วารสารวิชาการ
มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

Academic Journal of Thailand National Sports University

ปีที่ 12 ฉบับที่ 1 (มกราคม - เมษายน 2563) Vol. 12 No.1 (January - April, 2020)



กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา
MINISTRY OF TOURISM AND SPORT

ISSN 2673-0952 (Print)

บทบรรณาธิการ

วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแหงชาติ ฉบับนี้เป็นวารสารปีที่ 12 ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน 2563 ซึ่งประกอบไปด้วยบทความวิจัย และบทความวิชาการที่ผานการกลั่นกรองตรวจสอบความถูกต้องทางวิชาการจากผู้ทรงคุณวุฒิพิชญพิจารณ์จากหนวยงานตางๆ ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในสาขาทางการกีฬา การพลศึกษา การสร้างเสริมสุขภาพ วิทยาศาสตร์การกีฬา การบริหารจัดการกีฬา การประกอบธุรกิจการกีฬา นันทนาการ การท่องเที่ยว การศึกษา และสาขาที่เกี่ยวข้อง โดยบทความจะผ่านการกลั่นกรองตรวจสอบความถูกต้องทางวิชาการจากผู้ทรงคุณวุฒิพิชญพิจารณ์ จำนวน 2 ท่าน ต่อ 1 เรื่อง แบบอำพรางทั้ง 2 ฝ่าย (Double blinded)

สำหรับเนื้อหาในวารสารฉบับนี้ยังคงมีความหลากหลายทั้งบทความวิจัยและบทความวิชาการจากคณาจารย์ ปริญญานิพนธ์ของนิสิตปริญญาโท ปริญญาเอกที่สำเร็จการศึกษาจากมหาวิทยาลัยต่างๆ กองบรรณาธิการหวังว่าบทความเหล่านี้จะเป็นประโยชน์แก่ท่านในด้านการนำไปใช้อ้างอิง การพัมนางานวิจัย และการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันต่อไป

กองบรรณาธิการขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิพิชญพิจารณ์ทุกท่านที่ตรวจสอบให้ข้อเสนอแนะ แก้ไขบทความวิจัย และบทความวิชาการ รวมถึงให้คำแนะนำในการจัดทำวารสาร เจ้าของบทความที่ส่งบทความมาเพื่อตีพิมพ์ ตลอดจนให้การสนับสนุนในด้านต่างๆ ที่ทำให้วารสารวิชาการฉบับนี้เสร้จสมบูรณ์ และหากท่านใดมีความประสงค์จะส่งบทความวิจัย ปริญญานิพนธ์ สารนิพนธ์ และบทความวิชาการ สามารถส่งผ่านเว็บไซต์ ได้ที่ www.tnsu-journal.com และสอบถามรายละเอียด เพิ่มเติมไดที่เบอรโทรศัพท 0-3805-4217 และ E-mail : journalipe@hotmail.com

ผู้ช่วยศาสตราจารย์มานะ ภู่หลำ
บรรณาธิการวารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

สารบัญ

หน้า

บทความวิจัย

EXHIBITORS' PERSPECTIVES ON COMPETITIVENESS OF EXHIBITION INDUSTRY IN THAILAND 1
Athitaya Pathan andRugphong Vongsaroj

การส่งเสริมธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร 12
สิริพร สุจริตกุลธร และชวลีย์ ณ ถลาง

การติดตามความสามารถจากองค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรงระบบชีวพลังงาน และชีวกลศาสตร์ ของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนในวงรอบของการฝึกซ้อม 23
พรพจน์ ไชยนอก ฮัมดาน นาคคนึง ไอริณ ซอหะซัน
รดมยศ มาตเจือ และศักดรินทร์ ธรรมวงศ์

ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางการกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดของนักกีฬาวู้ดบอลในระดับเยาวชน 34
เอกศักดิ์ เฮงสุโข

เปรียบเทียบความแรงและความเร็วการเตะตัด ในรูปแบบที่แตกต่างกันของนักมวยไทยอาชีพ 42
วันใหม่ ประพันธ์บัณฑิต สุกัญญา เจริญวัฒนะ และนิรอมลี มะกาเจ

ผลของกิจกรรมกลางแจ้งที่มีต่อการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวในเด็กอายุ 4-6 ปี 51
พันธุ์ทิวา ชาวอุทัย อำนวย ตันพานิชย์ และพรพล พิมพาพร

ผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองที่มีผลต่อความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อและองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อของนักศึกษาชายไทย ในมหาวิทยาลัย 61
ธนัมพร ทองลอง และวิชิต ไชยเวศ

รูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน 71
ปัญญา ศักดิ์แก้ว ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ และอนันต์ มาลารัตน์

สารบัญ

หน้า

รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล 85
ดิฏฐชัย จันทร์คุณา

การพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิต แห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา 97
ณัฏฐ์วรินท์ หลำสวัสดิ์ และนพวรรณ ฉิมรอยลาภ

การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย 110
พิชชานันท์ โชติวรรธอนันต์ วิชิต สุรัตน์เรืองชัย และพงศ์เทพ จิระโร

การพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 123
ลักษ์ณภา แก้วคำแจ้ง สุขมิตร กอมณี และภูเบศ เลื่อมใส

การเปรียบเทียบความพึงพอใจในส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี 137
อธิบดี ศรีเขียวพงษ์

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษา 148
สริญญา รอดพิพัฒน์ จินตนา สรายุทธพิทักษ์
สนอง เอกสิทธิ์ และปรีชา สุริยะ

การพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา 161
นวลอนงค์ โพธิ์ช่วย พงศ์เทพ จิระโร มนตรี แย้มกสิกร
และเกษมสันต์ พานิชเจริญ

การศึกษาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของสนามกอล์ฟ ในการให้บริการนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ เขตภาคเหนือตอนบน 175
กรัณย์ ปัญโญ

สารบัญ

หน้า

ผลการฝึกทักษะการว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท สำหรับนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ”มหาวิทยาลัยบูรพา 188
สุวิชญา ทองทรัพย์ และจิราวัฒน์ ขจรศิลป์

ผลของการแช่ในน้ำเย็นที่มีต่อการฟื้นสภาพร่างกายจากกรดแลคติกหลังการฝึกของนักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี 196
สุกัญญา ฤทธิ์งาม

ผลของโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจของนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางแก้วประชาสรรค์ 205
พัศทร ชัยปัญหา และ จิราวัฒน์ ขจรศิลป์

พฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ 215
กฤษณา แก้วพิพัฒน์ วัฒน์ บุญกอบ
จันทร์จารี เกตุมาโร และ เกษม ชูรัตน์

มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ 225
รายาศิต เต็งกูสุลัยมาน ภานุ ศรีวิสุทธิ์ เจนวิทย์ ดิษขนาน นฤณัฐ ไชยเจริญ
เอกชัย พูลแก้ว และสุขสวัสดิ์ แย้มศรี

ศักยภาพของค่ายมวยไทยในการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ 238
ชาญชัย ยมดิษฐ์

การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของแบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬาในนักกีฬาไทย 250
ธิรตา ภาสะวณิช

บทความวิชาการ

ส่องวัฒนธรรมดินแดนเจ้าแม่นางนอน 264
กฤศนพัชญ์ บุญช่วย

EXHIBITORS' PERSPECTIVES ON COMPETITIVENESS OF EXHIBITION INDUSTRY IN THAILAND

Athitaya Pathan and Rugphong Vongsaroj
Graduate School of Tourism Management,
National Institute of Development Administration

Abstract

Among the growth of global exhibition industry, Asia is strongly positioned to remain one of the most attractive trade fair markets worldwide. Despite the positive direction of the country's large market size and revenue in its sub-region, Thailand is facing intensive competition both in existing, and high potential new entrants from emerging ASEAN countries. Therefore, the country needs to review its position in regard to competitiveness.

The purpose of this study was to explore competitiveness attributes of exhibition industry in Thailand from exhibitors' perspectives. This study employed quantitative method to explore competitiveness attributes of exhibition industry in Thailand from exhibitors' perspectives. The questionnaire survey was conducted at 14 international exhibitions in Thailand during 2015 and 2016. The result of EFA determined three competitiveness factors which were**: -** 1) exhibition attributes, 2) destination attributes, and 3) enabling environment.

The result showed that Thailand's exhibition industry has weaknesses in destination and enabling environment factors. These factors are concerning about the facilitation of the country towards the exhibition industry. Therefore, it is recommended to focus more on improving enabling environment to facilitate the ease of doing business in Thailand. Although the roles of government must be highly involved to support those factors, the collaboration among stakeholders is also vital to drive its competitiveness.

Keywords: Exhibition industry, Competitiveness, Exhibitors' perspectives

Corresponding Author: Miss Athitaya Pathan, GSTM, National Institute of Development Administration
E-mail: athitaya.pat@mfu.ac.th

Introduction

Thailand is one of the large markets in the region recorded on modest growth by 3.8%. Recently, the country has been ranked the 8th largest exhibition market in Asia, and the first in Southeast Asia in term of exhibit space (World Tourism Organization, 2014). According to the Global Association of the Global Association of the Exhibition Industry (2017a), Thailand's indoor exhibition space amounted to 236,943 square meters in 2017 accounting for 0.7% of the World's and 2.9% of Asia's total exhibit space. According to Thailand Convention and Exhibition Bureau (2013), Thailand's exhibition industry has been ranked the first in Southeast Asia region from 2011 to 2015 in term of exhibit space. In 2017, more than 104 exhibitions of a diversified nature and scale are held in Thailand, delivering revenue of 37,321,819,737 Thai baht or approximately US$1,082,668,886 and contributing 0.18% to Thailand's overall GDP (Thailand Convention and Exhibition Bureau, 2017).

Nevertheless, the competition within the region is extremely high. The Global Association of the Exhibition Industry (2017a) released the 13th edition of its annual report, Trade Fair Industry in Asia 2017. The report shows that 20.8 million square meters of space was sold in Asia in 2016, where 58% of this total was sold in China. It also shows that the Philippines, Vietnam, and Indonesia outperformed the regional average increased by 9.6%, 7.3%, and 5.8% orderly, where Thailand expanded only 3.8%. In addition, the existing competitors – Singapore and Malaysia have been ranked the second and third largest size in Southeast Asia with exhibition space of 219,970 and 119,842 square meters respectively (the Global Association of the Exhibition Industry, 2017). Even though they are smaller in term of size, the estimated revenues are somewhat higher. Moreover, these two countries have all developed high potential exhibition venues, transportation networks and supporting hospitality facilities. Meanwhile, Thailand Convention and Exhibition Bureau (2015) indicates that Thailand has faced several internal challenges including complexity of government system, lack of integrated synchronization, and self-contraction. As regional competition heats up, the country needs to review its competitiveness and better develop its exhibition industry.

According to Sukanya Nontharak (2014), the key factors affecting the competitiveness of MICE industry in South Korea, lesson learned for Thailand's MICE industry, include improvements for a safe and convenient environment (stability and security, public transportation); developing the essence of knowledge-based economy (information and communication technologies (ICTs), Human resource development (HRD), research and development (R&D); and promoting MICE tourism (collaboration between central and local sectors). She suggested that the key development of Thailand's MICE industry is to move forward a knowledge-based economy – intellectual capabilities of workers, rather than on natural resources or physical production factors. In addition, Rarintorn Wata (2010) studied focusing on the destination competitiveness of exhibition industry. The study pointed out that marketing and business opportunity are the most important factors for successful destination.

Least important factor was found in entertainment. Thailand significantly had less competitiveness in 18 factors such as marketing, fame of the exhibition, and business opportunity, while no significant differences between Thailand and other successful countries in Asia were found in cost of travelling, service quality, cost of lodging and entertainment. Moreover, Pongsatorn Limpanawetsakul and Thirawat Chuntuk, (2016) also stated that the human resource was the key factor for Thailand's professional exhibition organizers to gain more competitive advantage.

Objective

The purpose of this study was to explore competitiveness attributes of exhibition industry in Thailand from exhibitors' perspectives.

Methodology

This study employed quantitative method to explore competitiveness attributes of exhibition industry in Thailand from exhibitors' perspectives. The questionnaire survey was conducted at 14 international exhibitions in Thailand during 2015 and 2016. Due to restricted access, the online survey was initially conducted by sending electronic form to email address personally. The study hosted the survey at Survey Monkey as online surveys which is fast and cost effective to help mail-out survey. Personal survey was also employed to ensure completed data and obtain more respondents since electronic survey performed low rate of respondent. This approach enabled us to secure 235 responses, which was a response rate of 16.6 percent, a "fair" rate for internet-based surveys since different survey approaches involve different variables and response rates (Tabachnick and Fidell, 2001).

There were 20 competitiveness of exhibition industry variables – including accessibility of the destination, suitable exhibition venue, reputation and flexibility of staff, reasonable cost, telecommunication and infrastructure, safety and security, natural and health risk, negotiation policy, attractiveness of the destination, availability of multilingual staff, ground transportation, foreign exchange rates, political and economic stability of the destination, foreign governments reputation, customs regulations, environmentally friendly destination, visa requirement, attitude of local residents toward foreign visitors, commercial hub of regions, and ability to access markets – derived from various literature reviews in MICE and tourism studies. Descriptive and exploratory factor analysis were utilized to identify the components of exhibition industry competitiveness.

Results

The data were collected in 2015 – 2016. After cleaning data, it was found that a sample size of 235 respondents, which was considered "fair" for exploratory factor analyzes (Tabachnick and Fidell, 2001). The 235 study participants represented the exhibitors who had experienced

in Thailand's exhibition industry. Table 1 presents a summary of the main characteristics of the participants. A majority of the participants were from food and beverage industry (21.7 percent), agriculture and farming (12.8 percent), and plastic industry (12.3 percent). The other industries comprised 17.9 percent of total respondents including educational institute, chemical, steel scaffold, and general industrial goods. About four-fifths of participants were from Thailand and China. Most of the participants were middle manager (39.60 percent), staff (20.90 percent), and senior manager (17.40 percent).

Table 1 Characteristics of the sample (n = 235)

Characteristics		Percent
Industry sector	Automobile	1.70%
	Agriculture & Farming	12.80%
	Construction	6.80%
	Cosmetic and beauty	3.40%
	Communication Technology	1.70%
	Decorative and furniture	6.00%
	Energy	4.30%
	Electricity	2.10%
	Food and Beverage	21.70%
	Medical & Health	7.20%
	Plastic	12.30%
	Tourism and Hospitality	2.10%
	Others	17.90%
Job position	Owner	15.70%
	Managing director	6.40%
	Senior manager	17.40%
	Middle manager	39.60%
	Others	20.90%

Table 1 Characteristics of the sample (n = 235)

Characteristics		Percent
Country of residency	Burkina Faso	0.90%
	China	28.50%
	France	2.00%
	Germany	0.40%
	Japan	3.40%
	Malaysia	1.70%
	Republic of Korea	3.00%
	Taiwan	2.10%
	Thailand	56.20%
	United Kingdom (UK)	0.90%
	United States of America (USA)	0.90%

Source: survey

The study utilized exploratory factor analysis (EFA) to reduce the number of factors measuring competitiveness of exhibition industry in order to identify which factors have the most impact and remain in the model, and which factors have little or no impact so can be eliminated from the model, and accordingly obtain a model of the most effective factors (Henson and Roberts, 2006). Principal components extraction method and varimax rotation were utilized to determine underlying dimensions of exhibition industry's competitiveness. This extraction method is widely used and understood which common variance is analyzed with the unique error variances removed (Tabachnick and Fidell, 2001). The items were derived from review of literatures and measured its efficiency by five-point Likert scale ranging from strongly agree (5) to strongly disagree (1). The data validity and sampling consistency were tested by using the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) and Bartlett's test. Afterwards, z-normalization data (z-score) was employed to indicate weighting score of each factor. Prior to completing data reduction and assessing for potential factor solutions.

Cronbach's α measures how well a set of items measures a single unidimensional latent construct. A reliability coefficient of 0.70 or higher is acceptable in the social sciences (Nunnally, 1978). The overall construct had Cronbach's α of 0.919 as shown is table 2. The study also used this test to assess the internal consistency of the items within each construct and all extracted factors had Cronbach's α greater than 0.70. In addition, the study used 0.40 as a cut-off the identify items with the highest loading for the inclusion with a factor (Conway and Huffcutt, 2003). Table 3 shows communalities value where every item load greater than 0.40 in the analysis; therefore, none of the items were cut-off. Eigen values over one was also

used to extract reliable factors. As shown in table 4 eigen values are over one, and total variance explained is 60.87 percent. Afterwards, the study dropped items loadings were lower than 0.5 in the first factor analysis run; therefore, the two of 20 items were dropped from each of the independent variables. The remaining items had loading of 0.5 and greater. The result of the factor analysis is discussed in the section that follows.

The communality is the variance in the observed variables which are accounted for by a common factor or common variance (Child, 2006). The communality is denoted by h2 and is the summation of the squared correlations of the variable with the factors (Cattell, 1996). Often times variables with low communalities (less than .20 so that 80% is unique variance) are eliminated from the analysis since the aim of factor analysis is to try and explain the variance through the common factors (Child, 2006). In addition, the study used 0.40 as a cut-off the identify items with the highest loading for the inclusion with a factor (Conway and Huffcutt, 2003). Every item load greater than 0.40 in the analysis; therefore, none of the items were cut-off.

Principal components analysis is a data reduction technique and the issues of whether it is truly a factor analysis technique has been raised (Costello & Osborne, 2005). One criterion that can be used to determine the number of factors to retain is Kaiser's criterion which is a rule of thumb. This criterion suggests retaining all factors that are above the eigenvalue of 1 (Kaiser, 1960). There were three factors extracted, eigen values were over one, and total variance explained was 60.87 percent. When interpreting the factors, the factor loadings was observed to determine the strength of the relationships. Factors can be identified by the largest loadings, but it is also important to examine the zero and low loadings in order to confirm the identification of the factors (Gorsuch, 1983). Therefore, the study dropped items loadings were lower than 0.5 in the first factor analysis run; therefore, the two of 20 items were dropped: CEI15 Customs regulations and CEI19 Commercial hub of regions.

Factors are rotated for better interpretation since unrotated factors are ambiguous. The goal of rotation is to attain an optimal simple structure which attempts to have each variable load on as few factors as possible, but maximizes the number of high loadings on each variable (Rummel, 2010). Varimax rotation method minimizes the number of variables that have high loadings on each factor and works to make small loadings even smaller.

The rotated component matrix of competitiveness divided components into three factors. Factor one includes, CEI02 Suitable exhibition venue, CEI03 Reputation, flexibility & professionalism of the staff, CEI04 Reasonable costs, CEI10 Availability of multilingual staff, and CEI08 Negotiation and flexibility policies. Factor two includes CEI01 Accessibility of the destination CEI11 Availability, comfort and cost of ground transportation, CEI05 Telecommunication & infrastructure, CEI06 Safety & security, CEI17 Visa requirement, CEI14 Foreign government reputation, and CEI20 Ability to access markets. Factor three includes CEI07 Natural & health

risks, CEI09 Appeal and Attractiveness of the destination, CEI12 Foreign exchange rates & seasonal aspects, CEI13 Political & economic stability of the destination, CEI18 Attitude of local residents toward foreign visitors, and CEI16 Environmentally friendly destination.

Table 2 presents summary of Exploratory Factor Analysis of Exhibition Industry Competitiveness. Factor one is labeled as *Exhibition Attributes* which includes suitable exhibition venue (0.73), reputation, flexibility & professionalism of the staff (0.73), reasonable costs (0.70), availability of multilingual staff (0.69), negotiation and flexibility policies (0.60). It is basic attributes of exhibition industry where every industry must provide suitable venue for specific type of product display, professionalism and flexibility of staff, and also flexibility of negotiation. Factor two is labeled as *Destination Attributes* which includes accessibility of the destination (0.78), availability, comfort and cost of ground transportation (0.69), telecommunication & infrastructure (0.67), safety & security (0.62), visa requirement (0.62), foreign governments reputation (0.59), ability to access markets (0.51). This factor refers to what destination to offer as basic requirement to international exhibitors a visitor. The Factor three is labeled as Enabling Environment which includes natural & health risks (0.72), appeal and attractiveness of the destination (0.68), foreign exchange rates & seasonal aspects (0.63), political & economic stability of the destination (0.59), attitude of local residents toward foreign visitors (0.57), environmentally friendly destination (0.56). The last factor is considered as ease of doing exhibition business in the destination. It allows exhibition organizers to host an exhibition and facilitate the exhibition market.

Table 2 Factor analysis for competitiveness attributes of exhibition industry in Thailand

Factor and Item	Factor loading	Eigen value	% of variance explained	Reliability alpha (α)	Mean score $\bar{X}$	Z score (100%)
Exhibition Attributes						
CEI02 Suitable exhibition venue	0.73	8.71	43.56	0.89	4.15	54.68
CEI03 Reputation, flexibility & professionalism of the staff	0.73					
CEI04 Reasonable costs	0.70					
CEI10 Availability of multilingual staff	0.69					
CEI08 Negotiation and flexibility policies	0.60					
Destination attributes						
CEI01 Accessibility of the destination	0.78	1.79	8.96	0.79	4.10	51.41
Factor and Item	**Factor loading**	**Eigen value**	**% of variance explained**	**Reliability alpha (α)**	**Mean score $\bar{x}$**	**Z score (100%)**
CEI11 Availability, comfort and cost of ground transportation	0.69					
CEI05 Telecommunication & infrastructure	0.67					
CEI06 Safety & security	0.62					
CEI17 Visa requirement	0.62					
CEI14 Foreign governments reputation	0.59					
CEI20 Ability to access markets	0.51					
Enabling environment						
CEI07 Natural & health risks	0.72	1.07	5.36	0.75	3.82	51.90
CEI09 Appeal and Attractiveness of the destination	0.68					
CEI14 Foreign exchange rates & seasonal aspects	0.63					
CEI13 Political & economic stability of the destination	0.59					
CEI18 Attitude of local residents toward foreign visitors	0.57					
CEI16 Environmentally friendly destination	0.56					

Source: survey

Additionally, Z-score normalization was also adopted to normalize data which helps to avoid the outlier issues. The Z -scores are also known as standardized scores; they are scores (or data values) that have been given a common standard. The goal of normalization is to make every data point have the same scale, thus each feature is equally important. The results of Z score indicating weighting score ranging from 0 - 100 for each competitiveness index, as show in figure 1 below. Each index also indicates efficiency of Thailand's exhibition industry: the exhibition attributes (54.68), destination attributes (51.41), and enabling environment (51.90). It shows that Thailand's exhibition industry is on above average in every competiveness factors, indicating rooms for improvement.

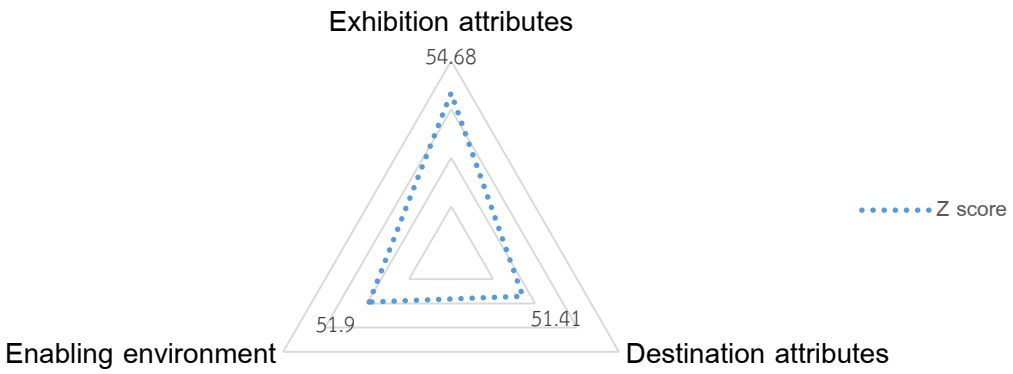


Figure 1 Competitiveness Index of Exhibition Industry in Thailand

Conclusion

The exhibition industry is facing highly competition. Even though, Thailand is leading the industry in South East Asia region, the existing competitors like Singapore and Malaysia are not far behind. Moreover, the new comers such as Vietnam, Cambodia, and Philippines are growing very fast. This is highly concerning that Thailand should keep an eye on. The study explored the exhibitors' perspectives on the competitiveness of exhibition industry in Thailand.

The study employed the exploratory factor analysis (EFA) using the Principal components analysis and Varimax with Kaiser Normalization to explore the competitiveness attributes of exhibition industry. The EFA determined three competitiveness factors labeled: - 1) exhibition attributes, 2) destination attributes, and 3) enabling environment. The three factors explained 60.87 % of the total variance of the variables and were then tested by the Cronbach's Alpha for reliability test. All of five factors identified had a reliability value above .70. Eigen values of each component are greater than one: exhibition attributes (8.71), destination attributes (1.79), and enabling environment (1.07). Moreover, Z-score normalization or standardized scores was also adopted to normalize data ranging from 0 - 100. It shows the efficiency of Thailand's exhibition industry are scored of 54.68 for the exhibition attributes, 51.41 the destination attributes, and 51.90 for the enabling environment. The result of z-score of each factor is just above average.

The result shows the agreement with Sukanya Nontharak (2014) that the safety, security, and stability should be improved along with the destination promotion, as well as human resource development must be more concerned in order to gain more competitive advantage (Pongsatorn Limpanawetsakul and Thirawat Chuntuk, 2016). Significantly, the result also found out that the tourism or entertainment factor is less concerned in exhibitors' perspectives since they focus more on business activity (Rarintorn Wata, 2010).

The competitiveness index indicated that Thailand's exhibition industry has weaknesses in destination and enabling environment factors. These factors are concerning about the facilitation of the country towards the exhibition industry. Therefore, it is recommended to focus more on improving enabling environment to facilitate the ease of doing business in Thailand. Although, the roles of government must be highly involved to support those factors; the collaboration among stakeholders is also vital to drive its competitiveness (Sukanya Nontharak, 2014). Furthermore, Thailand could adopt the environmentally friendly strategy to enhance their competitiveness.

Finally, the study was limited to only exhibitor's points of view and trade exhibition. To obtain a more holistic views of the exhibition industry in Thailand, the further research on visitor's perspectives and consumer exhibition are recommended.

References

Cattell, R. B. (1966). The screen test for the number of factors. *Multivariate behavioral research*. *1* (February), 245-276.

Child, D. (2006). *The Essentials of Factor Analysis*. (3rd ed.). New York: Continuum.

Conway, J. M., and Huffcutt, A. I. (2003). A review and evaluation of exploratory factor analysis practices in organizational research. *Organizational Research Methods, 6* (April), 147-168.

Costello, A. B., & Osborne, J. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical Assessment, Research and Evaluation, 10*(1), 7.

Gorsuch, R. L. (1983). *Factor Analysis*. (2nd ed.). New Jersey: Erlbaum.

Henson, R. K., & Roberts, J. K. (2006). Use of exploratory factor analysis in published research: Common errors and some comment on improved practice. *Educational and Psychological Measurement, 66*(3), 393-416.

Kaiser, H. F. (1960). The application of electronic computers to factor analysis. *Educational and Psychological Measurement*, 20, 141–151.

Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric Theory*. New York: McGraw Hill.

Pongsatorn Limpanawetsakul and Thirawat Chuntuk. (2016). Human resources development in exhibition. *Veridian E-Journal, Silpakorn University, 9*(1), 1327 – 1335.

Rarintorn Wata. (2010). *Determinants of Thailand's exhibition destination competitiveness in Asia.* (Master's thesis). Chulalongkorn University, Bangkok.

Rummel, R. J. (1967). Understanding factor analysis. *Journal of conflict resolution, 11*(4), 444-480.

Sukanya Nontharak. (2014). *An analysis on the competitiveness of meeting, incentive, conference, and exhibition (MICE) industry in South Kore: Lesson for Thailand.* (Master's thesis), Chulalongkorn university.

Tabachnick, B. G., and Fidell, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics***.** (4th ed.). Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.

Thailand Convention and Exhibition Bureau. (2013). *International Exhibition Market in Asia.* Retrieved July 20, 2015, from https://www.businesseventsthailand.com/fileadmin /user_upload/documents/mice-publications/The_International_Exhibition_Market_in_ Asia_2013.pdf.

Thailand Convention and Exhibition Bureau. (2015). MICE Review. *Thailand Industry Report 2015 Issue 1***.** Bangkok: Thailand Convention and Exhibition Bureau.

Thailand Convention and Exhibition Bureau. (2017). *Statistics of Meeting Incentive Exhibition and Convention Report 2017.* Bangkok: Thailand Convention & Exhibition Bureau.

The Global Association of the Exhibition Industry. (2017a). The 2017 World Map of Exhibition Venues. Retrieved June 11, 2018, from https://www.ufi.org/wp-content/uploads/ 2017/12/UFI-World-Map-of-Venues-2017c.pdf

World Tourism Organization. (2014). *Global Report on the Meetings Industry*. Madrid: World Tourism Organization.

Received : 26 December, 2018
Revised : 3 February, 2019
Accepted : 11 February, 2019

การส่งเสริมธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร

สิริพร สุจริตกุลธร และชวลีย์ ณ ถลาง
คณะวิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยพะเยา

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) พฤติกรรมของนักท่องเที่ยวในการเข้าพักแรมในจังหวัดชุมพร 2) ส่วนประสมทางการตลาดของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร 3) คุณภาพการให้บริการที่เพิ่มความพึงพอใจแก่นักท่องเที่ยวของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร และ 4) แนวทางการส่งเสริมธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร การดำเนินการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 รูปแบบได้แก่ 1) การวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์เชิงลึกจากตัวแทนจากภาครัฐ ตัวแทนจากภาคเอกชน ตัวแทนชุมชนและนักวิชาการ จำนวน 17 คน และ 2) การวิจัยเชิงปริมาณ ซึ่งเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางมาท่องเที่ยวในจังหวัดชุมพร จำนวน 400 คน

ผลการวิจัยเชิงคุณภาพ พบว่า คุณภาพการให้บริการที่เพิ่มความพึงพอใจแก่นักท่องเที่ยว ผู้ประกอบการควรมีการให้บริการพิเศษเสริมอื่น ๆ เพิ่มเติม ส่วนแนวทางการส่งเสริมธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร ผู้ให้บริการจะต้องมีความรู้ ความสามารถ และมีพฤติกรรมที่สร้างให้เกิดความมั่นใจในการให้บริการ ผู้ประกอบธุรกิจควรมีนโยบายสนับสนุนการเสริมทักษะความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้บริการแก่ผู้มาใช้บริการแก่บุคลากรในแต่ละแผนก นอกจากนี้ผู้ประกอบธุรกิจควรเน้นให้พนักงานมีวัฒนธรรมในการให้บริการ และควรมีส่วนร่วมในการให้บริการแก่ผู้เข้าพักโดยตรง อีกทั้งยังมีการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ใช้บริการต่อไปในอนาคต สำหรับผลการวิจัยเชิงปริมาณ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่รู้จักและทราบข้อมูลที่พักแรมในจังหวัดชุมพร จากการสืบค้นข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต เลือกพักแรมในจังหวัดชุมพรเพราะการเดินทางที่ง่ายและสะดวก ซึ่งเข้าพักแรมในจังหวัดชุมพรช่วงวันหยุดปลายสัปดาห์ เป็นเวลา 1 คืน โดยรถยนต์ส่วนตัว และเข้าพักแรมในราคาน้อยกว่า 5,000 บาท และพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นในระดับมากที่สุดต่อการเดินทางไปยังที่พักมีความสะดวกสบาย การมีระบบการรับประกันการชำระเงินผ่านระบบออนไลน์ การมีโปรโมชั่นตามเทศกาลต่าง ๆ การจัดบริการเสริมควบคู่กับสถานที่ท่องเที่ยว การโฆษณาประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่างๆ เช่น วารสารการท่องเที่ยว การจัดแพ็คเกจให้กับลูกค้าที่มาเป็นกลุ่ม การมีส่วนลดให้กับลูกค้าประจำ การที่พนักงานให้บริการถูกต้อง การที่พนักงานมีทักษะในการแก้ไขปัญหาได้อย่างรวดเร็ว การมีพนักงานให้บริการเพียงพอ การที่พนักงานมีมารยาทในการให้บริการ การที่พนักงานมีใจรักการบริการ ยิ้มแย้มแจ่มใส สุภาพ เป็นมิตร การแบ่งสัดส่วนพื้นที่สำหรับใช้สอยอย่างลงตัว การมีระบบการเก็บรักษาข้อมูลของผู้เข้าพักเป็นอย่างดี การที่บริเวณที่พักมีการตกแต่งอย่างสวยงาม การมีระบบรักษาความปลอดภัยของที่พัก การมีที่จอดรถเพียงพอต่อความต้องการการมีขั้นตอนลงทะเบียนเข้าพักสะดวกสบายไม่ยุ่งยาก ความถูกต้องในการคิดคำนวณค่าใช้จ่ายในการใช้บริการ และการที่เว็บไซต์ของที่พักมีระบบสมาชิกเพื่อแสดงข้อมูลในบริการและการสำรองห้องพักของสมาชิก

คำสำคัญ: การส่งเสริม ธุรกิจพักแรม จังหวัดชุมพร

Corresponding Author: นางสาวสิริพร สุจริตกุลธร คณะวิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยพะเยา
E-mail: Whant7.512@gmail.com

THE PROMOTION OF HOTEL BUSINESS IN CHUMPHON PROVINCE

Siriporn Sutjaritkulthorn and Chawalee Na Thalang
Faculty College of Management University of Phayao

Abstract

This research aims to study: 1) the behavior of tourists in the stay in Chumphon Province, 2) the marketing mix of the camper business in Chumphon Province, 3) the quality of service that increases the satisfaction of tourists of the overnight stay business in Chumphon Province and 4) the guidelines for promoting business in Chumphon Province. The research was divided into two formats, including 1) qualitative research was an in-depth interview from representatives of government, the private sector, community and scholars, and 2) quantitative research was a collection of information from 400 Thai tourists traveling to Chumphon Province.

The results of qualitative research were found that quality of service that increases tourists' satisfaction entrepreneurs should provide additional extra services. As for the business promotion guidelines for overnight stay in Chumphon Province, service providers must have knowledge, ability and behaviors that create confidence in the service. Business operators should have a policy to support the enhancement of basic knowledge of service provision to people in each department. In addition, business operators should focus on providing employees with a culture of service and should be directly involved in providing services to guests, also creating good interaction with users in the future. For quantitative research it was found that most respondents knew the accommodation in Chumphon from searching the information from the internet, and chose to stay in Chumphon because of easy and convenient travel. The stay in Chumphon was during the weekends for 1 night by private car and in the hotel with the price less than 5,000 baht. The highest level of opinions was found in convenient traveling to the accommodation, online payment guarantee system, promotions according to various festivals, provision of additional services in conjunction with tourist attractions, advertising through various media such as travel journals, package arrangement for customers who come in groups, discounts for regular customers, appropriate service by the staff, the employees' problem solving skills, the number of staff for service, the employees' courteonsness in providing services, the staff's service mind, smiling, politeness and friendliness, the good proportion of living space, well-kept guest information system, the accommodation which is beautifully decorated, security system for the accommodation, enough parking space for the customers' needs, convenient registration process, accuracy in calculating the cost of using the service and the website of the hotel having a membership system to display information in the service and reservation of members.

Keywords: Promotion, Hotel Business, Chumporn Province

Corresponding Author: Miss Siriporn Sutjaritkulthorn Faculty College of Management University of Phayao E-mail: Whant7.512@gmail.com

บทนำ

การท่องเที่ยวได้รับการพัฒนาให้กลายมาเป็นอุตสาหกรรมการบริการประเภทหนึ่ง เรียกว่า “อุตสาหกรรมการท่องเที่ยว” ซึ่งเป็นอุตสาหกรรมที่ทำรายได้ให้กับหลาย ๆ ประเทศทั่วโลก สามารถดูดเงินตราจากต่างประเทศเข้ามาได้อย่างมหาศาล ก่อให้เกิดการลงทุนในการผลิต และการบริการแก่นักท่องเที่ยวเพิ่มขึ้น สามารถสร้างงานสร้างอาชีพให้ประชาชนมีรายได้ ทำให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นและช่วยกระจายรายได้สู่ภูมิภาคในท้องถิ่นต่าง ๆ อันเป็นการสร้างเสริมความเจริญทางเศรษฐกิจและสังคมในประเทศ จากความสำคัญของอุตสาหกรรมท่องเที่ยวดังกล่าวเป็นจุดที่ทำให้ประเทศต่าง ๆ พยายามดึงนักท่องเที่ยวเข้ามาท่องเที่ยวในประเทศของตนให้มากที่สุด ก่อให้เกิดการแข่งขันกันด้านการท่องเที่ยวขึ้น เพื่อจะพัฒนาให้ประเทศของตนเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น (Chatchai Sucharit, 2011)

ประเทศไทยนั้นได้ก้าวเข้าสู่ประชาคมอาเซียนอย่างเต็มรูปแบบ นโยบายหนึ่งที่เป็นการสนับสนุนอย่างรูปธรรมของการเข้าสู่ประชาคมอาเซียนอย่างเต็มรูปแบบของประเทศไทยและประเทศสมาชิกนั่นคือ การส่งเสริมการท่องเที่ยว ซึ่งจากผลการสำรวจและการเก็บรวบรวมข้อมูลของกองเศรษฐกิจการท่องเที่ยวและกีฬาในปี พ.ศ. 2560 พบว่า ประเทศไทยมีนักท่องเที่ยวเดินทางมายังประเทศไทยสูงถึง 35.38 ล้านคน โดยก่อให้เกิดรายได้ถึง 2.75 ล้านล้านบาท ซึ่งรายได้จากการท่องเที่ยวส่วนใหญ่มาจากกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในประเทศไทย และส่วนใหญ่เป็นนักท่องเที่ยวชาวจีน โดยมีจำนวนสูงถึง 9.92 ล้านคน ซึ่งประเทศไทยได้รับรายได้จากนักท่องเที่ยวชาวจีนมากถึง 5.31 แสนล้านบาท และเมื่อสำรวจส่วนแบ่งการตลาดยังพบว่าประโยชน์ที่ได้รับสูงสุดจากการเติบโตของภาคการท่องเที่ยวนั้น อัตราส่วนสูงสุด คือ สัดส่วนของการใช้จ่ายด้านที่พักแรม โดยมีอัตราส่วนสูงถึง ร้อยละ 25.80 ด้วยเหตุนี้ธุรกิจที่พักแรมจึงมีความน่าสนใจเป็นอย่างมาก (Tourism Authority of Thailand, 2017)

ถึงแม้ว่าจะมีจำนวนนักท่องเที่ยวเพิ่มสูงขึ้นแต่กลับพบว่า การเติบโตของจำนวนนักท่องเที่ยวในบางจังหวัดกลับส่งผลกระทบต่อความยั่งยืนในเชิงทรัพยากรของแหล่งท่องเที่ยว โดยเฉพาะแหล่งท่องเที่ยวทางทะเลทั้งในภาคตะวันออก และภาคใต้ ที่มีการใช้ทรัพยากรเกินขีดความสามารถในการรองรับ ซึ่งจังหวัดชุมพรเป็นหนึ่งในจังหวัดที่อยู่ในเขตภาคใต้ของประเทศ เปรียบเสมือนประตูด่านแรกที่จะเข้าสู่ภาคใต้ของไทย ในอดีตจังหวัดชุมพรเคยเป็นจังหวัดที่ได้รับความนิยมด้านการท่องเที่ยวเป็นอย่างมาก แต่สาเหตุที่ทำให้จังหวัดชุมพรมีความนิยมลดลง นั่นคือ ทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดมีความเสื่อมโทรม และสถานที่ท่องเที่ยวและที่พักไม่สามารถรองรับจำนวนนักท่องเที่ยวได้ ทำให้นักท่องเที่ยวหันไปให้ความนิยมในจังหวัดอื่นที่สามารถรองรับนักท่องเที่ยวควบคู่ไปกับการส่งเสริมศักยภาพในการท่องเที่ยว อย่างไรก็ตามนอกเหนือจากการฟื้นฟูทรัพยากรในแหล่งท่องเที่ยวแล้ว ความสามารถในการรองรับนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะด้านที่พักยังเป็นปัจจัยสำคัญอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการเดินทางมาท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยว (Tourism Authority of Thailand, 2017)

ดังนั้น การพัฒนาศักยภาพและความพร้อมในด้านที่พักแรม อาจจะเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้จำนวนการเข้าพักและรายได้จากการท่องเที่ยวเพิ่มขึ้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการส่งเสริมธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร เพื่อศึกษาความคาดหวัง การรับรู้ การพัฒนาศักยภาพด้านการบริการของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร และนำผลการศึกษาที่ได้มากำหนดแนวทางในเชิงนโยบายการพัฒนาคุณภาพด้านการบริการเพื่อให้สามารถรองรับนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติได้อย่างมีศักยภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวในการเข้าพักแรมในจังหวัดชุมพร

2. เพื่อศึกษาส่วนประสมทางการตลาดของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร
3. เพื่อศึกษาคุณภาพการให้บริการที่เพิ่มความพึงพอใจแก่นักท่องเที่ยวของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร
4. เพื่อศึกษาแนวทางการส่งเสริมธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร

สมมติฐานของการวิจัย

1. นักท่องเที่ยวที่มีลักษณะส่วนบุคคลต่างกัน มีพฤติกรรมในการเข้าพักแรมในจังหวัดชุมพร แตกต่างกัน
2. นักท่องเที่ยวที่มีลักษณะส่วนบุคคลต่างกัน ให้ความสำคัญต่อส่วนประสมทางการตลาดของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพรที่ไม่แตกต่างกัน

