

ผลของสารหล่อลื่นที่มีต่อความคาดหวัง การให้คุณค่าทางการกีฬา
และความสามารถในการยกน้ำหนัก

อภิญา ดัษฎะวัตร

คุณูปการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

กรกฎาคม 2555

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

คณะกรรมการควบคุมดุขงฎนพพและคณะกรรมการสอบดุขงฎนพพ ไดพจารณา
ดุขงฎนพพของ อภพญา ดัชฎยาวัตร ฉบับนั้แล้่ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหน่งของการศีกษา
ตามหลักรัฐประณาดุขงฎนพพบณฑต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำล้งกายและการกีฬ่า
ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมดุขงฎนพพ

..... อาจารย์ที่ปรกษาหลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤพนธ์ วงศ์จุตรภัท)
..... อาจารย์ที่ปรกษาร่วม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณทนา พรอมส่วย)

คณะกรรมการสอบดุขงฎนพพ

..... ประธาน
(นายแพทย์อด ลอประยู่)
..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤพนธ์ วงศ์จุตรภัท)
..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณทนา พรอมส่วย)
..... กรรมการ
(ดร.ศัคดีชาย พัทภษวงศ)

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬ่าอนุมตให้รับดุขงฎนพพฉบับนั้เป็นส่วนหน่งของการศีกษา
ตามหลักรัฐประณาดุขงฎนพพบณฑต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำล้งกายและการกีฬ่า
ของมหาวิทยาลัยบูรพา

..... คณบดีคณะวิทยาศาสตร์การกีฬ่า
(ดร.ศัคดีชาย พัทภษวงศ)

วันที่ 10 เดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2555

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาเอก
จากคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา
ประจำภาคต้น ปีการศึกษา 2555

ประกาศคุณูปการ

คุณูปนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณัทธนา พรมสวຍ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสม ตลอดจนปรับแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความละเอียดถี่ถ้วนและเอาใจใส่เป็นอย่างดีเสมอมา ข้าพเจ้าตระหนักรู้ซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ อาจารย์นายแพทย์อืด ลอประยูร ประธานกรรมการสอบคุณูปนิพนธ์ และดร.ศักดิ์ชาย พิทักษ์วงศ์ กรรมการผู้แทนบัณฑิตวิทยาลัย และดร.ธินดา จุลวนิชย์พงษ์ ที่กรุณาให้ความรู้ ให้คำปรึกษา ตรวจสอบปรับแก้ไขและวิจารณ์ผลงานทำให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น และบรรดาคณาจารย์ทุกท่าน ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการให้คำแนะนำในการวิจัยให้มีคุณภาพ นอกจากนี้ ยังได้รับความอนุเคราะห์จากท่านผู้อำนวยการโรงเรียนกีฬาสยามราษฎร์ ผู้อำนวยการโรงเรียนกีฬาสยามนครสวรรค์ ผู้อำนวยการโรงเรียนกีฬานครราชสีมา และผู้ช่วยวิจัย นายสุริยา ดัชฎยาวัตร รวมไปถึงผู้ฝึกสอนยกน้ำหนักในโรงเรียนกีฬาสยามราษฎร์ ตลอดจนนักกีฬายกน้ำหนักของโรงเรียนกีฬาทุกคนที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย และ นายแพทย์วิชัย จุลวนิชย์พงษ์ ที่ช่วยสนับสนุนให้คำปรึกษาในทุก ๆ ด้านตลอดระยะเวลาในการศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งท่านนายกสมาคมยกน้ำหนักสมัครเล่นแห่งประเทศไทย พลตรี อินทร์รัตน์ ยอดบางเตย และท่านประธานที่ปรึกษาสมาคมฯ คุณบุษบา ยอดบางเตย รวมถึงกรรมการบริหารสมาคมฯ ทุกท่านที่ให้การสนับสนุน ให้โอกาสและเป็นกำลังใจในการศึกษาแก่ข้าพเจ้าตลอดมา ทำให้ข้าพเจ้าสามารถทำคุณูปนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้อย่างสมบูรณ์

เนื่องจากงานวิจัยครั้งนี้ ส่วนหนึ่งได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยของบัณฑิตวิทยาลัย จึงขอขอบพระคุณ บัณฑิตวิทยาลัยมา ณ ที่นี้ด้วย

ขอขอบพระคุณพี่ ๆ น้อง ๆ และเพื่อนนิสิตทั้งปริญญาโทและปริญญาเอกทุกท่าน โดยเฉพาะคุณพี่ ดร.ชูศักดิ์ พัฒนมะนตรี ซึ่งเปรียบเสมือนแรงบันดาลใจให้ได้มาศึกษาและเป็นแบบอย่างที่ดีทั้งการศึกษาและปรัชญาแนวคิดของชีวิตแก่ข้าพเจ้าเรื่อยมาจนปัจจุบัน

