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 กลุ่มอารมณ์ คือ กลุ่มอารมณ์หดหู่ กลุ่มอารมณ์ กระปรีกระเปร่า กระฉับกระเฉง กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า และกลุ่ม อารมณ์โกรธ และสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจที่ตรวจสอบด้วยการ ทดสอบสกรี และคำนวณน้ำหนักองค์ประกอบก่อนหน้านี้ ที่ระบุว่าจำนวนองค์ประกอบที่เหมาะสมกับ การทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย ควรประกอบด้วยองค์ประกอบจำนวนห้าองค์ประกอบ

4. การทดสอบความตรงตามสภาพ หรือความตรงร่วมสมัย (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยทดสอบความตรงตามสภาพด้วยการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่าง แบบทดสอบ ระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยกับแบบทดสอบบุรูเนล ของ เทอร์รี่ และเลนน์ ฉบับที่ได้รับการแปล เป็นภาษาไทยโดยผู้เชี่ยวชาญ (ภาคผนวก ก) แล้ว ได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .817 แสดง ว่าแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบ BRUMS ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าแบบทดสอบระดับอารมณ์ของ นักกีฬาไทยมีความตรงตามสภาพ ดังที่มีนักวิชาการหลายท่าน กล่าวไว้ว่า หากเครื่องมือที่สร้างขึ้น ใหม่ให้ผลการวัด (ซึ่งกระทำในช่วงเวลาเดียวกัน) ตรงกับเครื่องมือมาตรฐานจะเรียกว่าเครื่องมือ นั้นมีความตรงร่วมสมัย และประโยชน์จะเกิดขึ้นได้มาก หากเครื่องมือนั้นมีคุณสมบัติอื่น ๆ ที่ดีกว่า เครื่องมือมาตรฐาน เช่น ถูก ใช้ง่าย เพราะต่อไปจะนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นใหม่นี้ไปใช้แทนเครื่องมือ มาตรฐาน (ประคอง กรรณสูตร, 2538; สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2540; จิราพร เทียวอยู่, 2543)

นอกจากนั้นคำที่แสดงอารมณ์ของนักกีฬาไทย เป็นคำที่ได้มาจากอารมณ์ของนักกีฬา ไทยที่มีประสบการณ์ตรงในการแข่งขันกีฬา โดยผ่านการขัดเกลาถ้อยคำและผ่านการแสดงความ คิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิมาก่อน จึงเป็นแบบทดสอบที่ใช้คำเหมาะสมกับการนำไปใช้จริง ดังที่ แอนโทนอฟสกี (Antonovsky, 1993, p. 729) กล่าวว่า อิทธิพลของวัฒนธรรมมีผลต่อการตอบ แบบทดสอบ ซึ่งผู้วิจัยแต่ละวัฒนธรรมควรคำนึงในการสร้างแบบทดสอบ สอดคล้องกับ เทอร์รี่ และคณะ (Terry et al., 1999) กล่าวไว้ว่า แบบทดสอบอารมณ์ต้องใช้คำสั้น กระชับ เพื่อแสดง

ถึงอารมณ์ของนักกีฬา ทำให้มีข้อที่เข้าใจยาก เนื่องจากวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ทำให้มีการพยายามปรับปรุงพัฒนาแบบทดสอบอารมณ์ให้สามารถใช้ได้ตรงกับประเภทของผู้ตอบแบบทดสอบ ดังนั้น แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจึงเหมาะสมกับนักกีฬาไทย

5. ความตรงในการทำนาย (Predictive Validity)