การทบทวนวรรณกรรม

การศึกษาการส่งเสริมธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับธุรกิจที่พักแรม

การให้บริการที่พักแรมแต่เดิมคงสืบเนื่องจากการที่มนุษย์มีความจำเป็นและมีความต้องการในการเดินทางจากที่พักไปยังที่ต่างๆ ด้วยเหตุผลหลายประการ เช่น ทางด้านสังคม ทางด้านค้าขาย การปกครอง การศาสนา การศึกษาตลอดจนการพักผ่อนท่องเที่ยว และอื่นๆ การเดินทางในสมัยอดีตบ่อยครั้งไม่สามารถไปกลับภายในวันเดียวกันได้ เนื่องจากในเวลานั้นยังไม่มีระบบการติดต่อสื่อสาร และการคมนาคมขนส่งที่อำนวยความสะดวกให้ไปถึงจุดหมายปลายทางได้อย่างรวดเร็วจึงจำเป็นที่นักเดินทางต้องหาสถานที่เพื่อพักแรมระหว่างทางหรือปลายทาง ปัจจุบันโรงแรมมิได้เป็นเพียงสถานที่พักแรมของนักเดินทางเช่นในอดีต หากยังเป็นศูนย์กลางชุมทางสังคมของชุมชนเมือง เพื่อประโยชน์ต่อกิจการส่วนรวมและธุรกิจ รวมทั้งในการสังสรรค์หรือการผ่อนคลายส่วนบุคคล บริการต่าง ๆ ที่จัดเสนอให้ในโรงแรมจึงมีความหลากหลายมากขึ้น อีกทั้งแบบแผนการก่อสร้างตัวอาคาร รูปแบบการบริหารและการดำเนินงานได้กลายเป็นกิจกรรมที่ต้องอาศัยความชำนาญเฉพาะด้าน มีแบบการทำงานและวิธีการเฉพาะตัว ซึ่งได้เพิ่มรายละเอียดและความพิถีพิถันมากขึ้นได้มีการนำเทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามาปรับใช้เพื่อให้การทำงานส่วนต่างๆภายในโรงแรมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ในขณะที่อุตสาหกรรมโรงแรมในภาพรวมยังมีการเติบโตและพัฒนาไปตามลักษณะการขยายตัวและการแข่งขันภายในตลาดธุรกิจโรงแรม (Rattaporn Sonthieaim, 2003)

2. แนวคิดเกี่ยวกับลักษณะประชากรศาสตร์

อดุลย์ จาตุรงคกุล (Adul Jaturongkul, 2007) กล่าวว่าลักษณะทางประชากรศาสตร์ มีความสำคัญเนื่องจากเป็นตัวแปรที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านความต้องการในตัวสินค้าทั้งหลาย ดังนั้นเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น ตัวแปรด้านอายุ ตัวแปรด้านเพศ ตัวแปรเกี่ยวกับวงจรชีวิตของครอบครัว ตัวแปรด้านระดับการศึกษา และตัวแปรด้านรายได้ เหล่านี้ก็จะมีความสำคัญแตกต่างกันไป ในขณะที่กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์ (Kingkaew Subpawong, 2007) ได้กล่าวว่า ลักษณะทางประชากร หรือที่เรียกว่าปัจจัยส่วนบุคคล จะอยู่บนพื้นฐานของความแตกต่างของแต่ละคน จะประกอบด้วย อายุ เพศ การศึกษา และสถานทางเศรษฐกิจ และ สังคม

3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรม

ในปัจจุบันรูปแบบการดำเนินชีวิต วัฒนธรรมต่าง ๆ มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ โลกเปิดกว้างขึ้น ผู้บริโภคมีการศึกษา และการเปิดรับข่าวสารต่าง ๆ มากขึ้น ทำให้แนวโน้มพฤติกรรมต่าง ๆ อาจเปลี่ยนแปลงไปจากในอดีตหลายประการ เช่น 1) ลักษณะครัวเรือนมีการเปลี่ยนแปลงจากครอบครัวขนาดใหญ่ เป็นครอบครัวขนาดเล็ก 2) การศึกษาสูงขึ้น 3) การแต่งงานช้าลง 4) สนใจเรื่องสุขภาพมากขึ้น 5) สนใจเปิดรับสื่อ

ใหม่ ๆ เพิ่มขึ้นและ 6) ข้อจำกัดเรื่องเวลานอกจากนี้ยังพบว่า วัฒนธรรมมีผลกระทบต่อพฤติกรรมของผู้บริโภคในระดับประเทศ เพราะค่านิยมทางสังคมเป็นสิ่งที่คล้ายหรือเหมือนกันทั่วประเทศ การวางแผนการตลาดที่ดึงดูดตลาดใหญ่ ๆ ต้องพิจารณาค่านิยมของประเทศซึ่งสามารถแบ่งออกเป็นกลุ่ม ดังนี้ คือ 1) การควบคุม หมายถึง สิ่งที่ผู้บริโภคได้รับผลกระทบจากวัฒนธรรม 2) ทิศทาง หมายถึง แรงจูงใจผลิตภัณฑ์พื้นฐานหรือจุดมุ่งหมายของชีวิต และ 3) ความรู้สึก หมายถึง ความสุขที่ผู้บริโภคกำหนดจากเหตุการณ์หนึ่งหนึ่งหรือกิจกรรมหนึ่งหนึ่ง ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ผู้บริหารการตลาดต้องเข้าใจและเป็นคำถามที่ต้องถามและหาคำตอบให้ได้ก่อนจะดำเนินการการตลาด และสิ่งสำคัญที่สุดประการหนึ่งที่ผู้บริหารการตลาดต้องการมากในปัจจุบันคือความสามารถที่จะดำเนินการตลาดระดับโลก กิจการที่ประสบความสำเร็จในการดำเนินการทางการตลาดในประเทศของตนเริ่มได้รับผลกระทบจากคู่แข่งจากประเทศอื่น จึงเป็นความจำเป็นอย่างยิ่งที่นักวิเคราะห์ผู้บริโภคและผู้บริหารการตลาดต้องมีแนวความคิดและมีความรู้เกี่ยวกับตลาดในประเทศต่างๆ รอบโลก (Dara Teepapan, 1999)

4. แนวคิดเกี่ยวกับส่วนประสมทางการตลาดสำหรับธุรกิจบริการ (Marketing Mix '7Ps)

ธุรกิจในอุตสาหกรรมบริการ มีความแตกต่างจากธุรกิจอุตสาหกรรมสินค้าอุปโภคและบริโภคทั่วไป เพราะมีทั้งผลิตภัณฑ์ที่จับต้องได้ และผลิตภัณฑ์ที่จับต้องไม่ได้ เป็นสินค้าและบริการที่นำเสนอต่อลูกค้าหรือตลาด กลยุทธ์การตลาดที่นำมาใช้กับธุรกิจการบริการจำเป็นที่จะต้องจัดให้มีส่วนประสมทางการตลาดที่แตกต่างจากการตลาดโดยทั่วไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งธุรกิจที่มีการต้อนรับขับสู้ (Hospitality) เป็นหัวใจหลักในการทำธุรกิจ ศาสตราจารย์ ฟิลลิป ค็อตเล่อร์ (Kotler, 2000) กูรูด้านการตลาดชั้นนำของโลก ได้ให้แนวคิดส่วนประสมทางการตลาดสำหรับธุรกิจบริการ (Service Marketing Mix) ไว้ว่าเป็นแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับธุรกิจที่ให้บริการซึ่งเป็นธุรกิจที่แตกต่างสินค้าอุปโภคและบริโภคทั่วไป จำเป็นจะต้องใช้ส่วนประสมการตลาด (Marketing Mix) 7 อย่าง หรือ 7P’s ในการกำหนดกลยุทธ์การตลาดซึ่งประกอบด้วย 1) ด้านผลิตภัณฑ์ (Product) 2) ด้านราคา (Price) 3) ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย (Place) 4) ด้านการส่งเสริม (Promotions) 5) ด้านบุคคล (People) หรือพนักงาน (Employee) 6) ด้านกายภาพและการนำเสนอ (Physical Evidence/Environment and Presentation) และ 7) ด้านกระบวนการ (Process)

5. แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพการบริการ

คุณภาพการให้บริการ เป็นแนวคิดหนึ่งได้รับการนำมาประยุกต์ใช้ในกระบวนการปฏิรูประบบบริหารภาครัฐไทยในช่วงหลายปีที่ผ่านมา และได้รับความสนใจนำมาปรับปรุงเพื่อใช้เป็นเครื่องมือวัดสมรรถนะในการให้บริการสาธารณะของหน่วยงานภาครัฐมากขึ้นเป็นลำดับในปัจจุบัน (Chatchawan Touchsiwat, 2012) โคเลอร์และแพนนาวสกี้ (Koehler & Pankowski, 1996) ได้ให้หลักการสำคัญในการวัดคุณภาพของสินค้าหรือบริการ โดยจะต้องพิจารณาถึง 4 ประการหลัก ดังนี้ ประการที่ 1 ความคาดหวังของผู้บริการ (customer expectations) ประการที่ 2 ภาวะความเป็นผู้นำ (leadership) ประการที่ 3 การปรับปรุงกระบวนการ (process improvements) และประการที่ 4 การจัดการกับแหล่งข้อมูลที่สำคัญ (meaningful data)

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ประภาพร ยศไกร (Prapaporn Yotkrai, 2017) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้บริการโรงแรมในเมืองพัทยาจังหวัดชลบุรีของนักท่องเที่ยวชาวจีน ผลการวิจัยพบว่า ภูมิลำเนาของนักท่องเที่ยวชาวจีนส่งผลให้การเลือกใช้บริการโรงแรมในเมืองพัทยา จังหวัดชลบุรี แตกต่างกัน สำหรับการศึกษาปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดกับการเลือกใช้บริการโรงแรมของนักท่องเที่ยวชาวจีนในเมืองพัทยา จังหวัดชลบุรี พบว่าด้านการส่งเสริมการตลาดและด้านลักษณะทางกายภาพมีผลกับการเลือกใช้บริการโรงแรม ของนักท่องเที่ยวชาวจีนในเมืองพัทยา จังหวัดชลบุรี ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 นอกจากนี้การวิจัยเชิงคุณภาพ พบว่า ปัจจัยที่มี

อิทธิพลต่อการเลือกใช้บริการโรงแรมในเมืองพัทยาของนักท่องเที่ยวชาวจีนมากที่สุด คือ ด้านราคา และด้านกายภาพ

วริศรา วาริชวัฒนะ (Warissara Warichwattana & Kulachet Mongkon, 2015) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกที่พักแรมในอำเภอหัวหินจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ของนักท่องเที่ยวที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุระหว่าง 20-30 ปี สถานภาพโสด มีการศึกษาระดับปริญญาตรีเป็นพนักงานบริษัทเอกชน มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,000-20,000 บาท ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกที่พักแรมที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดในแต่ละด้านประกอบด้วย ปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์คือความสะอาดของห้องพัก ขณะที่ปัจจัยด้านราคาคือมีการแสดงราคาห้องพักชัดเจน ส่วนปัจจัยด้านช่องทางการจัดจำหน่ายได้แก่ที่พักอยู่ใกล้สถานที่ท่องเที่ยวเช่น ทะเล และปัจจัยด้านการส่งเสริมการตลาด ได้แก่การลดราคาที่พักในช่วงนอกฤดูท่องเที่ยวในส่วนของข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการตัดสินใจในการเลือกที่พักแรม ผู้ตอบแบบสอบถามรับรู้ถึงความชอบส่วนตัวในการเลือกประเภทที่พักแรมมากที่สุด รองลงมาคือการเปรียบเทียบที่พักแรมแต่ละแห่งก่อนทำการเลือกทุกครั้ง และจากผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่าปัจจัยส่วนผสมทางการตลาดทั้ง4 ด้าน ที่ประกอบด้วยปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์ปัจจัยด้านราคา ปัจจัยด้านช่องทางการจัดจำหน่าย และปัจจัยด้านการส่งเสริมการตลาดมีความสัมพันธ์ไปในทิศทางเดียวกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกที่พักแรม

ณัฐพร ดอกบุญนาค และฐาปกรณ์ ทองคำนุช (Nuttaporn Dokbunnak & Thapakorn Thongkamnush, 2015) ได้ศึกษาความต้องการเลือกใช้โรงแรมของนักท่องเที่ยวชาวไทยในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ผลการวิจัยพบว่า ความต้องการเลือกใช้โรงแรมของนักท่องเที่ยวชาวไทย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรีนั้น ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ข้อมูลเพศผู้ที่เข้าพักส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย อายุ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 25-34 ปี ระดับการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี ด้านอาชีพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพค้าขาย ด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของผู้ที่เข้ามาพัก พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ 15,001-20,000 บาท ต่อเดือน ด้านโรงแรมที่เลือกเข้าพัก พบว่า กลุ่มตัวอย่างเข้าพักใน โรงแรมศรีอู่ทองและโรงแรมคุ้มสุพรรณ รองลงมา โรงแรมวาสิฏฐิซิตี้โฮเทล และโรงแรมสองพันบุรี ด้านวัตถุประสงค์ของการใช้บริการโรงแรม พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีวัตถุประสงค์ของการใช้บริการโรงแรม คือ มาประชุม รองลงมาคือพักผ่อน และสุดท้ายจำนวนคืนที่เข้าพักโรงแรมพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้เวลาในการเข้าพักโรงแรมจำนวน 1 คืน รองลองมา ไม่พักค้างคืน พักค้างคืน 2 คืน และพักค้างคืน 3 คืน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็นการวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยคุณภาพ ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยไว้ดังนี้

1. การวิจัยเชิงปริมาณ

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ คือ นักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางมาท่องเที่ยวในจังหวัดชุมพร กำหนดคุณสมบัติของโรงแรมที่จะใช้เป็นสถานที่เก็บรวบรวมข้อมูล คือ โรงแรม ระดับ 3 ดาว ซึ่งเป็นโรงแรมที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกปานกลาง มีบริการเสริมอื่นๆ ตามสมควร ผู้วิจัยได้ทำการเลือกจากประชากรโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ในการแจกแบบสอบถาม เพื่อรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ได้จัดเตรียมไว้ และเนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน จึงคำนวณจากสูตรไม่ทราบขนาดตัวอย่างของ W.G. Cochran โดยกำหนดระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และระดับค่าความคลาดเคลื่อนร้อยละ 5 (Kallaya

Vanichbuncha, 2006) ขนาดตัวอย่างอย่างน้อย 384 คน จึงจะสามารถประมาณค่าร้อยละโดยมีความผิดพลาดไม่เกินร้อยละ 5 ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 เพื่อความสะดวกในการประเมินผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงใช้ขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 400 ตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาและปรับปรุงมาจากการศึกษาค้นคว้าแนวคิดของนักวิชาการและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง และได้นำมาทดสอบคุณภาพเครื่องมือด้วยการหาความเที่ยงตรงของเนื้อหา จากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญโดยได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องเท่ากับ 0.67 ซึ่งเป็นค่าค่าดัชนีความสอดคล้องที่ยอมรับได้ เนื่องจากมีค่ามากกว่า 0.50 ขึ้นไป ทั้งนี้การวิเคราะห์เชิงปริมาณของข้อมูลจากแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาแจกแจงในการวิเคราะห์ตามประเด็นที่ต้องการจะศึกษาจากการวิเคราะห์ลักษณะทางประชากรศาสตร์ของนักท่องเที่ยวที่ใช้บริการโรงแรมในจังหวัดชุมพร และพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวในการเข้าพักแรมในจังหวัดชุมพรด้วยการแจกแจงค่าความถี่ (Frequency) การคำนวณหาค่าร้อยละ (Percentage) ส่วนการวิเคราะห์ส่วนประสมทางการตลาดของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร และความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวที่มีต่อธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร จะใช้ Paired Sample t-test ในการคำนวณ โดยการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ในการทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยใช้การทดสอบ Independent Sample t-test กรณีตัวแปรเป็นรายคู่ และ One Way ANOVA F-test กรณีที่ตัวแปรตั้งแต่ 3 กลุ่มขึ้นไป โดยมีระดับนัยสำคัญ 0.05

2. การวิจัยเชิงคุณภาพ

ผู้ให้ข้อมูลการวิจัยเชิงคุณภาพ แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม จำนวน 17 คน ได้แก่ กลุ่มที่ 1) ผู้ให้ข้อมูลจากภาครัฐ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในจังหวัดชุมพรจำนวน 2 คน 2) ผู้ให้ข้อมูลภาคเอกชนที่เป็นบุคคลหรือนิติบุคคลที่ประกอบธุรกิจโรงแรม ในพื้นที่จังหวัดชุมพร จำนวน 5 คน 3) ชุมชนที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ธุรกิจที่พักแรม จำนวน 8 คน และ 4) นักวิชาการ ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญด้านการโรงแรม จำนวน 2 คน ผู้วิจัยเลือกผู้ให้ข้อมูลจากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive) โดยคำนึงถึงผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่สามารถตอบวัตถุประสงค์ และคำถามของการวิจัยในครั้งนี้ได้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพ คือ แบบสัมภาษณ์ (Interview) ซึ่งผู้วิจัยจะกำหนดแนวทางจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) จากกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (Stakeholder) ในบริเวณพื้นที่โรงแรม จังหวัดชุมพร ที่ถือว่าเป็นปัจจัยกลุ่มเป้าหมายสำคัญที่จะสามารถก่อให้เกิดการแก้ไขและพัฒนาการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยว จังหวัดชุมพรขึ้นมา ได้แก่ ตัวแทนของหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน ชุมชน และนักวิชาการ ซึ่งได้จากการจดบันทึกขณะทำการสัมภาษณ์และบันทึกเสียง โดยใช้วิธีวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) นำมาประมวล เป็นผลของการวิจัยต่อไป

ผลการวิจัยและการอภิปรายผล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสามารถนำเสนอผลการวิจัยและอภิปรายผลได้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังนี้

1. การศึกษาพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวในการเข้าพักแรมในจังหวัดชุมพร พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่รู้จักและทราบข้อมูลที่พักแรมในจังหวัดชุมพร จากการสืบค้นข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต เลือกพักแรมในจังหวัดชุมพรเพราะการเดินทางที่ง่ายและสะดวก ซึ่งเข้าพักแรมในจังหวัดชุมพรช่วงวันหยุดปลายสัปดาห์ และมักจะเข้าพักแรมในจังหวัดชุมพรเป็นเวลา 1 คืน โดยรถยนต์ส่วนตัว ซึ่งจะเข้าพักแรมในราคาน้อยกว่า 5,000 บาท ทั้งนี้เนื่องจากปัจจุบันสื่ออินเทอร์เน็ตเป็นสื่อที่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มผู้บริโภคเป็นจำนวนมาก และเป็นสื่อที่สามารถเข้าถึงกลุ่มผู้บริโภคได้อย่างกว้างขวาง จึงทำให้หลายคนรู้จักแหล่งท่องเที่ยวและโรงแรมที่พัก

ของจังหวัดชุมพร ซึ่งโดยส่วนใหญ่แล้วโรงแรมของจังหวัดชุมพรจะก่อตั้งอยู่บนถนนที่มีการคมนาคมที่สะดวก สามารถเดินทางได้ง่าย และเปิดเส้นทางบินจากกรุงเทพมหานครถึงจังหวัดชุมพรโดยตรง ได้ทำให้ทางจังหวัดมีนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาท่องเที่ยงในช่วงวันหยุดปลายสัปดาห์ ซึ่งเป็นวันหยุดที่มีระยะเวลาไม่มากนักโดยเพียงระยะเวลาเพียง 1 คืนเท่านั้น แต่ด้วยความสะดวกรวดเร็วของการเดินทางจึงทำให้มีนักท่องเที่ยวเข้ามาพักแรมที่โรงแรมในช่วงวันหยุดปลายสัปดาห์ และโดยส่วนใหญ่โรงแรมระดับ 3 ดาวในจังหวัดชุมพรนั้นจะเป็นโรงแรมที่มีค่าใช้จ่ายไม่สูงมากนัก ซึ่งจะมีราคาห้องพักที่น้อยกว่า 5,000 บาท เป็นพื้นฐานอยู่แล้ว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ณัฐพร ดอกบุญนาค และ ฐาปกรณ์ ทองคำนุช (Nuttaporn Dokbunnak & Thapakorn Thongkamnush, 2015) ที่ได้ศึกษาความต้องการเลือกใช้โรงแรมของนักท่องเที่ยวชาวไทยในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้เวลาในการเข้าพักโรงแรมจำนวน 1 คืน

2. การศึกษาส่วนประสมทางการตลาดของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นโดยรวมต่อด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านลักษณะทางกายภาพ และด้านกระบวนการ ในระดับมาก ทั้งนี้เนื่องจากปัจจัยทั้ง 7 ด้าน ที่ได้ว่าเป็นปัจจัยพื้นฐานของธุรกิจบริการ ซึ่งธุรกิจโรงแรมระดับ 3 ดาว ในจังหวัดชุมพรนั้นถือได้ว่าเป็นธุรกิจที่มุ่งหวังที่จะให้บริการด้านที่พักอาศัยให้แก่ผู้ที่เดินทางมาท่องเที่ยวในจังหวัดชุมพร ดังนั้นปัจจัยดังกล่าวจึงมีความสำคัญต่อกลุ่มนักท่องเที่ยวในการตัดสินใจเลือกใช้บริการโรงแรมระดับ 3 ดาวของจังหวัดชุมพรในระดับมาก ซึ่งจากผลการทดสอบสมมติฐานวิจัย พบว่า นักท่องเที่ยวที่มีเพศต่างกันมีความคิดเห็นต่อปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดด้านราคาแตกต่างกัน นักท่องเที่ยวที่มีอายุต่างกันมีความคิดเห็นต่อปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา และด้านกระบวนการ แตกต่างกัน นักท่องเที่ยวที่มีสถานภาพต่างกันมีความคิดเห็นต่อปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดด้านลักษณะทางกายภาพแตกต่างกัน นักท่องเที่ยวที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีความคิดเห็นต่อปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดด้านการส่งเสริมการตลาดแตกต่างกัน นักท่องเที่ยวที่มีอาชีพต่างกันมีความคิดเห็นต่อปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดด้านราคาแตกต่างกัน นักท่องเที่ยวที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกันมีความคิดเห็นต่อปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านบุคลากร และด้านลักษณะทางกายภาพแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประภาพร ยศไกร (Prapaporn Yotkrai, 2017) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้บริการโรงแรมในเมืองพัทยา จังหวัดชลบุรีของนักท่องเที่ยวชาวจีน พบว่า ปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดด้านส่งเสริมการตลาดและด้านกายภาพมีผลกับการเลือกใช้บริการโรงแรม ของนักท่องเที่ยวชาวจีนในเมืองพัทยา จังหวัดชลบุรี และงานวิจัยของวริศรา วาริชวัฒนะ และกุลเชษฐ์ มงคล (Warissara Warichwattana & Kulachet Mongkon, 2015) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกที่พักแรมในอำเภอหัวหินจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ของนักท่องเที่ยวที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยด้านช่องทางการจัดจำหน่าย และปัจจัยด้านการส่งเสริมการตลาดมีความสัมพันธ์ไปในทิศทางเดียวกับพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกที่พักแรม

3. การศึกษาคุณภาพการให้บริการที่เพิ่มความพึงพอใจแก่นักท่องเที่ยวของธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร พบว่า วิธีการที่จะทำให้เข้าถึงจิตใจของนักท่องเที่ยว ได้แก่ การสื่อสารแบบเผชิญหน้า หรือการสื่อสารออนไลน์ โดยพนักงานผู้ปฏิบัติงานโรงแรมจะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถด้านภาษาต่างประเทศในระดับหนึ่ง การเข้าใจถึงความต้องการที่แตกต่างกันของผู้ที่มาใช้บริการ ซึ่งพนักงานทุกคนมักจะสอบถามถึงความต้องการต่าง ๆ ของผู้มาพักอย่างละเอียด และมีความใส่ใจในรายละเอียดปลีกย่อย ไม่ว่าจะเป็น ชื่อนามสกุลของผู้มาพัก เมื่อผู้มาพักมาถึงโรงแรมก็มีการกล่าวทักทายลูกค้าพร้อมชื่อ อันนี้เป็นสิ่งที่แสดงถึงความสามารถในการเข้าถึงผู้มาใช้บริการได้ในระดับหนึ่ง อาศัยประสบการณ์ในการให้บริการ และการบริหารงานโรงแรม การคิดวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ใช้บริการเพื่อคาดเดาความต้องการ พร้อมทั้งจะมีการ

จัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกและข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ไว้เพื่อรองรับความต้องการ มีความเอาใจใส่ต่อผู้มาพักเป็นอย่างดี สามารถเข้าใจและเข้าถึงความต้องการของแต่ละท่านได้ด้วยตนเอง และสามารถตอบสนองต่อความต้องการนั้นได้โดยเร็ว ความเต็มใจให้บริการที่ดีอย่างสม่ำเสมอแก่ผู้มาพักทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน และสามารถเข้าใจถึงความต้องการของผู้มาพักแต่ละคนได้ การมีข้อมูลพื้นฐานของลูกค้าเก็บไว้เป็นรายละเอียด การปฏิบัติงานของพนักงานของทางโรงแรม การจดจำรายละเอียดของผู้มาใช้บริการ และสามารถนำเสนอรายละเอียดต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง ความเต็มใจที่จะให้บริการตามความต้องการของลูกค้า มีการอธิบายรายละเอียดเมื่อจะให้บริการแก่ลูกค้า มีความเต็มที่จะช่วยเหลือในเรื่องต่าง ๆ มีการสอบถามความต้องการเพิ่มเติมหรือคำแนะนำอื่น ๆ เพิ่มเติม เช่น ร้านอาหาร สถานที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติ เป็นต้น พนักงานจะต้องมีความพร้อมที่จะตอบรับต่อการร้องขอของผู้มาใช้บริการในทันทีทันใด การอธิบายค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ให้ผู้ที่มาใช้บริการอย่างชัดเจน และถูกต้อง เพื่อที่จะได้ทราบว่า ผู้มาใช้บริการมีความสามารถเพียงพอที่จะใช้บริการห้องพักในรูปแบบไหน งบประมาณจำนวนเท่าใด วัตถุประสงค์ในการเข้าพักเป็นอย่างไร เพื่อนำข้อมูลที่ได้นำเสนอรูปแบบการให้บริการที่เหมาะสมแก่ผู้มาใช้บริการ การให้บริการด้วยใจ การให้ความเป็นส่วนตัวของผู้ใช้บริการ โดยผู้ให้บริการจะไม่เข้าไปรบกวนขณะที่ผู้ใช้บริการกำลังพักผ่อน และมีการเปิดโอกาสให้ผู้มาใช้บริการเป็นผู้กำหนดการบริการด้วนตนเอง การดำเนินการสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการบริการและการปรับปรุงแก้ไขการใช้บริการในครั้งต่อไป การสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ใช้บริการต่อไปในอนาคต การให้ความสำคัญกับวันพิเศษของผู้มาใช้บริการ เช่น วันเกิด วันครบรอบแต่งงาน เป็นต้น ซึ่งลักษณะดังกล่าวถือเป็นลักษณะสำคัญของการประกอบธุรกิจบริการ ดังที่ Mackay and Crompton (1988) ได้กล่าไว้ว่า ความพึงพอใจมักจะมีอภิปรายเชื่อมโยงกับความพึงพอใจที่มีต่อความสัมพันธ์ทางสังคม และการเชื่อมโยงกับลูกค้าที่มาใช้บริการ ซึ่งในมุมของความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวนั้นอาจจะอธิบายได้จากการได้รับบริการ เป็นลักษณะของการติดต่อกับนักท่องเที่ยวที่ใกล้ชิด เป็นลักษณะของการส่งมอบคุณภาพให้กับนักท่องเที่ยว ซึ่งเมื่อฝ่ายหนึ่งเป็นผู้มอบให้กับอีกฝ่ายหนึ่ง ผลประโยชน์นั้นย่อมเป็นสิ่งที่จับต้องไม่ได้ ดังนั้นการบริการจึงเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อน เป็นลักษณะในเชิงจิตวิทยา การให้ความสำคัญในการบริการจึงควรคำนึงถึงหลักการทางจิตวิทยาก่อนหลักการทางกายภาพ แต่ก็มิได้หมายถึงควรจะลดความสำคัญในทางกายภาพ ในมิติสองด้านนี้ย่อมต้องมีการพัฒนาศักยภาพควบคู่กันไปด้วย เพื่อเป็นการสร้างความพึงพอใจในที่สุด

4. การศึกษาแนวทางการส่งเสริมธุรกิจพักแรมในจังหวัดชุมพร พบว่า สิ่งที่จะทำให้ผู้มาใช้บริการเกิดความไว้วางใจได้นั้น จะประกอบไปด้วยการมีความรู้ ความสามารถ การให้บริการของพนักงาน รวมทั้งการฝึกอบรมพนักงาน ทั้งนี้เนื่องจากหัวใจหลักของการบริการ คือ ต้องเข้าใจ และเอาใจเขามาใส่ใจเรา ดังนั้นพนักงานจึงถือได้ว่าเป็นบุคลากรที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการประกอบธุรกิจ รวมทั้งการกำหนดรูปแบบการให้บริการที่มีคุณภาพ ดังที่ Crosby (1979) ได้กล่าวไว้ว่า คุณภาพการให้บริการหรือ “service quality” นั้นเป็นแนวคิดที่ถือหลักการการดำเนินงานบริการที่ปราศจากข้อบกพร่อง และตอบสนองตรงตามความต้องการของผู้บริการ และสามารถที่จะทราบความต้องการของลูกค้าหรือผู้รับบริการได้ด้วย

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาปัจจัยส่วนประสมทางการตลาด ผู้วิจัยสามารถให้ข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาวิจัยได้ดังนี้

1. ปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์ ผู้ประกอบธุรกิจโรงแรมระดับ 3 ดาวในจังหวัดชุมพรควรกำหนดนโยบายด้านความสะอาดห้องพัก ไว้ให้ชัดเจน ควรมีความหลากหลายของรูปแบบห้องพัก และมีห้องน้ำแยกส่วนอาบ (สุขา อ่างล้างหน้า) อย่างเหมาะสม รวมทั้งการตกแต่งออกแบบห้องพักให้มีความสวยงาม

2. ปัจจัยด้านราคา ผู้ประกอบธุรกิจโรงแรมระดับ 3 ดาว ในจังหวัดชุมพรควรกำหนดราคาที่เหมาะสมกับการให้บริการ และกำหนดให้มีราคาห้องพักที่หลากหลายราคา โดยราคาที่กำหนดนั้นจะต้องมีความชัดเจนและเหมาะสมกับห้องพัก รวมทั้งจะต้องมีสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ของโรงแรมหรือที่พักที่เหมาะสม

3. ปัจจัยด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ผู้ประกอบธุรกิจโรงแรมระดับ 3 ดาว ในจังหวัดชุมพรควรกำหนดนโยบายในการรับประกันการชำระเงินผ่านระบบออนไลน์ และมีช่องทางการชำระเงินที่หลากหลายช่องทาง สามารถให้ผู้ที่สนใจจะใช้บริการดำเนินการจองห้องพักได้ด้วยตนเองผ่านระบบออนไลน์ และสามารถค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับที่พักได้หลายช่องทาง

4. ด้านการส่งเสริมการตลาด ผู้ประกอบธุรกิจโรงแรมระดับ 3 ดาว ในจังหวัดชุมพรควรมีการจัดโปรโมชั่นตามเทศกาลต่าง ๆ และมีการจัดบริการเสริมควบคู่กับสถานที่ท่องเที่ยว โดยทำการโฆษณาประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่างๆ เช่น วารสารการท่องเที่ยว รวมทั้งการจัดแพ็คเกจให้กับลูกค้าที่มาเป็นกลุ่ม และการมีส่วนลดให้กับลูกค้าประจำ

5. ด้านบุคลากร ผู้ประกอบธุรกิจโรงแรมระดับ 3 ดาว ในจังหวัดชุมพรควรมีนโยบายกำหนดให้พนักงานทุกคนจะต้องให้บริการผู้มาใช้บริการอย่างถูกต้อง ครบถ้วน และพนักงานจะต้องมีทักษะในการแก้ไขปัญหาได้อย่างรวดเร็ว รวมทั้งการมีจำนวนพนักงานที่ให้บริการอย่างเพียงพอ และการควบคุมมารยาทในการให้บริการของพนักงาน ซึ่งพนักงานทุกคนควรที่จะต้องให้บริการด้วยใจรักการบริการ ยิ้มแย้มแจ่มใส สุภาพเป็นมิตร

6. ด้านลักษณะทางกายภาพ ผู้ประกอบธุรกิจโรงแรมระดับ 3 ดาว ในจังหวัดชุมพรควรมีการแบ่งสัดส่วนพื้นที่ของโรงแรมสำหรับใช้สอยให้มีความเหมาะสมอย่างลงตัว กำหนดให้มีระบบการเก็บรักษาข้อมูลของผู้เข้าพักเป็นอย่างดี และมีการการตกแต่งบริเวณที่พักให้มีความสวยงาม รวมทั้งกำหนดให้มีระบบรักษาความปลอดภัยของที่พักอย่างเข้มงวด และมีที่จอดรถเพียงพอต่อความต้องการ

7. ด้านกระบวนการ ผู้ประกอบธุรกิจโรงแรมระดับ 3 ดาว ในจังหวัดชุมพรควรกำหนดนโยบายให้มีขั้นตอนลงทะเบียนเข้าพักที่สะดวก และไม่ยุ่งยาก พนักงานทุกคนจะต้องมีความถูกต้องและแม่นยำในการคิดคำนวณค่าใช้จ่ายในการใช้บริการ รวมทั้งการกำหนดให้เว็บไซต์ของที่พักมีระบบสมาชิก เพื่อแสดงข้อมูลในบริการและการสำรองห้องพักของสมาชิก ซึ่งผู้ที่มาเข้าพักสามารถปรับเปลี่ยนวัน เวลาหรือยกเลิกการจองห้องพักได้ และมีพนักงานที่ให้บริการอย่างรวดเร็วไว้คอยอำนวยความสะดวกในด้านต่าง ๆ ทุกกระบวนของการใช้บริการของทางโรงแรม

References

Adul Jaturongkul. (2007). *Consumer Behavior*. (8th ed.). Bangkok: Thammasat Printinghouse.

Chatchai Sucharit. (2011*). Marketing management model to enhance the commercial quality of the community enterprise group, Tha Pla District, Uttaradit Province.* Bangkok: Science and Technology Infrastructure Databank.

Chatchawan Touchsiwat. (2012). Service quality: Definition, measurement and application in the Thai public administration system. *Thai Journal of Public Administration, 7*(1), 105-147.

Crosby, P. B. (1979). *Quality is free: The art of making quality certain*. New York: New American Library.

Dara Teepapan. (1999). *Consumer Behavior*. Bangkok: Rungrangsan Printing.

Kallaya Vanichbuncha. (2006). *Using SPSS for Windows to analyze data.* (6th ed.). Bangkok: Faculty of Commerce and Accountancy, Chulalongkorn.

Kingkaew Subpawong. (2007). *General Psychology*. Bangkok: Thaicharoen printing.

Koehler, J.W. & Pankowski, J. M. (1996). *Quality Government: Designing, Developing and Implementing TQM*. New Jersey: St. Lucie.

Kotler, P. (2000). *Marketing Management*. (11th ed.). New Jersey: Prentice Hall.

Mackay, K.J. & Crompton, J.L. (1988). *Measuring the Quality of Recreation Services*. Texas: A & M University.

Nuttaporn Dokbunnak & Thapakorn Thongkamnush. (2015). *Hotel preferences of Thai tourists in Muang District, Suphanburi Province.* Research Fund for Research Promotion, Rajamangala University of Technology Suvarnabhumi.

Prapaporn Yotkrai. (2017). *Factors influencing hotel service selection in Pattaya, Chonburi Province of Chinese tourists*. (Doctoral dissertation). Faculty of Business Administration, Burapha University.

Rattaporn Sonthieaim. (2003). *Accommodation Evolution*. Retrieved 21 August 2017, from https://kooyhotelonewaythaii.wordpress.com.

Tourism Authority of Thailand. (2017). *Tourism Statistics 2017*. Retrieved 13 January 2018, from https://www.mots.go.th/more_news.php?cid=414.

Warissara Warichwattana & Kulachet Mongkon. (2015). Factors affecting the behavior of selecting accommodation in Hua Hin Prachuap Khiri Khan Province of tourists who live in Bangkok. *MBA-KKU Journal*, *6*(2), 108-118.

Received : 25 June, 2018
Revised : 10 August, 2018
Accepted : 23 August, 2018

การติดตามความสามารถจากองค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรงระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ ของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนในวงรอบของการฝึกซ้อม

พรพจน์ ไชยนอก[1] ฮัมดาน นาคคนึง[1] ไอริณ ซอหะซัน[1]
รดมยศ มาตเจือ[1] และศักดรินทร์ ธรรมวงศ์ [2]
[1]ศูนย์วิจัยวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา
[2]คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตอุดรธานี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาและเปรียบเทียบองค์ประกอบและความสามารถทางกาย ความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนในก่อนและหลังการฝึกและ 2) ศึกษาอิทธิพลขององค์ประกอบที่ส่งผลต่อความสามารถในการว่ายน้ำที่ระยะทาง 50 เมตรหลังวงรอบการฝึกซ้อมทั้งสิ้น 12 สัปดาห์กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักกีฬาว่ายน้ำระยะสั้นถึงระยะกลาง (50-100 เมตร) เยาวชนทีมชาติไทยจำนวน 16 คน (ชาย 8 คน, หญิง 8 คน) อายุเฉลี่ย 16.06 $\pm$0.98 ปี องค์ประกอบและความสามารถทางกาย ความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงาน และชีวกลศาสตร์ของนักกีฬาว่ายน้ำทดสอบและเปรียบเทียบก่อนและหลังการฝึกใน 1 วงรอบ 12 สัปดาห์ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและร้อยละการเปลี่ยนแปลงของตัวแปร ระหว่างก่อนและหลังการฝึกโดยใช้สถิติค่าทีแบบเป็นอิสระ วิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นแบบพหุคูณเพื่อพยากรณ์ตัวแปรที่ส่งผลต่อความสามารถในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตร ทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่าองค์ประกอบของความสามารถในการใช้แรง ได้แก่ ดัชนีชี้วัดความเมื่อยล้า (ร้อยละ 32.50) และแรงเฉลี่ยต่อน้ำหนักตัว (ร้อยละ 12.60) มีค่าเปลี่ยนแปลงมากที่สุดส่วน องค์ประกอบทางด้านชีวกลศาสตร์ และสมรรถนะในการว่ายน้ำและความอ่อนตัวมีการเปลี่ยนแปลงค่อนข้างน้อย เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ องค์ประกอบทางด้านชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำมีอิทธิพลมากที่ต่อ ความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตรทั้งก่อน (ร้อยละ 86.3)และหลังการฝึก (ร้อยละ 82.5) และดัชนีชีวัดความสามารถของการว่ายน้ำ (Stroke index) มีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มมากขึ้น (ร้อยละ 63.7) ภายหลังการฝึก ดังนั้นการพัฒนาความสามารถโดยการเพิ่มความเร็วในโปรแกรมการฝึกซ้อมระยะยาว (Marcocyle) ควรให้ความสำคัญกับรูปแบบการฝึกที่เฉพาะเจาะจงเพื่อพัฒนาความแข็งแรงของร่างกาย ความสามารถของระบบพลังงานทั้งแบบแอโรบิคและแอนแอโรบิค และความสามารถในการใช้แรง

คำสำคัญ : การติดตามความสามารถ นักกีฬาว่ายน้ำเยาวชน วงรอบของการฝึกซ้อม

Corresponding Author: นายพรพจน์ ไชยนอก คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา ชลบุรี
E-mail: phornpot@buu.ac.th

MONITORING YOUNG SWIMMERS' PERFORMANCE ON ANTHROPOMETRIC AND PHYSICAL PERFORMANCE, TETHERED FORCE, BIOENERGETICS AND BIOMECHANICS OVER A COMPETITIVE TRAINING CYCLE

Phornpot Chainok[1] Hamdan Nakkanueng[1] Irin Sowhasun[1]
Radomyos Matjiur[1] andSakdarin Thammawong[2]
[1]Research Center in Exercise & Sport Science, Faculty of Sport Science, Burapha University
[2]Faculty of Sport Science and Health, Thailand National Sports University, Udonthani Campus

Abstract

The objectives of this study were to 1) study and compare anthropometric and physical performance, tethered force, bioenergetics and biomechanics over a training marcocycle and 2) study the influences of anthropometric and physical performance, tethered force, bioenergetics and biomechanics on 50 meter swimming performance in training macrocycle (12-week). Sixteen sprinter (50-100m) of Thai young national swimmers (8 males and 8 females; 16.06 +0.98 yrs), participated in this study. Mean and percentage change of an anthropometric and physical performance, tethered force, bioenergetics and biomechanics were tested and compared between pre and post-test over a competitive training cycle. Independent t-test was also conducted to evaluate any differences. Multiple linear regressions were used to identify the most influential variables and the relative contribution of each factor to changes in 50-m swimming performance.