ขอขอบพระคุณ Miss Han Chang Mei ผู้ฝึกสอนชาวจีน ที่เป็นทั้งครูและเป็นหัวหน้าในการปฏิบัติงาน คอยให้ความรู้เพิ่มเติมและสนับสนุน คุณพี่คำน้อย สีปัน เป็นล่ามที่ช่วยแปล

ภาษาจีน น้องอารีย์ วิรุฐถาวร ที่ต้องปฏิบัติหน้าที่มากขึ้นในขณะที่ข้าพเจ้าทำการศึกษาและน้อง ๆ นักกีฬาแก่นักหญิงทีมชาติไทยทุกท่านที่เป็นกำลังใจให้แก่ข้าพเจ้า

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณคุณแม่นารา พินทิสืบ ที่อบรมสั่งสอนให้ข้าพเจ้า ไม่ทอดทิ้งและรักในการศึกษา และพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอ คุณพ่ออำพล ภาคสุโพธิ์ ตลอดจนญาติพี่น้องทุกคน ที่ให้ความสนับสนุนช่วยเหลือและเป็นกำลังใจในการศึกษาของ ข้าพเจ้าจนบรรลุผลสำเร็จ

คุณค่าและประโยชน์ของดุชนิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นกตัญญูตเวทิตาแด่บุพการี บวรพจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านทั้งในอดีตและปัจจุบัน ที่ทำให้ข้าพเจ้าเป็นผู้มีการศึกษา และประสบความสำเร็จมาจนตราบนานเท่านานในวันนี้

อภิญญา ดัชฎยวัตร

49810136: สาขาวิชา: วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา; ป.ด.

(วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา)

คำสำคัญ: ผลของสารหลอก/ ความคาดหวังทางการกีฬา/ การให้คุณค่าทางการกีฬา/
กีฬายกน้ำหนัก

อภิญา ดัชฎยาวัตร: ผลของสารหลอกที่มีต่อความคาดหวัง การให้คุณค่าทางการ
กีฬาและความสามารถในการยกน้ำหนัก (PLACEBO EFFECT ON EXPECTANCY-VALUE
AND WEIGHTLIFTING PERFORMANCE) คณะกรรมการควบคุมคุณภาพ: นฤพนธ์
วงศ์จตุรภัทร, Ph.D., วรณัทนา พรหมสว, Ph.D, 109 หน้า. ปี พ.ศ. 2555.

การศึกษานี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์และความเชื่อมโยงจากการได้รับสารหลอกกับ
ความคาดหวัง การให้คุณค่า และความสามารถในการยกน้ำหนักตามทฤษฎีความคาดหวังและ
การให้คุณค่า (Expectancy-Value Theory; Eccles et al., 1983) ซึ่งเป็นประเด็นที่ยังไม่ได้รับการ
พิสูจน์ในประเทศไทย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้เป็นนักกีฬายกน้ำหนักของโรงเรียนกีฬา
จำนวน 115 คน อายุระหว่าง 14 - 18 ปี ($M = 15.05$, $SD = 1.22$) การเก็บข้อมูลเพื่อการทดลอง
แบ่งเป็น 2 ครั้งวันระยะเวลา 48 ชั่วโมง ในครั้งที่ 1 กลุ่มตัวอย่างทุกคนตอบแบบสอบถามข้อมูล
ทั่วไปและทดสอบความแข็งแรงในท่าดันไหล่เพื่อสุ่มรายชื่อเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
โดยพิจารณาจากเพศ และความสามารถในการดันไหล่ ครั้งที่ 2 กลุ่มทดลองได้ทราบข้อมูลว่าจะ
ได้รับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ทำให้มีพลังอย่างรวดเร็ว แต่ได้รับสารหลอก ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้
รับสารใด ๆ จากนั้นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินความคาดหวังและการให้คุณค่าทางการกีฬา
(อภิญา ดัชฎยาวัตร และคณะ, 2554) และทดสอบความสามารถสูงสุดในท่าดันไหล่
ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความคาดหวังและการให้คุณค่าทางการกีฬา
ไม่แตกต่างกัน ($p = .72$) แต่ความสามารถในการยกน้ำหนักท่าดันไหล่มีความแตกต่างกัน
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .00$) โดยที่ความสามารถในการยกน้ำหนักมีความสัมพันธ์กับ
ตัวแปรคะแนนความคาดหวัง ($r = .469$) และมีความสามารถในการทำนายและสามารถ
ในการยกน้ำหนักได้ ร้อยละ 22 ดังสมการ $Y = 0.262 (X)$ ($Y =$ ความสามารถที่เปลี่ยนไป
 $X =$ คะแนนความคาดหวัง)

49810136: MAJOR: EXERCISE AND SPORT SCIENCE; Ph.D.