ผู้วิจัยทดสอบความตรงในการทำนายด้วยการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมของแต่ละองค์ประกอบ และคะแนนรวมแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยกับผลการแข่งขัน (Result) และการรับรู้การแสดงความสามารถของตนเอง (Perception of Performance: PP) พบว่ากลุ่มอารมณ์ หดหู่ กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า และกลุ่มอารมณ์โกรธ มีความสัมพันธ์ในทางลบกับผลการแข่งขันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าถ้านักกีฬามีอารมณ์ในทางลบมาก อันได้แก่ อารมณ์ในกลุ่มอารมณ์หดหู่ กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า และกลุ่มอารมณ์โกรธ ผลการแข่งขันก็จะไม่ดี อาจจะแพ้ได้ ในทางตรงกันข้ามถ้านักกีฬามีอารมณ์ในทางลบน้อย ผลการแข่งขันก็จะดี ทั้งนี้เนื่องจากอารมณ์ทางลบเหล่านั้น ส่งผลให้การควบคุมตนเองของนักกีฬาลดลง ดังที่นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับผลเสียของอารมณ์ อาทิเช่น อริยา คูหา (2546) ที่กล่าวถึงผลเสียของอารมณ์โกรธและอารมณ์กลัวไว้ว่า ผลที่ตามมาของอารมณ์โกรธ คือ การสูญเสียซึ่งการควบคุมตัวเองหากบุคคลนั้นไม่สามารถควบคุมอารมณ์ให้เข้าร่องเข้ารอยได้ ส่วนอารมณ์กลัว เป็นสภาวะที่อึดอัดไม่สบายใจ ไม่ปลอดภัย ไม่ร่าเริง คับแค่นใจ และบางครั้งทำให้บุคคลสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง นอกจากนั้น สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จันทุไทย (2542) กล่าวถึงอารมณ์เครียดไว้ว่า ความเครียดเป็นภาวะของจิตใจที่ตึงตัว พร้อมจะเผชิญกับสถานการณ์หรือความกดดันอย่างใดอย่างหนึ่งอันไม่พึงประสงค์ ซึ่งความกดดันเป็นสถานการณ์เกินความสามารถของตนเองในการแก้ไข หรือขจัดปัญหาให้หมดสิ้นไป ความเครียดจากการแข่งขันกีฬาเป็นสาเหตุสำคัญของการที่นักกีฬาไม่สามารถทำได้ดีที่สุดเท่าที่เขาสามารถทำได้ สอดคล้องกับการสัมภาษณ์นักกีฬาพบว่านักกีฬาที่มีอารมณ์ในทางลบ จะรู้สึกว่าการแข่งขันจะไม่น่าพอใจ ตัวอย่างประโยคการสัมภาษณ์เช่น “ส่วนใหญ่จะเซ็ง เซ็งเกมว่าเริ่มโดนนำ คงชนะไม่ได้แล้ว พอเซ็งก็มีผลกับการเล่น” (05: หน้า 5, 163) และ “ก่อนแข่งส่วนใหญ่ก็จะกลัวมากกว่า เพราะไม่รู้จักคู่ต่อสู้ที่จะลงแข่งด้วย ไม่รู้รายละเอียดอะไรเกี่ยวกับนักกีฬาแต่ละคู่เลย เพราะกีฬาลีลาศมักจะมีนักกีฬาใหม่ ๆ เข้าเสมอ ซึ่งถ้าเรายังอยู่กับที่ แต่ว่าในขณะที่คนอื่นก้าวไปมาก จะทำให้เราแพ้ได้ ก็กลัว กลัวไม่พร้อม กลัวจะไม่ชนะ กลัวไม่คุ้มค่ากับที่เราทุ่มลงไป” (07: หน้า 1, 2-6)