The results revealed that fatigue index (32.50 %) and mean force (12.60%) played the main change while biomechanics and swimming efficiency and flexibility revealed a small change. The relative contributions of biomechanics and swimming efficiency showed the most influences on 50 meter swimming performance in both pre-training (86.3%) and post training 82.5%). Stroke index (63.7%) also played the main role after 12-week macrocycle in a competitive season. It was concluded that the specific marcocycle training program to improve speed performance should be adapted to specialty of swimmers in accordance with the relative contribution of strength, aerobic and anaerobic and the rate of force development training program.

Keywords: Monitoring performance, young swimmers, training cycle

Corresponding Author: Mr. Phornpot Chainok, Faculty of Sports Science Burapha University, Chonburi, Thailand; E-mail: phornpot@buu.ac.th

บทนำ

การวางแผนการฝึกซ้อมหรือวงจรของระยะเวลาการฝึกซ้อม (Periodization of training) ในกีฬาว่ายน้ำเป็นกระบวนการจัดระบบการฝึกซ้อมของผู้ฝึกสอนโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักกีฬาสามารถพัฒนาขีดความสามารถอย่างเต็มศักยภาพ ซึ่งผู้ฝึกสอนจะต้องกำหนดรูปแบบ วิธีการ หรือแนวทางการฝึกที่เหมาะสมกับช่วงอายุ ระยะทางในการว่ายและช่วงเวลาของการฝึกซ้อมเพื่อสร้างและพัฒนาขีดความสามารถของนักกีฬาทั้งทางด้านร่างกาย และทักษะให้มีความพร้อมสูงสุดก่อนเข้าร่วมการแข่งขันในรายการสำคัญ ในการกำหนดแผนการฝึกซ้อมในระยะยาว (Marcocyle) ของกีฬาว่ายน้ำใน 1 วงรอบจะใช้ระยะของการฝึกซ้อมประมาณ 12 -20 สัปดาห์ (Pyne & Goldsmith, 2004) ขึ้นอยู่กับรายการแข่งขัน วัตถุประสงค์และระยะเวลาในแต่ละช่วงของการฝึกตลอดจนความต้องการของโค้ชและตัวนักกีฬาเอง ทั้งนี้ใน 1 วงรอบของการฝึกโดยทั่วไปจะประกอบด้วย 3 ช่วงเวลาของการฝึกซ้อม คือ ช่วงเตรียมความพร้อมทั่วไป (General) ช่วงเฉพาะเจาะจง (Specific) และช่วงของการแข่งขัน (Competition) (Chatard & Mujika, 1999) ซึ่งรูปแบบของโปรแกรมการฝึกซ้อมจะมีความแตกต่างกันในองค์ประกอบของรูปแบบการฝึก ปริมาณการฝึก ความหนักที่ใช้ในการฝึก รวมทั้งรูปแบบการฝึกบนบก (Dry land) ที่ใช้ในแต่ช่วงเวลาของการฝึกอีกด้วย (Chatard & Mujika,1999; Pyne & Goldsmith, 2004; Zacca et al., 2018)

การติดตามผลและตรวจสอบขั้นตอนการฝึกซ้อมในกีฬาว่ายน้ำ มีความสำคัญเป็นอย่างมากในการวิเคราะห์เสถียรภาพ (Stability) ความก้าวหน้า (Progression) ตลอดจนเปรียบเทียบ (Compare) การพัฒนาความสามารถและการตอบสนองทั้งทางด้านองค์ประกอบของร่างกาย (Anthropometric) ความสามารถทางกาย (Physical performance) ระบบชีวพลังงาน (Bioenergetics) รวมทั้งการพัฒนาทางด้านชีวกลศาสตร์ (Biomechanics) ของนักกีฬาจากโปรแกรมการฝึกซ้อมหรือวงจรของระยะเวลาการฝึกซ้อม (Periodization of training) เพื่อช่วยให้ผู้ฝึกสอนได้กำหนดจุดมุ่งหมายที่แท้จริงของการพัฒนาและช่วยให้สามารถวางแผนและกำหนดโปรแกรมการฝึกซ้อมที่มีความเหมาะสมกับนักกีฬา ซึ่ง Costa et al., (2013) ทำการศึกษาและติดตามความสามารถของนักกีฬาว่ายน้ำระดับความสามารถสูง (Elites) โดยประเมินจากเวลา ในการว่าย 200 เมตรและองค์ประกอบของชีวพลังงาน (ความเร็วที่ปริมาณแล็คเตท 4 มิลลิโมล, ความสามารถในการใช้ออกซิเจนสูงสุดและความต้องการพลังงานทั้งหมด) ใน 3 ช่วงเวลาตลอดระยะเวลาการฝึกซ้อม 36 สัปดาห์พบว่าการพัฒนาเวลาในการว่ายและองค์ประกอบของชีวพลังงานมีการ เปลี่ยนแปลงในปริมาณค่อนข้างน้อย Zacca et al., (2018) ทำการศึกษาโดยการติดตามการเปลี่ยนแปลงของระบบชีวพลังงาน เทคนิคการว่ายและองค์ประกอบของร่างกายในนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนใน 4 ช่วงเวลาของภายใต้แผนการฝึกซ้อมในระยะยาว (Marcocyle) ของกีฬาว่ายน้ำใน 1 วงรอบทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ พบว่าองค์ประกอบด้านเทคนิคและสมรรถนะในการว่ายน้ำซึ่งประเมินจากอัตรารอบแขนที่หมุนต่อนาที (Stroke rate: SR) จำนวน ระยะทางที่ได้จากการหมุนแขนในครั้งเดียว (Stroke length: SL) และดัชนีชี้วัดความสามารถในการว่ายน้ำ (Stroke index: SI) มีการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงมากที่สุดใน 1 วงรอบของการฝึกควบคู่กับการพัฒนาในองค์ประกอบด้าน ชีวพลังงาน เทคนิคการว่ายน้ำและองค์ประกอบของร่างกาย ภายใต้รูปแบบการฝึกที่แตกต่างกันตามปริมาณและความหนักที่ใช้ในการฝึกซ้อมเฉลี่ย (Training unit : T.U.) ตามรูปแบบการคำนวณหน่วยของการฝึกซ้อมของ Chatard & Mujika, (1999) ใน 3 ช่วงเวลา คือ ช่วงเตรียมความพร้อมทั่วไป ช่วงเฉพาะเจาะจง และช่วงของการแข่งขัน ดังนั้นจากความสำคัญของการติดตามผลและตรวจสอบขั้นตอนการฝึกซ้อมในกีฬาว่ายน้ำโดยการวิเคราะห์องค์ประกอบสำคัญที่ส่งผลต่อความสามารถของนักกีฬาว่ายน้ำ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาและติดตามองค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนในวงรอบของการฝึกซ้อมเปรียบเทียบก่อนและหลังการฝึก ตลอดจนวิเคราะห์อิทธิพลของปัจจัยด้านต่างๆที่ส่งผลต่อ

ความสามารถในการว่ายน้ำที่ระยะทาง 50 เมตรในนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนใน 1 วงรอบการฝึกทั้งสิ้น 12 สัปดาห์

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบลักษณะของการเปลี่ยนแปลงขององค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนในก่อนและหลังการฝึกทั้งสิ้น 12 สัปดาห์

2. เพื่อศึกษาและวิเคราะห์อิทธิพลขององค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ที่ส่งผลต่อความสามารถในการว่ายน้ำที่ระยะทาง 50 เมตรของวงรอบการฝึกซ้อมทั้งสิ้น 12 สัปดาห์

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองและได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อวันที่ 9 ตุลาคม พ.ศ. 2561

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือนักกีฬาว่ายน้ำระยะสั้น (50-100เมตร) เยาวชนทีมชาติไทย จำนวน 16 คน (ชาย 8 คน, หญิง 8 คน) อายุเฉลี่ย 16.06 $\pm$0.98 ปี (ชาย 16.13 $\pm$0.96ปี; หญิง 160.00$\pm$1.03 ปี), ส่วนสูงเฉลี่ย 172.78$\pm$7.71 ซม. (ชาย 177.56 $\pm$ 6.94 ซม; หญิง 168.00$\pm$5.09 ซม), น้ำหนักเฉลี่ย 63.44$\pm$7.82 กก. (ชาย 68.35$\pm$7.30 กก.; หญิง 58.54 $\pm$ 1.64 กก.), ดัชนีมวลกายเฉลี่ย 20.49$\pm$2.38 กก./ม^2 (ชาย 21.60 $\pm$ 1.64 กก./ม^2; หญิง 19.38 $\pm$ 2.46 กก./ม^2) ความยาวแขนเฉลี่ย 175.51$\pm$8.72 ซม. (ชาย 180.96$\pm$1.07 ซม.; หญิง 170.04$\pm$6.58 ซม.) ประสบการณ์ในการแข่งขันเฉลี่ย 5.23$\pm$2.57 ปี (ชาย 6.43$\pm$0.15 ปี; หญิง 4.89.23 $\pm$2.11 ปี)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบทดสอบองค์ประกอบของร่างกาย (Marfell-Jones, Stewart and De Ridder, 2012)
2. รูปแบบการวัดความสามารถและองศาในการเคลื่อนไหวของข้อต่อ (Tanner & Gore., 2012)
3. เครื่องวัดแรงบีบมือ (Hand grip dynamometer) รุ่น T.K.K.5401
4. เครื่องวิเคราะห์ปริมาณแล็คเตทในเลือด Portable lactate scout ที่มีค่าความเชื่อมั่น (r) เท่ากับ 0.98 (Tanner, Fuller, & Ross, 2010)
5. นาฬิกาวัดชีพจร Polar V800 และสายรัดหน้าอกพร้อมเซ็นเซอร์วัดชีพจร (Finland)
6. แบบประเมินการรับรู้ระดับความเหนื่อย (Borg's rate of perceived exertion: RPE)
7. เครื่องวัดความสามารถในการใช้แรง (Tethered force, Germany)
8. แบบทดสอบความสามารถในการใช้แรงในการว่ายน้ำ (Morouço et al., 2011)
9. แบบทดสอบการว่ายน้ำ 5x200 เมตร โดยเพิ่มความเร็วแบบขั้นบันไดเพื่อประเมินความสามารถของระบบพลังงานแบบแอโรบิค (Pyne et al., 2004)
10. แบบทดสอบการว่ายน้ำ 8 x 50 เมตรเพื่อประเมินทางด้านชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำและสมรรถภาพของระบบแอนแอโรบิค (Tanner & Gore, 2012)

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ผู้วิจัยอธิบายและชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ขั้นตอนวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลและให้ลงชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

2. ทำการทดสอบองค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงาน และชีวกลศาสตร์ที่ส่งผลต่อความสามารถในการว่ายน้ำที่ระยะทาง 50 เมตร จำนวน 2 ครั้งคือ ครั้งที่ 1 (T1) ทำการทดสอบในสัปดาห์ที่1 ของช่วงเตรียมความพร้อมทั่วไป (General) และครั้งที่ 2 (T2) ในช่วง 1 สัปดาห์ก่อนการแข่งขันรายการกีฬานักเรียนนักศึกษาแห่งชาติ "นครสวรรค์ศึกษาเกมส์" โดยจัดลำดับการทดสอบในแต่ละครั้ง ดังนี้

ลำดับที่ 1 ทำการทดสอบลักษณะทางกายภาพของกลุ่มตัวอย่างซึ่งประกอบด้วยน้ำหนักตัว ส่วนสูง ความยาวแขน ดัชนีมวลกาย ทดสอบความแข็งแรงของแขน และวัดความสามารถและองศาในการเคลื่อนไหวของข้อต่อทั้ง 2 ลักษณะคือ Static anthropometry และ Functional anthropometry (Tanner & Gore, 2012)

ลำดับที่ 2 ทำการทดสอบแรงและความสามารถในการใช้แรงในการว่ายน้ำโดยใช้อุปกรณ์ Tethered swim test และบันทึกผลการทดสอบความถี่ 100 เฮิร์ต ภายในระยะเวลา 30 วินาที ตามรูปแบบการทดสอบของ Morouço et al., (2011) จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาทำการกรองความถี่แบบดิจิตอล (Digital filter) แบบผ่านต่ำ (Low-pass filter, LPF) ที่ความถี่ 3 เฮิร์ตโดยโปรแกรม Acknowledge 4.0 (AcqKnowledge v.4.0; Biopac Systems, Santa Barbara, CA, USA) (Morouço et al., 2011) และทำการวิเคราะห์ตัวแปรที่เกี่ยวข้องได้แก่ แรงสูงสุดในการว่ายในระยะเวลา 30 วินาที แรงเฉลี่ยในการว่ายในระยะเวลา 30 วินาที แรงเฉลี่ยในการว่ายในระยะเวลา 30วินาทีหารด้วยน้ำหนักตัวและดัชนีชี้วัดความเมื่อยล้า

ลำดับที่ 3 ทำการทดสอบว่ายน้ำ 8x50 เมตร ภายหลังจากการทดสอบแรงและความสามารถในการใช้แรง 2 วัน เพื่อประเมินองค์ประกอบทางด้านชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำได้แก่ อัตรารอบแขนที่หมุนต่อนาที (Stroke rate: SR) ระยะทางที่ได้จากการหมุนแขนในครั้งเดียว (Stroke length: SL) ความเร็วในการว่ายน้ำ (Velocity: v) ดัชนีชี้วัดความสามารถของการว่ายน้ำ(Stroke index: SI) จำนวนครั้งของรอบแขนในการว่าย (Stroke count : SC) และสมรรถภาพของระบบแอนแอโรบิค ได้แก่ ปริมาณแล็คเตทสูงสุด อัตราการเต้นของหัวใจสูงสุดและระดับการรับรู้ความเหนื่อย (Tanner & Gore, 2012)

ลำดับที่ 4 ทำการทดสอบ 5x200 เมตร โดยการเพิ่มความเร็วแบบขั้นบันไดภายหลังจากการทดสอบการทดสอบว่ายน้ำ 8x50 เมตร 2 วัน เพื่อประเมินความสามารถของระบบพลังงานแบบแอโรบิค (Pyne & Goldsmith, 2004) โดยบันทึกเวลาที่นักกีฬาทำได้ในแต่ละรอบโดยใช้นาฬิกาจับเวลา เจาะเลือดเพื่อวัดปริมาณแล็กเตทบริเวณติ่งหูเมื่อนักกีฬาว่ายแตะขอบสระในแต่ละรอบพร้อมกับวัดอัตราการเต้นของหัวใจโดยใช้สายวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (Polar V800) และการรับรู้ความเหนื่อยโดยใช้แบบวัดจากนั้นนำค่าปริมาณแล็คเตทและความเร็วมาคำนวณหาค่าความเร็วที่แอนแอโรบิกเธรชโฮลด์ (v4) และความเร็วที่สมรรถภาพการใช้ออกซิเจนสูงสุดโดยใช้สมการคณิตศาสตร์เพื่อประมาณค่าในช่วงแบบเชิงเส้น (Linear interpolation)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ทำการทดสอบการแจกแจงแบบปกติของข้อมูล (Normal Gaussian distribution) โดยใช้สถิติ Shapiro–Wilk test (n<50) พบว่าข้อมูลมีการแจกแจงแบบปกติ (p>0.05; 0.10-0.87) ดังนั้นสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลจึงใช้แบบสถิติพาราเมตริก

2. วิเคราะห์ทางสถิติโดยหาค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เพื่อเปรียบเทียบร้อยละขององค์ประกอบและความสามารถทางกาย ความสามารถในการใช้แรงระบบชีวพลังงาน และชีวกลศาสตร์ที่

เปลี่ยนแปลงในก่อนและหลังการฝึกใน 1 วงรอบการฝึกทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ โดยใช้สถิติที (paired samples t-test)

3. วิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุคูณ (Multiple linear regressions) เพื่อศึกษาและวิเคราะห์อิทธิพลขององค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ที่ส่งผลต่อความสามารถในการว่ายน้ำที่ระยะทาง 50 เมตร ของวงรอบการฝึกซ้อมทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ ตามแนวทางและรูปแบบ วิธีการ ศึกษาของ (Zacca et al., 2018)

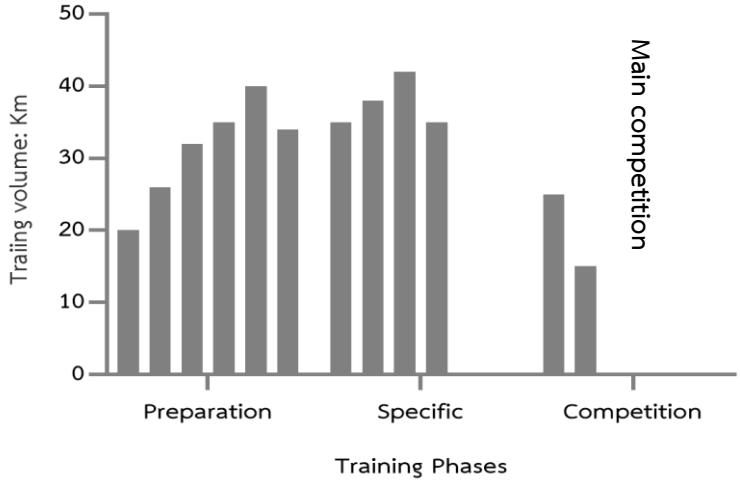
4. กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัย

เพื่อเป็นการประเมินข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับลักษณะของโปรแกรมการฝึกซ้อมภายใต้รูปแบบการฝึกที่แตกต่าง กันตามปริมาณและความหนักที่ใช้ในการฝึกซ้อมเฉลี่ย (Training Unit : T.U.) ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลงขององค์ประกอบและความสามารถทางกาย ความสามารถในการใช้แรงระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ ผู้วิจัยจึงดำเนินการประเมินปริมาณการฝึกซ้อมของกลุ่มตัวอย่าง ตามรูปแบบการคำนวณหน่วยการฝึกซ้อมของ (Chatard & Mujika, 1999) โดยพิจารณาจากสมการ

W = 1kmI + 2kmII + 3 kmIII + 5kmIV + 8 kmV + Dryland training

เมื่อ W คือปริมาณการฝึกซ้อมใน 1 สัปดาห์, I คือระยะทางรวมของการฝึกที่ความเร็วสัมพันธ์กับปริมาณแล็คเตทที่ 2 มิลลิโมล (EN1), II คือระยะทางรวมของการฝึกที่ความเร็วสัมพันธ์กับปริมาณแล็คเตทที่ไม่เกิน 4 มิลลิโมล (EN2), III คือระยะทางรวมของการฝึกที่ความเร็วสัมพันธ์กับปริมาณแล็คเตทที่ไม่เกิน 6 มิลลิโมล (EN3), IV คือระยะทางรวมของการฝึกที่ความเร็วสัมพันธ์กับปริมาณแล็คเตทที่ไม่เกิน 10 มิลลิโมล (SP1) และ V คือระยะทางรวมของการฝึกที่ความเร็วสัมพันธ์กับปริมาณแล็คเตทสูงสุด (≥16 มิลลิโมล; SP2,SP3) ตัวเลข 1,2,3, 5,8 หมายถึงค่าน้ำหนักดัชนีของความหนักในการฝึกในแต่ละระบบพลังงาน และDry land training หมายถึงปริมาณของการฝึกความแข็งแรงและกำลังบนบก โดยที่ถ้านักกีฬามีโปรแกรมการฝึกร่างกายบนบก 1 ชั่วโมง การอบอุ่นร่างกายและยืดเหยียดร่างกายครึ่งชั่วโมงก่อนลงสระเทียบได้กับระยะทาง 1 กิโลเมตรของการว่ายที่ความเร็วสัมพันธ์กับปริมาณแล็คเตทที่ 2 มิลลิโมล (EN1) การฝึกโดยใช้แรงต้านที่ความหนักต่ำกว่าความหนักสูงสุด (Sub maximal) ประมาณ 25 นาที คิดเป็น ½ กิโลเมตรของการว่ายที่ความเร็วสัมพันธ์กับปริมาณแล็คเตทที่ไม่เกิน 10 มิลลิโมล (SP1) และการฝึกโดยใช้แรงต้านที่ความหนักสูงสุด (Maximal) ประมาณ 25 นาที คิดเป็น ½ กิโลเมตรของการว่ายที่ความเร็วสัมพันธ์กับปริมาณแล็คเตทูสูงสุด (>16 มิลลิโมล; SP2,SP3) ทั้งนี้เมื่อผู้วิจัยทำการทดสอบ 5x200 เมตร โดยการเพิ่มความเร็วแบบขั้นบันไดเพื่อประเมินค่าความเร็วที่แอนแอโรบิกเธรชโฮลด์ (v4) และความเร็วที่สมรรถภาพการใช้ออกซิเจนสูงสุดแล้วจะทำให้ได้ค่าของความเร็วในการฝึกที่ตอบสนองต่อปริมาณแล็คเตทที่ระดับความหนักแตกต่างกันเป็นรายบุคคลซึ่งเมื่อผนวกรวมกับโปรแกรมการฝึกซ้อมรายสัปดาห์ของผู้ฝึกสอนใน 3 ช่วงเวลาคือ ช่วงเตรียมความพร้อมทั่วไป ช่วงเฉพาะเจาะจง และช่วงของการแข่งขัน จึงสามารถคำนวณหาปริมาณและความหนักที่ใช้ในการฝึกซ้อมเฉลี่ย (Training Unit : T.U.) ของกลุ่มตัวอย่างช่วงเตรียมความพร้อม 6 สัปดาห์มีค่าเฉลี่ย 31.17± 7.11 กิโลเมตร ช่วงเฉพาะเจาะจง 4 สัปดาห์มีค่าเฉลี่ย 37.50± 3.32 กิโลเมตร และช่วงของการแข่งขัน 2 สัปดาห์ ค่าเฉลี่ย 20.00± 7.07 กิโลเมตร ตามลำดับ



ภาพที่ 1 ปริมาณและความหนักที่ใช้ในการฝึกซ้อมเฉลี่ย (Training Unit : T.U.) ของกลุ่มตัวอย่างใน 1 วงรอบการฝึกทั้งสิ้น 12 สัปดาห์

เมื่อวิเคราะห์ทางสถิติโดยหาค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เพื่อเปรียบเทียบร้อยละขององค์ประกอบและความสามารถทางกาย ความสามารถในการใช้แรงระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ที่เปลี่ยนแปลงในก่อนและหลังการฝึกใน 1 วงรอบการฝึกทั้งสิ้น 12 สัปดาห์พบว่า องค์ประกอบทางกายและความสามารถทางกายที่มีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดคือความแข็งแรงของแขน (ร้อยละ 12.53) รองลงมาคือกำลังขา (ร้อยละ 5.59) ความอ่อนตัวที่ได้จากการทดสอบความสามารถและองศาในการเคลื่อนไหวของข้อต่อ พบว่าตัวแปรที่มีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดคือ ความสามารถในการนอนยกตัว (Combined elevation) มีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด (ร้อยละ 5.49) รองลงมาคือความสามารถในการเหยียดสะโพก (Hip extension) (ร้อยละ 4.72) ตามลำดับ ความสามารถในการใช้แรงพบว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ใน 3 องค์ประกอบ คือ แรงเฉลี่ย (ร้อยละ 12.31, p=0.01) แรงเฉลี่ยต่อน้ำหนักตัว (ร้อยละ 12.60, p=0.04) และดัชนีชี้วัดความเมื่อยล้า (Fatigue index) (ร้อยละ 32.50, p=0.01) ตามลำดับ ความสามารถของระบบพลังงานแบบแอโรบิคมีการปรับพัฒนาขึ้นภายหลังการฝึกใน 1 วงรอบการฝึกทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ โดยที่ปริมาณแล็คเตทสูงสุดมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=0.04) คิดเป็นร้อยละ 7.16 ส่วนความสามารถของระบบพลังงานแบบแอนแอโรบิคนั้นพบว่าปริมาณแล็คเตทสูงสุดมีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด (ร้อยละ 12.01) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และเมื่อพิจารณาองค์ประกอบชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำที่ระยะทาง 50 เมตรพบว่า ความเร็วเฉลี่ยในการว่ายอย่างเต็มความสามารถที่ระยะ 50 เมตรมีค่าเฉลี่ยเพิ่มมากขึ้น (ก่อน:1.68$\pm$0.03 เมตร/วินาที; หลัง 1.72$\pm$0.03 เมตร/วินาที) และดัชนีชี้วัดความสามารถในการว่ายน้ำ (Stroke index) ก็พบว่าค่าเฉลี่ยเพิ่มมากขึ้น (ก่อน:3.17$\pm$0.08 เมตร^2/รอบ*วินาที); หลัง 3.26$\pm$0.06 เมตร^2/รอบ*วินาที) ตามลำดับ

การวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุคูณเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระทั้ง 5 องค์ประกอบส่งผลต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตร ในช่วงก่อนการฝึกวิเคราะห์จากค่า Adjusted R Square เนื่องจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างมีค่อนข้างจำกัด (16 คน) เพื่ออธิบายอิทธิพลของของตัวแปรอิสระที่มีต่อตัวแปรตามคือความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตร พบว่าตัวแปรที่คัดเลือกจากทั้ง 5 องค์ประกอบสามารถพยากรณ์ตัวแปรตาม (ความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตร) ได้ร้อยละ 68.8

(p=0.02) ในช่วงก่อนการฝึก (T1) และตัวแปรคัดเลือกจากทั้ง 5 องค์ประกอบสามารถพยากรณ์ตัวแปรตามได้ร้อยละ 81.2 (p=0.01) ในช่วงหลังการฝึก 12 สัปดาห์ (T2)

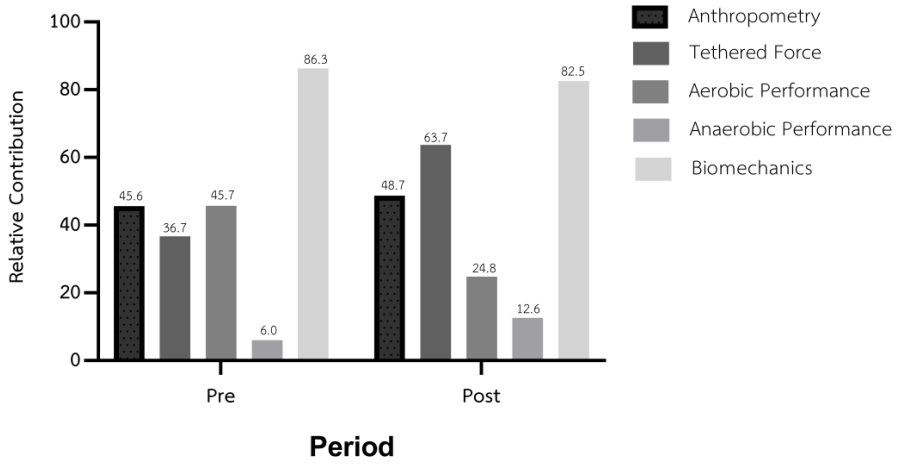
ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ขององค์ประกอบและความสามารถทางกายความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ในก่อนและหลังการฝึกใน 1 วงรอบ

ตัวแปร	ทดสอบครั้งที่ 1	ทดสอบครั้งที่ 2	p	ร้อยละ
องค์ประกอบและความสามารถทางกาย				
น้ำหนักตัว (กก.)	63.60±2.05	63.29±1.92	0.91	-0.49
ส่วนสูง (ซม.)	172.34±1.38	173.22±1.93	0.75	0.51
ความยาวแขน (ซม.)	175.44±2.24	175.59±2.20	0.97	0.09
ดัชนีมวลกาย (กก./ม^2)	20.80±0.60	20.18±0.59	0.47	-2.98
ความแข็งแรงแขน (กก.)	34.72±1.72	39.09±1.54	0.07	12.59
กำลังขา (วัตต์)	623.37±45.50	658.19±43.03	0.58	5.59
ความอ่อนตัว				
ABIR R	154.66±3.66	157.73±3.48	0.55	1.98
IRER-EX	86.25±1.87	88.25±1.46	0.41	2.32
IRER-IN	79.72±1.89	80.35±1.84	0.81	0.79
Combined elevation	17.12±1.36	18.06±1.40	0.64	5.49
Dorsiflexion	16.04±1.17	16.23±1.10	0.91	1.18
Plantar flexion	173.60±1.02	174.79±0.74	0.35	0.69
Straight leg raise	79.10±2.70	81.04±1.95	0.57	1.02
Hip flexion	93.08±2.50	94.58±2.11	0.65	1.61
Hip extension	46.39±3.09	48.58±2.80	0.60	4.72
Hip internal rotation	75.42±4.17	78.23±3.40	0.61	3.73
Hip internal and tibia external rotation	45.64±1.49	46.75±1.54	0.61	2.43
Thoracic rotation	72.97 ±3.64	74.85±3.24	0.70	2.58
ความสามารถในการใช้แรง				
แรงสูงสุด (นิวตัน)	361.85±32.17	405.41±31.72	0.34	12.04
แรงเฉลี่ย (นิวตัน)	103.24±1.74	115.95±1.82	0.01**	12.31
แรงเฉลี่ยต่อน้ำหนักตัว (นิวตัน/กิโลกรัม)	16.43±0.52	18.50±0.46	0.04*	12.60
ดัชนีชี้วัดความเมื่อยล้า (Fatigue index) (ร้อยละ)	28.65±1.21	19.34±1.13	0.01**	-32.50
ระบบชีวพลังงาน				
ความสามารถของระบบพลังงานแบบแอโรบิค				
ความเร็วที่ 4 มิลลิโมลของปริมาณแล็คเตท	1.35±0.02	1.41±0.02	0.08	4.44
ความเร็วที่สมรรถภาพการใช้ออกซิเจนสูงสุด	1.51±0.02	1.57±0.02	0.07	3.97
ปริมาณแล็คเตทสูงสุด (มิลลิโมล)	12.00±0.33	11.14±0.22	0.04*	-7.16
อัตราการเต้นของหัวใจสูงสุด (ครั้ง/นาที)	186.88±1.06	184.88±0.87	0.16	-1.07
ระดับการรับรู้ความเหนื่อยสูงสุด	19.25±0.14	19.38±0.15	0.56	0.68
ความสามารถของระบบพลังงานแบบแอนแอโรบิค				
ปริมาณแล็คเตทสูงสุด (มิลลิโมล)	15.15±0.35	16.97±0.28	0.01**	12.01
อัตราการเต้นของหัวใจสูงสุด (ครั้ง/นาที)	184.31±1.05	181.19±1.22	0.06	-1.69
ระดับการรับรู้ความเหนื่อยสูงสุด	19.25±0.17	19.13±0.15	0.59	-0.62

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ขององค์ประกอบและความสามารถทางกายความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ในก่อนและหลังการฝึกใน 1 วงรอบ (ต่อ)

ตัวแปร	ทดสอบครั้งที่ 1	ทดสอบครั้งที่ 2	p	ร้อยละ
ชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำที่ระยะทาง				
จำนวนครั้งของอัตรารอบแขนหมุนต่อนาที (SR)	54.78±0.94	56.15±0.76	0.26	2.50
ระยะทางที่ได้จากการหมุนแขนในครั้งเดียว (SL)	1.88±0.03	1.88±0.02	0.97	0.01
ดัชนีชี้วัดความสามารถของการว่ายน้ำ(SI) (เมตร^2/	3.17±0.08	3.26±0.06	0.36	2.84
จำนวนครั้งของรอบแขนในการว่าย (SC) (ครั้ง)	21.92±0.33	21.36±0.29	0.21	-2.55
ความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำ (V) (เมตร/วินาที)	1.68±0.03	1.72±0.03	0.35	2.38

เมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบที่ส่งผลต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตร ในช่วงก่อนการฝึก (T1) พบว่า องค์ประกอบทางด้านชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำมีอิทธิพลมากที่สุดต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตร คิดเป็นร้อยละ (86.3) รองลงมาได้แก่ความสามารถของระบบพลังงานแบบแอโรบิค (ร้อยละ 45.7) องค์ประกอบและความสามารถทางกาย (ร้อยละ 45.6) ตามลำดับ องค์ประกอบที่ส่งผลต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตรในช่วงหลังการฝึก 12 สัปดาห์ (T2) พบว่า องค์ประกอบทางด้านชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำมีอิทธิพลมากที่สุดต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตร คิดเป็นร้อยละ (82.5) รองลงมาได้แก่ความสามารถในการใช้แรง (ร้อยละ 63.7) และองค์ประกอบและความสามารถทางกาย (ร้อยละ 48.7) ตามลำดับ ส่วนองค์ประกอบที่มีผลต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตรน้อยที่สุดทั้งก่อนและหลังการฝึกทั้ง 12 สัปดาห์คือ ความสามารถของระบบพลังงานแบบแอนแอโรบิค (ก่อน:ร้อยละ 6.0; หลัง: ร้อยละ 12.6)



ภาพที่ 2 ร้อยละขององค์ประกอบและความสามารถทางกาย ความสามารถในการใช้แรงระบบชีวพลังงานและชีวกลศาสตร์ที่ส่งผลต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตรในก่อนและหลังการฝึกใน 1 วงรอบ

อภิปรายผลการวิจัย

การติดตามความสามารถจากองค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรงระบบชีวพลังงาน และชีวกลศาสตร์ของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนในวงรอบของการฝึกซ้อมมีความสำคัญเป็นอย่างมากในการวิเคราะห์ความก้าวหน้า ตลอดจนเปรียบเทียบการพัฒนาความสามารถและการตอบสนองทั้งทางด้านองค์ประกอบของร่างกาย ความสามารถทางกาย ระบบชีวพลังงาน รวมทั้งการพัฒนาทางด้านชีวกลศาสตร์ของนักกีฬาจากโปรแกรมการฝึกซ้อมหรือวงจรของระยะเวลาการฝึกซ้อมเพื่อช่วยให้ผู้ฝึกสอนได้กำหนดจุดมุ่งหมายที่แท้จริงของการพัฒนาและช่วยให้สามารถวางแผนและกำหนดโปรแกรมการฝึกซ้อมที่มีความเหมาะสมกับนักกีฬา จากผลการวิจัยในครั้งนี้ผู้ฝึกสอนได้กำหนดวงรอบของการฝึกซ้อมใน 3 ช่วงเวลาคือ ช่วงเตรียมความพร้อมทั่วไป ช่วงเฉพาะเจาะจง และช่วงของการแข่งขัน ไว้ทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ ซึ่งเป็นกรอบเวลาที่เป็นไปตามข้อเสนอแนะ (Pyne & Goldsmith, 2004) ที่กำหนดไว้ประมาณ 12 -20 สัปดาห์ แต่น้อยกว่างานวิจัย Zacca et al., (2018) ที่ทำการศึกษา 16 สัปดาห์ และเมื่อพิจารณาปริมาณและความหนักที่ใช้ในการฝึกซ้อมเฉลี่ย (Training Unit : T.U.) ของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยสูงสุดในช่วงเฉพาะเจาะจง 4 สัปดาห์ (37.50$\pm$ 3.32 กิโลเมตร) ซึ่งใกล้เคียงกับค่าที่ได้จากงานวิจัยของแซคก้า และคณะ (Zacca et al., 2018) (37.0$\pm$ 3.00 กิโลเมตร) ภายหลังการฝึกใน 1 วงรอบการฝึกทั้งสิ้น 12 สัปดาห์พบว่าความสามารถจากองค์ประกอบทางกาย ความสามารถในการใช้แรง ระบบชีวพลังงาน และชีวกลศาสตร์ของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชนที่มีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดคือ องค์ประกอบของความสามารถในการใช้แรง โดยดัชนีชี้วัดความเมื่อยล้า (ร้อยละ 32.50) และแรงเฉลี่ยต่อน้ำหนักตัว (ร้อยละ12.60) องค์ประกอบและความสามารถทางกายที่มีค่าเปลี่ยนแปลงมากที่สุดคือ ความแข็งแรงของแขน (ร้อยละ 12.53) ส่วนความสามารถของระบบชีวพลังงานนั้นพบว่า ความสามารถของระบบพลังงานแบบแอนแอโรบิคมีการเปลี่ยนแปลงมากกว่าความสามารถของระบบพลังงานแบบแอโรบิค โดยที่ปริมาณแล็คเตทสูงสุด (มิลลิโมล) ที่เป็นตัวบ่งชี้ความสามารถของระบบพลังงานแบบแอนแอโรบิค (Anaerobic Power) มีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด (ร้อยละ 12.01) ส่วนองค์ประกอบทางด้านชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำและความอ่อนตัวมีการเปลี่ยนแปลงค่อนข้างน้อยเมื่อเทียบกับองค์ประกอบด้านอื่นๆ ทั้งนี้ Ferreira et al., (2019) ได้ให้ข้อเสนอแนะว่าการพัฒนาความสามารถโดยเฉพาะในนักกีฬาเยาวชนนั้นประกอบด้วยปัจจัยหลายอย่างทั้งสรีรวิทยา และชีวกลศาสตร์ที่ตอบสนองต่อโครงสร้างของโปรแกรมการฝึกซ้อมของนักกีฬารายบุคคล ทั้งนี้ทั้งนั้นหากพิจารณาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสามารถในการเพิ่มความเร็วแล้ว ความแข็งของร่างกาย ความสามารถของระบบพลังงานทั้งแบบแอโรบิคและแอนแอโรบิค ทักษะและความสามารถในการใช้แรงเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลร่วมกันที่ส่งผลต่อความสามารถของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชน

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระทั้ง 5 องค์ประกอบส่งผลต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตรพบว่า องค์ประกอบทางด้านชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำมีอิทธิพลมากต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตรทั้งก่อนและหลังการฝึก (86.3%, 82.5%) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Morais et al., (2013) ที่ใช้รูปแบบการวิเคราะห์ตัวแปรพหุคูณ (Multivariate analysis) โดยเทคนิคการแบ่งกลุ่มหน่วยข้อมูล (Cluster analysis) ซึ่งพบว่าดัชนีชีวัดความสามารถของการว่ายน้ำ (Stroke index) มีอิทธิพลต่อความเร็วในการว่าย 100 เมตรมากที่สุดนอกจากนั้นยังพบว่า ความสามารถในการใช้แรงมีผลต่อความเร็วเฉลี่ยในการว่ายน้ำระยะทาง 50 เมตรเพิ่มขึ้น (ร้อยละ 63.7) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Morouco et al., (2011) ที่ระบุว่าค่าเฉลี่ยของแรง (Force) และความสามารถในการออกแรง (Propulsion force) มีความสัมพันธ์และส่งผลโดยตรงต่อความสามารถในการว่ายของนักกีฬาในระยะสั้น (50-100 เมตร) จากผลการวิจัยในครั้งนี้จึงสรุปได้ว่า การพัฒนาความสามารถของนักกีฬาว่ายน้ำโดยเฉพาะการเพิ่มความเร็วนั้น ควรให้ความสำคัญกับวางรูปแบบโปรแกรมการฝึกซ้อมระยะยาว (Marcocyle) ให้เหมาะสมและสอดคล้องกับ

องค์ประกอบทางด้านชีวกลศาสตร์และสมรรถนะในการว่ายน้ำ รวมทั้งรูปแบบการฝึกที่เฉพาะเจาะจงเพื่อพัฒนาความแข็งแรงของร่างกาย ความสามารถของระบบพลังงานทั้งแบบแอโรบิคและแอนแอโรบิค ความสามารถในการใช้แรงที่มีความสำคัญร่วมกันต่อการพัฒนาความสามารถของนักกีฬาว่ายน้ำเยาวชน

References

Chatard, J.-C., & Mujika, I. (1999). Training load and performance in swimming. *Biomechanics and Medicine in Swimming, 8,* 429-434.

Costa, M., Bragada, J. A., Mejias, J., Louro, H., Marinho, D., Silva, A., & Barbosa, T. M. (2013). Effects of swim training on energetics and performance. *International Journal of Sports medicine, 34*(06), 507-513.

Ferreira, S., Carvalho, D., Monteiro, A. S., Abraldes, J. A., Vilas-Boas, J. P., Toubekis, A., & Fernandes, R. (2019). Physiological and biomechanical evaluation of a training macrocycle in children swimmers. *Sports, 7*(3), 57.

Marfell-Jones, M. J., Stewart, A. D., & de Ridder, J. H. (2012). *International Standards for Anthropometric Assessment.* Wellington, New Zealand: International Society for the Advancement of Kinanthropometry.

Morouço, P., Keskinen, K. L., Vilas-Boas, J. P., & Fernandes, R. J. (2011). Relationship between tethered forces and the four swimming techniques performance. *Journal of Applied Biomechanics, 27*(2), 161-169.

Morais, J. E., Garrido, N. D., Marques, M. C., Silva, A. J., Marinho, D. A., & Barbosa, T. M. (2013). The influence of anthropometric, kinematic and energetic variables and gender on swimming performance in youth athletes. *Journal of Human Kinetics, 39*(1), 203-211.

Pyne, D. B., & Goldsmith, W. M. (2004). Training and testing of competitive swimmers. Handbook of sports medicine and science. *Swimming,* DOI: 10.1002/9780470698761.ch8.

Tanner, R. K., Fuller, K. L., & Ross, M. L. (2010). Evaluation of three portable blood lactate analysers: Lactate Pro, Lactate Scout and Lactate Plus. *European Journal of Applied Physiology, 109*(3)*,* 551-559.

Tanner, R., & Gore, C. (2012). *Physiological Tests for Elite Athletes*. (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics

Zacca, R., Azevedo, R., Chainok, P., Vilas-Boas, J. P., Castro, F. A. S., Pyne, D. B., & Fernandes, R. J. (2018). Monitoring age-group swimmers over a training macrocycle: Energetics, technique, and anthropometrics. *Journal of Strength and Conditioning Research, 32*(8), 2069–2081.