(EXERCISE AND SPORT SCIENCE)

KEYWORDS: PLACEBO EFFECT/ EXPECTANCY INSPORT/ VALUE IN SPORT/
WEIGHTLIFTING

APHINYA DATTUYAWAT: PLACEBO EFFECT ON EXPECTANCY-VALUE AND
WEIGHTLIFTING PERFORMANCE. ADVISORY COMMITTEE: NARUEPON
VONGJATURAPAT, Ph.D., WANTANA PROMSUAY, Ph.D. 109 P. 2012.

These experimental studies used to measure the placebo effect and the connection with level of expectations in sports, according to Expectancy-Value Theory (Eccles et al., 1983) is still not clarified in Thailand. Participants of this study were 115 weightlifters, age between 14-18 years ($M = 15.05$, $SD = 1.22$). Data were collected two times separated 48 hours from the first test. In the first test all subjects were answered the survey, and tested 1RM shoulder press. The participants were then matched randomly in term of weightlifting performance and sex in order to assign to a control or placebo group. In the second test, the placebo groups were informed about receiving a quick powerful dietary supplementary pill but they will consume a placebo. On the other hand the control group will not receive any additional substances. There after Sport expectancy-value Questionnaire (Dattuyawat et al., 2012) and 1RM shoulder press were tested. The statistical analysis shown that the expectancy and values in sport were not different between groups ($p = .72$), but the 1RM shoulder press performance were statistically significant ($p = .00$). The correlation between expectancy and performance were .04 and expectancy was able to predict performance at 22 percent with the equation $Y = 0.262 (X)$ (Y =performance different, X = expectancy point).

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ฉ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ช
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
สมมติฐานของการวิจัย	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
ข้อตกลงเบื้องต้น	7
นิยามศัพท์เฉพาะ	8
กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎี.....	9
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
สารหลอก	11
ความคาดหวัง.....	17
ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร	36
การทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ.....	38
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	40
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	40
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	41
วิธีดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล	44
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	47

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	48
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	49
ตอนที่ 2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างความคาดหวัง การให้คุณค่าทางการกีฬา และความสามารถในการยกน้ำหนัก	53
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	63
สรุปผล	63
อภิปรายผล	65
ข้อเสนอแนะ	70
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	71
บรรณานุกรม	72
ภาคผนวก	90
ภาคผนวก ก	91
ภาคผนวก ข	97
ประวัติย่อของผู้วิจัย	109

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 ตัวอย่างข้อคำถามแยกตามองค์ประกอบทฤษฎีความคาดหวังและการให้คุณค่า	35
2 จำนวน เพศ อายุเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่าง.....	50
3 จำนวน เพศ อายุเฉลี่ย และความสามารถในการยกน้ำหนักของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม.....	50
4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง.....	51
5 จำนวน ร้อยละ ของทัศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม.....	52
6 วิเคราะห์เปรียบเทียบผลของการได้รับสารหลักต่อความคาดหวังและการให้คุณค่า ทางการกีฬา และความสามารถในการยกน้ำหนักรวมถึงความเชื่อในผลจาก การได้รับผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ต่อความสามารถในการยกน้ำหนัก.....	55
7 ข้อมูล ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานจากการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ของความสามารถในการยกน้ำหนักกับระดับความคาดหวัง การให้คุณค่า ทางการกีฬาและความเชื่อในผลจากการได้รับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารของ กลุ่มตัวอย่าง.....	56
8 การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรต้นต่อความสามารถในการ ยกน้ำหนักที่เปลี่ยนแปลงไป.....	59
9 การวิเคราะห์การถดถอยเพื่อพยากรณ์ความสามารถที่เปลี่ยนแปลงไปในการ ยกน้ำหนัก จากคะแนนความคาดหวัง	61
10 การวิเคราะห์การถดถอยเพื่อพยากรณ์ความสามารถที่เปลี่ยนแปลงไปในการ ยกน้ำหนัก จากคะแนนความคาดหวังเมื่อค่าคงที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ.....	61

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎี.....	9
2 ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบ 3 ประการของทฤษฎีปัญญาสังคม.....	23
3 ความแตกต่างระหว่างความคาดหวังในความสามารถและความคาดหวังในผลลัพธ์..	25
4 ความสัมพันธ์ความคาดหวังในความสามารถและความคาดหวังในผลลัพธ์.....	25
5 โครงสร้าง Expectancy-Value Model of Achievement Motivation	30
6 สรุปขั้นตอนในการเก็บข้อมูล	46
7 รูปแบบความสัมพันธ์ของความคาดหวังและการให้คุณค่าทางการกีฬากับผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร	60
8 ทำเตรียม.....	102
9 เหยียดแขนขึ้นดันบาร์เบลเหนือศีรษะ	103
10 กลับสู่ท่าเริ่มต้น.....	103