ผลการวิเคราะห์ ค่า r ระหว่างคะแนนรวมของแต่ละองค์ประกอบ และคะแนนรวมแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยกับการรับรู้การแสดงความสามารถของตนเอง พบว่ากลุ่มอารมณ์กระปรี้กระเปร่ากระฉับกระเฉงมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการรับรู้การแสดงความสามารถของตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าถ้านักกีฬามีอารมณ์ในทางบวกมาก ซึ่งได้แก่ อารมณ์ในกลุ่มอารมณ์กระปรี้กระเปร่ากระฉับกระเฉง นักกีฬาก็จะรู้สึกที่ตนเองแสดงความสามารถออกมาได้ดี ดังประโยคจากการสัมภาษณ์ “ลูกแรกทำได้ดี โค้ชหรือทีมฝั่งเราก็จะมาเชียร์กันเยอะ เราก็ยิ่งฮึกเหิม เหมือนกับว่าสบายใจ เล่นได้ เล่นดี ยิ่งถ้ามีกองเชียร์จะชอบ เป็นกำลังใจ” (06: หน้า 4, 107-110) และ “เวลาที่เห็นเรากับคู่มีความสุขทั้งคู่ขณะกำลังจะแข่งขัน จะทำให้มีกำลังใจ คู่เราพร้อม คู่เรามีความสุข การเดินไม่ใช่เดินแบบจั้นไม่เต็มใจเดิน หรือว่าเธอไม่เต็มใจเดิน แต่เป็นว่าเราสองคนพร้อม แล้วมุ่งมั่นที่จะมาแต่งงาน ซึ่งถ้าเรามีความมุ่งมั่นทั้งคู่ มีอารมณ์ที่อยู่ในสภาวะพร้อมจะเดิน ก็จะออกมาดีที่สุดใน” (07: หน้า 5, 142-145) ขณะที่ถ้านักกีฬามีอารมณ์ทางบวกน้อย นักกีฬาก็จะรู้สึกที่ตนเองแสดงความสามารถได้น่าชื่นกัน เช่นกัน ดังประโยค “พอเครียด เอาแล้ว วุ่นวายแล้ว วิ่งได้ไม่ดีเท่ากับตอนที่ซ้อมอยู่ ตอนซ้อมเราทำได้ดี ช่วงวันแข่งเราก็น่าจะทำได้ดี ดีกว่า แต่มันไม่ใช่ แย่ไปเลย” (02: หน้า 4, 115-116)

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มอารมณ์กระปรี้กระเปร่ากระฉับกระเฉง กับผลการแข่งขัน พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กัน ทั้งนี้เนื่องจากการตอบแบบวัดความรู้สึกในการแสดงความสามารถเป็นการประเมินตนเองของนักกีฬา โดยเมื่อสิ้นสุดการแข่งขันผู้วิจัยขอให้นักกีฬาเขียนเครื่องหมายลงบนเส้นโดยมีคำชี้แจงว่า “จากการแข่งขันที่ผ่านมา นักกีฬาคิดว่าได้แสดงความสามารถของตนเองออกมาคิดเป็นกี่เปอร์เซ็นต์” ซึ่งเน้นที่การรับรู้ความสามารถของนักกีฬาจากการเล่น ดังที่ สืบสาย บุญวีรบุตร (2540) กล่าวไว้ว่า การที่นักกีฬารับรู้ความสามารถของตนเองจากการเล่น เป็นการใช้ความพยายามจนถึงที่สุด (Performance Goal) อาจจะแพ้หรือชนะก็ได้ จากเหตุผลดังกล่าวทำให้แม้นักกีฬาจะแพ้การแข่งขัน แต่การตอบแบบวัดความรู้สึกในการแสดงความสามารถของนักกีฬาซึ่งเป็นการประเมินตนเองของนักกีฬา ย่อมมีโอกาสที่นักกีฬาจะประเมินเข้าข้างตนเองได้ สอดคล้องกับที่ สืบสาย บุญวีรบุตร (2540) ให้ความคิดเห็นไว้ว่า ในสถานการณ์ที่รับรู้ว่าคุณล้มเหลว การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง (Self-Serving Bias) ของนักกีฬาเป็นการอ้างเหตุเพื่อการเข้าข้างตนเอง เพื่อรักษาหน้าหรือความปลื้มในตัวเอง (Ego-Protective) ดังนั้น แม้นักกีฬาจะพ่ายแพ้ แต่อาจจะประเมินว่าตนเองแสดงความสามารถออกมาได้ดีแล้วเช่นกัน