Received : 12 June, 2019
Revised : 6 August, 2019
Accepted : 10 August, 2019

ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางการกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดของนักกีฬาวู้ดบอลในระดับเยาวชน

เอกศักดิ์ เฮงสุโข
สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางการกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดของนักกีฬาวู้ดบอลในระดับเยาวชน วิธีดำเนินการวิจัยประกอบด้วย ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33 มี 20 จังหวัด ประกอบด้วย กาฬสินธุ์ ขอนแก่น ชัยภูมิ นครพนม นครราชสีมา บึงกาฬ บุรีรัมย์ มหาสารคาม มุกดาหาร ยโสธร ร้อยเอ็ด เลย ศรีษะเกษ สกลนคร สุรินทร์ หนองคาย หนองบัวลำภู อำนาจเจริญ อุดรธานี และอุบลราชธานี และมีนักกีฬาเข้าร่วมแข่งขันจำนวน 86 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถามแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬา (Sources of Sports Confidence Questionnaire : SSCQ) แบบวัดความเข้มแข็งทางจิตใจ (Psychological Performance Inventory : PPI) และแบบสอบทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬา-28 (Athletic Coping Skills Inventory Questionnaire-28) วิเคราะห์ข้อมูลโดย ทดสอบหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดทางกีฬา โดยวิธีการของเพียร์สัน (Pearson’s Product Moment Correlation) ผลการวิจัย พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางการกีฬากับความเข้มแข็งทางจิตใจของนักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33 มีความสัมพันธ์ทางบวกเท่ากับ 0.612 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < 0.01$ ความเชื่อมั่นทางการกีฬากับการจัดการความเครียด มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.152 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < 0.01$ และ ความเข้มแข็งทางจิตใจกับการจัดการความเครียด มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.236 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < 0.01$ ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าความเชื่อมั่นทางการกีฬา ส่งผลต่อความเข้มแข็งทางจิตใจของนักกีฬา เมื่อนักกีฬามีความเชื่อมั่นทางการกีฬาแล้ว นำไปสู่การมีอิทธิพลต่อความสามารถในการจัดการความเครียดของนักกีฬาในระดับเยาวชนได้ ซึ่งความเครียดเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาในระดับเยาวชนหมดไฟหรือเลิกเล่นกีฬาได้ ซึ่งส่งผลเสียต่อตัวนักกีฬาและวงการกีฬาในอนาคต

คำสำคัญ: ความเชื่อมั่นทางการกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ การจัดการความเครียด นักกีฬาวู้ดบอล

Corresponding Author: นายเอกศักดิ์ เฮงสุโข มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี E-mail: eka_h4@hotmail.com

THE RELATIONSHIP AMONG MENTAL TOUGHNESS, SPORT CONFIDENCE AND STRESS COPING OF WOODBALL YOUTH PLAYERS

Ekasak Hengsuko
Physical Education Program, Udon Thani Rajabhat University

Abstract

The objective of this study was to study the relationship among sport confidence, mental toughness, and stress coping of woodball youth players. The population were woodball players in the Region 3 representative qualifying round of the 33rd national youth games: Bueng Kan Games. There were 86 players from 20 provinces namely Kalasin, Khon Kaen, Chaiyaphum, Nakhon Phanom, Nakhon Ratchasima, BuengKan, Buri Ram, Maha Sarakham, Mukdahan, Yasothon, Roi Et, Loei, Si Sa Ket, Sakon Nakhon, Surin, Nong Khai, Nong Bua Lam Phu, Amnat Charoen, Udon Thani, and Ubon Rachathani. The research instruments were Source of Sports Confidence Questionnaire (SSCQ), Psychological Performance Inventory (PPI), and Athlethic Coping Skills Inventory Questionnaire-28. The data were analyzed by using Pearson's Product Moment Correlation in order to examine correlation efficient between sport confidence, mental toughness, and stress coping. The result revealed the positive relationship between sport confidence and mental toughness at 0.612 which was statistically significant at $P < 0.01$. The sport confidence and stress coping relationship showed negative relationship at -0.152 statistically significant at at $P < 0.01$. The result between mental toughness and stress coping also showed negative relationship at -0.236 statistically significant at at $P < 0.01$. The results revealed that the sport confidence affected players' mental toughness. Having sport confidence could influence stress management ability of youth players, the stress of which was a factor bringing them to burn out syndrome or quit playing sport. Therefore, this could negatively affect the players and sport industries in the future.

Keywords: sport confidence, mental toughness, stress coping, woodball players

Corresponding Author: Mr.Ekasak Hengsuko, Udon Thani Rajabhat University
E-mail: eka_h4@hotmail.com.

บทนำ

การที่นักกีฬาจะประสบความสำเร็จสูงสุด ต้องประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือสมรรถภาพทางกาย (Physical fitness) สมรรถภาพทางจิต (Psychological fitness) และทักษะกีฬา (Sport Skills) สมรรถภาพทางกายและทักษะกีฬาสามารถฝึกและพัฒนาไปได้สูงสุด และมีการแปรเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ต่างๆ ได้น้อยมากตรงกันข้ามกับสมรรถภาพทางจิตที่สามารถแปรเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ได้มากกว่า นักกีฬาในระดับเยาวชนสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพในทุกด้าน แต่การพัฒนาตนเองให้สูงสุดจำเป็นต้องเริ่มต้นจากการรู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น ความต้องการ ความสนใจ ค่านิยม ความรู้สึก อารมณ์ ตลอดจนการกระทำต่างๆ ดังนั้นการประเมินตนเองทางจิตวิทยาการกีฬาจะเป็นแนวทางให้นักกีฬานำข้อมูลเบื้องต้นไปพัฒนาตนเองให้มีศักยภาพทางการกีฬาสูงขึ้น ตลอดจนสามารถนำไปเป็นข้อมูลเพื่อปรับพฤติกรรมของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม โดยวิธีการประเมินตนเองทางจิตวิทยาการกีฬาสามารถทำได้ด้วยการใช้เครื่องมือและวิธีการที่หลากหลาย เช่น การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมด้วยตนเอง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมโดยผู้อื่น การสัมภาษณ์และการรายงานตนเอง และแบบทดสอบทางจิตวิทยาการกีฬา จากงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่ามีการศึกษางานทางด้านจิตวิทยาเฉพาะด้าน แต่ยังขาดการศึกษาความสัมพันธ์ของหลากหลายตัวแปรในมิติต่างๆ Jones & Connaughton (2002) และ Rodrigueza (2005) แสดงให้เห็นว่าความเข้มแข็งทางจิตใจมีความสำคัญต่อนักกีฬาเป็นอย่างมากที่จะช่วยให้นักกีฬาประสบความสำเร็จในการแข่งขัน ดังนั้นการวัดความเข้มแข็งทางจิตใจจึงมีความสำคัญ เพราะจะช่วยให้นักกีฬาและผู้ฝึกสอนทราบว่า ขณะนี้นักกีฬามีสภาพจิตใจเป็นอย่างไร ซึ่ง Rodrigueza (2005) ได้กล่าวอีกว่าหากนักกีฬามีความเข้มแข็งทางจิตใจในระดับสูงจะแปรผกผันกับระดับความเครียด ความวิตกกังวล และความกดดันของนักกีฬาในการแข่งขันครั้งนั้นๆ และหากนักกีฬามีความเข้มแข็งทางจิตใจในระดับสูง แสดงว่าในการแข่งขันครั้งนั้น ๆ นักกีฬามีความพร้อมทั้งกายและใจ ซึ่งสรุปได้ว่าความเข้มแข็งทางจิตใจและความวิตกกังวลนั้นมีความสัมพันธ์กันในเบื้องต้น แต่ยังไม่มีการระบุถึงความแน่ชัดของความสัมพันธ์กันอย่างชัดเจน รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวกับความเชื่อมั่นทางการกีฬาของ (Martens, Vealey, & Burton, 1990; Morris & Summer, 2004) เพราะในสถานการณ์การแข่งขันนักกีฬาต้องเผชิญกับความกดดันจึงทำให้นักกีฬาส่วนใหญ่เกิดความวิตกกังวลได้ และความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นมีผลให้ความเชื่อมั่นในตนเองลดลง จากทฤษฎีความวิตกกังวลตามสถานการณ์แบบหลายมิติ (multidimensional state anxiety theory) (Martens, Vealey, & Burton, 1990) สามารถอธิบายลักษณะความวิตกกังวลทางจิตใจ ความวิตกกังวลทางร่างกาย และความเชื่อมั่นในตนเองได้อย่างชัดเจนโดยพบว่าเมื่อนักกีฬามีความวิตกกังวลทางจิตใจสูงความสามารถทางการกีฬาจะลดลง แต่เมื่อนักกีฬามีความวิตกกังวลทางร่างกายที่เหมาะสมไม่ต่ำหรือสูงจนเกินไปจะส่งผลให้ความสามารถทางการกีฬาสูงขึ้น และหากนักกีฬามีความเชื่อมั่นในตนเองสูงความสามารถทางการกีฬาจะสูงด้วย (Martens et al.,1990, Sewell & Edmondson, 1996)

จากการศึกษาที่ผ่านมานั้น เป็นองค์ความรู้ที่สามารถพัฒนาการศึกษาทางจิตวิทยาการกีฬาให้ครอบคลุมในมิติที่หลากหลายและเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาและการวางแผนการฝึกซ้อมที่ควบคู่ไปทักษะทางกีฬา สมรรถภาพทางกาย และทักษะทางด้านจิตใจนักกีฬาในระดับเยาวชนที่ผ่านกระบวนการฝึกซ้อมมาอย่างหนัก มีความคาดหวังผลการแข่งขันสูงติดต่อกันเป็นระยะเวลานานๆ มีโอกาสเกิดความเครียดและนำไปสู่การหมดไฟได้ จากความเชื่อที่ว่า “การฝึกซ้อมที่มากกว่าเป็นสิ่งที่ดีกว่า (the more training the better performance)” จึงทำให้นักกีฬาที่ต้องการพัฒนาความสามารถในการเล่นกีฬาระดับสูงต้องเข้าสู่กระบวนการฝึกซ้อมอย่างรวดเร็ว อีกทั้งยังต้องฝึกหนักต่อเนื่องตลอดทั้งปีจนขาดความสนุกและท้าทาย หรือแม้แต่นักกีฬาอาชีพหากฝึกซ้อมหนักมากจนขาดการผ่อนคลายร่างกายและจิตใจที่เพียงพอมักมีแนวโน้มเกิดการหมดไฟได้ ดังนั้นถ้าไม่มีการดูแลเรื่องสภาพจิตใจอาจจะทำให้นักกีฬาในระดับเยาวชนเหล่านี้เกิดความคิดที่จะไม่เล่น

กีฬาหรือออกกำลังกายและที่สำคัญอาจจะหันหลังให้กับวงการกีฬาเลยก็ว่าได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาจิตวิทยาการกีฬาสำหรับนักกีฬาเยาวชนเป็นพิเศษ เพราะเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อนำไปสู่การเลือกเล่นกีฬาต่อไป หรืออาจจะส่งผลให้เกิดการเลิกเล่นกีฬาในอนาคตก็เป็นได้ และสนใจถึงวิธีการศึกษาหรือกระบวนการที่จะทำให้นักกีฬาในระดับเยาวชนมีแนวคิดและวิธีการในการจัดการกับสภาพจิตใจที่เปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ ดังจะเห็นได้จากผู้เข้าชมในนัดที่สำคัญและการแข่งขันจะเกิดความกดดันทั้งจากนักกีฬาเองและจากสภาพแวดล้อมในการแข่งขันโดยเฉพาะนักกีฬาในระดับเยาวชน ถ้าไม่มีวิธีในการรับมือที่ดีอาจจะทำให้เกิดผลกระทบต่อการแข่งขันและสภาพจิตใจของตัวเองความพร้อมของร่างกายและความพร้อมของจิตใจ จึงเป็นสิ่งสำคัญต่อนักกีฬาเยาวชนเป็นอย่างมากเพื่อรองรับการแข่งขันในอนาคตที่สูงขึ้น การคาดหวังต่อผลการแข่งขันของตัวนักกีฬาของผู้ฝึกสอนและร่วมไปถึงกองเชียร์ ความรู้สึกกลัวต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นเนื่องจากการคาดการณ์ไว้ล่วงหน้าว่าจะผิดหวังของการแข่งขัน

จากการทบทวนวรรณกรรมดังกล่าว สรุปได้ว่า ความเชื่อมั่นทางการกีฬาและความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กัน แต่ยังไม่มีงานวิจัยใดรองรับหรือสนับสนุนถึงความสัมพันธ์ของตัวแปรทางจิตวิทยาทั้ง 3 รูปแบบนี้ ซึ่งประกอบด้วย ความเชื่อมั่นทางการกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียด ซึ่งทั้ง 3 ตัวแปรนี้จำเป็นที่จะต้องมีการศึกษาความสัมพันธ์ทั้ง 3 ด้าน หรือ 3 มิติ เพื่อนำไปสู่การอธิบายความสัมพันธ์ของเทคนิคทางจิตวิทยาการกีฬาทั้ง 3 ได้อย่างมีเหตุและผล และในงานวิจัยที่ผ่านมายังมีการศึกษาน้อยมากที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของทั้ง 3 มิตินี้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางการกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดของนักกีฬาวู้ดบอลระดับเยาวชนในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาในครั้งนี้ประกอบด้วยประชากรที่ใช้ในการวิจัยจำนวน 86 คน ซึ่งทั้งหมดเป็นนักกีฬาวู้ดบอลในระดับเยาวชน ที่เข้าร่วมในการแข่งขัน การแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามประกอบด้วย

1. แบบสอบถามแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬา (Sources of Sports Confidence Questionnaire: SSCQ) ผู้วิจัยนำเครื่องมือของ Vealey, Hayashi, Garner & Giacobbi (1998) และพัฒนาเป็นภาษาไทยโดย สุพัชรินทร์ ปานอุทัย และนฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร (Supatcharin Pan-uthai and Naruepon Vongjaturapat, 2008) โดยมีค่าความเชื่อมั่นของแต่ละองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.79-0.91

2. แบบวัดความเข้มแข็งทางจิตใจ (Psychological Performance Inventory : PPI) ผู้วิจัยนำเครื่องมือของเจมส์ โลเออร์ (Loehr, 1986) และพัฒนาเป็นภาษาไทยโดยอมรรัตน์ ศิริพงษ์ (Amornrat Siripong, 1997) โดยมีค่าความเชื่อมั่นอยู่ที่ระดับ 0.92

3. แบบสอบทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬา-28 (Athletic Coping Skills Inventory Questionnaire-28) ผู้วิจัยนำเครื่องมือของ Smith, Schutz, Smoll and Ptacek (1995) และพัฒนาเป็นภาษาไทยโดยสุพัชรินทร์ เขมรัตน์ (Supatcharin Kemarat, 2014) โดยมีค่าความเชื่อมั่นอยู่ที่ระดับ 0.75

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ในระหว่างวันที่ 13-23 พฤศจิกายน พ.ศ. 2559 โดยนำเครื่องมือ แบบสอบถามแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬา (Sources of Sports

Confidence Questionnaire : SSCQ) แบบวัดความเข้มแข็งทางจิตใจ (Psychological Performance Inventory : PPI) และ แบบสอบทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬา-28 (Athletic Coping Skills Inventory Questionnaire-28) ไปเก็บรวบรวมข้อมูลนักกีฬาในการแข่งขันก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง วิเคราะห์ข้อมูลโดยทดสอบหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดทางกีฬา ของนักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33 โดยวิธีการของเพียร์สัน (Pearson’s Product Moment Correlation)

ผลการวิจัย

ค่าสัมปะสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางการกีฬากับความเข้มแข็งทางจิตใจของนักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33 มีความสัมพันธ์ทางบวกเท่ากับ 0.612 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความเชื่อมั่นทางการกีฬากับการจัดการความเครียด มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.152 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ ความเข้มแข็งทางจิตใจกับการจัดการความเครียด มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.236 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยวิธีการของเพียร์สัน (Pearson’s Product Moment Correlation)

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบวัดความเชื่อมั่นทางการกีฬา แบบวัดความเข้มแข็งทางจิตใจ และแบบวัดทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬาของนักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33

ทักษะจิตวิทยาการกีฬา	จำนวน	เพศชาย	เพศหญิง	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
ความเชื่อมั่นทางการกีฬา	86	46	40	5.46	0.83
ความเข้มแข็งทางจิตใจ	86	46	40	3.67	0.66
การจัดการความเครียดทางกีฬา	86	46	40	1.71	0.78

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่า ความเป็นผู้นำของผู้ฝึกสอนเป็นปัจจัยหลักที่สร้างความเชื่อมั่นทางการกีฬาให้กับนักกีฬาในระดับเยาวชน ซึ่งผู้ฝึกสอนมีความสำคัญต่อการสร้างและพัฒนาทักษะทางกายและสร้างทักษะทางด้านจิตใจ แรงจูงใจในการฝึกซ้อม และแรงจูงใจที่จะประสบความสำเร็จ มีอิทธิพลต่อการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ และการยอมรับคำแนะนำและคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ของผู้ฝึกสอน ส่งผลให้นักกีฬามีทิศทางในการจัดการความเครียดที่ดี

ตารางที่ 2 แสดงผลการทดสอบหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดทางกีฬา ของนักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33 โดยวิธีการของเพียร์สัน (Pearson’s Product Moment Correlation)

ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะทางจิตวิทยา	R		
	ความเชื่อมั่นทางกีฬา	ความเข้มแข็งทางจิตใจ	การจัดการความเครียด
ความเชื่อมั่นทางการกีฬา	-	0.612*	-0.152*
ความเข้มแข็งทางจิตใจ	-	-	-0.236*
การจัดการความเครียดทางกีฬา	-	-	-

* P < 0.01

การอภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยพบว่า การทดสอบหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดทางกีฬาของนักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33 โดยวิธีการของเพียร์สัน (Pearson’s Product Moment Correlation) แสดงให้เห็นว่า ค่าสัมปะสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางการกีฬากับความเข้มแข็งทางจิตใจของนักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33 มีความสัมพันธ์ทางบวกเท่ากับ 0.612 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสุพัชรินทร์ เขมรัตน์ และอมรรัตน์ อัคคะพู (Supatcharin Kemarat and Amorntat Akkaphu, 2016) ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬาเพศ ชนิดกีฬา และจำนวนชั่วโมงการฝึกซ้อมกีฬาของนักกีฬาเยาวชนไทยจากการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (2-way ANOVA) พบว่าความแตกต่างทางเพศกับชนิดกีฬา และเพศกับชั่วโมงการฝึกซ้อมกีฬาต่อสัปดาห์ไม่มีอิทธิพลร่วมกันต่อคะแนนทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬาทั้ง 7 ด้าน ประกอบด้วย ด้านการจัดการกับปัญหา ด้านการยอมรับคำแนะนำ ด้านสมาธิ ด้านความเชื่อมั่นและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านการตั้งเป้าหมายและเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ ด้านการแสดงความสามารถสูงสุดภายใต้ความกดดัน และด้านอิสระจากความกังวล ส่วนชนิดกีฬากับชั่วโมงการฝึกซ้อมกีฬาต่อสัปดาห์มีอิทธิพลร่วมกันต่อคะแนนทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬาในด้านการยอมรับคำแนะนำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อทำการเปรียบเทียบคะแนนทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬาในแต่ละด้านระหว่างเพศ ชนิดกีฬา และชั่วโมงการฝึกซ้อมต่อสัปดาห์ และในการศึกษาครั้งนี้ทำการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรเพศ ชนิดกีฬา และชั่วโมงการฝึกซ้อมต่อสัปดาห์ที่มีความสัมพันธ์กับทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬา พบว่า เพศชายมีทักษะในการจัดการความเครียดทางการกีฬาด้านสมาธิ ด้านความเชื่อมั่นและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านการตั้งเป้าหมายและการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ ด้านการแสดงความสามารถสูงสุดภายใต้ความกดดัน และรวมทุกด้านสูงกว่าเพศหญิง นอกจากนี้ยังพบว่าชั่วโมงการฝึกซ้อมต่อสัปดาห์มากจะส่งผลต่อทักษะการจัดการความเครียดด้านการตั้งเป้าหมายและการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจสูงขึ้น จากข้อมูลดังกล่าวเป็นสิ่งที่ผู้ฝึกสอนต้องให้ความสำคัญกับนักกีฬาในความต่างด้านเพศ รวมถึงการจัดชั่วโมงการฝึกซ้อมต่อสัปดาห์ให้เพียงพอเพราะจะมีผลต่อการพัฒนาทักษะการจัดการความเครียดทางการกีฬา ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่จะทำให้นักกีฬาประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ได้

โดยผลของงานวิจัยครั้งนี้และงานวิจัยก่อนหน้ามีทั้งสอดคล้องกัน และตรงข้ามกัน อาจเนื่องจากกีฬาแต่ละชนิดมีรูปแบบการเคลื่อนไหวระยะเวลา ความหนัก และกติกาการเล่นที่ต่างกัน ส่งผลให้แหล่งที่มาของความเครียดและการจัดการต่อความเครียดต่างกัน รวมถึงปัจจัยด้านอายุ ความเชื่อถือ สถานะทางสังคมและความสัมพันธ์ของสมาชิกในทีมที่มีผลต่อการพัฒนาทักษะทางจิตใจของนักกีฬา

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย

จากการที่ธรรมชาติของละแต่ละประเภทกีฬานั้นมีความแตกต่างกัน ผู้ฝึกสอนและนักกีฬาจำเป็นที่จะต้องออกแบบรูปแบบการฝึกซึ่งควรจะต้องฝึกควบคู่ไปกับทักษะทั้ง 2 ด้านเพื่อความสมดุลและดึงศักยภาพของนักกีฬาให้ออกมาอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุดคือ ทักษะทางด้านร่างกาย และทักษะทางด้านจิตใจ โดยเฉพาะกีฬาที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ กีฬาวู้ดบอล ซึ่งจะเห็นได้อย่างชัดเจนเลยว่าจำเป็นอย่างยิ่งที่นักกีฬาต้องมีทักษะทางด้านร่างกายที่แข็งแรง และทักษะทางด้านจิตใจที่แข็งแกร่ง จึงจะประสบความสำเร็จในการกีฬา ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาเพิ่มความแข็งแรงให้กับร่างกาย และจิตวิทยาการกีฬามาเสริมความแข็งแกร่งให้กับจิตใจของนักกีฬา โดยเฉพาะนักกีฬาในระดับเยาวชน ถ้าไม่มีการบริหารจัดการทางด้านจิตใจที่ดีแล้วนั้น จะนำไปสู่ความเครียด และลุกลามไปจนเป็นปัญหาในระดับสูงคือ การหมดไฟทางการกีฬาของนักกีฬาระดับเยาวชน ซึ่งเป็นการสูญเสียทางการกีฬาในระดับเยาวชนที่จะพัฒนาสู่นักกีฬาในระดับสูงต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1) ในการวิจัยครั้งต่อไปควรจะทำการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างชนิดกีฬาและทักษะทางจิตวิทยาควบคู่กับรูปแบบการฝึกทางจิตวิทยาการกีฬา โดยการสร้างสถานการณ์ทางจิตวิทยาและใช้รูปแบบการวิจัยเชิงทดลอง

2) ในการวิจัยครั้งต่อไปควรจะทำการศึกษาความสัมพันธ์ของทักษะทางจิตวิทยาในแต่ละประเภทกีฬาที่แตกต่างกันออกไป เนื่องจากกีฬาแต่ละประเภทนั้นมีความเฉพาะเจาะจง และมีความแตกต่างกัน และสามารถนำไปสู่การสร้างแบบฝึกให้เหมาะสมกับกีฬาชนิดนั้นๆ

References

Amornrat Siripong. (1997). *A Study of mental toughness of the athletes participating in the thirtieth national sport competition*. (Master's thesis). Chulalongkorn University.

Jones, G. & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*, 205-218.

Loehr, J.E. (1986). *Mental Toughness Training for Sports: Achieving Athletic Excellence*. Lexington. MA: Stephen Greene Press.

Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Morris, T. & Summers, J. (2004). *Sport Psychology*: *Theory, Applications and Issues.* Australia: John Wiley & Sons.

Rodriguez, C. (2005). *Can sport psychology help athletes performance by increasing MENTAL TOUGHNESS through decreasing anxiety?*. Sport Psychology Uncovered. Retrieved May 15, 2017 from http://www.vanderbilt.edu/AnS/Psychology/homepage.html.

Sewell, D., & Edmondson, A. (1996). Relationships between field position and pre-match competitive state anxiety in soccer and field hockey. *International Journal of Sport Psychology, 27*, 159 – 172.

Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L., & Ptacek, J. T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The athletic coping skills inventory-28. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 17*, 379-398.

Supatcharin Kemarat. (2014). *Development and Validation of a Thai Version of the Athletics Coping Skills Inventory*. Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports.

Supatcharin Kemarat & Amorntat Akkaphu. (2016). *Psychological Characteristics of Thai Youth Athletes: The Coping Skills*. Bangkok: Department of Physical Education.

Supatcharin Pan-uthai and Naruepon Vongjaturapat. (2008). The development and analysis of the source of sport confidence in Thai higher education athletes. *Journal of Sport Science and Technology, 1*(6), January – June.

Vealey, R. S., Hayashi, S. W., Garner, H. G., & Giacobbi, P. (1998). Source of sport confidence: conceptualization and instrument development. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 20*, 54 - 80.

Received : 13 June, 2019
Revised : 7 August, 2019
Accepted : 23 September, 2019

เปรียบเทียบความแรงและความเร็วการเตะตัด ในรูปแบบที่แตกต่างกัน ของนักมวยไทยอาชีพ

วันใหม่ ประพันธ์บัณฑิต[1] สุกัญญา เจริญวัฒนะ[2] และนิรอมลี มะกาเจ[3]
[1]คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี
[2]คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา
[3]คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความแรงและความเร็วในการเตะตัดของนักกีฬามวยไทย ระหว่างรูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักมวยไทยอาชีพระดับชั้นแนวหน้า จำนวน 7 คน จากการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง โดยกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำการทดสอบเตะตัด 3 ระดับ (บน กลาง และล่าง) รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า และข้างหลัง ทำการวัดความแรง และความเร็วในการเตะตัด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยแบบจับคู่ (Paired sample t-test)

ผลการศึกษา พบว่า ความแรงขณะเตะตัด รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง มีค่าเฉลี่ยสูงกว่ารูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า ทั้งการเตะตัดที่ระดับกลางและระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความเร็วในการเตะตัดทั้งสองรูปแบบ ไม่แตกต่างกัน ทั้ง 3 ระดับ

คำสำคัญ: ความแรง ความเร็ว การเตะตัด มวยไทย

Corresponding Author: นายวันใหม่ ประพันธ์บัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี
E-mail: onemaiday@gmail.com

THE COMPARISON OF FORCE AND VELOCITY WITH DIFFERENT ROUNDHOUSE KICK PATTERNS IN PROFESSIONAL MUAY THAI BOXERS

Onemai Praphanbundit[1] Sukanya Charoenwattana[2] and Niromlee Makaje[3]

[1]Faculty of Education, Thailand National sports University, Chonburi Campus
[2]Faculty of Sports Science, Burapa University
[3]Faculty of Sports Science, Kasetsart University Kampheangsean Campus

Abstract

This research was to study and compare the force and velocity during roundhouse kick between arm swinging forwards and arm swinging backwards in professional Muay Thai. Seven professional top-level Muay Thai boxers participated in this study. All participants were assessed for the roundhouse kick on three levels (upper, middle and lower) of velocity during arm swinging forwards and arm swinging backwards. The force and velocity were measured during roundhouse kick. The data were analyzed statistically by using mean ($\overline{X}$), standard deviation (S.D.) and testing the difference of mean with paired sample t-test.

The result showed that the force of roundhouse kick with arm swinging backward at upper level and middle level were higher ($p<.05$) than that of the roundhouse kick with arm swinging forward. The velocity of roundhouse kick at three levels with arm swinging forward and arm swinging backward were not significantly different ($p>.05$).

Keywords: Force, Velocity, Roundhouse kick, Muay Thai

Corresponding Author: Mr.Onemai Praphanbundit Faculty of Education, Thailand National Sports University, Chonburi campus. E-mail: onemaiday@gmail.com

บทนำ

มวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้ที่มีเอกลักษณ์ ลีลา ชั้นเชิงที่สวยงาม มีความเด็ดขาดและรุนแรง กีฬามวยไทยจึงกลายเป็นหนึ่งเดียวในโลกที่ไม่มีศิลปะการต่อสู้ใด ๆ เทียบเคียงได้ ปัจจุบันมีการฝึกฝนมวยไทยเพื่อสุขภาพและแข่งขันแพร่หลายไปทั่วโลก ดังจะเห็นได้จากมวยไทยยังเป็นชนิดกีฬาที่บรรจุเข้าแข่งขันในระดับชาติ นานาชาติ และระดับโลก ทักษะมวยไทยประกอบด้วย หมัด เตะ เข่า และศอก โดยเฉพาะทักษะที่โดดเด่น คือการเตะ ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันทั่วโลกในแขนงศิลปะการต่อสู้ไม่ว่าจะเป็นกังฟู เทควันโด คาราเต้ ยูโด วูซู เค-วัน มวยเตะ (Kick boxing) และยูยิตสู (Mix martial arts) ต่างไม่สามารถต้านทานการเตะของมวยไทยได้ การเตะของมวยไทยมีหลายรูปแบบในทางเทคนิค ชนิดการเตะแบ่งตามระดับความสูงของการเตะ ได้แก่ ระดับต่ำ กลาง และสูง ครองจักร งามมีสี (Krongjak Ngameesri, 1987) ได้ศึกษาวิเคราะห์จากการแข่งขันมวยไทย พบว่า นักมวยไทยใช้ทักษะต่าง ๆ ในการแข่งขัน มีการใช้ทักษะการเตะสูงสุด 45.51% รองลงมาเป็นทักษะเข่า หมัด ถีบ และศอก ตามลำดับ

การเตะตัดเป็นอาวุธพื้นฐานของมวยไทยที่ใช้กันถี่มากทั้งในการฝึกซ้อมและแข่งขัน โดยมีเป้าหมายที่ด้านข้างของศีรษะ กราม หัวไหล่ ชายโครง ท้อง และขาของคู่ต่อสู้ (Jahn, 2015) การเตะตัดเป็นรูปแบบหนึ่งที่ใช้กันมากในการเตะ จากการเหวี่ยงขาไปที่ขา ลำตัว หรือศีรษะ และส่วนใหญ่เตะตัดด้วยขาข้างหลังในระดับต่าง ๆ จะส่งผลต่อความแรงในการเตะ (Borawski, 2007, p.4) เมื่อทำการเตะตัดด้วยขาขวาที่เป็นขาข้างที่ถนัด ให้เหวี่ยงทางแขนขวาไปข้างหลังสวนทางกับการเตะขวา เพื่อทำให้เกิดแรงมากที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ (Office of the national culture commission, 1997) ทั้งนี้ การเพิ่มแรงในการเคลื่อนไหวของรยางค์ส่วนบนในการเตะ มี 2 รูปแบบ ได้แก่ การเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง ยังไม่พบการศึกษาว่ารูปแบบใดที่เกิดความแรงและความเร็วได้มากกว่ากัน นอกจากนี้ การเตะตัด 3 ระดับ (ระดับล่าง กลาง และบน) ที่มีการเหวี่ยงแขนทั้ง 2 รูปแบบ รูปแบบใดจะมีการเพิ่มความแรงและความเร็วในการเตะตัดได้มากกว่ากัน ซึ่งเป็นสิ่งที่น่าสนใจ โดยปัจจุบันยังไม่มีการศึกษา ตรวจสอบที่แน่ชัด ทั้งนี้ Bloomfield, Ackland, & Elliott (1994) เสนอแนะว่า หลักการด้านชีวกลศาสตร์ควรนำมาใช้เพื่อวิเคราะห์ ตรวจสอบแรงภายในและแรงภายนอกที่กระทำต่อร่างกายและเป็นผลทำให้เกิดแรงเหล่านี้ขึ้น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ทำศึกษาเรื่องนี้ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง ที่ส่งผลต่อความแรงและความเร็วในการเตะตัดของขาข้างถนัดที่เป้าหมายระดับล่าง ระดับกลาง และระดับบน ซึ่งผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ฝึกสอนมวยไทยนำไปใช้ในการฝึกซ้อมทักษะการเตะตัดให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความแรงและความเร็วในการเตะตัดของมวยไทย ระหว่างรูปแบบการเตะที่มีการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและรูปแบบการเตะที่มีการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง
2. เพื่อเปรียบเทียบความแรงและความเร็วในการเตะตัดของมวยไทย ระหว่างรูปแบบการเตะที่มีการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและรูปแบบการเตะที่มีการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง

สมมุติฐานการวิจัย

ความแรงและความเร็วในการเตะตัดของมวยไทย ระหว่างรูปแบบการเตะที่มีการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและรูปแบบการเตะที่มีการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง แตกต่างกัน

วิธีการดำเนินงานวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักมวยระดับชั้นแนวหน้าและเป็นแชมป์เปียนมวยไทยของเวทีมาตรฐานลุมพินีและราชดำเนิน จากการอาสาสมัครและการคัดเข้ากลุ่มตามเงื่อนไข ดังนี้ นักมวยไทยอาชีพ เพศชาย มีอายุระหว่าง 22-25 ปี มีประสบการณ์ในการแข่งขันมวยไทยอย่างน้อย 5 ปี ได้มาโดยวิธีการอาสาสมัครและคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) ใช้เกณฑ์การคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างและเกณฑ์เงื่อนไข โดยคำนวณขนาดตัวอย่าง กำหนดให้อำนาจการทดสอบของสถิติทดสอบไม่ต่ำกว่า 0.8 และกำหนดระดับนัยสำคัญเท่ากับ 0.05 โดยมีสูตรในการคำนวณ (Thomas, 2013) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 7 คน

สูตรการคำนวณขนาดตัวอย่าง คือ

$$n = \left[\frac{(t_{\alpha/2,n-1} + t_{\beta,n-1})\hat{\sigma}_d}{\mu_d} \right]^2$$

เมื่อ μ_d คือ ค่าเฉลี่ยของความแตกต่างของข้อมูล

$\hat{\sigma}_d$ คือ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลต่างของข้อมูล

α คือ ระดับนัยสำคัญ

β คือ 1 – ค่าอำนาจการทดสอบ

เกณฑ์การคัดเข้าและคัดออกของกลุ่มตัวอย่าง คือ

1. เป็นผู้ที่มีสุขภาพร่างกายและจิตใจสมบูรณ์ แข็งแรง ไม่ได้รับการบาดเจ็บอย่างรุนแรง ที่จะเป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมการทำวิจัย
2. อยู่ในช่วงทำการฝึกซ้อมและไม่มีโปรแกรมการแข่งขันในระหว่างทำการทดลอง
3. ไม่มีโรคประจำตัวและความผิดปกติทางร่างกายใดๆ ผ่านการตรวจร่างกายโดยแพทย์

โดยกลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ขอถอนตัวจากการทดลองได้ตลอดเวลาหากเกิดความผิดปกติทางร่างกายซึ่งอาจส่งผลให้เกิดอันตราย ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยลงนามในใบยินยอมที่ได้รับพิจารณาดำเนินการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา ให้ดำเนินการวิจัยได้ตามมติเห็นชอบเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2560

เครื่องมือและอุปกรณ์ในการวิจัย

1. เครื่องทดสอบความแรงในการเตะตัดด้วยเครื่องวัดแรงทักษะมวยไทย (Muaythai skill Force dynamometer) ผลิตในประเทศไทย พัฒนามาจากคณะผู้วิจัย

โดยเครื่องมือมีความเชื่อมั่น โดยวิธีการวัดซ้ำ เท่ากับ 0.89 และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา มีค่า IOC เท่ากับ 0.92 ในปี พ.ศ. 2561 เครื่องมือนี้ รายงานการวิจัยเรื่อง ความเที่ยงตรงและและความเชื่อมั่นFf อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ คือ เป้าเตะ และติดตัวเซ็นเซอร์ที่ตัวเป้าจากชุดทดสอบเดียวกัน

2. กล้องบันทึกภาพ และโปรแกรม Kinovea สำหรับทดสอบความเร็วขณะเตะตัด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ก่อนการทดสอบ ได้อธิบาย วัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะได้จากการวิจัย ในครั้งนี้ ให้กลุ่มตัวอย่างรับทราบอย่างละเอียด เข้าใจในทุกขั้นตอน และเมื่อกลุ่มตัวอย่างได้รับทราบได้เห็น ลงมือปฏิบัติ ทำการสาธิต จนเข้าใจในรายละเอียดของข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยแล้ว ผู้วิจัยจึงนำใบยินยอม (Consent form) ให้กลุ่มตัวอย่างลงชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

2. เตรียมความพร้อมของเครื่องมือวัดแรงทักษะมวยไทย (Force dynamometer) และเครื่องวัดความเร็ว รวมทั้งอุปกรณ์ทดสอบบันทึกการวัดการเตะตัดระดับต่ำ กลาง และสูง ในรูปแบบการเหวี่ยงแขนไปทางข้างหน้า และรูปแบบเหวี่ยงแขนไปทางข้างหลัง ระดับละ 3 ครั้ง เลือกค่าที่ดีที่สุด

3. กลุ่มตัวอย่าง มีความพร้อมในการทดสอบแล้ว ให้กลุ่มตัวอย่างทำการอบอุ่นร่างกายให้พร้อมก่อนการทดสอบ โดยการอบอุ่นร่างกายเป็นเวลาประมาณ 5-10 นาที จากนั้นทำการพัก 5 นาที

4. จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างทำการเตะตัดที่เป้าเตะ 3 ระดับ (ล่าง กลาง บน) เพื่อวัดความแรงและความเร็ว โดยดูการเคลื่อนไหวขณะเหวี่ยงแขนไปทางข้างหน้าและข้างหลัง และติดตัวเซ็นเซอร์ (Sensor) วัดแรงในเป้าเตะและส่งสัญญาณไปยังคอมพิวเตอร์ เพื่อทำการบันทึกค่า และบันทึกวีดิโอ จากนั้นวัดความเร็วการเตะตัด 3 ระดับ โดยใช้โปรแกรม Kinovea คำนวณค่าความเร็วในการเตะตัด

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความแรง และความเร็วในการเตะตัด3 ระดับ ระหว่างรูปแบบการเหวี่ยงแขนไปทางข้างหน้าและข้างหลัง

2. วิเคราะห์ความแตกต่างของความแรง และความเร็ว ขณะเตะตัด 3 ระดับ ระหว่างรูปแบบการเหวี่ยงแขนไปทางข้างหน้าและข้างหลัง ด้วยวิธีการทดสอบค่าเฉลี่ยแบบจับคู่ (Paired sample t-test) และการทดสอบเครื่องหมายของวิลคอกซัน (Wilcoxon signed rank test)

ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ลักษณะทางกายภาพของกลุ่มตัวอย่างนักมวยไทย

(n = 7)

ลักษณะทางกายภาพของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	($\overline{X}$)	*S.D.*
อายุ (ปี)	7	22.43	1.28
น้ำหนัก (กิโลกรัม)	7	60.57	7.50
ส่วนสูง (เซนติเมตร)	7	168.14	6.41
ประสบการณ์การฝึก (ปี)	7	12.71	2.43

จากตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง สรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 7 คน มีอายุเฉลี่ย 22.43 ปี น้ำหนักเฉลี่ย 60.57 กิโลกรัม ส่วนสูงเฉลี่ย 168.14 เซนติเมตร ประสบการณ์การฝึก 12.71 ปี

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบความแรงขณะเตะตัด 3 ระดับ ระหว่างรูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและข้างหลัง

(n = 7)

ความแรง (นิวตันต่อกิโลกรัม)	รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า		รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง		ค่าสถิติทดสอบ	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
เตะตัดล่าง	70.52	11.64	73.02	9.56	19.00[a]	0.447
เตะตัดกลาง	94.71	17.48	100.22	18.77	-2.99[b]	0.024*
เตะตัดบน	68.68	10.05	72.82	9.76	-4.26[b]	0.005*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

a ค่าสถิติทดสอบเครื่องหมายของวิลคอกซัน, b ค่าสถิติทดสอบที

จากตารางที่ 2 พบว่า ความแรงของการเตะตัดกลาง และเตะตัดบน รูปแบบเหวี่ยงแขนไปข้างหลังมากกว่าความแรงขณะเตะตัดกลาง และเตะตัดบน รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนความแรงของการเตะตัดล่างระหว่างการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและข้างหลัง ไม่แตกต่างกัน โดยค่าเฉลี่ยของความแรงในการเตะตัดระดับกลางทั้งขณะเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและข้างหลังจะมากกว่าความแรงขณะเตะตัดระดับล่าง และระดับบน

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบความเร็วการเตะตัด 3 ระดับ ระหว่างรูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและข้างหลัง

(n = 7)

ความเร็ว (เมตรต่อวินาที)	รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า		รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง		ค่าสถิติทดสอบ	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
เตะตัดล่าง	12.46	1.40	12.19	.75	10.00[a]	0.554
เตะตัดกลาง	14.36	.70	14.66	.47	-1.13[b]	0.300
เตะตัดบน	10.89	.88	11.08	.67	-0.42[b]	0.686

a ค่าสถิติทดสอบเครื่องหมายของวิลคอกซัน, b ค่าสถิติทดสอบที

จากตารางที่ 3 พบว่า ความเร็วขณะเตะตัดทั้ง 3 ระดับ รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและข้างหลัง ไม่แตกต่างกัน โดยค่าเฉลี่ยความเร็วในการเตะตัดกลาง และเตะตัดบน รูปแบบเหวี่ยงแขนไปข้างหลังมากกว่ารูปแบบเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า ส่วนความเร็วขณะเตะตัดล่าง รูปแบบเหวี่ยงแขนไปข้างหน้ามากกว่ารูปแบบเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาและเปรียบเทียบผลความแรงและความเร็วในการเตะตัดของมวยไทย ระหว่างการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง โดยทำการศึกษาการเตะตัด 3 ระดับ (ล่าง กลาง บน) ผู้วิจัยได้อภิปรายผล ดังนี้

1. ผลการทดสอบความแรงขณะเตะตัด ระหว่างการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง

ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่า นักมวยไทย มีค่าความแรงในการเตะตัดกลาง แบบเหวี่ยงแขนไปข้างหลังเท่ากับ 6,321.43 นิวตัน หรือ 100.22 นิวตันต่อกิโลกรัม ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของสุวัตร สิทธิหล่อ (Suwat Sidthilaw, 1996) มีความแรงในการเตะตัดกลางที่ 7,420 นิวตัน โดยค่าความแตกต่างนี้อาจจะเป็นผลมาจาก

การใช้เครื่องมือที่แตกต่างกัน โดยเครื่องมือวัดความแรงในการเตะตัดโดยใช้ Pressure sensor เป็นตัวรับสัญญาณที่บรรจุไว้ในเป้าเตะ (Kicking pad) ขณะที่การศึกษาของสุวัตร สิทธิหล่อ (Suwat Sidthilaw, 1996) ใช้ Accelerometer เป็นตัวรับสัญญาณโดยบรรจุไว้ในกระสอบทราย นอกจากนี้ การศึกษาของ Busko et al. (2016) ที่ทำการศึกษาการเตะสองแบบของเทควันโด โดยอาศัยเครื่องมือลักษณะเดียวกันกับ สุวัตร สิทธิหล่อ (Suwat Sidthilaw, 1996) พบว่า แรงในการเตะสูงสุดของเท้าหลังแบบแรกนักกีฬาหญิงมีค่า 1,511 นิวตัน ขณะที่นักกีฬาชายมีค่าเท่ากับ 2,072 นิวตัน ขณะที่แรงเตะแบบที่สอง นักกีฬาหญิงมีค่า 2,490 นิวตัน ขณะที่นักกีฬาชายมีค่าเท่ากับ 3,461 นิวตัน (Busko et al., 2016) ซึ่งจากผลการศึกษาที่กล่าวมาข้างต้นเป็นที่ทราบว่าความแรงในการเตะของมวยไทยมีความแรงมากกว่าการเตะของคาราเต้ และเทควันโด (Gavagan & Sayers, 2017) ดังนั้น ความแรงในการเตะตัดของมวยไทยถือได้ว่ามีความรุนแรงมากกว่าการเตะของกีฬาประเภทศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบอื่น การพัฒนาให้เกิดแรงในการเตะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยให้นักกีฬามีประสิทธิภาพด้านพลัง (Power) ในการเตะ ซึ่งพลังในการเตะนั้นเกิดจากความแรง (Force) กับความเร็ว (Velocity) นักกีฬามวยระดับแชมป์จะต้องมีประสิทธิภาพข้างพลังในการออกอาวุธ แต่ต้องมีการเสริมสร้างด้านความแรง ซึ่งต้องอาศัยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเป็นพื้นฐาน ดังที่ถาวร กมุทศรี และคณะ (Tavorn Kamutsri et al., 2015) กล่าวว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเป็นองค์ประกอบสำคัญของร่างกายโดยเฉพาะนักกีฬา การเคลื่อนที่หรือเคลื่อนไหวร่างกายเกิดการหดตัวทำงานของกล้ามเนื้อเพื่อที่จะออกแรงสู้กับแรงต้านในรูปแบบต่าง ๆ

2. ผลการทดสอบความเร็วขณะเตะตัด ระหว่างการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและการเหวี่ยงแขนไปข้างหลัง

ความเร็วในการเตะตัดกลาง ของนักมวยไทยระดับแชมป์ รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและข้างหลัง มีความเร็วมากกว่าเตะตัดล่าง และเตะตัดบน ความเร็วในการเตะตัด เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการได้รับชัยชนะ เนื่องจากความเร็วเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดความได้เปรียบในเชิงการทำลายจังหวะและการออกอาวุธได้เร็วกว่าคู่ต่อสู้ แสดงให้เห็นว่า กลไกการเคลื่อนไหวและการทำงานของกล้ามเนื้อในการเตะตัดกลางเกิดความเร็วมากกว่า ดังนั้น การออกอาวุธโดยการเตะตัดกลางหรือเตะตัดลำตัว จึงเป็นทักษะที่ใช้กันมากในการแข่งขันมวยไทย โดยความเร็วที่พบในการเตะตัดกลาง รูปแบบเหวี่ยงแขนไปข้างหลังของนักมวยไทยระดับแชมป์ของการศึกษาครั้งนี้ มีค่า 14.66 เมตรต่อวินาที ซึ่งใกล้เคียงกับความเร็วในการเตะตัดของนักกีฬาเทควันโด (Gavagan & Sayers, 2017; Kim & Im, 2011) ขณะที่ผลการศึกษาของ Diniz et al. (2018) ได้ศึกษาถึง คิเนเมติกส์ของการเตะในนักกีฬาคาราเต้ นักกีฬาเทควันโด และนักมวยไทย พบว่า นักกีฬาคาราเต้ มีความเร็วในการเตะมากกว่านักมวยไทย ดังที่ วีรวัชร์ ทองยอดดี ชาญชัย ยมดิษฐ์ และวรยุทธ ทิพย์เที่ยงแท้ (Weerawat Tongyoddee, Chanchai Yomdit & Worrayut Tiptiangtae, 2017) ได้ทำการศึกษา การวิเคราะห์ความเร็วของทักษะพื้นฐานมวยไทย ในด้านความความเร็วของการเตะเฉียงของนักมวยไทย พบว่า มีค่าความเร็วเฉลี่ย 17.15 เมตรต่อวินาที ดังนั้น ประสบการณ์แข่งขัน การฝึกซ้อม รวมไปถึงพลังกล้ามเนื้อของนักกีฬาอาจจะมีผลต่อความเร็วในการเตะตัดของนักกีฬาประเภทต่อสู้ป้องกันตัว โดยการทำงานในลักษณะความแรงและความเร็วของกล้ามเนื้อมีผลต่อประสิทธิภาพในการออกอาวุธของนักมวย

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยสรุปได้ว่า ความแรงในการเตะตัดรูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหลังจะมากกว่าการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า ทั้งการเตะตัดระดับกลาง และเตะตัดระดับบน การเตะตัดระดับล่าง ทั้งสองรูปแบบ ไม่แตกต่างกัน ส่วนความเร็วในการเตะตัดรูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหลังและการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า ไม่แตกต่างกัน ทั้งการเตะตัดระดับบน ระดับกลาง และระดับล่าง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบความแรง และความเร็วในการเตะตัดในมวยไทยที่ถนัดขวาและถนัดซ้าย

2. ควรทำการศึกษาการเตะตัด รูปแบบการเหวี่ยงแขนไปข้างหน้าและการเหวี่ยงแขนไปข้างหลังในแขนงศิลปะการต่อสู้อื่นๆ

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ ดร.ชำนาญ ชินสีห์ จากคณะวิทยาการสุขภาพและกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ ที่อนุเคราะห์เครื่องมือและแนะนำการใช้งาน รวมทั้งให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูล สำหรับการทดสอบวัดความแรงและความเร็วในการเตะตัดในครั้งนี้

References

Bloomfield, J., Ackland, R. T., & Elliott, C. B. (1994). *Applied Anatomy and Biomechanics in Sport.* Melbourne: Blcakwell Sciencetific.

Borawski, B. (2007). Kicking. *The Journal Crossfit Article Reprint*, *57*(4), 1-4

Busko, K., Staniak, Z., Szark-Eckardt, M., Nikolaidis, P. T., Mazur-Rozycka, J., Lach, P., & Gorski, M. (2016). Measuring the force of punches and kicks among combat sport athletes using a modified punching bag with an embedded accelerometer. *Acta Bioeng Biomech*, *18*(1), 47-54.

Diniz, R., Del Vecchio, F. B., Schaun, G. Z., Oliveira, H. B., Portella, E. G., da Silva, E. S., and Pinto, S. S. (2018). Kinematic comparison of the roundhouse kick between taekwondo, karate, and muaythai**.** *J Strength Cond Res*, *2018 Jun 25.*

Gavagan, C. J., & Sayers, M. G. L. (2017). A biomechanical analysis of the roundhouse kicking technique of expert practitioners: A comparison between the martial arts disciplines of MuayThai, Karate, and Taekwondo*. Journal Prone*, 5, August 25, 2017

Jahn, Aaron. (2015). A Kinematic Analysis of a Muay Thai Roundhouse Kick. Retrieved October 5, 2016, from www. slideshare. net/ AaronJahn1/ a- kinematic- analysis- of- a-muay-thai-roundhouse-kick

Kim, H.Y., and Im. J.S. (2011). Inter-ioint coordination in producing kicking velocity of Taekwondo kicks. *Journal of Sports Science and Medicine*, 10, 31-38.

Krongjak Ngameesri. (1987). *The Thai boxing skill test for college of physical education male students.* (Master's thesis). Srinakharintrawirot University.

Office of the national culture commission. Ministry of education. (1997). *Art of Muay Thai.* Bangkok: Kurusapa Printingladphrao.

Suwat Sidthilaw. (1996**).** *Kinetic and kinematic analysis of Thai boxing roundhouse kicks***.** (Doctoral dissertation). Oregon State University.

Tavorn Kamutsri, Arom Treeraj, Chatchai Sriwilai, Jira Nabsanit. (2015) The physical fitness norms of Thai university athletes. *Journal of Sports Science and Technology, 15*(2).

Thomas, P. R. (2013).*Sample Size Determination and Power***.** Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.

Weerawat Tongyoddee, Chanchai Yomdit, & Worrayut Tiptiangtae. (2017). *Velocity analysis of fundamental Muay Thai skills***.** (Doctoral dissertation). Muban Chom Bueng Rajabhat University.

Received : 7 June, 2019
Revised : 10 October, 2019
Accepted : 17 October, 2019

ผลของกิจกรรมกลางแจ้งที่มีต่อการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวในเด็กอายุ 4-6 ปี

พันธุ์ทิวา ชาวอุทัย,อำนวย ตันพานิชย์ และพรพล พิมพาพร
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวก่อนและหลังการฝึกด้วยกิจกรรมกลางแจ้ง กลุ่มตัวอย่างได้แก่เด็กอายุ 4-6 ปีจำนวน 20 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากสถานรับเลี้ยงเด็กจีราวัฒน์ เนอสเซอรี่ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ ชุดการฝึกด้วยกิจกรรมกลางแจ้งที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น จำนวน 12 กิจกรรม สำหรับการฝึก 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน (วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์) และใช้แบบทดสอบ Movement Assessment Battery for Children (M-ABC2) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test แบบกลุ่มที่เป็นอิสระแก่กัน (t-test independent) กำหนดความมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการฝึกด้วยกิจกรรมกลางแจ้งเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ มีคะแนนเฉลี่ยการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวเพิ่มขึ้น แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสรุปผลการวิจัยได้ว่า ชุดการฝึกด้วยกิจกรรมกลางแจ้งจำนวน 12 กิจกรรม สำหรับการฝึก 4 สัปดาห์ ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นนั้น ยังต้องได้รับการปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้เหมาะสมกับการพัฒนาการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวในเด็กอายุ 4-6 ปีให้ดียิ่งขึ้น

คำสำคัญ: การประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมกลางแจ้ง แบบทดสอบ M-ABC2

Corresponding Author: นายพันธุ์ทิวา ชาวอุทัย ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ คณะ วิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน E-mail: pantiva.c@ku.th

EFFECT OF OUTDOOR ACTIVITY ON MOVEMENT CO-ORDINATION IN 4-6 YEAR OLD CHILDREN

Pantiva Chawauthai, Amnuay Tanpanich and Phornphon Phimphaphorn
Faculty of Sport Science, Kasetsart University

Abstract

The aims of this research were to study and compare the effects of movement co-ordination before and after training with outdoor activities. The sample group consisted of 20 children aged 4-6 years, which were obtained from Jeerawat Nursery by simple random sampling. Tools used in the research were training sets with outdoor activities created by the researcher: 12 activities for 4 week training, 3 days a week (Monday, Wednesday and Friday) and the Movement Assessment Battery for Children test (M-ABC2). The data analysis was conducted in terms of mean, standard deviation, and t-test independent group. The significance level was determined at .05.

The results were found that after training with outdoor activities for a period of four weeks, the average scores of muscle and nerve coordination increased. However, no significant difference was found at the level of .05. It was concluded that the training set with 12 outdoor activities for four-week training needed to be improved in order to suit the development of movement co-ordination in children aged 4-6 years.

Keywords: Movement Co-ordination, Outdoor Activity, M-ABC2

Corresponding Author: Mr. Pantiva Chawauthai Student of Master's Degree Department of Sports and Health, Faculty of Sports Science, Kasetsart University. Kampeangsean Campus E-mail: pantiva.c@ku.th

บทนำ

ปัจจุบันนี้ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทมากมายในการดำเนินชีวิตประจำวันของคนไทย โดยเฉพาะอุปกรณ์อำนวยความสะดวกต่าง ๆ ที่สามารถพกติดตัวไปได้ จึงเห็นเด็กจับจ้องไปที่หน้าจอโทรศัพท์ลอดเวลา การเลี้ยงลูกในปัจจุบันเป็นการเลี้ยงดูที่เต็มไปด้วยการใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่เล่นได้จากทั้งในโปรแกรมคอมพิวเตอร์หรือจากเครื่องเล่นต่าง ๆ (Wanwipa Thiangtham and Anchanee Boonsue, 2014) โดยในปัจจุบันเด็กในวัยอนุบาลจำนวนมากต้องเข้าพบแพทย์จากปัญหาของการพัฒนาการที่ล่าช้า และสิ่งที่ทำให้เด็กมีปัญหาส่วนมากเกิดจากการเลี้ยงดูของผู้ปกครองจากการให้เด็กดูโทรทัศน์ เล่นสมาร์ทโฟน รวมถึงการพาเด็กไปนอกบ้านเพื่อเรียนรู้ตามสื่อของเล่นในห้างสรรพสินค้า แทนการเล่นในสวนสาธารณะ หรือตามธรรมชาติ สำนักงานสำรวจสุขภาพประชาชนไทย (Health Information System Development Office, 2009) กล่าวว่า ร่างกายของเด็กวัยอนุบาลจะต้องมีการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา หากแต่เด็กในสมัยนี้จะใช้เวลาในการเล่นคอมพิวเตอร์ การดูโทรทัศน์มากเกินควร จึงทำให้บางครั้งเด็กไม่ได้ใช้มือ แขน ขา เท่าที่ควร สิ่งที่พบจากการสำรวจสภาวะปัญหาสุขภาพของเด็กกลุ่มปฐมวัย พบว่า การเคลื่อนไหวของเด็กร้อยละ 18.3 มีพัฒนาการช้ากว่าวัยอย่างน้อย 1 ด้าน

วัยเด็กเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาอย่างรวดเร็ว หากวัยนี้ได้รับการสนับสนุนและส่งเสริมการออกกำลังกายอย่าสม่ำเสมอต่อเนื่องจากครอบครัว โรงเรียน และชุมชนในการให้เด็กมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาที่หลากหลายตามความสนใจ และความต้องการจะทำให้เด็กสามารถเลือกทำในสิ่งที่ตนเองรักได้ จนกลายเป็นพฤติกรรมรักการออกกำลังกายติดตัวไปตลอดชีวิต เด็กจะเรียนรู้ผ่านประสบการณ์การเล่น และการเคลื่อนไหวตลอดเวลา โดยเด็กจะมีกล้ามเนื้อพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว 75% ของน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้น เป็นผลมาจากการเจริญเติบโตของกล้ามเนื้อ ซึ่งเป็นการเจริญเติบโตของกล้ามเนื้อมัดใหญ่มากกว่ากล้ามเนื้อมัดเล็ก สำหรับเด็กวัยนี้การพัฒนาร่างกายของเด็กคือความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ โดยเด็กจะสามารถเคลื่อนไหวและทำกิจกรรม เช่น การเดิน การทรงตัว การวิ่งได้ดีนั้น พื้นฐานสำคัญมาจากความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ เด็กจึงต้องได้เคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายที่สมบูรณ์ ซึ่งแตกต่าง ไปตามลำดับช่วงวัย (Chatree Vitoonchat, 2010) โดยเด็กต้องมีทักษะการเคลื่อนไหวเป็นส่วนสำคัญซึ่งการมีการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวทางกาย ได้แก่ ความแม่นยำในการควบคุมมือ ทักษะการควบคุมลูกบอล และการโยน และการสมดุลร่างกายที่ดีนั้นจะช่วยส่งเสริมให้เด็กสามารถปฏิบัติการเคลื่อนไหวได้อย่างแม่นยำและมีประสิทธิภาพตามวัตถุประสงค์ของการปฏิบัติกิจกรรม ผู้ที่มีการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวดี จะสามารถปฏิบัติทักษะได้อย่างสมบูรณ์และสามารถช่วยให้ปฏิบัติทักษะการเคลื่อนไหวต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว ซึ่ง White (2011) ได้กล่าวถึงแนวทางในการส่งเสริมการจัดการเล่นนอกห้องเรียน ในด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ สังคม ด้านจิตใจ และด้านสติปัญญาไว้ว่า ในด้านร่างกาย เด็กจะได้ใช้กล้ามเนื้อที่ดีขึ้น พัฒนาการใช้มือความสัมพันธ์ มือ – ตา เด็กจะได้ออกกำลังกายและใช้กล้ามเนื้อทุกส่วนผ่านการวิ่งเล่น การเคลื่อนไหวร่างกายส่วนต่างๆ อย่างอิสระ ทั้งนี้กิจกรรมทางกายรวมไปถึงกิจกรรมกลางแจ้งต่างๆ เป็นส่วนสำคัญสำหรับการพัฒนาการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กวัยนี้ สำหรับเด็กแล้วกิจกรรมที่จะช่วย ให้เกิดการเรียนรู้ได้ดีนั้นก็คือการเล่น ซึ่งกล่าวได้ว่าการเล่นเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้พัฒนา ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา กุลยา ตันติผลาชีวะ (Kulaya Tantiplajiva, 2008) กล่าวว่ากิจกรรมกลางแจ้งมี

ความสำคัญเทียบเท่ากับกิจกรรมในห้องเรียน เนื่องจากกิจกรรมและสภาพแวดล้อมนอกห้องเรียนสามารถเอื้อต่อการเรียนรู้และส่งเสริมพัฒนาการของเด็กได้หลายด้าน เช่น การพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก การประสานสัมพันธ์กันของร่างกาย ลิซ่า (Lisa et al., 2010) ยังกล่าวอีกว่า เด็กควรมีกิจกรรมทางกายอย่างน้อยที่สุด วันละ 30 นาที ซึ่งสนามเด็กเล่นของโรงเรียนเป็นอีกส่วนสำคัญและเป็นอีกหนึ่งโอกาสที่ทำให้เด็กได้มีกิจกรรมการทางกาย

งานวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้แบบทดสอบ Movement Assessment Battery for Children (M-ABC2) ซึ่งแบบทดสอบ M-ABC2 ถูกออกแบบมาเพื่อใช้ในการทดสอบกิจกรรมที่มีการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหว ซึ่งถูกสร้างโดย Henderson, Sugden & Barnett (2007) โดยพัฒนามาจากแบบทดสอบ M-ABC (Henderson & Sudgen, 1992) แบบทดสอบ M-ABC2 เป็นหนึ่งในวิธีการที่ใช้มากที่สุด (Matthias, Julia, Franz and Klaus, 2010) และมีการนำไปใช้กันอย่างแพร่หลายในการศึกษาปัญหาการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวในเด็ก (Alloway, 2007) นอกจากนั้น แบบทดสอบ M-ABC2 ยังถูกใช้เป็นเกณฑ์ในการระบุระดับความบกพร่องของการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหว (Cherng et al., 2007)

จากปัจจัยต่าง ๆ ข้างต้นพบว่า อุปกรณ์อิเล็คทรอนิก การขาดกิจกรรมทางกาย หรือแม้แต่การเลี้ยงดูของผู้ปกครอง เป็นตัวแปรสำคัญที่ส่งผลให้เกิดปัญหาการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวของเด็ก จากการศึกษาค้นคว้างานวิจัยทั้งภายในประเทศและต่างประเทศพบว่า การมีกิจกรรมทางกาย มีส่วนในการพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้กิจกรรมกลางแจ้งจึงเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เด็กได้มีกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย จากเหตุผลและแนวคิดข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดที่จะสร้างแบบฝึกกิจกรรมกลางแจ้งอย่างเป็นระบบ โดยการจัดสนามเด็กเล่นให้เป็นรูปแบบสถานี ซึ่งผลที่ได้จากการวิจัยจะเป็นแนวทางเพื่อใช้ในการฝึกพัฒนาการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวของเด็กให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

วิธีดำเนินการวิจัย

- วิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาอนุมัติในด้านจริยธรรมจากคณะกรรมการพิจารณาการศึกษาวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ให้ดำเนินการวิจัยได้ตามรหัสโครงการ KUREC-HS61/027

- คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชากรจำนวน 60 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จำนวน 20 คน และแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มควบคุม

- นำกลุ่มตัวอย่างที่ได้จำนวน 20 คนมาทำการทดสอบก่อนการเข้ารับการฝึกโดยใช้การทดสอบ Move Assessment Battery for Children (MABC-2)

<u>เกณฑ์การคัดเลือกเข้าร่วมการวิจัย</u>

1. เป็นเด็กผู้ชายอายุระหว่าง 4-6 ปี ของสถานรับเลี้ยงเด็กจีราวัฒน์เนอสเซอรี่
2. ต้องเป็นผู้ที่มาสถานรับเลี้ยงเด็กอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย 3-5 วัน/สัปดาห์
3. ไม่มีปัญหาอาการบาดเจ็บที่เป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมการวิจัย
4. เป็นผู้ที่มีความสมัครใจและได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง
5. สัญชาติไทย

<u>เกณฑ์ในการคัดออก (Exclusion Criteria)</u>

1. ไม่ให้ความร่วมมือและไม่เข้าร่วมการวิจัยตามวันเวลาที่ผู้วิจัยนัดหมาย

2. มีอาการบาดเจ็บหรือเกิดเหตุสุดวิสัยไม่สามารถที่จะเข้าร่วมการวิจัยได้
3. กลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวจากงานวิจัยได้ตลอดระยะเวลาของการเก็บข้อมูล

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ทำหนังสือขอความร่วมมือจากคณะวิทยาศาสตร์การกีฬามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ถึงสถานรับเลี้ยงเด็กจีราวัฒน์ เนอสเซอรี่ เพื่อขออนุเคราะห์ในการใช้สถานที่ และกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัย
2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการ เครื่องมือ อุปกรณ์ ในการวิจัยจากทฤษฎีและหลักการจากเอกสาร ตำรา งานวิจัย และผู้เชี่ยวชาญ
3. จัดเตรียมอุปกรณ์ สถานที่ ตารางการฝึก และใบบันทึกผล
4. อธิบายขั้นตอนการฝึกและวิธีการทดสอบให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจอย่างละเอียด
5. กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบก่อนการเข้ารับการฝึกโดยใช้การทดสอบ Move Assessment Battery for Children (MABC-2) และบันทึกผล
6. ฝึกซ้อมตามโปรแกรมเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน โดยโปรแกรมที่ใช้ในการวิจัยแสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงรายละเอียดโปรแกรมการฝึกของกลุ่มทดลอง

วัน	ท่าฝึก	รอบ ✕ เซต	พักระหว่างเซต
วันจันทร์	1.เขย่งกระโดดตามช่อง 2.เลี้ยงลูกเทนนิส 3.โยนลูกบอลเข้าห่วง 4.วิ่งบนสปีดแลดเดอร์	3 ✕ 3	3 นาที
วันพุธ	1.ย้ายลูกเทนนิส 2.ของเล่นบ้านจำลอง 3.อุโมงค์ตัวหนอน 4. เดินทรงตัว	3 ✕ 3	3 นาที
วันศุกร์	1.กระโดดข้ามสิ่งกีดขวาง 2.วางและเก็บลูกเทนนิส 3.โดมกระดานลื่น 4.วิ่งอ้อมกรวย	3 ✕ 3	3 นาที

โดยก่อนการฝึกอบอุ่นร่างกาย 5 นาที ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ 5 นาที และหลังการฝึกคลายอุ่น 5 นาที

7. กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบก่อนการเข้ารับการฝึกโดยใช้การทดสอบ Move Assessment Battery for Children (MABC-2) และบันทึกผล
8. นำผลที่ได้จากการทดสอบมาวิเคราะห์ผลทางสถิติ
9. สรุปผลของการวิจัยและข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัยในครั้งนี้

การใช้สถิติเพื่อการวิเคราะห์ข้อมูล

1. คำนวณค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ของอายุ น้ำหนัก และส่วนสูง

2. คำนวณค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ของผลที่ได้จากการทดสอบ M-ABC2

3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการฝึกของผลที่ได้จากการทดสอบด้วยแบบทดสอบ M-ABC2 โดยใช้ Paired t-test

4. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างระหว่างกลุ่มของผลที่ได้จากการทดสอบด้วยแบบทดสอบ M-ABC2 โดยใช้ independent t-test

5. กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัย

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวก่อน และหลังการฝึก 4 สัปดาห์ของกลุ่มควบคุม

แบบทดสอบ M-ABC2	ก่อนการฝึก $\overline{X}$±S.D.	หลังการฝึก $\overline{X}$±S.D.	t	p
Manual Dexterity (วินาที)				
- Posting Coins	17.11±1.75	17.08±1.08	.088	.932
- Threading Beads	38.24±0.86	38.34±0.79	-.303	.769
Ball Skills (ครั้ง)				
- Catching Bean Bag with Both Hand	5.7±1.89	6.4±1.90	-1.66	.132
Balance (วินาที)				
- One Leg Balance	12.12±6.63	13.47±7.51	-2.54	.032*
- Jumping Over Cord	7.10±1.01	7.57±0.82	-1.56	.154

*p<.05

จากตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวก่อนและหลังการฝึกของกลุ่มควบคุม พบว่าผลการทดสอบด้าน Balance โดยการทดสอบด้วย One-Leg Balance ภายหลังระยะเวลา 4 สัปดาห์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในการทดสอบด้านอื่นๆ

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวก่อนและหลังการฝึก 4 สัปดาห์ของกลุ่มทดลอง

แบบทดสอบ M-ABC2	ก่อนการฝึก $\bar{X}$±S.D.	หลังการฝึก $\bar{X}$±S.D.	t	p
Manual Dexterity (วินาที)				
- Posting Coins	16.16±1.97	15.63±1.62	2.037	.072
- Threading Beads	38.53±0.98	37.76±1.16	1.421	.189
Ball Skills (ครั้ง)				
- Catching Bean Bag with Both Hand	5±1.41	6.3±1.82	-3.074	.013*
Balance (วินาที)				
- One Leg Balance	10.67±4.73	18.09±8.35	-2.488	.035*
- Jumping Over Cord	7.95±0.78	7.44±0.92	2.015	.075

*p<.05

จากตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวก่อนและหลังการฝึกของกลุ่มทดลอง พบว่าผลการทดสอบด้าน Ball skills โดยการทดสอบด้วย Catching Beanbag with Both Hand และการทดสอบด้าน Balance โดยการทดสอบด้วย One-Leg Balance ภายหลังระยะเวลา 4 สัปดาห์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในการทดสอบด้านอื่นๆ

ตารางที่ 4 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ภายหลังการฝึก 4 สัปดาห์

แบบทดสอบ M-ABC2	กลุ่มควบคุม $\bar{X}$±S.D.	กลุ่มทดลอง $\bar{X}$±S.D.	t	p
Manual Dexterity (วินาที)				
- Posting Coins	17.08±1.08	15.63±1.62	2.356	.030*
- Threading Beads	38.34±0.79	37.76±1.16	1.315	.205
Ball Skills (ครั้ง)				
- Catching Bean Bag with Both Hand	6.4±1.90	6.3±1.82	0.120	.906
Balance (วินาที)				
- One Leg Balance	13.47±7.51	18.09±8.35	-1.299	.210
- Jumping Over Cord	7.57±0.82	7.44±0.92	0.337	.740

*p<.05

จากตารางที่ 4 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหว ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่าผลการทดสอบด้าน Manual Dexterity โดยการทดสอบด้วย Posting Coins ภายหลังระยะเวลา 4 สัปดาห์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในการทดสอบด้านอื่นๆ

การอภิปรายผล

จากผลวิจัยแสดงให้เห็นว่าข้อมูลในเชิงสถิติไม่เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ แต่พบว่าโปรแกรมการฝึกด้วยกิจกรรมกลางแจ้งที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นกิจกรรมหนึ่งที่ช่วยเสริมสร้างประสิทธิภาพของการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวในเด็กช่วงอายุ 4-6 ปีได้ โดยภายหลังการฝึกเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์พบว่า กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ย แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเนื่องจากในวัยเด็กในช่วง 4-6 ปี เป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาอย่างรวดเร็ว ซึ่งเด็กแต่ละคนอาจมีการพัฒนาที่แตกต่างกันออกไป โดยที่เด็กบางคนอาจมีพัฒนาการหรือการเรียนรู้ที่เร็วกว่าคนอื่น ในขณะเดียวกันเด็กอีกคนอาจมีการพัฒนาที่ช้ากว่า ซึ่งอาจเกิดจากตัวของเด็กเอง เด็กที่มีพัฒนาการที่ดีจะเกิดการเรียนรู้สิ่งต่างๆได้ง่ายและรวดเร็ว ทั้งนี้ประสบการณ์ต่างๆยังเป็นส่วนเพิ่มการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยอย่างมาก เด็กทุกคนมีความฉลาด ซึ่งความฉลาดนั้นจะปรากฏได้ก็ต่อเมื่อเด็กได้รับการดูแลอย่างมีคุณภาพ การที่ผู้ปกครองปล่อยให้เด็กเล่นเกมหรือดูโทรทัศน์เป็นเวลานานๆส่งผลให้เด็กมีการจับจ้องติดตามภาพอย่างแน่วแน่โดยไม่สนใจสิ่งต่างๆรอบตัว จะส่งผลให้เด็กขาดกิจกรรมทางกายซึ่งเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเด็กในวัยนี้ การให้เด็กได้ออกไปเล่นหรือทำกิจกรรมทางกายเป็นสิ่งจำเป็นและควรเป็นการเล่นอย่างเหมาะสม เพราะการเล่นหมายถึงการทำงานเพื่อการเรียนรู้สำหรับเด็ก ซึ่งสมศักดิ์ สินธุเวชญ์ (Somsak Sinthuvej, 2004) ได้ศึกษาพบว่า ทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ในเด็กปฐมวัยเช่นการยืน เดิน วิ่ง ปีนป่าย กลิ้ง กระโดดโดยการใช้แขน ขา เท้า และลำตัวในการเคลื่อนไหวอย่างคล่องแคล่ว จะทำให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งต่างๆรอบตัวได้ดีกว่าเด็กที่เคลื่อนไหวอย่างเชื่องช้า ชาตรี วิฑูรชาติ (Chatree Vitoonchat, 2010) กล่าวว่าเด็กจะเรียนรู้ผ่านประสบการณ์การเล่นและการเคลื่อนไหวตลอดเวลา โดยกล้ามเนื้อของเด็กจะพัฒนาไปอย่างรวดเร็วประมาณ 75% ของน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้น ซึ่งเป็นการเจริญเติบโตของกล้ามเนื้อมัดใหญ่มากกว่ากล้ามเนื้อมัดเล็ก สำหรับเด็กวัยนี้การพัฒนาร่างกายของเด็กคือความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ โดยเด็กจะสามารถเคลื่อนไหวและทำกิจกรรม เช่น การเดิน การทรงตัว การวิ่งได้ดีนั้น พื้นฐานสำคัญมาจากความแข็งแรงของร่างกายที่สมบูรณ์ ซึ่งแตกต่างไปตามลำดับช่วงวัย โดยเด็กต้องมีทักษะการเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อ เด็กจึงต้องได้เคลื่อนไหวร่างกาย จะเห็นได้ว่า กิจกรรมทางกายรวมไปถึงกิจกรรมกลางแจ้งต่างๆ เป็นส่วนสำคัญสำหรับการพัฒนาการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กวัยนี้ สำหรับเด็กแล้วกิจกรรมที่จะช่วย ให้เกิดการเรียนรู้ได้ดีนั้นก็คือการเล่น ซึ่งกล่าวได้ว่าการเล่นเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้พัฒนา ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การเล่นเปรียบเสมือนการทำงานของเด็ก ซึ่งจะช่วยให้เด็กพัฒนาทักษะของตนเอง เด็กสามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆผ่านการเล่น ซึ่งความรู้ทั้งหลายจะสั่งสมเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตในวันข้างหน้า ครู ผู้ปกครองต้องช่วยเหลือเพื่อพัฒนาเด็ก โดยให้เด็กได้ทำกิจกรรมเพื่อเพิ่มทักษะ คอยจัดกิจกรรมต่างๆผ่านการเล่นเพื่อพัฒนาเด็กทุกๆด้านอย่างสมดุล ซึ่งการจะพัฒนาการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวให้ทำงานได้รวดเร็วและตอบสนองที่ดีนั้นสามารถฝึกได้โดยเริ่มเรียนรู้กลไกการเคลื่อนไหวทั่วไปและยากขึ้น การมีความสลับซับซ้อนตามรูปแบบการฝึกจะส่งผลต่อพัฒนาการในด้านการเรียนรู้และจดจำ ซึ่งจะนำไปสู่การใช้การเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาให้เกิดประสิทธิภาพทั้งในด้านความแข็งแรงและความเร็ว (Thavorn Kamutsi, 2005) ในการพัฒนาการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวจะมีวิธีการอยู่ไม่มาก เมื่อเปรียบเทียบกับการพัฒนาสมรรถภาพทางกลไกด้านอื่นๆ ความสัมพันธ์ระบบประสาทกล้ามเนื้อเป็นความสามารถตามธรรมชาติ และยังเป็นความสามารถทางพันธุกรรมอีกด้วย สำหรับบุคคลที่เกิดมาโดยไม่ได้รับของขวัญเป็นการ

ประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวที่ดีและบุคคลที่ปฏิบัติทักษะที่มีความซับซ้อนได้ช้าอาจจะต้องใช้ความพยายามอย่างมากในการที่จะทำให้การประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวมีการพัฒนาได้ดีขึ้น (Theerasak Arphawattanasakun, 2009) อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่ามีการพัฒนาที่ดีในด้าน Ball skill และ Balance ในภายกลุ่มทดลองและมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในด้าน Manual dexterity ผู้วิจัยคาดว่ารูปแบบของกิจกรรมอาจจะไม่สอดคล้องให้เกิดการพัฒนา ซึ่งรวมไปถึงเรื่องของระยะเวลาในการฝึก การวิจัยในครั้งผู้วิจัยใช้ระยะเวลาในการฝึก 4 สัปดาห์ ซึ่งอาจเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ไม่เกิดพัฒนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างไรก็ตามจะเห็นได้ว่าภายหลังการฝึก 4 สัปดาห์ ผลการวิจัยมีแนวโน้มที่พัฒนาไปในทางที่ดี ดังนั้นหากมีการเพิ่มระยะเวลาในการฝึกเป็น 6 หรือ 8 สัปดาห์คาดว่าจะเห็นผลที่ชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับภานุวัฒน์ หนูบ้านยาง (Panuwat Noobanyang, 2012) ได้ศึกษาผลของการฝึกกีฬาสแต็คที่มีต่อเวลาตอบสนองและเวลาปฏิกิริยาในเด็ก พบว่า ค่าเฉลี่ยเวลาปฏิกิริยาตอบสนองของกลุ่มทดลองเริ่มมีการพัฒนาดีขึ้นภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ค่าเฉลี่ยของเวลาปฏิกิริยาตอบสนองมีการพัฒนาดีขึ้น

อย่างไรก็ตามภายหลังการฝึกผู้วิจัยได้มีโอกาสพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กและตัวเด็กที่เข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลเพิ่มเติม พบว่า เด็กที่เข้าร่วมในกลุ่มทดลองมีความรู้สึกสนุกกับกิจกรรมที่ได้รับ เนื่องจากกิจกรรมการเคลื่อนไหวเป็นสิ่งที่เด็กชื่นชอบและเป็นกิจกรรมรูปแบบใหม่ที่เด็กไม่เคยได้ฝึกฝนมาก่อน ซึ่งประสบการณ์เหล่านี้คือแหล่งเรียนรู้ที่สำคัญของเด็กปฐมวัย และถ้าประสบการณ์ที่เด็กได้รับนั้นมีการดูแลและสนับสนุนที่เหมาะสมจากผู้ใหญ่ จะทำให้ประสบการณ์นั้นๆมีคุณค่าต่อการเรียนรู้ของเด็กมากขึ้น และถึงแม้ว่าเด็กจะพอใจกับกิจกรรม แต่เด็กหลายคนมีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือหรืออุปกรณ์อิเลกโทรนิกต่างๆเมื่ออยู่ที่บ้านและขาดการสนับสนุนการทำกิจกรรมทางกาย จากครอบครัว จึงเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลให้การฝึกไม่เห็นผลเท่าที่ควร

ข้อเสนอแนะ

1. เพิ่มระยะเวลาของการฝึกเป็น 4 หรือ 8 สัปดาห์เพื่อดูผลในระยะเวลาที่มากขึ้น
2. ควรมีการศึกษาผลของกิจกรรมกลางแจ้งที่มีต่อการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวในช่วงอายุที่แตกต่างกันออกไป
3. ควรเก็บข้อมูลสมรรถภาพทางกายอื่นๆ เพิ่มเติม เช่น ความแข็งแรง หรือความเร็ว เป็นต้น
4. สถานที่จัดกิจกรรมกลางแจ้งควรหลีกเลี่ยงบริเวณที่มีอากาศร้อน หรือแดดจัด เพราะจะทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพของเด็ก
5. ควรทำการทดลองในกลุ่มต่างๆ เช่น กลุ่มขาดกิจกรรมทางกาย กลุ่มมีพฤติกรรมติดอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ เป็นต้น

References

Alloway, T.P. (2007). Working memory, reading and mathematical skills in children with developmental coordination disorder**.** *Journal of Experimental Child Psychology*. *96*(1), 20-36.

Chatree Vitoonchat. (2010). *Learn by Playing*. Department of Pediatrics, Faculty of Medicine, Siriraj Hospital Mahidol University.

Cherng, R.J., Yung W.H., Yung J.C., Jenn Y.C. (2007). Standing balance of children with developmental coordination disorder under altered sensory conditions. *Human Movement Science*, 26, 913-926.

Health Information System Development Office. (2009). *National Health Examination Survey No. 4, 2008-2 Child Health No. 4, 2008-2.* Bangkok.

Henderson, S. E., & Sudgen, D. (1992). *Movement Assessment Battery for Children: Manual*. London: The Psychological Cooperation.

Handerson, S.E., Sugden D.A. Barnett A.L. (2007). *Movement Assessment Battery for Children. (2nd ed.).* London: The physical corporation.

Kulaya Tantiplajiva. (2008). *Early Childhood Education Model*. Bangkok. Mitsamphan Graphic Company.

Lisa J., Rosie A. Dionne H., Lisa G., Colin M., Jan G., Julie B. Elizabeth W. (2010). Increasing school playground physical activity: A mixed methods study combining environmental measures and children's perspective. *Journal of Science and Medicine in Sport,* 2, 210-216.

Matthias O.W., Julia K., Franz P., Klaus B. (2010). Factorial validity of the movement assessment battery for children-2 (age band 2). *Research in Developmental Disabilities*, *32*, 674-680.

Panuwat Noobanyang. (2012). *The Effect of Sport Stacking on Response Time and Reaction Time for Children*. Bangkok: Srinakharinwirot University

Somsak Sinthavej. (2004). *Teacher Handbook, Plans for Learning Experiences*: *Multilayered Intelligence Development Activities.* Bangkok: Thai Wattana Panich.

Thavorn Kamutsi. (2005). *Sport Science*. Bangkok: Media Press.

Theerasak Arphawattanasakun. (2009). *Principles of Sports Science*. Bangkok: Publisher of Chulalongkorn University.

Wanwipa Thiangtham and Anchanee Boonsue. (2014). The results of outdoor activities by using folk toys according to the perceptual information processing concept to promote the movement skills of kindergarten children. *Educational Electronic Journal OJED*, 1, 472-486.

White J. Eds. (2011). *Outdoor Provision in the Early Years*. London: SAGE.