นอกจากนั้น ในการแข่งขันกีฬามีปัจจัยอื่น ๆ อีกหลายประการที่ส่งผลกระทบกับการแข่งขัน เช่น ระดับความสามารถของคู่ต่อสู้ ซึ่งในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งนี้ มีนักกีฬาระดับทีมชาติ และนักกีฬาระดับสโมสร เข้าร่วมการแข่งขันด้วย ดังนั้น หากคู่ต่อสู้มีระดับความสามารถสูงกว่า โอกาสที่คู่ต่อสู้จะชนะย่อมมีมาก อีกทั้งสภาพแวดล้อมสามารถส่งผลต่อการแข่งขันได้ เช่น แดดส่องเข้าตานักกีฬา อาจทำให้มุมมองของนักกีฬาถูกจำกัด ไม่สามารถมองเห็นลูกฟุตบอลที่คู่ต่อสู้ยิงประตู หรือคู่ต่อสู้ยิงประตูแล้วลูกฟุตบอลถูกแรงเหวี่ยง ทำให้ลูกเปลี่ยนมุม ผู้รักษาประตูไม่สามารถป้องกันได้ ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ย่อมส่งผลต่อการแข่งขันได้เช่นเดียวกัน

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย (Thai Athlete Mood Scale: TAMS) ที่มีคุณภาพ แบบทดสอบประกอบด้วย 5 กลุ่มอารมณ์ จำนวน 33 ข้อย่อย มีระดับคำตอบ 5 ระดับแบบลิเคิต ให้คะแนนเรียงลำดับจากน้อยไปมาก คือ “ไม่เกิดขึ้นเลย” = 0, “เกิดขึ้นเล็กน้อย” = 1, “เกิดขึ้นบ้าง” = 2, “เกิดขึ้นมาก” = 3, และ “เกิดขึ้นมากที่สุด” = 4 โดยแบบทดสอบแสดงดังตารางที่ 14

ตารางที่ 14 แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย

แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย

แบบทดสอบนี้เป็นแบบทดสอบระดับอารมณ์ ประกอบด้วยคำซึ่งจะใช้บรรยายอารมณ์ของท่านจำนวน 33 ข้อ โปรดอ่านคำข้างล่างนี้ และเลือกเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับอารมณ์ของท่านที่เกิดขึ้นในขณะนี้ คำตอบไม่มีถูกไม่มีผิด โปรดอย่าใช้เวลานานเกินไปในการตอบแต่ละข้อ แต่จงเลือกให้ตรงกับอารมณ์ของท่านในขณะนี้ได้ชัดเจนที่สุด

อารมณ์ของท่าน ที่เกิดขึ้นในขณะนี้	ระดับของอารมณ์				
	ไม่เกิดขึ้น	เกิดขึ้นเล็กน้อย	เกิดขึ้นปานกลาง	เกิดขึ้นมาก	เกิดขึ้นมากที่สุด
1. เครียด					
2. หือแท้					
3. ง่วงนอน					
4. มีชีวิตชีวา					
5. เกร็ง					
6. ยั่ว					
7. อ่อนเพลีย					
8. อึกเขิม					
9. กลัว					
10. เหนื่อยล้า					
11. โกรธ					
12. ลังเล					
13. กระวนกระวายใจ					
14. ถูกรบกวน					
15. พึงชัน					
16. หมดแรง					
17. เสียใจ					
18. มีกำลังใจ					
19. กังวล					
20. อยากเล่น อยากแข่ง					
21. หดหู่					
22. มีกำลังวังชา					
23. หงุดหงิด					
24. มั่นใจ					
25. สับสน					
26. ตื่นเต้น					
27. ดอิดใจ					
28. อารมณ์เสีย					
29. เจ็ง					
30. กระตือรือร้น					
31. ไม่มีความสุข					
32. เบื่อ					
33. ไม่มั่นใจ					

ทั้งนี้ แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่สร้างขึ้น เป็นแบบทดสอบที่มีมาตรฐาน โดยสามารถสรุปคุณภาพของแบบทดสอบได้ดังนี้

1. ความตรงเชิงเนื้อหา ประเมินคุณภาพจากผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการกีฬา ผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างแบบทดสอบทางจิตวิทยา ผู้จัดการทีมกีฬา และผู้ฝึกสอนกีฬา รวม 5 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงของเนื้อหาเท่ากับ .82 แสดงว่าแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความตรงเชิงเนื้อหา

2. ความเที่ยง ทดสอบโดยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเที่ยงแบบความสอดคล้องภายในรวมทั้งฉบับเท่ากับ .890

3. ความตรงเชิงโครงสร้าง ทดสอบโดยการวิเคราะห์องค์ประกอบ ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่ามีความตรงเชิงโครงสร้างเหมาะสม ($\chi^2/df = 1.118$, $GFI = .935$, $AGFI = .896$, $RMR = .042$, $SRMR = .047$ และ $RMSEA = .019$) โดยแบบทดสอบแบ่งเป็น 5 กลุ่มอารมณ์ คือ

กลุ่ม 1 กลุ่มอารมณ์หดหู่ คือ ความรู้สึกทางด้านลบต่อตนเอง เช่น ความรู้สึกหดหู่ สิ้นหวัง ไร้ค่า และตำหนิตนเอง ซึ่งไม่ใช่โรคซึมเศร้า มี 7 ข้อ ได้แก่ เศร้า เบื่อ ไม่มีความสุข เสียใจ หดหู่ ถอดใจ และท้อแท้

กลุ่ม 2 กลุ่มอารมณ์กระปรี้กระเปร่ากระฉับกระเฉง คือ ความรู้สึกที่แสดงออกด้วยอารมณ์ตื่นเต้น ตื่นตัว และความรู้สึกร่างกายมีพลัง มี 7 ข้อ ได้แก่ กระตือรือร้น อึกเขม มีกำลังใจ มั่นใจ มีกำลังวังชา อยากเล่นอยากแข่ง และมีชีวิตชีวา

กลุ่ม 3 กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน คือ ความรู้สึกที่แสดงออกด้วยอารมณ์ต่าง ๆ เกี่ยวเนื่องกับการสูญเสียการควบคุมความสนใจและอารมณ์ เช่น ความวิตกกังวล ความกลัว ความหวั่นวิตก รู้สึกไม่แน่นอน งุนงง มี 11 ข้อ ได้แก่ กังวล กลัว กระวนกระวายใจ ตื่นเต้น ลังเล เกร็ง ฟุ้งซ่าน ไม่มั่นใจ เครียด สับสน และถูกรบกวน

กลุ่ม 4 กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า คือ ความรู้สึกเหน็ดเหนื่อยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มี 4 ข้อ ได้แก่ อ่อนเพลีย เหนื่อยล้า หดแรง และง่วงนอน

กลุ่ม 5 กลุ่มอารมณ์โกรธ คือ ความรู้สึกที่เกิดจากการถูกรบกวน ทำให้โกรธและเดือดดาล เกี่ยวข้องกับการกระตุ้นของระบบประสาทอัตโนมัติ มี 4 ข้อ ได้แก่ ยั่ว โกรธ หงุดหงิด และอารมณ์เสีย

4. ความตรงตามสภาพ หรือความตรงร่วมสมัย พบว่า แบบทดสอบระดับอารมณ์ของ นักกีฬาไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบระดับอารมณ์บุรุษเนลในระดับสูง ($r = .817$) แสดงว่าแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยมีความตรงตามสภาพ

5. ความตรงในการทำนาย พบว่า แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความสัมพันธ์ในทางลบกับผลการแข่งขันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่ม อารมณ์หดหู่ กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า และกลุ่มอารมณ์โกรธ มีความสัมพันธ์ในทางลบกับผลการแข่งขันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ส่วนกลุ่มอารมณ์ กระปรี้กระเปร่า กระฉับกระเฉงมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการรับรู้การแสดงความสามารถของตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปได้ว่า แบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย (TAMS) ฉบับของผู้วิจัย มีความเที่ยง มีความตรงเชิงเนื้อหา มีความตรงเชิงโครงสร้าง และมีความตรงตามสภาพในระดับสูง วัดได้ตรง มีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับนักกีฬาไทย สามารถนำไปใช้ได้จริง และผลการทดสอบสามารถทำนายผลการแข่งขันได้ในระดับหนึ่ง

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ผลการศึกษานี้มีข้อเสนอแนะดังนี้