Received : 29 April, 2019
Revised : 15 May, 2019
Accepted : 20 May, 2019

ผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองที่มีผลต่อความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อและองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อของนักศึกษาชายไทย ในมหาวิทยาลัย

ธนัมพร ทองลอง[1] และ วิชิต ไชยเวศ[2]

[1]สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

[2]คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตอุดรธานี

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองที่มีผลต่อความอ่อนตัวและองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นอาสาสมัครนักศึกษาชาย อายุระหว่าง 19 – 20 ปี สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2560 จำนวน 30 คน ทำการทดลองด้วยโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง จำนวน 9 ท่า เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 40 นาที ทำการทดสอบก่อนและหลังการฝึก โดยใช้เครื่องเครื่องวัดความอ่อนตัว (Sit and Reach) และเครื่องวัดองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อ (Goniometer) ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบสมติฐานโดยการหาค่าที (t-test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึกและหลังการฝึก ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลังส่วนล่าง และกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า และองศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่และข้อสะโพก มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปผลการวิจัย พบว่า การออกกำลังกายด้วยไม้พลองสามารถส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับนักศึกษาในสถานศึกษาได้

คำสำคัญ: ไม้พลอง ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ องศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อ

Corresponding Author: นายธนัมพร ทองลอง สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี
E-mail: e_pi_@hotmail.com

EFFECT OF MI-PLONG EXERCISE PROGRAM ON MUSCLE FLEXIBILITY AND RANGE OF MOTION IN THAI MALE STUDENTS IN UNIVERSITY

Thanumporn Thonglong[1] and Wichit Chauwes[2]

[1]Sports Science Program, Faculty of Science, Udon Thani Rajabhat University

[2]Faculty of Sports and Health Science, Thailand National Sports University Udon Thani

Abstract

The purpose of this research was to investigate the effects of Mi - Plong exercise on flexibility and range of motion in male students in university. The samples consisted of 30 male students in university; 19 - 21 years of age who were from sport science program, Faculty of science, Udon Thani Rajabhat University in the academic year 2017. Experiment with Mi - Plong exercise programs for 9 items was conducted in 6 weeks, 3 days a week and 40 minutes a day. Every subject was measured for Flexibility using Sit and Reach test and Range of Motion (ROM) using Goniometer, twice: before participating in this exercise and after completing this exercise training for six week periods. The obtained data were analysed using analysis of mean, standard deviation and paired t-test method by statistical significance at the level $p < .05$. The results showed a significant improvement in the flexibility of the lower back and hamstring muscles and range of motion of shoulder and hip joint, after the sixth week ($p<.05$). The results indicated that exercise program with Mi - Plong for students was suitable for student, either as a main or alternative program to promote exercise among male students in university.

Keywords: Mi – Plong, muscle flexibility, Range of motion

Corresponding Author: Thanumporn Thonglong, Sports Science Program, Faculty of Science, Udon Thani Rajabhat University E-mail: e_pi_@hotmail.com

บทนำ

ประเทศชาติได้มีการพัฒนาขึ้นอย่างต่อเนื่องในยุคปัจจุบัน ปัจจัยสำคัญอยู่ที่ประชากรในประเทศ โดยเฉพาะวัยเด็กที่มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย และจิตใจ การส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการที่เหมาะสมไปตามวัย ถือเป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากพัฒนาการทุกช่วงวัยมีความต่อเนื่องและส่งผลกระทบถึงกันเมื่อมีการเจริญเติบโตขึ้นเรื่อยๆ (Sriruen Kaewkangwan, 2006) แต่ในปัจจุบัน เด็กนักเรียน นักศึกษาเอาเวลาอยู่กับการทำกิจกรรมการเรียนพิเศษ นั่งหน้าจอโทรทัศน์ พูดคุยโทรศัพท์ และใช้คอมพิวเตอร์ การรับรู้ต่าง ๆ จึงถูกจู่โจมอย่างรวดเร็ว ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรม ความสนใจ ร่างกาย และจิตใจ (Aukkarapoom Charuphakorn & Pornpilai Lertwicha, 2007) และที่สำคัญกลายเป็นสภาวะสังคมก้มหน้า ทำให้กิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกายน้อยลง ทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพต่างๆ ตามมา เช่น กล้ามเนื้อตึง กล้ามเนื้ออักเสบ ภาวะนิ้วล็อค ตลอดจนเกิดความเมื่อยล้าของกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ

วัยรุ่น เป็นช่วงวัยของการฝึกฝนอาชีพ ตัดสินใจที่จะเลือกอาชีพที่เหมาะสมและเป็นช่วงเวลาที่จะมีความผูกพันแน่นแฟ้น (Intimacy) กับเพื่อนต่างเพศ สภาพทางร่างกายเปลี่ยนแปลงเติบโตโดยสมบูรณ์เต็มที่ เป็นช่วงรอยต่อของพัฒนาการต่างๆ ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิต ซึ่งพัฒนาการของวัยรุ่นแตกต่างกันไป เนื่องจากได้รับอิทธิพลของพันธุกรรม ครอบครัว เพื่อน การดำเนินชีวิตและสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะสิ่งแวดล้อมนั้นมีบทบาทสำคัญอย่างมากในวัยรุ่น โดยมนุษย์ได้พยายามสร้างสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมสนับสนุนพัฒนาการวัยรุ่นให้ดียิ่งขึ้น เช่น การเล่นเกม การเรียน การทำงาน การออกกำลังกาย เป็นต้น

การออกกำลังกายเป็นกลไกที่สำคัญในการเสริมสร้างสุขภาพ สมบัติ กาญจนกิจ (Sombat Karnjanakit, 1998) กล่าวว่า การออกกำลังกายเป็นการใช้แรงกล้ามเนื้อและแรงกายให้เคลื่อนไหวเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพดี โดยจะใช้กิจกรรมใดเป็นสื่อก็ได้ เช่น การบริหาร เดินเร็ว วิ่งเหยาะหรือ การฝึกที่ไม่มุ่งการแข่งขัน ในขณะที่ สำนักส่งเสริมสุขภาพ (Bureau of Health Promotion, 2000) ได้กล่าวว่า บทบาทของการเคลื่อนไหวของการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ทำให้เกิดความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกาย ในด้านการป้องกันโรค คือ ช่วยลดความเสี่ยงและปัจจัยที่ก่อให้เกิดโรคเรื้อรังที่สำคัญ เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด ความดันโลหิตสูง ความอ้วน ฯลฯ อันเป็นผลมาจากขาดการเคลื่อนไหวหรือการออกกำลังกายน้อย การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่ผู้คนสามารถทำได้ทุกช่วงวัย โดยเฉพาะช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงแห่งการปรับตัว ซึ่งอยู่ระหว่างช่วงวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงที่วัยรุ่นมีการเจริญเติบโตเต็มที่ จึงทำให้มีการประกอบกิจกรรมทางกายหรือการออกกำลังกายเพิ่มขึ้น เช่น การปั่นจักรยาน, การวิ่ง และการเล่นกีฬาประเภทต่างๆ ที่ใช้ระยะเวลานาน ทำให้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงสมรรถภาพทางร่างกาย เช่น ความแข็งแรง ความอ่อนตัว เป็นต้น

ความอ่อนตัว หมายถึง ความเคลื่อนไหวของข้อต่อในระยะที่จะเป็นไปได้ และขึ้นอยู่กับสภาพของกล้ามเนื้อ มักจะเชื่อมโยงไปถึงความอ่อนตัวอยู่กับที่อีกด้วยความอ่อนตัวเคลื่อนที่จะเชื่อมโยงไปถึงการต่อต้านระหว่างข้อต่อกับการเคลื่อนที่ที่มีความสามารถอย่างเต็มช่วงระยะที่เป็นไปได้ของการเคลื่อนที่ของข้อต่อที่เรียกว่า “ช่วงองศาการเคลื่อนไหว” (Range of Motion : ROM) (Mongkol Fangsaken, 2006) เป็นการยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อที่ทำให้ยืดเพิ่มขึ้นทำให้การเคลื่อนไหวคล่องตัวขึ้น เช่น ความสามารถในการเคลื่อนไหวของข้อมือได้ในทุกทิศทาง ในขณะที่ข้อต่อของกระดูกสันหลังของคนเคลื่อนได้ทิศทางเดียว ถ้าการเคลื่อนของข้อต่อไม่เพียงพอจะ เป็นสาเหตุทำให้ลดความสามารถของข้อนั้นๆ ความสามารถในการเคลื่อนไหวของข้อให้ได้เต็มที่ เป็นสิ่งสามารถคงอยู่ได้ตลอดชีวิต ในวัยเด็กเราสามารถเคลื่อนที่ยืดหยุ่นได้ตามธรรมชาติแต่เมื่อสูงอายุความอ่อนตัวจะลดลง การไม่ใช้งาน การได้รับอุบัติเหตุ ความอ้วนและความไม่สมดุลของกล้ามเนื้อเป็นสาเหตุที่พบบ่อยที่ทำให้ข้อต่อช่วงของการเคลื่อนไหวลดลง เราสามารถคงความอ่อนตัวที่ดีในวัยรุ่นหนุ่มสาวได้

โดยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อเป็นประจำ (Sports Authority of Thailand, 1995) นอกจากนี้ความอ่อนตัวยังมีความสำคัญต่อการรักษาท่าทางที่ดี คนที่มีรูปร่างท่าทางไม่ดีจะเป็นสาเหตุให้เกิดการบาดเจ็บและจำกัดความสามารถที่เคลื่อนไหวได้อย่างเต็มที่ ความอ่อนตัวสามารถที่จะป้องกันการปวดหลังส่วนล่างอันเนื่องจากกล้ามเนื้อมีการพัฒนาน้อย และมีความอ่อนตัวน้อย (Wuest and Bucher, 1991)

สำหรับคำว่า “พลอง” ตามราชบัณฑิตยสถานให้ความหมายว่า เป็นไม้ยาวประมาณ 4 ศอก ทำมาจากไม้ไผ่หรือไม้เนื้อเหนียว ใช้เพื่อการต่อสู้ และเป็นอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำงานในชีวิตประจำวัน ซึ่งการทำงานทั้งหมดนั้นเป็นการใช้แรงของกล้ามเนื้อและทักษะการเคลื่อนไหวที่แตกต่างกันไป ส่งผลต่อสมรรถภาพทางกลไกอีกด้วย สังคมไทยเป็นสังคมที่มีการละเล่นหลายประเภท หนึ่งในนั้นคือการประยุกต์ใช้ไม้พลองมาเป็นอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย เพราะพลองเป็นอุปกรณ์ที่อยู่ในวิถีชีวิตของคนไทยมาแต่ในอดีต ไม่ว่าจะเป็นการแบกหามสิ่งของ ใช้พยุงตัวในการเดิน ดังนั้นการนำเอาไม้พลองที่เป็นวิถีชีวิตของชาวบ้านมาประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกาย เพื่อช่วยพัฒนาสมรรถภาพทางกาย อีกทั้งเป็นการสืบสานภูมิปัญญาชาวบ้านไปอีกทางด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองที่มีผลต่อความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ ในนักศึกษาชาย มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี
2. เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองที่มีผลต่อองศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่และสะโพกในนักศึกษาชาย มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

สมมุติฐานของการวิจัย

1. การออกกำลังกายด้วยโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองสามารถเพิ่มความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อในนักศึกษาชายได้
2. การออกกำลังกายด้วยโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองสามารถเพิ่มองศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่และสะโพกในนักศึกษาชายได้

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ออกแบบการวิจัยทดลอง เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองที่มีผลต่อความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อและองศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่และสะโพกของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัย ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงลายมือชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยก่อนเข้ารับการทดลอง โดยมีกระบวนการวิจัย ดังนี้

กำหนดกลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากร คือ อาสาสมัครนักศึกษาชาย สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา ที่กำลังศึกษา ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 30 คน

กลุ่มตัวอย่าง เป็นอาสาสมัครนักศึกษาชาย สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง และทำการคัดเลือกนักศึกษาชายที่ความอ่อนตัวในเกณฑ์ต่ำมาก คือ 6 เซนติเมตรลงไป ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง เข้ารับโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง จำนวน 15 คน และ กลุ่มควบคุม ใช้ชีวิตประจำวันตามปกติ จำนวน 15 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือกเข้าของกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาชายสาขาวิทยาศาสตร์การกีฬาที่มีความอ่อนตัวต่ำกว่า 6 เซนติเมตร ไม่มีอาการบาดเจ็บเรื้อรังของกล้ามเนื้อและ ไม่มีโรคประจำตัว

เกณฑ์การคัดเลือกออกของกลุ่มตัวอย่าง ขณะทำการฝึกเกิดการบาดเจ็บ และขาดการฝึกซ้อม 3 ครั้งต่อสัปดาห์

ดำเนินการฝึกเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ วันละ 40 นาที เวลา 16.00-16-40 น.

โปรแกรมการฝึกและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามแนวความคิดของชาญชัย ขันติศิริ และสุริยันต์ สุวรรณกาล (Chanchai Khuntisiri & Suriyun Suwankarn, 2014) และได้ผ่านผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบโปรแกรม ค่าความเที่ยงตรงเท่ากับ 0.95 ซึ่งประกอบด้วย จำนวน 9 ท่า ได้แก่ ท่าก้มแตะ สลับ ซ้าย –ขวา, ดัดหลัง คันธนู, ดัดหลังแหงนดูดาว, ท่าบิดตัวเกลียวเชือก, ก้มตัวบิดสะโพกงัดซุง, ดัดหัวไหล่ปักหลัก, เอียงตัวด้านหน้า ถอนหลัก, ท่าแยกขาและแขน ท่าคูณและก้มเงยหน้า สู้ฟ้า สู้ดิน โดยทำการฝึกจำนวน 3 เซต เซตละ 15 เที่ยว เวลาพัก 30 วินาทีต่อท่า และพักระหว่างเซต 1 นาที

2. ไม้พลอง ทำด้วยท่อ PVC ที่มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 นิ้ว มีความหนัก 1.5 กิโลกรัม ยาว 4 ศอก (Chanchai Khuntisiri & Suriyun Suwankarn, 2014)

3.เครื่องมือที่ใช้ในการวัด ได้แก่

3.1 เครื่องวัดความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ (Sit and Reach) เป็นการวัดความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลังส่วนล่าง (Lower Back) และต้นขาด้านหลัง (Hamstring) หน่วยเป็นเซนติเมตร

3.2 เครื่องวัดองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อ (Goniometer) เป็นการวัดองศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพก (Hip Joint) และข้อไหล่ (Shoulder Joint) หน่วยเป็นองศา

4. ใบบันทึกข้อมูลผลการทดสอบ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. อธิบายวัตถุประสงค์ของการทดลองโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง

2. นำกลุ่มตัวอย่างมาทำการทดสอบความอ่อนตัวของลำตัว เพื่อวัดกล้ามเนื้อหลังส่วนล่าง (Lower Back) และต้นขาด้านหลัง (Hamstrings) โดยใช้เครื่อง Sit and Reach และวัดองศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพก (Hip Joint) และข้อไหล่ (Shoulder Joint) โดยใช้เครื่อง Goniometer ในสัปดาห์แรกของการทดลองเพื่อเป็นข้อมูลก่อนการทดลอง

3. การทดลองตามโปรแกรมการฝึกกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ วันละ 40 นาที เวลา 16.00 - 16-40 น.)

4. หลังจากการฝึกสัปดาห์ที่ 6 ทำการทดสอบความอ่อนตัวของลำตัว เพื่อวัดกล้ามเนื้อหลังส่วนล่าง (Lower Back) และต้นขาด้านหลัง (Hamstrings) โดยใช้เครื่อง Sit and Reach และวัดองศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพก (Hip Joint) และข้อไหล่ (Shoulder Joint) โดยใช้เครื่อง Goniometer อีกครั้งและนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ในทางสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. คำนวณหาค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของผลการทดสอบความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ และองศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพกและข้อไหล่

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ภายในกลุ่มของตัวแปรก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติการทดสอบค่า (t-test แบบ Paired t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ระหว่างกลุ่มของตัวแปร โดยใช้การทดสอบค่าที (t-test แบบ independent t-test) กำหนดค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ก่อนการฝึกและหลังการฝึกของกลุ่มทดลอง พบว่า ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อลำตัว มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 องศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ ในท่างอและท่าเหยียดข้อไหล่ขวาและซ้าย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และองศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพก ในท่างอขาและท่าเหยียดขวาและซ้าย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังรายละเอียด ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความอ่อนตัวของหลังส่วนล่าง (Lower back) และต้นขาด้านหลัง (Hamstrings) (เซนติเมตร) และองศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ และข้อสะโพก (องศา) ก่อนการฝึกและหลังการฝึกของกลุ่มทดลอง

ตัวแปร	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลังส่วนล่าง (Lower Back) และกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง (Hamstrings) (เซนติเมตร)	12.44	5.02	16.22	4.64	-4.23	.001*
องศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อหัวไหล่ (Shoulder Joint) (องศา)						
งอข้อไหล่ขวา (Right Shoulder Flexion)	155.67	18.22	166.33	13.29	-4.29	.001*
เหยียดข้อไหล่ขวา (Right Shoulder Extension)	84.67	6.67	110.00	18.22	-5.78	.000*
งอข้อไหล่ซ้าย (Left Shoulder Flexion)	123.33	33.79	146.00	22.45	-7.01	.000*
เหยียดข้อไหล่ซ้าย (Left Shoulder Flexion)	77	10.49	107.67	14.13	-9.71	.000*
องศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อสะโพก (Hip Joint) (องศา)						
งอข้อสะโพกขวา (Right Hip Flexion)	86.33	8.95	114.67	9.15	86.33	.000*
เหยียดข้อสะโพกขวา (Right Hip Extension)	18.33	8.38	35.00	5.00	8.95	.000*
งอข้อสะโพกซ้าย (Left Hip Flexion)	69.33	11.78	110.33	13.02	-11.50	.000*
เหยียดข้อสะโพกซ้าย (Left Hip Extension)	10.67	3.71	33.00	7.27	-10.82	.000*

*p<.05

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ก่อนการฝึกและหลังการฝึกของกลุ่มทดลอง พบว่า ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อลำตัว ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 องศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ ในท่างอและท่าเหยียดข้อไหล่ขวาและซ้าย ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และองศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพก ในท่างอขาและท่าเหยียดขวาและซ้าย ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังรายละเอียด ในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความอ่อนตัวของหลังส่วนล่าง (Lower back) และต้นขาด้านหลัง (Hamstrings) (เซนติเมตร) และองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อหัวไหล่ และสะโพก (องศา) ก่อนการฝึกและหลังการฝึกของกลุ่มควบคุม

ตัวแปร	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลังส่วนล่าง (Lower Back) และกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง (Hamstrings) (เซนติเมตร)	12.51	4.94	12.40	4.82	.57	.573
องศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ (Shoulder Joint) (องศา)						
งอข้อไหล่ขวา (Right Shoulder Flexion)	157.33	17.09	156.00	16.49	1.49	.157
เหยียดข้อไหล่ขวา (Right Shoulder Extension)	85.00	6.28	95.52	5.16	.26	.792
งอข้อไหล่ซ้าย (Left Shoulder Flexion)			1310.0		2.01	.063
	123.67	33.32	5	35.57		
เหยียดข้อไหล่ซ้าย (Left Shoulder Flexion)	77.33	10.33	95.00	9.98	-1.00	.334
องศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพก (Hip Joint) (องศา)						
งอข้อสะโพกขวา (Right Hip Flexion)	87.00	8.19	91.86	7.53	-1.00	.334
เหยียดข้อสะโพกขวา (Right Hip Extension)	19.67	8.12	21.33	7.28	-1.87	.082
งอข้อสะโพกซ้าย (Left Hip Flexion)	72.00	11.49	98.84	10.72	-1.00	.334
เหยียดข้อสะโพกซ้าย (Left Hip Extension)	12.00	5.61	21.59	4.95	-1.46	.164

*p<.05

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ก่อนการฝึกและหลังการฝึกของกลุ่มทดลอง พบว่า ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อลำตัว ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 องศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ ในท่างอและท่าเหยียดข้อไหล่ขวาและซ้าย ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และองศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพก ในท่างอขาและท่าเหยียดขวาและซ้าย ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังรายละเอียด ในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความอ่อนตัวของหลังส่วนล่าง (Lower back) และต้นขาด้านหลัง (Hamstring) (เซนติเมตร) และองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อหัวไหล่ และสะโพก (องศา) หลังการฝึกระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลังส่วนล่าง (Lower Back) และกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง (Hamstrings) (เซนติเมตร)	12.44	5.02	12.40	4.82	2.21	.897
องศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ (Shoulder Joint) (องศา)						
งอข้อไหล่ขวา (Right Shoulder Flexion)	166.33	13.29	156.00	16.49	1.88	.367
เหยียดข้อไหล่ขวา (Right Shoulder Extension)	110.00	18.22	95.52	5.16	5.18	0.053
งอข้อไหล่ซ้าย (Left Shoulder Flexion)	146.00	22.45	1310.05	35.57	2.48	.142
เหยียดข้อไหล่ซ้าย (Left Shoulder Flexion)	107.67	14.13	95.00	9.98	6.71	0.056
องศาการเคลื่อนไหวของข้อสะโพก (Hip Joint) (องศา)						
งอข้อสะโพกขวา (Right Hip Flexion)	114.67	9.15	91.86	7.53	8.93	.431
เหยียดข้อสะโพกขวา (Right Hip Extension)	35.00	5.00	21.33	7.28	6.28	.169
งอข้อสะโพกซ้าย (Left Hip Flexion)	110.33	13.02	98.84	10.72	9.03	.457
เหยียดข้อสะโพกซ้าย (Left Hip Extension)	33.00	7.27	21.59	4.95	8.95	.066

*p<0.05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผลของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลองของนักศึกษาชาย สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ก่อนและหลังการฝึกของความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลังส่วนล่างและกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า และองศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่และข้อสะโพกในกลุ่มทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง เป็นการออกกำลังกายที่มีกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างต้องใช้ความอ่อนตัวในการทำกิจกรรม เช่น การโน้มตัว การจับไม้พลองเพื่อการเคลื่อนไหว เช่น หมุน ยืดเหยียดและการงอของกล้ามเนื้อและข้อต่อต่างๆ ของร่างกาย จึงทำให้มีแนวโน้มของความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อและองศาการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ และข้อสะโพกมีการพัฒนาไปในทิศทางที่ดีขึ้น อันส่งผลทำให้มีภาวะสุขภาพที่ดี ลดอาการปวดเมื่อยและลดอาการปวดหลังส่วนล่างได้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักการฝึกของพาวเวอร์ และโดโด้ (Power & Dodo, 1999) ที่กล่าวว่า หลักของการพัฒนาความอ่อนตัวหรือความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ คือ การทำให้องศาหรือพิสัยของการเคลื่อนไหวของข้อต่อเพิ่มมากขึ้น ด้วยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อในท่าต่างๆ ให้มีพิสัยหรือองศามากกว่าปกติ และเกิดความตึงตัวของกล้ามเนื้อ สอดคล้องกับ เทพสุดา รุ่งสาง สุรีย์ จันทรโมลีประภาเพ็ญ สุวรรณ และมยุนา ศรีสุภนันต์. (Thepsuda Rungsang, Suree Chanmoree, Prapapen Suwan, and Mayuna Srisupanan, 2018). ได้ทำการศึกษาการออกกำลังกายด้วยการรำไม้พลองแบบป้าบุญมี พบว่า หลักการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อและองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อ มีค่าเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับกัตติกา ธนะขว้าง ผ่องใส กันทเสน และรัตนากร ยศอินทร์ (Kattika Thanakwang, Pongsai Kantasen, and Rattanakorn Yotinn, 2012) ที่ได้ศึกษาการพัฒนาและทดสอบประสิทธิผลของโปรแกรม

การออกกำลังกาย ด้วยการรำไม้พลองประยุกต์กับการฟ้อนมองเซิงเมืองน่าน ต่อสมรรถภาพทางกาย พบว่า การออกกำลังกายแบบรำไม้พลองมองเชิงเมืองน่านมีผลทำให้สมรรถภาพของความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อและข้อต่อดีขึ้น โดยการรำไม้พลองเป็นการรำที่มีการยืด เหยียด หมุนและงอกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของข้อต่อต่างๆ ส่งผลให้เลือดไหลเวียนไปยังข้อต่อ เอ็นหุ้มข้อและกล้ามเนื้อรอบๆ ข้อต่อ จึงทำให้เนื้อเยื่อต่างๆ รอบๆ ข้อมีความยืดหยุ่นและอ่อนตัวมากขึ้น สอดคล้องกับนิกร ยาสมร และดุษฎี ฦาชา (Nikorn Yasamorn & Dussadee Luecha, 2012) ได้กล่าวว่า การออกกำลังกายแบบไม้พลอง เป็นการออกกำลังกายแบบประยุกต์แรงต้านกับการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ การเกร็งกล้ามเนื้อและการเคลื่อนไหวข้อต่างๆ และพบว่า หลังการออกกำลังกายด้วยการรำไม้พลองมีค่าเฉลี่ยของความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการออกกำลังกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับแนวคิดของชาญชัย ขันติศิริและสุริยัน สุวรรณกาล (Chanchai Khuntisiri & Suriyun Suwankarn, 2014) ได้กล่าวว่า การออกกำลังกายด้วยไม้พลอง สามารถเพิ่มสมรรถภาพ เป็นท่าที่มีความเหมาะสมกับการงานที่ทำในชีวิตประจำวัน สามารถแก้ไขปัญหาและเสริมสร้างสมรรถภาพทางได้ นอกจากนั้นการฝึกกล้ามเนื้อที่มีขาดความยืดหยุ่นน้อย ยังสามารถเพิ่มสมรรถภาพความอ่อนตัวได้ อีกทั้งยังสามารถนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ลดภาวะอาการปวดเมื่อยตามบริเวณหลัง หัวไหล่ บ่าและคอได้

ในส่วนขององศาการเคลื่อนไหวของการงอข้อไหล่ (Shoulder Flexion) มีค่าองศาของการเคลื่อนไหวน้อยกว่าปกติ เนื่องจากรูปแบบของโปรแกรมการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง มีท่าออกกำลังกายที่เน้นการเคลื่อนไหวของข้อไหล่ ในท่าเหยียดแขนมากกว่าท่างอแขน อีกทั้งมีการเกร็งค้างของกล้ามเนื้อ จึงทำให้องศาการเคลื่อนไหวของการเหยียดข้อไหล่ (Shoulder Extension) มีค่าองศาของการเคลื่อนไหว มากกว่าปกติ ซึ่งสอดคล้องกับธีระศักดิ์ อาภาวัฒนาสกุล (Teerasak Arpawattanasakun, 2009) ที่กล่าวว่า การเพิ่มพิกัดการเคลื่อนไหวของข้อต่อในร่างก่าย คือ การบริหารเฉพาะส่วนของบริเวณข้อต่อนั้นๆ โดยอาศัย เคลื่อนไหวช้าๆ จนกล้ามเนื้อและเนื้อเยื่อต่างๆ ถูกยืดจนมีความรู้สึกเจ็บจากการยืดและให้เกร็งค้างท่ายืดนี้ไว้ประมาณ 8 - 10 วินาที และนานประมาณ 8 - 10 สัปดาห์ จะช่วยเพิ่มพิสัยของข้อต่อให้มากขึ้นกว่าเดิม และ สอดคล้องรูปแบบการฝึกไม้พลองของชาญชัย ขันติศิริ และสุริยัน สุวรรณกาล (Chanchai Khuntisiri & Suriyun Suwankarn, 2014) ที่กล่าวว่า รูปแบบการฝึกเน้นการฝึกเพื่อเพิ่มความอ่อนตัวในท่าเฉพาะเจาะจงส่วน เพื่อเพิ่มพิสัยให้กล้ามเนื้อเส้นเอ็น ข้อต่อเพิ่มมากขึ้นและลดการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อข้อต่อ มีการเคลื่อนไหวของข้อต่อและกล้ามเนื้อในมุมแคบ ทำการเคลื่อนไหวอย่างช้าๆ เกร็งค้างไว้และหยุดไว้ตามเวลาที่กำหนดในแต่ละท่า จากท่าง่ายไปท่ายาก จะช่วยเพิ่มพิสัยของข้อต่อได้

สรุปผลการวิจัย

การออกกำลังกายด้วยไม้พลองเป็นรูปแบบการออกกำลังกายประเภทหนึ่งที่ใช้ไม้พลองเป็นองค์ประกอบซึ่งสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายได้ โดยเฉพาะความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ และองศาการเคลื่อนไหวของข้อต่อหัวไหล่และสะโพก ซึ่งจะนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ลดอาการปวดเมื่อย ลดอาการปวดหลังส่วนล่างได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะที่ค้นพบการวิจัยครั้งนี้ ดังนี้

1. หน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับงานด้านนักศึกษา สามารถนำรูปแบบการออกกำลังกายโดยใช้ไม้พลอง ไปปรับใช้ในการพัฒนาสมรรถภาพของนักศึกษาในแต่ละสาขาวิชา คณะและมหาวิทยาลัย เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีสุขภาพที่ดี

2. ไม้พลองเป็นนวัตกรรมด้านการออกกำลังกายที่สามารถนำไปพัฒนาต่อยอด เพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายสำหรับทุกเพศ ทุกวัยได้ เช่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ เป็นต้น

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณสาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี และอาสาสมัครในการทำการวิจัยทุกคน

References

Aukkarapoom Charuphakorn, and Pornpilai Lertwicha. (2007). *Learning Brain*. Bangkok: Institute of Learning Science.

Bureau of Health Promotion, Department of Health, Ministry of Public Health. (2000). *A Guide to Exercise for Health*. Bangkok: Veterans Relief Organization printing house.

Chanchai Khuntisiri and Suriyun Suwankarn. (2014). *Manual of Mi – Plong Exercise*. Kasetsart University.

Kattika Thanakwang, Pongsai Kantasen, and Rattanakorn Yotinn. (2012). Application of wooden clubs to the traditional ‘Mong Serng’ dance of Nan Province: Development and testing of its effectiveness and impact as an exercise program on elderly people’s physical performance. *Thai Journal of Nursing Council, 27*(2), 81-3.

Mongkol Fangsaken. (2006). *Exercise with Stretching for Health and Sports*. Bangkok: Chulalongkorn University Press.

Nikorn Yasamorn & Dussadee Luecha. (2012). *Effects of Mi-plong exercise on community physical fitness, Nong Khu Phatthana tumbon, Kut Sak Cho Sub-district, Kantharawichai District, Maha Sarakham Province*. The Institute of Physical Education Maha Sarakham.

Powers, S. K., and Dodo, S, L. (1999). *The Essentials of Total Fitness: Exercise, Nutrition, and Wellness.* Boston, MA: Allyn and Bacon.

Sombat Karnjanakit. (1998). *Exercise Behavior: Reviewing Knowledge, Situations, and Related Factors under the Project of Continuing Thai Culture to Health*. Bangkok: Veterans' Organization printing house.

Sports Authority of Thailand. (1995). *Sport and Health Manual for Government Officials*. Bangkok.

Sriruen Kaewkangwan. (2006). *Psychology of Life Development at All Ages*. Bangkok: Thammasat University.

Teerasak Arpawattanasakun. (2009). *Science to Practice Sports*. Bangkok: Chulalongkorn University Press.

Thepsuda Rungsang, Suree Chanmoree, Prapapen Suwan, and Mayuna Srisupanan. (2018). Effectiveness of participatory health promotion program for the elderly in Seek District, Ang Thong Province. *Journal of the College of Nursing and Public Health, 5*(2), 30 - 45.

Wuest, D.A. and Bucher, A.C. (1991). Foundations of Physical Education and Sports. Delhi, B I Publications.

Received : 19 September, 2018
Revised : 10 December, 2018
Accepted : 23 January, 2019

รูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

ปัญญา ศักดิ์แก้ว ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ และอนันต์ มาลารัตน์
คณะพลศึกษา มหาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษารูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการจำเป็นของการพัฒนารูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน โดยการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง ผู้บริหารภาครัฐ ผู้บริหารสถาบันการศึกษาผู้บริหารท้องถิ่นและผู้บริหารสถานประกอบการกีฬาทางน้ำ จำนวน 8 คน และสอบถามความต้องการจำเป็นจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง 7 กลุ่ม จำนวน 381 คน วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และดัชนีความต้องการจำเป็น (Modified Priority Need Index) 2) สร้างและพัฒนารูปแบบการสร้างรูปแบบด้วยการจัดประชุมกลุ่ม (Focus group) ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน และการยืนยันความถูกต้องและความเหมาะสมของรูปแบบ โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 18 คน วิเคราะห์ค่า IOC ค่ามัธยฐาน (Median) และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Inter Quartile Range) 3) ตรวจสอบคุณภาพด้านความเป็นประโยชน์/ความเป็นไปได้ โดยสอบถามความคิดเห็นจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง จำนวน 50 คน วิเคราะห์ค่ามัธยฐาน (Median) และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Inter Quartile Range)

ผลการวิจัยพบว่า การบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยว ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการจัดองค์กร มี 3 องค์ประกอบ 9 ตัวชี้วัด ด้านการวางแผน มี 3 องค์ประกอบ 9 ตัวชี้วัด ด้านการจัดการเรียนรู้ มี 3 องค์ประกอบ 10 ตัวชี้วัด ด้านการรับรองมาตรฐานวิชาชีพมาตรฐานมี 3 องค์ประกอบ 10 ตัวชี้วัด ผลพัฒนาความถูกต้อง พบว่า ค่ามัธยฐาน (MD) เท่ากับ 5.00 จำนวน 37 ข้อ และเท่ากับ 4.00 จำนวน 1 ข้อ และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IQR) เท่ากับ 0.00 จำนวน 19 ข้อ 0.25 จำนวน 5 ข้อ และ 1.00 จำนวน 14 ข้อและผลการยืนยันความเหมาะสมของผู้เชี่ยวชาญ พบว่า มีค่ามัธยฐาน (MD) เท่ากับ 5.00 จำนวน 23 ข้อ และ 4.00 จำนวน 15 ข้อ ตามลำดับและมีค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IQR) เท่ากับ 0.00 จำนวน 8 ข้อและ 1.00 จำนวน 30 ข้อ สรุปผลผ่านเกณฑ์ทุกข้อและเมื่อตรวจสอบคุณภาพของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องด้านความเป็นประโยชน์/ความเป็นไปได้ พบว่า รูปแบบที่พัฒนาขึ้นนั้นสามารถที่จะนำไปใช้ได้จริง

สำคัญ : รูปแบบการบริหารแบบพหุภาคี กีฬาทางน้ำ การพัฒนาการท่องเที่ยว กลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามัน

Corresponding Author: นายปัญญา ศักดิ์แก้ว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ E-Mail: Panya.sakkaew@gmail.com

MARINE SPORTS MULTILATERAL COOPERATION ADMINISTRATION MODEL FOR SUSTAINABLE TOURISM DEVELOPMENT IN ANDAMAN PROVINCES

Panya Sakkaew, Thawuth Pluemsamran andAnan Malarat.
Physical Education, Srinakharinwirot University.

Abstract

The purposes of this research were: 1) to study the problems and needs of developing a multilateral management model of marine sports for sustainable tourism development in the southern Andaman coast provinces by semi-structured interviews of totally 8 people of government executives, educational administrators, local administrators and water sports establishment managers and needs analysis of 381 people from 7 groups of related parties by using mean, standard deviation and Modified Priority Need Index; 2) to create and develop formats by organizing focus group of 50 people. Correctness and suitability confirmation of the model using IOC, median and interquartile range were analyzed by 18 experts; 3) to examine the quality of benefit / possibility by asking for opinions from 50 persons involved by using Median and Inter Quartile Range.

The result of the research showed that multilateral management of water sports for tourism development consisted of 4 aspects: organization aspect consisting of 3 components and 9 indicators, planning aspect consisting of 3 components and 9 indicators, learning management aspect consisting of 3 components and 10 indicators and standard professional certification consisting of 3 components and 10 indicators. Accuracy development results showed that the median (MD) was at 5.00 of 37 items and at 4.00 of 1 item. Quartile Interval (IQR) was at 0.00 of 19 items, at 0.25 of 5 items and at 1.00 of 14 items. The results of the confirmation of the suitability of the experts showed that the median (MD) was at 5.00 of 23 items and at 4.00 of 15 items continually, and the Quartile Range (IQR) was at 0.00 of 8 items and at 1.00 of 30 items of all criteria. In case of quality examination involved in the benefits / possibilities, it was found that the developed models were able to be put into practice.