ข้อเสนอแนะในการนำแบบทดสอบไปใช้

1. จากการวิจัยพบว่าอารมณ์มีผลกับการแข่งขัน โดยนักกีฬาที่มีกลุ่มอารมณ์ทางลบ ได้แก่ กลุ่มอารมณ์หดหู่ กลุ่มอารมณ์เครียดและสับสน กลุ่มอารมณ์เหนื่อยล้า และกลุ่มอารมณ์โกรธ ส่งผลให้ไม่ประสบความสำเร็จในการแข่งขัน ดังนั้น ในการแข่งขันกีฬา นักจิตวิทยาการกีฬา และผู้ฝึกสอนจึงควรทำการทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬา เพื่อทราบถึงภาวะอารมณ์ของนักกีฬา และเป็นแนวทางในการพัฒนา ดูแลและเสริมสร้างสมรรถภาพทางจิตที่เหมาะสม อันจะส่งผลต่อการแสดงความสามารถทางการกีฬาของนักกีฬาต่อไป ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ได้พัฒนาแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่มีมาตรฐานขึ้น สามารถนำไปใช้ทดสอบกับนักกีฬาได้

2. การนำแบบทดสอบไปใช้ต้องคำนึงถึงการให้เป็นจริงในการตอบแบบทดสอบของนักกีฬา ซึ่งนักจิตวิทยาและผู้ฝึกสอนกีฬาที่นำไปใช้ควรให้ความสำคัญ โดยการแนะนำให้ นักกีฬาที่รับการทดสอบด้วยความจริงใจ ทั้งนี้หากนักกีฬาปิดบังตนเองตอบไม่ตรงตามความเป็นจริง ผลของการทดสอบที่ได้ไม่ถูกต้อง ทำให้นักกีฬาพลาดโอกาสที่จะได้รับการพัฒนาสมรรถภาพทางจิตที่เหมาะสมต่อไป

3. แบบทดสอบระดับอารมณ์สร้างขึ้นเพื่อใช้ทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย ผลการทดสอบจะช่วยให้นักจิตวิทยาการกีฬา และผู้ฝึกสอน ทราบข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬา นำมาซึ่งการใช้วิธีทางจิตวิทยาการกีฬาที่เหมาะสมกับนักกีฬาแต่ละบุคคล อันจะเป็นแนวทางในการพัฒนาความสามารถของนักกีฬาไทยต่อไปได้ในอนาคต

ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการนำแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย ไปทำการศึกษากับนักกีฬาในกลุ่มอายุต่าง ๆ ให้หลากหลาย เพื่อพัฒนาคุณภาพเครื่องมือให้เหมาะสมในแต่ละช่วงอายุ
2. ควรนำแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทย ไปศึกษากับนักกีฬาแต่ละชนิดกีฬาให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากกีฬาแต่ละประเภทมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างกัน เพื่อทราบลักษณะอารมณ์ของนักกีฬาแต่ละประเภท อันนำมาซึ่งแนวทางการส่งเสริมพัฒนาสมรรถภาพทางจิตให้เหมาะสมกับนักกีฬาแต่ละประเภทต่อไป
3. การศึกษาระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยในระดับต่อไป ควรทำการศึกษาร่วมกับแนวทางการพัฒนาสมรรถภาพทางจิตรูปแบบต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับสภาพอารมณ์ของนักกีฬา โดยควรทำการศึกษาดูว่าได้ผลดีตามที่ต้องการหรือไม่ และมีการนำแบบทดสอบระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยไปทดสอบซ้ำอีกครั้ง เพื่อประเมินผลว่าระดับอารมณ์ของนักกีฬามีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่ อย่างไร
4. ควรมีการหาเกณฑ์ปกติของระดับอารมณ์ของนักกีฬาไทยที่มีความสามารถระดับต่าง ๆ กัน เช่น นักกีฬาตัวแทนทีมชาติไทย ตัวแทนสโมสร ตัวแทนจังหวัด เป็นต้น เพื่อพัฒนาคุณภาพเครื่องมือให้ดียิ่งขึ้น