Keywords: multilateral administrative model, marine sports, tourism development, southern Andaman provinces

Corresponding Author: Mr. Panya Sakkaew, Srinakharinwirot University. E-Mail: Panya.sakkaew@gmail.com

บทนำ

การท่องเที่ยวเชิงกีฬาเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาการท่องเที่ยว จากการท่องเที่ยวเชิงกีฬาสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจรวม 21,003 ล้านบาท เป็นรายได้จากนักท่องเที่ยวที่เล่นกีฬาต่าง ๆ จำนวน 18,395 ล้านบาท รัฐบาลได้ส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวไปพร้อมกับการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว โดยการวางรากฐานประเทศไทยให้เป็น Tourism Capital of Asia สร้างสิ่งจูงใจและสิ่งอำนวยความสะดวกที่เกื้อกูลต่อบรรยากาศการท่องเที่ยวและการกีฬาการส่งเสริมกีฬาจึงเป็นสิ่งจำเป็นและมีความสำคัญอย่างยิ่ง ในการพัฒนาบุคคลและประเทศชาติในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามัน ประกอบด้วย จังหวัดภูเก็ต จังหวัดตรัง จังหวัดกระบี่ จังหวัดพังงา และจังหวัดระนอง มีความโดดเด่นด้านการท่องเที่ยวเชิงกีฬาทางน้ำ เช่น กีฬาดำน้ำ กีฬาแคนูคยัค และกีฬาเรือพายล่องแก่ง สามารถยกระดับความเติบโตเป็นศูนย์กลางการท่องเที่ยวทางทะเลระดับโลกได้อย่างเข้มแข็ง และยั่งยืน เชื่อมโยงไปสู่เป้าหมาย “การท่องเที่ยวที่มีคุณภาพระดับโลกบนฐานความเข้มแข็งของภาคเกษตรและชุมชนอย่างยั่งยืน” ด้วยทรัพยากรธรรมชาติทางทะเลอันโดดเด่นอุดมสมบูรณ์ไปด้วยทรัพยากรใต้ทะเลที่มีแหล่งปะการังสวยงามติดอันดับโลกน้ำทะเลสวยใส เกาะน้อยใหญ่ที่วางตัวเรียงรายในทะเลกว่า 400 เกาะ มีชายหาดทรายขาวที่สวยงาม ป่าชายเลนริมฝั่งทะเลที่เป็นแหล่งอาศัยของสัตว์นานาชนิด ตลอดจนป่าไม้เขียวขจีก่อกำเนิดเป็นน้ำตกที่ยังคงความเป็นธรรมชาติ โถงถ้ำงดงามด้วยหินงอกหินย้อยโอบล้อมด้วยเขาหินปูนสูงตระหง่านและแหล่งน้ำแร่ธรรมชาติจากใต้พื้นพิภพที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ สำหรับนักท่องเที่ยวทุกเพศทุกวัย ที่ไม่ควรพลาดกิจกรรมท่องเที่ยวทางทะเลต่างๆ โดยเฉพาะกิจกรรมกีฬาทางน้ำ เช่น การดำน้ำชมโลกใต้ทะเลที่มีให้เลือกทั้งแบบน้ำตื้น (Snorkeling) น้ำลึก (Scuba Diving) การพายเรือแคนูคายัค การปีนหน้าผา และการพายเรือล่องแก่ง เป็นต้น (Andaman Coast Group, 2016) ที่ผ่านมาด้านการบริหารกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวยังประสบปัญหาหลายด้าน เช่น ปัญหาเกี่ยวกับโครงสร้างองค์กรที่เกิดจากการรวมด้านการท่องเที่ยวและกีฬาเข้าด้วยกัน ปัญหาด้านการจัดการเรียนการสอนในสถาบันการศึกษา ปัญหาด้านการบริการนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะด้านความปลอดภัยของกิจกรรมกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว ที่มีจำนวนนักท่องเที่ยวเพิ่มมากขึ้นทุกปี จึงทำให้เกิดปัญหาด้านอุบัติเหตุทางน้ำกับนักท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันมากขึ้น เช่น อุบัติเหตุ พายุคลื่นลมแรงเรืออับปางกลางทะเล เรือสปีดโบ๊ท ชนขณะฝึกดำน้ำ ปัญหาการเกิดเหตุธรรมชาติ เช่น สึนามิ ปัญหาการขาดแคลนบุคลากรหรือขาดทักษะความรู้ของบุคลากรด้านการท่องเที่ยว ปัญหาการเสื่อมโทรมของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (Andaman Coast Group, 2016) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การบริหารจัดการท่องเที่ยวที่เกี่ยวกับกิจกรรมกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวยังไม่มีรูปแบบการบริหารจัดการที่ชัดเจน ขาดการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายต่าง ๆ โดยเฉพาะในส่วนของสถาบันการศึกษาที่มีหน้าที่ในการป้อนปัจจัยการผลิตเข้าระบบ ส่งผลให้ไม่สามารถดึงศักยภาพของพื้นที่ออกมาใช้ได้อย่างเต็มที่และไม่สามารถดำเนินงานเพื่อตอบสนองต่อยุทธศาสตร์ในระดับชาติและระดับพื้นที่การท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันได้ ส่งผลกระทบโดยตรงต่อการได้มาซึ่งนักท่องเที่ยวคุณภาพ เนื่องด้วยการจัดการฐานทรัพยากรและผลิตภัณฑ์การท่องเที่ยว (Supply) ที่ขาดประสิทธิภาพ เพราะอำนาจในการบริหารและการพัฒนา Supply ยังกระจายอยู่ในหน่วยงานต่าง ๆ มากมาย อาทิ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) กระทรวงและหน่วยงานต่างๆ ส่งผลให้การบริหารด้านการท่องเที่ยวและด้านกีฬาทางน้ำไม่มีเอกภาพและทิศทางมากนัก รวมทั้ง เกิดการกระจายตัวของอำนาจในการบริหาร ซึ่งสวนทางกับนโยบายการพัฒนาและการตลาดของหน่วยงานทางการท่องเที่ยวหลัก สะท้อนถึงภาพลักษณ์ของการบริหารและการพัฒนา ที่‘ขาดองค์รวม‘ (Holistic) และ ‘ขาดการบูรณาการ” (Integration) **)** ซึ่งสามารถสรุปสาเหตุของปัญหาได้ ดังนี้

1. ขาดการสำรวจวิเคราะห์เพื่อประเมินความต้องการด้านกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวที่เป็นรูปธรรม

2. การขาดแคลนบุคลากรหรือขาดทักษะความรู้ของบุคลากรบริการด้านกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวที่มีความเป็นมาตรฐานสากล จึงทำให้ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมด้านการท่องเที่ยวเสื่อมโทรมอย่างรวดเร็ว

3. ขาดการสร้างความมั่นใจให้แก่นักท่องเที่ยวและประชาชนด้านความปลอดภัยในกิจกรรมกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว

4. ขาดระบบการพัฒนากระบวนการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในทุกระดับ ทั้งในระดับกระทรวง กรม จังหวัด องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเพื่อผลักดันสนับสนุนการพัฒนาการท่องเที่ยวให้เหมาะสม

จากปัญหาการบริหารด้านกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันท่องเที่ยวที่ผ่านมาสามารถสรุปได้ 4 องค์ประกอบ คือ การจัดองค์กร (Organizing) การวางแผนองค์กร (Planning) การจัดการเรียนรู้ (Studying) และการรับรองมาตาฐาน (Accrediting) ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษารูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำร่วมกันระหว่างองค์กรภาครัฐ สถาบันการศึกษาชุมชน และผู้ประกอบการเพื่อพัฒนาศักยภาพ ด้านการบริหารกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษา เรื่อง “รูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน”

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อการศึกษาสภาพปัญหา และความต้องการจำเป็นของการพัฒนารูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

2. เพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

3. เพื่อตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

คำถามการวิจัย

1. ปัจจุบันกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันมีศักยภาพด้านการท่องเที่ยวทางน้ำมากน้อยเพียงใด

2. ความต้องการจำเป็นของการพัฒนารูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืนเป็นอย่างไร

3. รูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่ง อันดามันอย่างยั่งยืนควรมีองค์ประกอบ และกระบวนการในการบริหารอย่างไร

4. รูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ที่พัฒนาขึ้นมีคุณภาพเหมาะสม และสามารถนำไปใช้ในบริบทที่เป็นจริงได้มากน้อยเพียงใด

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ซึ่งกลุ่มที่ 1 เป็นผู้เชี่ยวชาญการบริหารกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว ได้แก่ กลุ่มผู้บริหารภาครัฐ กลุ่มผู้บริหารสถาบันการศึกษา กลุ่มผู้บริหารชุมชน และผู้บริหารสถานประกอบการ จำนวน 8 คน และเป็นผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ 1) ผู้บริหารภาครัฐ 2) ผู้บริหารสถาบันการศึกษา 3) ผู้บริหารชุมชน 4) ผู้บริหารสถานประกอบการ 5) นิสิตสาขาวิชาการท่องเที่ยวและกีฬา 6) มัคคุเทศก์นำเที่ยวกีฬาทางน้ำและ 7) นักท่องเที่ยวกีฬาทางน้ำ จำนวน 381 คน กลุ่มที่ 2 เป็นผู้เชี่ยวชาญ

หรือผู้ทรงคุณวุฒิในการพัฒนาการบริหารกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว จำนวน 18 คน กลุ่มที่ 3 เป็นผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง จำนวน 50 คน

กลุ่มตัวอย่างใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ โดยเลือกวิธีการการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มผู้เชี่ยวชาญการบริหารกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว จำนวน 8 คน เพื่อการสัมภาษณ์เกี่ยวกับรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยว ได้แก่ กลุ่มผู้บริหารภาครัฐ กลุ่มผู้บริหารสถาบันการศึกษา กลุ่มผู้บริหารชุมชน และผู้บริหารสถานประกอบการ จำนวน 8 คน มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ (Inclusive Criteria) ดังนี้ มีคุณวุฒิการศึกษาตั้งแตระดับปริญญาตรีขึ้นไป สมัครใจในการให้ข้อมูล สามารถที่จะเข้าร่วมกระบวนการวิจัยได้จนสิ้นสุดการวิจัย และเป็นบุคคลปฏิบัติหน้าที่ผู้บริหาร หรือผู้สอน หรือวิทยากรฝึกอบรมกีฬาทางน้ำอยู่ในปัจจุบัน หรือมีประสบการณ์ด้านวิชาการ หรือด้านการบริหารกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนา การท่องเที่ยวไม่น้อยกว่า 4 ปี

2. กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิหรือผู้เชี่ยวชาญในการพัฒนาการบริหารกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว ด้วยการใช้เทคนิคเดลฟายประยุกต์ (Modified Delphi Research) ประกอบด้วย 4 กลุ่ม คือ ผู้บริหารภาครัฐ ผู้บริหารสถาบันการศึกษา ผู้บริหารชุมชนและผู้บริหารสถานประกอบการ มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ (Inclusive Criteria) ในข้อ 1 เพิ่มเติมให้ครบ จำนวน 18 คน

3. กลุ่มผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ 1) ผู้บริหารภาครัฐ 2) ผู้บริหารสถาบันการศึกษา 3) ผู้บริหารชุมชน 4) ผู้บริหารสถานประกอบการ 5) นิสิตสาขาวิชาการท่องเที่ยวและกีฬา 6) มัคคุเทศก์นำเที่ยวกีฬาทางน้ำและ 7) นักท่องเที่ยวกีฬาทางน้ำ จำนวน 381 คน โดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มย่อย ดังนี้

กลุ่มย่อยที่ 1 เพื่อสอบถามความต้องการจำเป็นเกี่ยวกับรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยว จำนวน 381 คน มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ โดยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ (Inclusive Criteria) แยกตามกลุ่มดังนี้

3.1.1 ผู้บริหารภาครัฐ มีคุณวุฒิการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป เป็นบุคคลปฏิบัติหน้าที่ผู้บริหารการท่องเที่ยวและกีฬาอยู่ในปัจจุบัน สมัครใจในการให้ข้อมูลและสามารถที่จะเข้าร่วมกระบวนการวิจัย ได้จนสิ้นสุดกระบวนการวิจัย

3.1.2 ผู้บริหารสถาบันการศึกษา มีคุณวุฒิการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาโทขึ้นไป เป็นบุคคลปฏิบัติหน้าที่ผู้บริหารสถาบันอุดมศึกษา ผู้บริหารหลักสูตร อาจารย์ผู้สอนการท่องเที่ยวและกีฬาทางน้ำอยู่ในปัจจุบัน สมัครใจในการให้ข้อมูล และสามารถที่จะเข้าร่วมกระบวนการวิจัยได้จนสิ้นสุดกระบวนการวิจัย

3.1.3 ผู้บริหารชุมชน มีคุณวุฒิการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป บุคคลที่ปฏิบัติหน้าที่ผู้บริหารท้องถิ่นที่มีการท่องเที่ยวหรือกีฬาทางน้ำในพื้นที่ สมัครใจในการให้ข้อมูลสามารถที่จะเข้าร่วมกระบวนการวิจัยได้จนสิ้นสุดกระบวนการวิจัย

3.1.4 ผู้บริหารสถานประกอบการ มีคุณวุฒิการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป เป็นบุคคลปฏิบัติหน้าที่ผู้บริหารสถานประกอบการกีฬาทางน้ำ ได้แก่ กีฬาดำน้ำ กีฬาแคนูคยัค กีฬาเรือพายล่องแก่งอยู่ในปัจจุบัน สมัครใจในการให้ข้อมูล และสามารถที่จะเข้าร่วมกระบวนการวิจัยได้จนสิ้นสุดกระบวนการวิจัย

3.1.5 นิสิตสาขาวิชาการท่องเที่ยว หรือกีฬา เป็นนิสิตที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี เป็นบุคคลที่เรียน หรือฝึกอบรมเกี่ยวกับวิชากีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว ในหลักสูตรอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการโรงแรม หรือหลักสูตรการท่องเที่ยวและนันทนาการ หรือหลักสูตรการจัดการกีฬาอยู่ในปัจจุบัน สมัครใจในการให้ข้อมูล และสามารถที่จะเข้าร่วมกระบวนการวิจัยได้จนสิ้นสุดกระบวนการวิจัย

3.1.6 มัคคุเทศก์นำเที่ยวกีฬาทางน้ำ มีคุณวุฒิการศึกษาตั้งแต่ระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่าขึ้นไป เป็นบุคคลปฏิบัติหน้าที่มัคคุเทศก์นำเที่ยวกีฬาทางน้ำ ได้แก่ กีฬาดำน้ำ กีฬาแคนูคยัค กีฬาเรือพายล่องแก่ง

อยู่ในปัจจุบันไม่น้อยกว่า 2 ปี สมัครใจในการให้ข้อมูล และสามารถที่จะเข้าร่วมกระบวนการวิจัยได้จนสิ้นสุดกระบวนการวิจัย

3.1.7 นักท่องเที่ยวกีฬาทางน้ำ เป็นบุคคลที่เดินทางมาท่องเที่ยวในกิจกรรมด้านกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว ได้แก่ กีฬาดำน้ำ กีฬาแคนูคยัค กีฬาเรือพายล่องแก่ง และสมัครใจในการให้ข้อมูล

กลุ่มย่อยที่ 2 เพื่อสรุปประเด็นเนื้อหาของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำ โดยการประชุมกลุ่ม (Focus group) จำนวน 50 คน โดยเลือกวิธีการการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง ในการประเมินรูปแบบ 4 องค์ประกอบ

กลุ่มย่อยที่ 3 เพื่อการตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำด้านการนำไปใช้ประโยชน์ (Utility) และความเป็นไปได้ (Feasibility) จำนวน 50 คน โดยเลือกวิธีการการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง ในการประเมินรูปแบบ 4 องค์ประกอบ คือ การจัดองค์กร (Organizing) การวางแผน (Planning) การจัดการเรียนรู้ (Studying) และการรับรองมาตรฐาน (Accrediting)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ แบบสอบถามและแบบประเมิน 5 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างเพื่อศึกษารูปแบบบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

ชุดที่ 2 แบบสอบถามต้องการจำเป็นผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเกี่ยวกับความคาดหวัง และสภาพความเป็นจริงของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

ชุดที่ 3 แบบประเมินความเห็นด้วยของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

ชุดที่ 4 แบบประเมินการพัฒนา และยืนยันผลของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

ชุดที่ 5 แบบประเมินตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างผู้เชี่ยวชาญ เป็นการสัมภาษณ์เกี่ยวกับรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ในการจัดองค์กรด้านโครงสร้างกีฬาทางน้ำ การกำหนดบทบาทหน้าที่ การดำเนินงาน การประสานงาน กระบวนการและขั้นตอนในการบริหาร การวัดการประเมินความสำเร็จของกระบวนการบริหารเพื่อสะท้อนถึงสภาพการบริหารที่ดำเนินการในปัจจุบัน ความต้องการจำเป็นในกระบวนการดำเนินงานแบบพหุภาคี บทบาทการมีส่วนร่วม การกระจายอำนาจเพื่อให้เกิดความร่วมมือต่อ การทำงานด้านการบริหารงานแบบมุ่งผลสัมฤทธิ์และความคาดหวังต่อรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืนนำไปทดลองสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน ปรับแก้ไขก่อนนำมาเก็บข้อมูล

2. เก็บข้อมูลด้วยแบบความสอบถามต้องการจำเป็นผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเกี่ยวกับความคาดหวังและสภาพความเป็นจริงของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ การจัดองค์กร (Organizing) การวางแผน (Planning) การจัดการเรียนรู้ (Studying) และการรับรองมาตรฐาน (Accrediting) มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

5 หมายถึง รายการมีความคาดหวัง/สภาพที่เป็นจริงมากที่สุด

4 หมายถึง รายการความคาดหวัง/สภาพที่เป็นจริงมาก

3 หมายถึง รายการความคาดหวัง/สภาพที่เป็นจริงปานกลาง

2 หมายถึง รายการความคาดหวัง/สภาพที่เป็นจริงน้อย

1 หมายถึง รายการความคาดหวัง/สภาพที่เป็นจริงน้อยที่สุด

3. เก็บข้อมูลด้วยแบบประเมินความเห็นด้วยของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ การจัดองค์กร (Organizing) การวางแผน (Planning) การจัดการเรียนรู้ (Studying) และการรับรองมาตรฐาน (Accrediting) มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

5 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวเห็นด้วยมากที่สุด

4 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวเห็นด้วยมาก

3 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีเห็นด้วยปานกลาง

2 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวเห็นด้วยน้อย

1 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวเห็นด้วยน้อยที่สุด

4. เก็บข้อมูลด้วยด้วยแบบประเมินการพัฒนาและยืนยันผลของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ การจัดองค์กร (Organizing) การวางแผน (Planning) การจัดการเรียนรู้ (Studying) และการรับรองมาตรฐาน (Accrediting) ประกอบด้วย 2 ด้าน ดังนี้

4.1 ด้านมาตรฐานด้านถูกต้อง (Accuracy Standard) มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

5 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความถูกต้องมากที่สุด

4 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความถูกต้องมาก

3 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความถูกต้องปานกลาง

2 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความถูกต้องน้อย

1 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความถูกต้องน้อยที่สุด

4.2 ด้านมาตรฐานความเหมาะสม (Propriety Standard) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

5 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความเหมาะสมมากที่สุด

4 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความเหมาะสมมาก

3 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความเหมาะสมปานกลาง

2 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความเหมาะสมน้อย

1 หมายถึง รายการประเมินดังกล่าวมีความถูกต้องน้อยที่สุด

5. เก็บข้อมูลด้วยด้วยแบบประเมินการตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ การจัดองค์กร (Organizing) การวางแผน (Planning) การจัดการเรียนรู้ (Studying) และการรับรองมาตรฐาน (Accrediting) ประกอบด้วย 2 ด้าน คือ การนำไปใช้ประโยชน์ (Utility) และความเป็นไปได้ (Feasibility) โดยมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

5 หมายถึง รายการประเมินนั้นมีความเป็นประโยชน์/ความเป็นไปได้มากที่สุด

4 หมายถึง รายการประเมินนั้นมีความเป็นประโยชน์/ความเป็นไปได้มาก

3 หมายถึง รายการประเมินนั้นมีความเป็นประโยชน์/ความเป็นไปได้ปานกลาง

2 หมายถึง รายการประเมินนั้นมีความเป็นประโยชน์/ความเป็นไปได้น้อย

1 หมายถึง รายการประเมินนั้นมีความเป็นประโยชน์/ความเป็นไปได้น้อยที่สุด

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ร่วมกับการสรุปอุปนัย (Analytic Induction)

2. วิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามความต้องการจำเป็นด้วยวิธีการวิเคราะห์ PNI Modified (Modified Priority Needs Index) โดยใช้สูตร ดังนี้

ความต้องการจำเป็น (PNI Modified) = $\frac{\text{สภาพการที่คาดหวัง (I)} - \text{สภาพการปัจจุบัน(D)}}{\text{สภาพการปัจจุบัน(D)}}$

3. วิเคราะห์ข้อมูลแบบประเมินความเห็นด้วยของรูปแบบด้วยผู้ทรงคุณวุฒิ โดยพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item Objective congruence)

4. วิเคราะห์ข้อมูลแบบประเมินความถูกต้อง และความเหมาะสมรูปแบบด้วยการวิเคราะห์หาค่ามัธยฐานและค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ ข้อที่ผ่านเกณฑ์ต้องมีค่ามัธยฐาน ตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป และมีค่าพิสัยระหว่าง ควอไทล์ ไม่เกิน 1.50

5. วิเคราะห์ข้อมูลแบบประเมินความเป็นประโยชน์ (Utility) และความเป็นไปได้ (Feasibility) ของรูปแบบด้วยการวิเคราะห์หาค่ามัธยฐาน และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ ข้อที่ผ่านเกณฑ์ต้องมีค่ามัธยฐาน ตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป และมีค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ ไม่เกิน 1.50

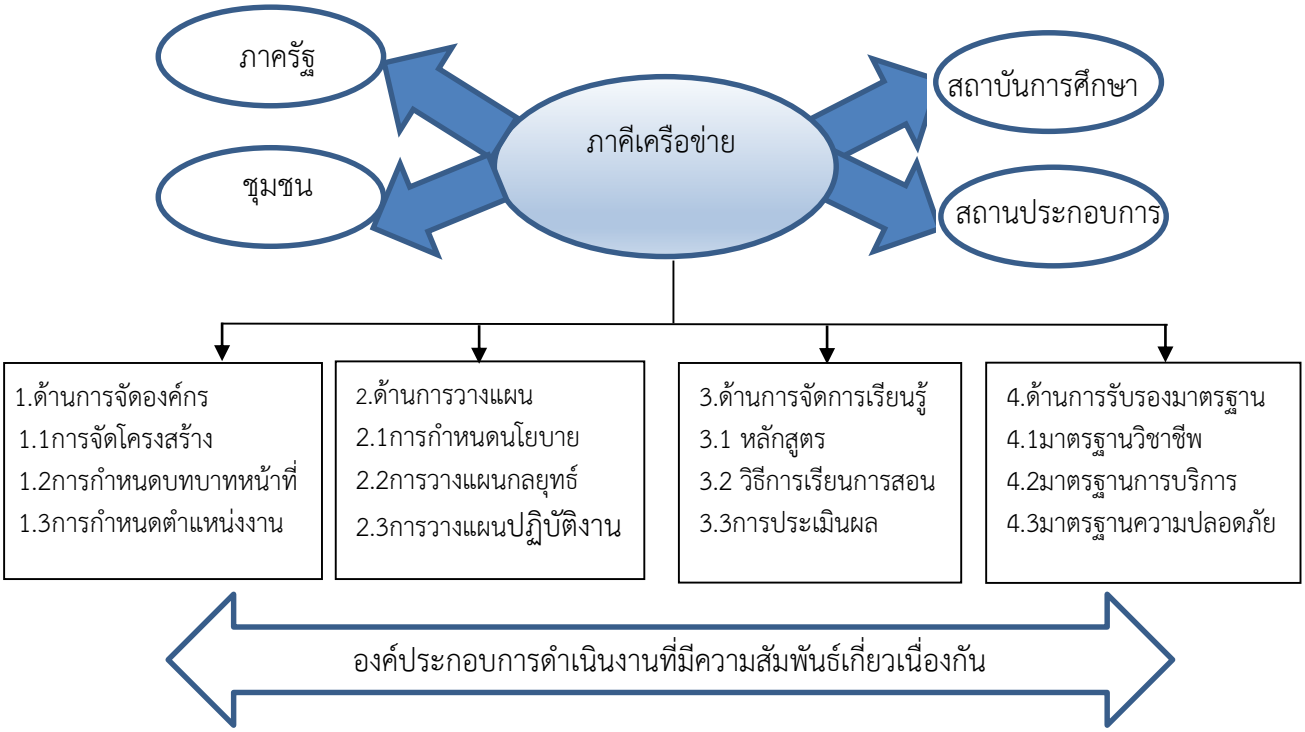
สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล

การสัมภาษณ์วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis) ร่วมกับการสรุปอุปนัย (Analytic Induction) และข้อมูลแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วย ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ค่ามัธยฐาน (Median) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Inter Quartile Range) ค่าดัชนีความต้องการจำเป็น (Modified Priority Need Index) และค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of Item - Objective Congruence)

ผลการวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยพบว่า รูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ซึ่งสรุปผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ดังนี้

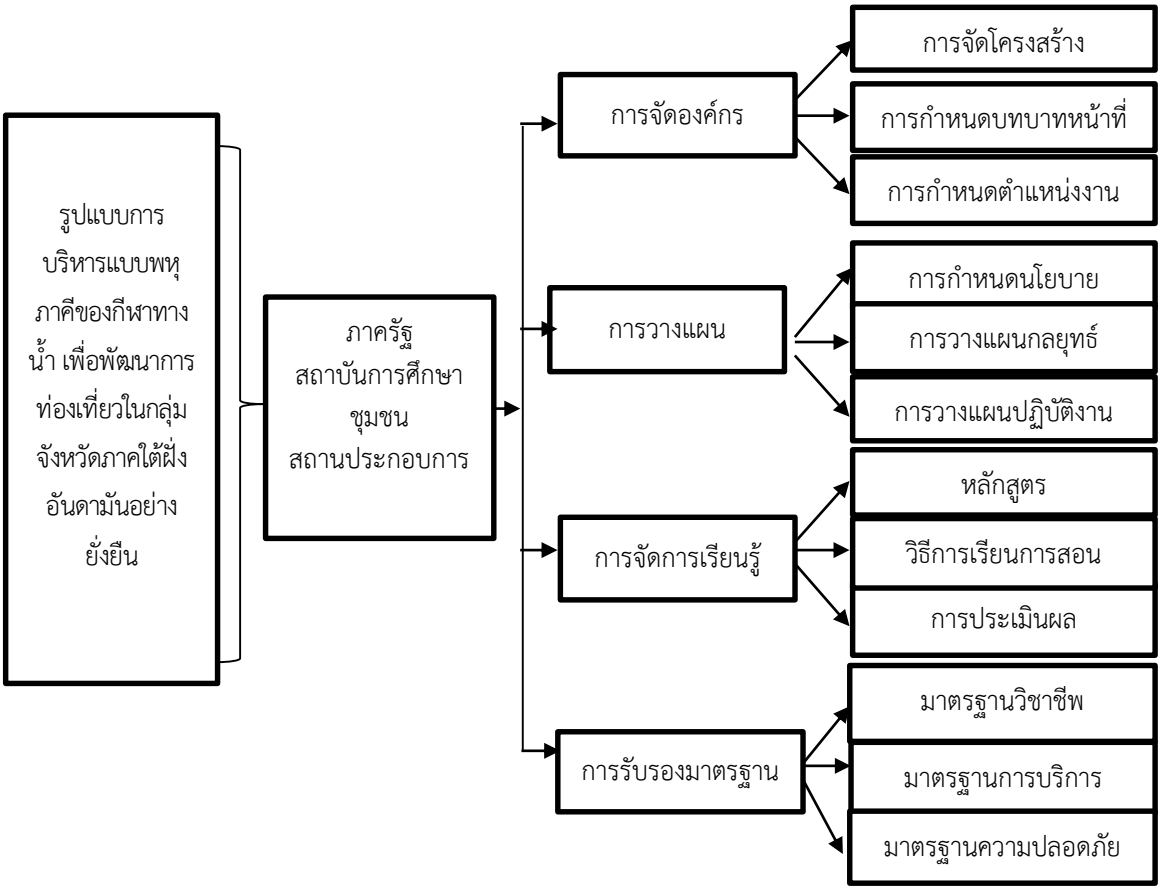
1. การศึกษาสภาพปัญหา และความต้องการจำเป็นด้านการบริหารของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยว ในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน พบว่า ด้านสภาพทั่วไปของกีฬาทางน้ำ พบว่ากีฬาดำน้ำพื้นที่ดำน้ำส่วนใหญ่อยู่ในเขตอุทยานแห่งชาติ แบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ คือ การดำน้ำตื้น และการดำน้ำลึก สำหรับกีฬาแคนูคยัค ปัจจุบันเป็นกิจกรรมที่ได้รับความนิยมมากขึ้น ส่วนใหญ่ใช้พื้นที่ป่าชายเลนเพื่อการท่องเที่ยวชมธรรมชาติ ภูเขา โพรงถ้ำแหล่งโบราณคดี ส่วนกีฬาเรือพายล่องแก่งมีน้อยที่ได้รับความสนใจของนักท่องเที่ยว คือ บริเวณน้ำตกโตนปริวรรต การพายเรือล่องป่าโกงกาง จังหวัดกระบี่ ส่วนด้านปัญหาของกีฬาทางน้ำเพื่อการพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญกีฬาดำน้ำมีการนำเรือเข้าไปยังพื้นที่ควบคุมการปล่อยน้ำเสียลงสู่ทะเล ปัญหาการกัดเซาะชายฝั่งตลอดจนปัญหาจำนวนนักท่องเที่ยวที่เกินขีดความสามารถในการรองรับ ด้านการท่องเที่ยวของแหล่งท่องเที่ยวนั้น ๆ ที่ไม่เพียงพอกับจำนวนนักนักท่องเที่ยว รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมโลกที่ก่อให้เกิดปะการังฟอกขาวบริเวณเกาะพีพีเป็นสถานที่พบปัญหามากที่สุดในธุรกิจดำน้ำเพราะปริมาณการใช้งานในพื้นที่สูงทำให้ปะการังได้รับความเสื่อมโทรมลงค่อนข้างมาก โดยเฉพาะปะการังน้ำตื้นและความต้องการจำเป็นร่างองค์ประกอบของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ดังภาพประกอบที่ 1



ภาพประกอบที่ 1 ร่างองค์ประกอบของรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคี
ของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

2. การสร้างและพัฒนารูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ด้านความถูกต้อง (Accuracy Standard) และด้านความเหมาะสม (Propriety Standard) ในการจัดองค์กร ด้านการจัดโครงสร้าง คือ มีการกำหนดฝ่าย/แผนกที่มีความชัดเจน การกำหนดบทบาทหน้าที่ คือ ผลิตและพัฒนาบุคลากรด้านกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวและการกำหนดตำแหน่งงาน คือ มีคุณวุฒิทางการศึกษาสอดคล้องกับตำแหน่งงาน ด้านการวางแผน การกำหนดนโยบาย คือ สร้างคนที่เกี่ยวข้องให้มีความเชี่ยวชาญด้านกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว การวางแผนกลยุทธ์ คือ จัดหาผู้เชี่ยวชาญทั้งภายนอกและภายในเข้าทำงานด้านกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาท่องเที่ยว และการวางแผนการปฏิบัติงาน คือ สร้างเครือข่ายวิชาการ (Academic Network) ทั้งในและต่างประเทศ ด้านการจัดการเรียนรู้ หลักสูตร คือ หลักสูตรมีการพิจารณารับรองมาตรฐานการศึกษาสอดคล้องกับนโยบาย วิสัยทัศน์ พันธกิจของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา วิธีการเรียนการสอน คือ มีเนื้อหาวิชาขั้นตอนในการฝึกปฏิบัติอย่างเป็นระบบและต่อเนื่องสัมพันธ์กันและการประเมินผล มีการประเมินผลด้านสมรรถภาพ ความประพฤติตนที่เหมาะสมตามหลักวิชาชีพ และด้านการรับรองมาตรฐาน มาตรฐานวิชาชีพ คือ ถ่ายทอดความรู้และสร้างองค์ความรู้ ด้านการนำเที่ยวกีฬาทางน้ำได้ดี มาตรฐานการบริการ คือ ให้บริการด้วยความยิ้มแย้มแจ่มใสและมีความเต็มใจและมาตรฐานความปลอดภัย คือ ทดสอบและตรวจสอบเพื่อรับรองมาตรฐานอุปกรณ์กีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวได้

3. ผลการตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน ให้ความคิดเห็นด้านความเป็นประโยชน์ (Utility) และความเป็นไปได้ (Feasibility) จากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในแต่ละภาคีเครือข่าย จำนวน 50 คน พบว่า รูปแบบที่พัฒนาขึ้นนั้น สามารถที่จะนำไปใช้ได้จริงมีผลสรุป ดังภาพประกอบที่ 2



ภาพประกอบที่ 2 รูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน

การอภิปรายผล

ผู้วิจัยนำประเด็นที่ค้นพบมาอภิปรายผลดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ด้านสภาพปัญหา ความต้องการจำเป็นรูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน พบว่า ผลการศึกษาสอดคล้องกับงานวิจัยของ ณัฐชานิตย์ ธนธรรมพานนท์ (Nachanit Tanatampanon, 2013) ได้กล่าวว่า สภาพและปัญหาการบริหารจัดการศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศสถาบันการพลศึกษา ด้านการวางแผน ด้านการจัดองค์กร ด้านการนำ และด้านการควบคุมและแนวทางการแก้ปัญหาศูนย์กีฬาเพื่อความเป็นเลิศสถาบันการพลศึกษา ให้มีการวางแผนเป็นระยะให้สอดคล้องกับระยะเวลาการปฏิบัติงาน จัดทำแผนบริหารจัดการความเสี่ยง จัดทำระบบสารสนเทศให้ทันสมัย อีกทั้งให้ทำความร่วมมือกับบุคลากรองค์กรต่างๆ เพื่อนำมาปรับปรุงการดำเนินงาน และสอดคล้องกับงานวิจัยของสราวุฒิ พงษ์พิพัฒน์ และคณะ (Sarawut Phongphiphat et al., 2017) ที่พบข้อจำกัดสำหรับการจัดองค์กร และระบบงานว่าการมอบหมายงานเป็นไปตามโครงสร้างขององค์กร ยังไม่ครอบคลุมถึงอำนาจในการตัดสินใจเกี่ยวกับงบประมาณ ผู้บริหารมีกระบวนการในการตัดสินใจโดยยึดเอาหลักเกณฑ์ขององค์กรเป็นสำคัญ แต่พบอุปสรรคเกี่ยวกับกระบวนการตัดสินใจที่ต้องใช้อำนาจของคณะกรรมการทำให้เกิดความล่าช้า และปัญหาในการคัดเลือกบุคลากรที่ไม่ได้มาตามระบบ ส่วนด้านการควบคุมงานผู้บริหารได้ให้ความสำคัญกับการติดตามงาน มีกระบวนการในการวัดผลการปฏิบัติงาน ทั้งก่อนปฏิบัติงานขณะปฏิบัติงานและหลังการปฏิบัติงาน แต่ยังไม่มีความเสมอภาคในการประเมิน นอกจากนี้ยัง

สอดคล้องกับวิจัยของแอน มหาฆีตะ และนภัสวรรณ เจริญชัยภินันท์ (Ann mahakeeta and Napasawan Jaroenchaiphinan, 2019) ซึ่งพบว่า สภาพและปัญหาในการบริหารจัดการองค์กรกีฬาในส่วนภูมิภาคของประเทศไทย มีสภาพการดำเนินงานเกี่ยวกับการพัฒนากีฬาส่วนภูมิภาคในการแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบเพื่อขับเคลื่อนแผนพัฒนากีฬาชาติไปสู่การปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับระดับนโยบายจนถึงระดับปฏิบัติการ ส่วนปัญหาที่พบในการบริหารจัดการองค์กรกีฬา ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับการบริหารจัดการภายในองค์กร เช่น บุคลากร งบประมาณ สถานที่ วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการดำเนินงานด้านการประสานงานภายในองค์กรและระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

2. การศึกษารูปแบบการบริหารแบบพหุภาคีของกีฬาทางน้ำเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวในกลุ่มจังหวัดภาคใต้ฝั่งอันดามันอย่างยั่งยืน พบว่า ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ 1) ด้านการจัดองค์กร มีการจัดโครงสร้างองค์กร โดยคณะกรรมการการบริหารควรมีหลายภาคส่วน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดงานวิจัยของ ของกาญชาญ รังสีวรรธนะ (Kanchan Rangsiwantana, 2017) ที่ศึกษาการจัดการสนามกีฬาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พบว่าการจัดโครงสร้างการปฏิบัติงาน ประกอบด้วย การออกแบบโครงสร้างการปฏิบัติงาน ด้วยการกระจายอำนาจการบริหารและการกำหนดกฎระเบียบในการทำงานและงานวิจัยของ ทินกร ชอัมพงษ์ และคณะ (Tinakorn Chaamphong et al., 2017) อธิบายด้านการจัดองค์กรในการบริหารงานกีฬาแบบมีส่วนร่วมของมหาวิทยาลัยราชภัฏว่า ในการแต่งตั้งคณะกรรมการพิจารณาในการกำหนดตำแหน่งเจ้าหน้าที่กลุ่มงานกีฬาและนันทนาการ โดยบุคลากรต้องมีคุณภาพและมาตรฐานมีความที่มีความเหมาะสมกับตำแหน่งและคุณวุฒิเพื่อผลักดันหรือขับเคลื่อนการบริหารงานของบุคลากรตามตำแหน่งงานให้ตรงกับคุณวุฒิทางการศึกษา 2) ด้านการวางแผนมีการกำหนดนโยบายต้องสร้างคนที่เกี่ยวข้องให้มีความเชี่ยวชาญด้านกีฬาทางน้ำเพื่อ การท่องเที่ยว ด้วยการกำหนดวิสัยทัศน์และพันธกิจครอบคลุมกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวสอดคล้องงานวิจัย ศรัณย์ เจียระนัย และคณะ (Saran Jianranai et al., 2010) พบว่า การสร้างรูปแบบการบริหารแบบมีส่วนร่วมของสถาบันการพลศึกษาเพื่อนำไปสู่การเป็นมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ในการบริหารแบบมีส่วนร่วมมีการกำหนดนโยบาย หรือทิศทาง หรือยุทธศาสตร์ที่ให้ความสำคัญกับการบริหารแบบมีส่วนร่วมของวิทยาเขต คณะและสำนักงานอธิการบดี มีการให้นโยบายหรือทิศทาง ที่แสดงให้เห็นความสำคัญของการบริหารนโยบายหรือทิศทาง หรือยุทธศาสตร์ให้ทราบทั่วกันทั้งการวางแผนกลยุทธ์ ด้วยการจัดหาผู้เชี่ยวชาญทั้งภายนอกและภายใน เข้าทำงานพัฒนาคุณภาพนักกีฬา ผู้ฝึกสอน ผู้ตัดสินด้านกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวชาวไทยสู่ระดับนานาชาติ มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของมณฑิรา ชุนลิ้ม และอุษณีษ์ เสวกวัชรี (Monthira Chunlim and Usanee Sawekwatcharee, 2018)

จากการศึกษาการพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัยเอกชน มีกลยุทธ์มุ่งเน้นการพัฒนากีฬาเป็นหนึ่งในหัวใจสำคัญ ด้านวิชาการ การพัฒนากีฬาในมหาวิทยาลัย โดยใช้กีฬาสร้างศักยภาพของบุคลากรทุกสายงานอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอเพื่อการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพก่อนการนำไปปฏิบัติกับสร้างเครือข่ายวิชาการ (Academic Network) ทั้งในและต่างประเทศเพื่อการแลกเปลี่ยนบุคลากรและความร่วมมือต่างๆ 3) ด้านการจัดการเรียนรู้ หลักสูตร วิธีการเรียนการสอนและการปฏิบัติทักษะของปฏิบัติงาน สอดคล้องกับงานวิจัยของ เยาวเรศ ภักดีจิตร (Yaowaret Phakdeejit, 2014) รูปแบบการจัดการเรียนรู้เชิงรุกในศตวรรษที่ 21 พบว่า เนื้อหาความรู้ที่ได้เรียนรู้จากการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ นำไปสู่ความรู้ความเข้าใจเชิงนามธรรมเหมาะกับรายวิชา ที่เน้นปฏิบัติหรือเน้นการฝึกทักษะสามารถใช้การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยฝึกให้มีการคิดอย่างมีวิจารณญาณและยังสอดคล้องกับวิลเลี่ยม (Williams, 2003) ได้ทำการศึกษาเรื่อง Recreation educator and practitioners opinions regarding program accreditation and certification พบว่า ระดับความสามารถแบ่งออกเป็น 3 ระดับได้แก่ ระดับการมีความรู้พื้นฐานในสาขาวิชา ระดับการมีความเข้าใจในหลักการและระดับการมีความสามารถในการนำไปปฏิบัติ ที่มีรูปแบบการรับรองความสามารถที่แตกต่าง

จากวิชาชีพอื่นการรับรองมาตรฐานวิชาชีพ 4) ด้านการรับรองมาตรฐาน มาตรฐานวิชาชีพ มีถ่ายทอดความรู้และสร้างองค์ความรู้ด้านการนำเที่ยวกีฬาทางน้ำได้ดี ความสามารถมีสมรรถภาพทางกายด้านกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวที่ดีและปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณและบทบาทหน้าที่ของอาชีพกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว สอดคล้องกับงานวิจัยของวิลเลี่ยม (Williams, 2003) ได้ทำการศึกษาเรื่อง Recreation educator and practitioners opinions regarding program accreditation and certification พบว่ามาตรฐานวิชาชีพเป็นเครื่องบ่งบอกถึงความมีคุณภาพและความมีประสิทธิภาพในการบริหารจัดการและการให้คำแนะนำตามคุณภาพแห่งวิชาชีพนั้น ๆ สามารถแบ่งได้เป็นสองมาตรฐาน ได้แก่ มาตรฐานด้านปฏิบัติการและมาตรฐานด้านการเข้าสู่วิชาชีพสอดคล้องกับงานวิจัยของสอดคล้องกับงานวิจัยของ Dolnicar and Fluker (2003) ได้ทำการศึกษารูปแบบและตลาดของการท่องเที่ยวเชิงกีฬากระดานโต้คลื่นพบว่า ลักษณะนิสัยในการเดินทางท่องเที่ยวโดยได้ทำการประเมินตลาดการท่องเที่ยวเชิงกีฬากระดานโต้ควรระเบียบกฎเกณฑ์ของของทัวร์กระดานโต้คลื่นที่จะเป็นแนวทางในการพัฒนาและยกระดับมาตรฐานของอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ ในอนาคตอีกด้วย ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่าการจัดการตลาดที่เหมาะสมและการดำเนินกิจกรรมที่สัมพันธ์กันมีผลต่อการพัฒนาและขยายตัวของการท่องเที่ยวเชิงกีฬา นอกจากนี้สำนักงานพัฒนาการท่องเที่ยวได้จัดทำแบบประเมินคุณภาพด้านการท่องเที่ยว เพื่อให้จังหวัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพด้านการท่องเที่ยวของจังหวัดอย่างมีประสิทธิภาพและได้มาตรฐาน โดยแบ่งการประเมินออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ประเภทบริการการท่องเที่ยว ได้แก่ มาตรฐานกิจกรรมล่องแก่ง มาตรฐานกิจกรรมแคนูคยัค มาตรฐานกิจกรรมดำน้ำ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ 2 ส่วน คือข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัยและข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัย

1.1 ด้านการจัดองค์กร การจัดตั้งองค์กรที่การกำหนดหน้าที่และตำแหน่งงานที่ชัดเจน สอดคล้องกับความรู้ ความสามารถของบุคลากรรับผิดชอบที่ชัดเจน บนพื้นฐานของการประสานงานและสร้างข้อตกลงร่วมกันระหว่างองค์กรภาครัฐ องค์กรชุมชน สถานประกอบการ และสถานบันการศึกษา เพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนไปด้วยกันอย่างเป็นรูปธรรม โดยไม่เกิดความขัดแย้งซึ่งกันและกันในระหว่างองค์กร โดยในกระบวนการจัดโครงสร้างขององค์กรนั้น อาจดำเนินการได้ในลักษณะของการจัดเป็นองค์กรพิเศษที่มีหน้าที่รับผิดชอบโดยตรง หรือดำเนินงานในรูปของคณะกรรมการร่วม โดยให้หน่วยงานแต่ละส่วนที่เกี่ยวข้องขับเคลื่อนภายใต้ความรับผิดชอบของหน่วยงานตนเองตามมติร่วมกันของคณะกรรมการบริหาร

1.2 ด้านการวางแผน การจัดทำวิสัยทัศน์นโยบายต้องพัฒนาคนที่เกี่ยวข้องให้มีความเชี่ยวชาญด้านกีฬาทางน้ำ เพื่อการท่องเที่ยวและพันธกิจครอบคลุมนำไปสู่ความเป็นเลิศอย่างยั่งยืน พร้อมทั้งจัดหาผู้เชี่ยวชาญทั้งภายนอกและภายในเข้าทำงานการปฏิบัติงานเพื่อสร้างศักยภาพของบุคลากรอย่างมีประสิทธิภาพด้านความรู้ ประสบการณ์ และโอกาสความก้าวหน้าให้บุคลากร

1.3 ด้านการจัดการเรียนรู้ การจัดหลักสูตรต้องให้ความสำคัญด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม และตรงตามเกณฑ์มาตรฐานหลักสูตรมีมาตรฐานองค์กรวิชาชีพหรือมาตรฐานสากล และได้รับรองมาตรฐานของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา วิธีการเรียนการสอนมีเหมาะสมและทันสมัย มีทักษะการใช้ภาษาอังกฤษและภาษาอื่น ๆ มีการประเมินผลด้านสมรรถภาพ และความประพฤติตนที่เหมาะสมตามหลักวิชาชีพและในใช้เทคโนโลยีและวิทยุการสื่อสารมาประยุกต์ใช้

1.4 ด้านการรับรองมาตรฐาน ต้องยึดหลักปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณและบทบาทหน้าที่ของอาชีพกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว ควรเป็น One stop service และให้บริการด้วยจิตสาธารณะ ยิ้มแย้มแจ่มใส และมีความเต็มใจกับการใช้เทคโนโลยีได้ดีและรวดเร็วในการประชาสัมพันธ์ข่าวสารข้อมูลต่าง ๆ ด้านความปลอดภัย ต้องทดสอบประเมินมาตรฐานและตรวจสอบอุปกรณ์กีฬาทางน้ำเพื่อขอการรับรองมาตรฐานตลอดจนมีการฝึกทบทวน และทดสอบประเมินมาตรฐานขอรับรองใบประกอบวิชาชีพกีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยว

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ในการรูปแบบนี้ไปดำเนินการ ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับหลักสูตรการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาบุคลากรกีฬาทางน้ำชาวไทยให้เกิดประโยชน์ประเทศไทยมากที่สุด

2.2 หากนำรูปแบบนี้ไปใช้ จะทำให้ทราบปัญหาและอุปสรรคและรูปแบบในดำเนินการประกอบธุรกิจกีฬาทางน้ำบางชนิดในประเทศไทย เพื่อเป็นแนวทางแก้ปัญหาและปรับปรุงให้ดีขึ้น

2.3 ควรมีการศึกษาความเหมาะเชิงพื้นที่ในการจัดตั้งองค์กรที่รับผิดชอบ เพื่อประเมินความสำเร็จด้านประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการพัฒนากีฬาทางน้ำเพื่อการท่องเที่ยวทางน้ำและชายฝั่งทะเลให้สอดคล้องกระแสความต้องการของสังคมในปัจจุบัน

References

Andaman Coast Group. (2016). *Development Plan for the Southern Provinces of the Andaman Coast 2016. Phuket***.** Retrieved 2 January 2017, from http://www.andamanislandgroup.com/

Ann Mahakeeta and Napasawan Jaroenchaiphinan. (2019). Study of guidelines for reforming sports organizations in the regional region of Thailand. *Academic Journals Srisaket Rajaphat University. 13*(1), 32-40.

Dolnicar Sara and Fluker Martin. (2003). Behavioural market segments among surf tourist : investigating past destination choice. *Journal of Sport Tourism***,** *8*(3), 186-196.

Kanchan Rangsiwantana. (2017). Stadium management of the local administration in Thailand. *Journal of Management Art*, *1*(1), 1-10.

Monthira Chunlim and Usanee Sawekwatcharee. (2018). The use of sports as a marketing strategy and sports development model of privat university. *Panyapiwat Journal, 10* Special Issue, 83-96.

Nachanit Tanatampanon. (2013). *Guidelines for solving problems of managing sports centers for excellence, Institute of Physical Education.* (Master's thesis). Burapha University.

Saran Jianranai et al., (2010). The participatory management model of the Institute of Physical Education to lead the National Sports University. *Journal of Education Faculty of Education Srinakharinwirot University, 17*(2), 135-151.

Sarawut Phongphiphat et al., (2017). The study of problems in the management of sports centers and sports science centers in University. *Science education Chiang Mai University, 1*(2), 52-60.

Tinakorn Chaamphong et al., (2017). The study of sports management style elements of Rajabhat University*. Maha Chula Academic Journal,* 5 (special edition), 264-281.

Yaowaret Phakdeejit. (2014). *Proactive Learning Management Model in the 21st Century.* Retrieved 20 June 2019, from http://edu.Nsru.ac.th./2011/qass/?view=research.php.

Williams. (2003). *Recreation educator and practitioners opinions regarding program accreditation and certification***.** (Doctoral dissertation). University of Arkansas.

Received : 11 July, 2019
Revised : 14 September, 2019
Accepted : 18 September, 2019

รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

ดิฏฐชัย จันทร์คุณา
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์หลักคือ เพื่อวิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างการบริหารจัดการฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ตามรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขันกลุ่มตัวอย่าง คือ สมาชิกและพนักงานที่เป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียของฟิตเนส เฟิรส์ท วี ฟิตเนส และ เวอร์จิ้น แอ็คทีฟ รวม 660 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ซึ่งนำมาจากงานวิจัยของดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2018) สถิติที่ใช้ คือ รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างด้วยโปรแกรมเอ็มพลัส ผลการวิจัย พบว่า รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ประกอบด้วยตัวแฝงภายนอกชื่อ สาเหตุ กับ ตัวแปรแฝงภายในชื่อ ผลลัพธ์ และมีความเหมาะสมปานกลาง (ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบเท่ากับ 0.856) สาเหตุเป็นตัวแทนของการวางแผนและจัดองค์กร พฤติกรรมผู้บริโภค ลูกค้าสัมพันธ์ และการบริหารงานบุคคล ผลลัพธ์ เป็นตัวแทนของการบริการและผลิตภัณฑ์ กลยุทธ์การตลาด การพัฒนาองค์กร และเส้นทางอาชีพ สาเหตุมีอิทธิพลเส้นทางตรงไปสู่ผลลัพธ์ในระดับปานกลาง (ค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง เท่ากับ 0.865) พฤติกรรมผู้บริโภค กับ กลยุทธ์การตลาด มีอิทธิผลต่อการบริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์ให้มีประสิทธิผล (ค่าสัมประสิทธิ์น้ำหนักปัจจัย เท่ากับ 0.844 และ 0.881 ตามลำดับ)

คำสำคัญ: ฟิตเนสเซ็นเตอร์ ประสิทธิผลองค์กร รูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน รูปแบบสมการเชิงโครงสร้าง

Corresponding Author: ดร.ดิฏฐชัย จันทร์คุณา. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม E-mail: dittachai.c@chandra.ac.th

STRUCTURAL EQUATION MODEL OF EFFECTIVE FITNESS CENTERS IN BANGKOK METROPOLITAN AND VICINITY REGION

Dittachai Chankuna
Division of Sports Science, Faculty of Science, Chandrakasem Rajabhat University

Abstract

The major objective of this research was to analyze a structural equation model of effective fitness center managerial factors in Bangkok metropolitan and vicinity region based on Competing Value Approach (CVA) theory. Samples were 660 stakeholders of Fitness First, We Fitness, and Virgin Active. Instrument was questionnaire adopted from Dittachai Chankuna (2018). Statistics used was structural equation modeling by Mplus software. The results were found that a structural equation model of effective fitness center in Bangkok metropolitan region composed of exogenous latent variable named Means and endogenous latent variable named Ends, with moderate fit (CFI = 0.856). Means represented Planning and Organizing, Consumer Behavior, Consumer Relation, and Human Resource Management. Ends represented Service and Product, Marketing Strategy, Organization Development, and Career Path. Means had a direct effect to Ends at a moderate level (Path Coefficient = 0.865). Consumer behavior and Marketing Strategy strongly affected to manage fitness center for effectiveness (Factor Loading = 0.844 and 0.881 respectively).

Keywords: Fitness Centers, Organization Effectiveness, Competing Value Approach: CVA, Structural Equation Model: SEM

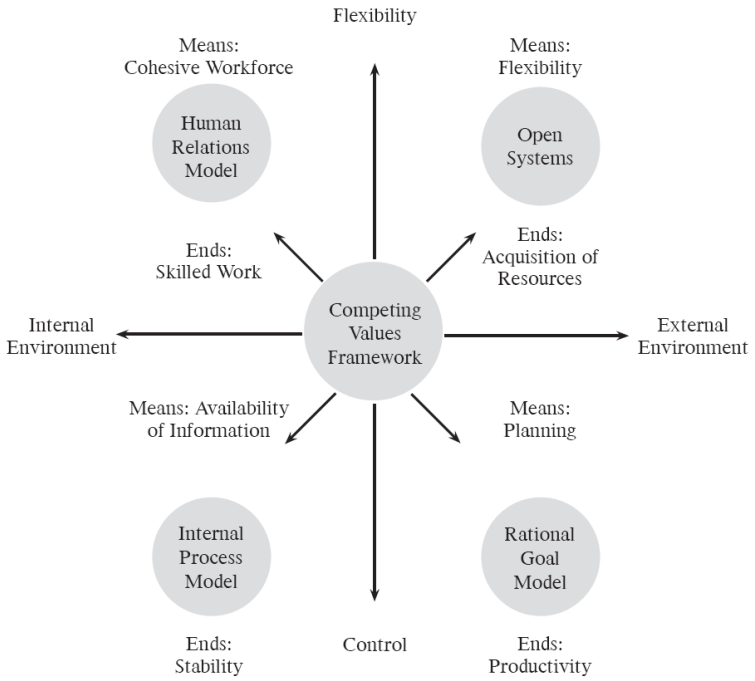
Corresponding Author: Dr.Dittachai Chankuna, Division of Sports Science, Faculty of Science, Chandrakasem Rajabhat University E-mail: dittachai.c@chandra.ac.th

บทนำ

ประสิทธิผลองค์กร (Organizational Effectiveness) เป็นหัวข้อที่นักวิชาการด้านองค์กรนิยมศึกษาวิจัยมาอย่างยาวนาน และนักวิชาการเหล่านั้นต่างพยายามค้นหารูปแบบโครงสร้างขององค์กรที่มีประสิทธิผลเพื่อจะปรับปรุงวิธีการบริหารองค์กร (Rojas, 2000; Eydi, Ramezanineghad, Yousefi, Sajjadi, & Malekakhlagh, 2011; Barth, Emrich, & Daumann, 2018)

ประสิทธิผลองค์กร (Organizational Effectiveness) ตามรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) ถือเป็นรูปแบบการบริหารจัดการฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่บูรณาการการจัดการประสิทธิผลองค์กรให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบัน โดยมีดัชนีหรือเกณฑ์การประเมินประสิทธิผลครอบคลุมทั้งผลผลิต คุณธรรมจริยธรรมและความสามัคคี ความมั่นคงและการควบคุม การระดมแหล่งทรัพยากร และความยืดหยุ่นความพึงพอใจของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (Dittachai Chankuna, 2018)

ควีน และโรอาบอว์ (Quinn & Rohrbaugh, 1981) เป็นผู้ริเริ่มนำเสนอรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) ที่กล่าวถึงเป้าหมายที่แตกต่างกันไปในแต่ละองค์กร มาจากบุคคลที่กำหนดเป้าหมายที่มีค่านิยมต่างกัน ดังนั้น การวัดประสิทธิผลขององค์กร จึงขึ้นอยู่กับค่านิยม (Values) ความพึงพอใจ (Preferences) และความสนใจ (Interests) ของผู้ประเมินหรือวัดประสิทธิผลขององค์กร รูปแบบนี้ถูกออกแบบเพื่อวัดประสิทธิผลองค์กรในองค์กรที่แสวงหาผลกำไรเป็นหลัก โดยมีรูปแบบความหลากหลายของผู้มีสิทธิในการออกเสียงแนวคิดพื้นฐาน การวัดประสิทธิผลองค์กรตามแนวคิดนี้มีพื้นฐานจากการผสมผสานกันของแกนที่มีคุณค่าสามแกนในสามมิติ (ดังภาพที่ 1)



ภาพที่ 1 รูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) สำหรับประสิทธิผลองค์กร (ที่มา : Dittachai Chankuna, 2013, p. 57)

มิติที่หนึ่งของแนวทางการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขันคือการให้ความสำคัญกับจุดเน้นขององค์กร (Organizational Focus) ระหว่างการมุ่งเน้นผลภายใน (Internal Focus) กับการมุ่งเน้นผลภายนอก (External Focus) มิติที่สองมีความสัมพันธ์กับโครงสร้างองค์กร (Organizational Structure) ที่ให้ความสำคัญกับความยืดหยุ่น (Flexibility) และการควบคุม (Control) และมิติที่สามมีความสัมพันธ์กับผลผลิตขององค์กร (Organizational Outcome) ที่ให้ความสำคัญกับเหตุ (Means) และผล (Ends) โดยแต่ละมิติเป็นตัวแทนคุณค่าที่เป็นเกณฑ์ส่งผลต่อการประเมินประสิทธิผลองค์กร แต่ละเกณฑ์การประเมินในโครงสร้างของประสิทธิผลองค์กรเป็นตัวแทนการผสมผสานอย่างหลากหลายของแต่ละคุณค่า การผสมผสานกันของสองมิติแรกคือจุดเน้นขององค์กร (Organizational Focus) กับโครงสร้างองค์กร (Organizational Structure) ผลิตเซลล์สี่เซลล์ (ภาพที่ 1) ได้แก่ รูปแบบมุ่งเน้นเป้าหมาย (Rational Goal Models) รูปแบบระบบเปิด (Open System Model) รูปแบบกระบวนการภายใน (Internal Process Model) และรูปแบบความสัมพันธ์ของบุคคล (Human Relations Model) ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับรูปแบบที่ได้กล่าวไปแล้ว และสุดท้ายการผสมผสานกันของมิติที่สามคือเหตุ (Means) และผล (Ends) แสดงให้เห็นแปดเซลล์ (ปัจจัย) ที่เป็นตัวแทนของรูปแบบพื้นฐานทั้งสี่ของประสิทธิผลองค์กร (Quinn & Rohrbaugh, 1983)

ซึ่งหากพิจารณารูปแบบโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีความสัมพันธ์เส้นทางตรงระหว่างสาเหตุ (Means) ไปสู่ผลลัพธ์ (Ends) ตามรูปแบบที่นำเสนอโดย อิบราฮิม ฮามาตินฮัด ราเมซาเนคฮัด และอีดิ (Ibrahim, Hamatineghad, Ramezanineghad, & Eydi, 2013) กับดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2014) แล้วมีความเป็นไปได้ว่าจะสร้างเป็นรูปแบบโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลได้ดังนี้ สาเหตุ (Means) ประกอบด้วย 4 เซลล์ ได้แก่ การวางแผน (Planning) ความยืดหยุ่น (Flexibility) การได้มาของข้อมูล (Availability of Information) และความเป็นปึกแผ่นของพนักงาน (Cohesive Workforce) โดยสามารถประยุกต์ไปสู่องค์ประกอบโครงสร้างของการบริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์ ได้แก่ การวางแผนและจัดองค์กร (Planning and Organizing) พฤติกรรมผู้บริโภค (Consumer Behavior) ลูกค้าสัมพันธ์ (Consumer Relation) และการบริหารงานบุคคล (Human Resource Management) ตามลำดับ ส่วนเหตุผล (Ends) ประกอบด้วย 4 เซลล์ ได้แก่ ผลผลิต (Productivity) การได้มาของทรัพยากร (Acquisition of Resources) ความมั่นคง (Stability) และทักษะพนักงาน (Skilled Workforce) โดยสามารถประยุกต์ไปสู่องค์ประกอบโครงสร้างของการบริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์ ได้แก่ การบริการและผลิตภัณฑ์ (Service and Product) กลยุทธ์การตลาด (Marketing Strategy) การพัฒนาองค์กร (Organization Development) และเส้นทางอาชีพ (Career Path) ผู้วิจัยจึงต้องการวิเคราะห์รูปแบบโครงสร้างฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีความสัมพันธ์เส้นทางตรงระหว่างสาเหตุ (Means) ไปสู่ผลลัพธ์ (Ends) เพื่อนำไปสู่การสร้างนวัตกรรมด้านประสิทธิผลองค์กรในอนาคตงานวิจัยเพื่อค้นหารูปแบบโครงสร้างองค์กรที่มีประสิทธิผลมีจุดเริ่มตั้งแต่การสร้างเครื่องมือประเมินองค์กรในสถาบันการศึกษา (Cameron, 1978) การพัฒนาทฤษฎีที่สำคัญในการศึกษาประสิทธิผลองค์กรคือ รูปแบบการสร้างความสามารถในการแข่งขัน (Quinn, & Rohrbaugh, 1981) การเปรียบเทียบรูปแบบของประสิทธิผลองค์กร (Cameron & Whetten, 1983) การประเมินมุมมองของประสิทธิผลองค์กร (Chelladurai, 1987) การทดลองนำรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขันไปจัดการระบบข้อมูลสารสนเทศ (DiPadova & Faerman, 1993) การประเมินประสิทธิผลองค์กรด้วยรูปแบบผู้มีส่วนได้ส่วนเสียหลากหลายในองค์กรกีฬาระดับชาติประเทศกรีซ (Papadimitriou & Taylor, 2000) การทบทวนรูปแบบที่ใช้ประเมินประสิทธิผลองค์กรแสวงหากำไรและไม่แสวงหากำไร (Rojas, 2000; Eydi, Ramezanineghad, Yousefi, Sajjadi, & Malekakhlagh, 2011; Barth, Emrich, & Daumann, 2018) การทดสอบปัจจัยเชิงยืนยันของประสิทธิผลองค์กรสำหรับสมาคมกีฬาประเทศกรีซ (Karteroliotis & Papadimitriou, 2004) ประเทศออสเตรเลีย (Shilbury & Moore, 2006) และ

ประเทศไทย (Dittachai Chankuna, 2014) จนกระทั่งการวิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของสมาคมกีฬาในประเทศอิรัก (Ibrahim, Hamatineghad, Ramezanineghad, & Eydi, 2013) และประเทศไทย (Dittachai Chankuna, 2014) อย่างไรก็ตาม จะเห็นได้ว่ายังมีการศึกษาประสิทธิผลองค์กรเพื่อพัฒนารูปแบบโครงสร้างองค์กรสำหรับธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์ในประเทศไทยอยู่จำนวนน้อย

ธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์ในประเทศไทยเติบโตอย่างรวดเร็วจนมีมูลค่ามากกว่า 1 หมื่นล้านบาท โดยมีบริษัทที่ครองส่วนแบ่งการตลาดรวมกันมากกว่าร้อยละ 90 เพียง 3 บริษัท ได้แก่ ฟิตเนส เฟิรส์ท วี ฟิตเนส และเวอร์จิ้น แอ็คทีฟ (Dittachai Chankuna, 2018) ทั้งสามบริษัทนั้นต่างพยายามใช้กลยุทธ์อย่างหลากหลายในการบริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์เพื่อพัฒนารูปแบบโครงสร้างองค์กร เช่น ฟิตเนส เฟิรส์ท ใช้กลยุทธ์ด้านผลิตภัณฑ์/บริการที่จับต้องได้และตอบสนองความต้องการทางร่างกายโดยใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายส่วนมากยี่ห้อเทคโนยิม (Techno Gym) ซึ่งนำเข้าจากประเทศสหรัฐอเมริกา ไม่ว่าจะเป็นเครื่องฝึกออกกำลังกายด้วยแรงต้าน (Weight Machine) ลู่วิ่งกล (Treadmill) หรือจักรยานปั่นอยู่กับที่ (Stationary Bike) วี ฟิตเนส ใช้กลยุทธ์ด้านผลิตภัณฑ์/บริการที่จับต้องได้และตอบสนองความต้องการทางจิตใจด้วยการแถมกระเป๋าสะพาย หรือกระบอกน้ำ เมื่อสมัครสมาชิก และเวอร์จิ้น แอ็คทีฟ ใช้กลยุทธ์ด้านผลิตภัณฑ์/บริการที่จับต้องไม่ได้และตอบสนองความต้องการทางจิตใจด้วยการบริการให้บุตรหลานของสมาชิกมาใช้พื้นที่สำหรับรอสมาชิกออกกำลังกาย (Dittachai Chankuna & Thanatpong Sukwong, 2018) ทั้งนี้ การบริหารองค์กรของทั้ง 3 บริษัท สามารถใช้รูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) ในการอธิบายองค์ประกอบโครงสร้างได้ในระดับปานกลาง (Dittachai Chankuna, 2018) ซึ่งในปัจจุบัน ยังไม่มีการค้นหารูปแบบโครงสร้างองค์กรที่อธิบายเส้นทางความสัมพันธ์และอิทธิพลของแต่ละองค์ประกอบที่มีต่อการบริหารองค์กรของธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์

การค้นหารูปแบบโครงสร้างองค์กรของธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์จะมีประโยชน์สำคัญในการอธิบายสาเหตุ (Means) ไปสู่ผลลัพธ์ (Ends) ของการบริหารองค์ ดังเช่น อิบราฮิม ฮามาตินฮัด ราเมซาเนคฮัด และอีดิ (Ibrahim, Hamatineghad, Ramezanineghad, & Eydi, 2013) ที่พบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อประสิทธิผลองค์กรของสมาคมกีฬา (ฟุตบอล กรีฑา ยกน้ำหนัก และบาสเกตบอล) ในประเทศอิรักมากเป็น 3 ลำดับแรก ได้แก่ ปฏิสัมพันธ์ภายในองค์กร (Interact) ผลผลิต (Productivity) และการวางแผน (Planning) ตามลำดับ โดยปฏิสัมพันธ์ภายในองค์กรและความมั่นคง (Stability) ซึ่งถือเป็นมิติรูปแบบกระบวนการภายใน (Internal Process Model) มีอิทธิพลต่อประสิทธิผลองค์กรมากกว่ามิติรูปแบบมุ่งเน้นเป้าหมาย (Rational Goal Models) รูปแบบความสัมพันธ์ของบุคคล (Human Relations Model) และรูปแบบระบบเปิด (Open System Model) รูปแบบกระบวนการภายใน (Internal Process Model) ในขณะที่ดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2014) พบว่า รูปแบบการบริหารสมาคมกีฬาในประเทศไทยประกอบด้วยความสัมพันธ์เส้นทางตรงระหว่างสาเหตุไปสู่ผลลัพธ์ที่มีอิทธิพลสูงมาก โดยการวางแผน (Planning) และการได้มาของข้อมูล (Availability of Information) เป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลมากต่อสาเหตุ อีกทั้งจะช่วยส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาบุคลากร (Skilled Workforce) และผลผลิต (Productivity) ที่ดีในการบริหารองค์กรอีกด้วย ที่สำคัญการค้นหารูปแบบโครงสร้างองค์กรของธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาอุตสาหกรรมกีฬาและวิชาชีพที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬา พลศึกษา และการจัดการการกีฬา เพื่อให้ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียมีแหล่งข้อมูลเชิงวิชาการที่สำคัญในการบริหารจัดการที่เกี่ยวข้องกับ 8 องค์ประกอบที่นำไปสู่ประสิทธิผลองค์กรตามรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน ได้แก่ การวางแผนและจัดองค์กร (Planning and Organizing) การบริการและผลิตภัณฑ์ (Service and Product) พฤติกรรมผู้บริโภค (Consumer Behavior) กลยุทธ์การตลาด (Marketing Strategy) ลูกค้าสัมพันธ์ (Consumer Relation) การพัฒนาองค์กร (Organization Development) การบริหารงานบุคคล (Human Resource Management) และเส้นทางอาชีพ (Career Path) ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อวิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างองค์กรของธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์ตามรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) ที่มีความสัมพันธ์เส้นทางตรงระหว่างสาเหตุ (Means) ไปสู่ผลลัพธ์ (Ends)

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือสมาชิกและพนักงานฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีมูลค่ามากกว่าร้อยละ 90 ของส่วนแบ่งการตลาด คือ ฟิตเนสเซ็นเตอร์ 3 บริษัทใหญ่ ที่มีสาขาทั่วประเทศ ได้แก่ ฟิตเนส เฟิรส์ท วี ฟิตเนส และเวอร์จิ้น แอ็คทีฟ จำนวน 141,704 คน (Dittachai Chankuna, 2018)

กลุ่มตัวอย่าง คือ สมาชิกและพนักงานฟิตเนสเซ็นเตอร์ในเขตกรุงเทพและปริมณฑล จำนวน 37 สาขา รวม 660 คน เป็นไปตามข้อตกลงของการใช้สถิติรูปแบบสมการเชิงโครงสร้างด้วยอัตราส่วนข้อคำถาม ต่อ จำนวนตัวอย่าง เท่ากับ 15 ต่อ 1 โดยในการวิจัยนี้มีข้อคำถามทั้งหมด 44 ข้อ จึงต้องใช้กลุ่มตัวอย่าง 660 คน (Bandalos, 2002)

การเลือกตัวอย่างใช้การเลือกหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 เลือกตัวอย่างในแต่ละระดับชั้นอย่างเป็นสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) โดยเลือกตัวอย่างจากประชากรที่เป็นสมาชิก และพนักงานฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลใน 3 บริษัท ได้แก่ ฟิตเนส เฟิรส์ท ได้ตัวอย่าง 379 คน จากประชากร 81,396 คน วี ฟิตเนส ได้ตัวอย่าง 147 คน จากประชากร 31,481 คน และเวอร์จิ้น แอ็คทีฟ ได้ตัวอย่าง 134 คน จากประชากร 28,827 คน ขั้นตอนที่ 2 สุ่มอย่างเป็นระบบ (Systematic Random Sampling) ได้รายชื่อสาขาที่จะไปเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 10 สาขา ได้แก่ ฟิตเนส เฟิรส์ท จำนวน 6 สาขา ได้แก่ คลับ 39 เดอะมอลล์ งามวงศ์วาน ฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต เดอะพรอมมานาด เซ็นทรัล บางนา และคิวเฮาส์ ลุมพินี วี ฟิตเนส จำนวน 2 สาขา ได้แก่ เมเจอร์ สุขุมวิท และเอสพลานาด รัชดา เวอร์จิ้น แอ็คทีฟ จำนวน 2 สาขา ได้แก่ เอ็มควอร์เทียร์ และเวสเกตท์ ขั้นตอนที่ 3 เลือกตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Random Sampling) กลุ่มตัวอย่างในแต่ละสาขา โดยเลือกสมาชิก 363, 140, และ 126 คน พนักงาน 16, 7, และ 8 คน จากฟิตเนส เฟิรส์ท วี ฟิตเนส และเวอร์จิ้น แอ็คทีฟ ตามลำดับ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามเรื่อง รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการรับรู้การบริหารจัดการฟิตเนสเซ็นเตอร์ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยนำข้อคำถามของแบบสอบถาม จำนวน 44 ข้อ ตามกรอบแนวคิดรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) ของ ควีน และโรอาบอว์ (Quinn & Rohrbaugh, 1981, 1983) และแบบสอบถามในงานวิจัยของดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2018) สำหรับการทดสอบคุณภาพเครื่องมือ พบว่า มีค่าดัชนีความสอดคล้องรายข้อทั้งฉบับ (Items Objective Congruence Index) เท่ากับ 0.98 ค่าครอนบาคอัลฟ่า (Cronbach's Alpha) เท่ากับ 0.88 สรุปได้ว่าแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีความตรงและความเที่ยงสูง เหมาะสมสำหรับการนำไปเก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บข้อมูลภาคสนาม เริ่มจากการสร้างแบบสอบถามที่ได้รับการพัฒนาแล้วในกูเกิลฟอร์ม (Google Form) จากนั้นผู้วิจัยติดต่อผู้จัดการสาขาของแต่ละฟิตเนสเซ็นเตอร์เพื่อขอที่อยู่จดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (e-mail) และไอดีไลน์ (Line ID) ของกลุ่มตัวอย่าง สำหรับส่งลิงค์ (Link) แบบสอบถามที่สร้างไว้ในกูเกิลฟอร์ม (Google Form) ซึ่งเริ่มดำเนินการในเดือนพฤษภาคม พ.ศ.2561 ทั้งนี้ ผู้วิจัยส่งแบบสอบถาม มากกว่าจำนวนตัวอย่างร้อยละ 10 คือ 726 ฉบับ เพื่อป้องกันการสูญหายหรือความไม่สมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถาม

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis: CFA) และวิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) ดังนี้ การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยันเป็นการยืนยันตัวแปรแฝง (Latent Variables) จากการสกัดตัวแปร 44 ตัวแปร สังเกตได้เป็น 8 ปัจจัย ด้วยวิธีกำหนดปัจจัย (Fix Factor) จากนั้นนำเมทตริกซ์ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ของคะแนนปัจจัย ทั้ง 8 ปัจจัยดังกล่าวมาวิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างตาม 5 ขั้นตอนของไคลน์ (Kline, 2015) ได้แก่ ขั้นที่ 1 กำหนดข้อมูลเฉพาะโมเดล (Model Specification) ขั้นที่ 2 ระบุค่าความเป็นไปได้ค่าเดียวโมเดล (Model Identification) ขั้นที่ 3 ประมาณค่าพารามิเตอร์โมเดล (Model Estimation) ขั้นที่ 4 ตรวจสอบความสอดคล้องโมเดล (Model Fit Assessment) และขั้นที่ 5 ปรับโมเดล (Model Respecification) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปเอ็มพลัส เวอร์ชั่น 5.21 (Mplus 5.21) โดยใช้เงื่อนไขค่าจุดตัด (Cut-off Value) ตามคำแนะนำของฮูและเบนท์เลอร์ (Hu & Bentler, 1998, 1999)

ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 660 คน ส่วนมากเป็นเพศหญิง (ร้อยละ 62.3) อายุระหว่าง 35-45 ปี (ร้อยละ 32.4) และจบการศึกษาระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 72.0)

สำหรับค่าตัวแปรวัดรูปแบบฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ประกอบด้วย 2 รูปแบบ ได้แก่ รูปแบบของการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยัน กับรูปแบบสมการเชิงโครงสร้าง มีผลการวิเคราะห์ดังนี้ การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยัน พบว่า มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง (ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ เท่ากับ 0.811) (ตารางที่ 1) ไม่เกิดปัญหาความร่วมกัน (Multicollinearity) ระหว่างตัวแปรที่สกัดทั้ง 8 ปัจจัย เมทตริกซ์ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ของคะแนนปัจจัยอยู่ระหว่าง 0.532 และ 0.782 (ตารางที่ 2) แสดงว่าทุกปัจจัยมีความเหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์ปัจจัย ค่าสัมประสิทธิ์น้ำหนักปัจจัยของแต่ละปัจจัย (Standardized Factor Loading) อยู่ระหว่าง 0.835 และ 0.976 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทุกตัวแปร และค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) มากกว่า 0.698 ทุกตัวแปร

รูปแบบสมการเชิงโครงสร้าง มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง (ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ เท่ากับ 0.856) (ตารางที่ 1) ค่าสัมประสิทธิ์น้ำหนักปัจจัยของแต่ละปัจจัย (Standardized Factor Loading) ของตัวแปรแฝงภายในชื่อ สาเหตุ อยู่ระหว่าง 0.705 และ 0.844 ส่วนตัวแปรแฝงภายนอกชื่อ ผลลัพธ์ อยู่ระหว่าง 0.695 และ 0.881 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติทุกตัวแปร และค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) อยู่ระหว่าง 0.482 และ 0.776 (ตารางที่ 3) ทั้งนี้ หลังการปรับโมเดล พบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการพัฒนาองค์กรกับเส้นทางอาชีพ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์เท่ากับ 0.533 ที่สำคัญพบว่า มีอิทธิพลเส้นทางตรงจากสาเหตุไปสู่ผลลัพธ์ ในระดับปานกลาง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง (Path Coefficient) เท่ากับ 0.865 และค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ 0.772 สำหรับค่าตัวแปรรูปแบบสมการเชิงโครงสร้างแสดงดังภาพที่ 2

การอภิปรายผล

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อค้นหารูปแบบโครงสร้างองค์กรของธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์ด้วยการวิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างตามรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) โดยมีผลสรุปที่สำคัญ 2 ประการ ได้แก่ ประการแรก ผลสรุปของรูปแบบของการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยัน ประการที่สอง ผลสรุปการวิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้าง อันนำไปสู่การอภิปรายผลการวิจัย ดังนี้

ผลสรุปรูปแบบของการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยันของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยัน พบว่า มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง (ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ เท่ากับ 0.811) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์น้ำหนักปัจจัยที่แสดงถึงความมีอิทธิพลต่อตัวแปรแฝงในแต่ละปัจจัยต่อการอธิบายรูปแบบประสิทธิผลองค์กรของฟิตเนสเซ็นเตอร์เรียงลำดับจากมากไปหาน้อย ได้แก่ กลยุทธ์การตลาด (0.976) พฤติกรรมผู้บริโภค (0.965) การบริการและผลิตภัณฑ์ (0.962) การวางแผนและจัดองค์กร (0.937) ลูกค้าสัมพันธ์ (0.900) การพัฒนาองค์กร (0.883) การบริหารงานบุคคล (0.850) และเส้นทางอาชีพ (0.835) ผลสรุปนี้สนับสนุนผลการวิจัยของดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2018) ว่า การบริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์ให้เกิดประสิทธิผลควรให้ความสำคัญกับ 2 ปัจจัยหลัก ได้แก่ กลยุทธ์การตลาดกับพฤติกรรมผู้บริโภค

อย่างไรก็ตาม ผลสรุปการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยันในงานวิจัยนี้มีสิ่งที่น่าสนใจ คือ ปัจจัยการวางแผนและจัดองค์กร มีอิทธิพลต่อประสิทธิผลองค์กรมากกว่างานวิจัยที่ผ่านมา โดยมีอิทธิพลมากเป็นลำดับ 4 จากที่ดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2018) พบว่า มีอิทธิพลมากเป็นลำดับที่ 8 ซึ่งอาจเป็นผลจากธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์ทั้ง 3 บริษัท มีการจัดการด้านการวางแผนและจัดองค์กรเพื่อเตรียมความพร้อมเข้าสู่การแข่งขันในตลาดมากขึ้นกว่าปีที่ผ่านมา จนส่งผลให้ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเกิดการรับรู้ เช่น การสำรวจความต้องการสมาชิกของฟิตเนส เฟิรส์ท ผ่านสื่อออนไลน์ การขยายสาขาของเวอร์จิ้น แอ็คทีฟ หรือการสร้างหลักสูตรของตนเองเพื่อพัฒนามาตรฐานการปฏิบัติงานของพนักงานทุกคนใน วี ฟิตเนส (Dittachai Chankuna & Thanatpong Sukwong, 2018)

สำหรับ ผลสรุปการวิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ประกอบด้วยตัวแฝงภายนอกชื่อ สาเหตุ กับตัวแปรแฝงภายในชื่อ ผลลัพธ์ มีความเหมาะสมปานกลาง (ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบเท่ากับ 0.856) และสาเหตุมีอิทธิพลเส้นทางตรงไปสู่ผลลัพธ์ในระดับปานกลาง (ค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง เท่ากับ 0.865) ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกับผลการวิจัยของดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2014) ที่พบว่า รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของสมาคมกีฬาในประเทศไทย มีอิทธิพลเส้นทางตรงระหว่างสาเหตุไปยังผลลัพธ์ (ค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง เท่ากับ 0.920) ผลสรุปรูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของทั้งสองงานวิจัยดังกล่าวสนับสนุนว่า รูปแบบการบริหารองค์กรที่มีสาเหตุ คือ การวางแผนและจัดองค์กร พฤติกรรมผู้บริโภค ลูกค้าสัมพันธ์ และการบริหารงานบุคคล ย่อมส่งผลให้เกิดผลลัพธ์ คือ การบริการและผลิตภัณฑ์ กลยุทธ์การตลาด การพัฒนาองค์กร และเส้นทางอาชีพ อันเป็นไปตามรูปแบบโครงสร้างตามรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) (Quinn, & Rohrbaugh, 1981, 1983) อีกทั้งเป็นสิ่งยืนยันว่า รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลสามารถเป็นต้นแบบให้กับองค์กรกีฬาและฟิตเนสเซ็นเตอร์อื่นได้

การค้นพบรูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลนี้ช่วยให้ผู้ประกอบการและผู้มีส่วนได้เสียในอุตสาหกรรมกีฬามีข้อมูลในการบริหารองค์กรที่สำคัญ 2 ประการ คือ ประการแรก ปัจจัยพฤติกรรมผู้บริโภคมีความสำคัญกับสาเหตุในการบริหารองค์กรให้เกิดประสิทธิผล ประการที่สอง ปัจจัยกลยุทธ์การตลาดมีอิทธิพลมากที่สุดกับผลลัพธ์ในการบริหารองค์กรให้เกิดประสิทธิผล เนื่องจากปัจจัยพฤติกรรมผู้บริโภค และปัจจัยกลยุทธ์การตลาดมีค่าสัมประสิทธิ์น้ำหนักปัจจัยสูงสุดในแต่ละตัวแปรแฝงสาเหตุและผลลัพธ์ตามลำดับ (0.844 และ 0.881) และมีความเฉพาะเจาะจงต่างกับรูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของสมาคมกีฬาในประเทศอิรัก (Ibrahim, Hamatineghad, Ramezanineghad, & Eydi, 2013) และประเทศไทย (Dittachai Chankuna, 2014) อีกทั้งยังสอดคล้องกับผลงานวิจัยด้านกลยุทธ์การตลาดและพฤติกรรมผู้บริโภคในฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่ พบว่า การทำการตลาดในธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์ให้ประสบความสำเร็จ จำเป็น

ต้องศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคให้เข้าใจอย่างถ่องแท้และใช้กลยุทธ์ที่เหมาะสมเพื่อให้ผู้บริโภคเข้ามาใช้บริการจนเกิดความจงรักภักดี (Kiattirat Warinsirirak & Suwalee Kaewlok, 2013; Bodin Jaroenpradabkul & Pakdee Manahiranwed, 2015; Wita Budsdee & Akara Akarajirayuti, 2013; Jekauc, 2015)

นอกจากนี้ ยังพบว่า การพัฒนาองค์กร มีความสัมพันธ์กับเส้นทางอาชีพ เพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ของการบริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผล (ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์เท่ากับ 0.533) แสดงให้เห็นว่า สิ่งสำคัญของการพัฒนาฟิตเนสเซ็นเตอร์ให้มีความทันสมัยอยู่เสมอย่อมต้องอาศัยการพัฒนาพนักงานให้เข้าสู่เส้นทางอาชีพรวมทั้งสร้างวัฒนธรรมองค์กร เพื่อให้พนักงานเกิดความพอใจในงานและปฏิบัติงานอย่างมีความสุข (Dittachai Chankuna, 2014)

บทสรุป

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์หลักคือ วิเคราะห์รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างการบริหารจัดการฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ตามรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน กลุ่มตัวอย่าง คือ สมาชิกและพนักงานที่เป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียของฟิตเนส เฟิรส์ท วี ฟิตเนส และเวอร์จิ้น แอ็คทีฟ รวม 660 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ซึ่งพัฒนาจากงานวิจัยของ ดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2018) สถิติที่ใช้ คือ รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างด้วยโปรแกรมเอ็มพลัส ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ประกอบด้วยตัวแฝงภายนอกชื่อ สาเหตุ กับ ตัวแปรแฝงภายในชื่อ ผลลัพธ์ และมีความเหมาะสมปานกลาง (ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบเท่ากับ 0.856) สาเหตุ เป็นตัวแทนของ การวางแผนและจัดองค์กร พฤติกรรมผู้บริโภค ลูกค้าสัมพันธ์ และการบริหารงานบุคคล ผลลัพธ์ เป็นตัวแทนของ การบริการและผลิตภัณฑ์ กลยุทธ์การตลาด การพัฒนาองค์กร และเส้นทางอาชีพ สาเหตุมีอิทธิพลเส้นทางตรงไปสู่ผลลัพธ์ในระดับปานกลาง (ค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง เท่ากับ 0.865) พฤติกรรมผู้บริโภค กับกลยุทธ์การตลาดมีอิทธิผลต่อการบริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์ให้มีประสิทธิผล

ข้อเสนอแนะ

จากการค้นพบรูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลที่พบว่า พฤติกรรมผู้บริโภค กับกลยุทธ์การตลาด มีอิทธิผลต่อการบริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์ให้มีประสิทธิผล ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้และข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้ คือ ผู้บริหารฟิตเนสเซ็นเตอร์ควรให้ความสำคัญกับการทำความเข้าใจความต้องการของผู้บริโภค โดยอาจจะทำการสำรวจหรือวิจัยเพื่อเก็บข้อมูลพฤติกรรมผู้บริโภคให้ลึกซึ้งและครอบคลุมมากที่สุด จากนั้นจึงนำข้อมูลนั้นมากำหนดเป็นแผนกลยุทธ์การตลาดเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภค ซึ่งอาจใช้ส่วนประสมทางการตลาด (Marketing Mix) ช่วยในการคิดค้นผลิตภัณฑ์หรือการบริการรูปแบบใหม่ให้มีความน่าสนใจและทันสมัยตามการเปลี่ยนแปลงแนวโน้มการออกกำลังกายในฟิตเนสเซ็นเตอร์

สำหรับข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป เพื่อให้ได้รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างที่มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น ควรกำหนดเส้นทางระหว่างตัวแปรตามรูปแบบการสร้างคุณค่าความสามารถในการแข่งขัน (Competing Value Approach: CVA) โดยใช้พฤติกรรมผู้บริโภคเป็นตัวแปรแฝงภายนอก กลยุทธ์การตลาดเป็นตัวแปรแฝงภายใน ส่วนการบริการและผลิตภัณฑ์ การวางแผนและจัดองค์กร ลูกค้าสัมพันธ์ การพัฒนาองค์กร การบริหารงานบุคคล และเส้นทางอาชีพ อาจเป็นตัวแปรแฝงภายนอก ตัวแปรแฝงภายใน หรือตัวแปรแฝงคั่นกลาง โดยนำแนวคิดพฤติกรรมผู้บริโภคและกลยุทธ์การตลาดมาช่วยสนับสนุนในการสร้างรูปแบบสมการเชิงโครงสร้าง

ตารางที่ 1 ดัชนีความเหมาะสมสำหรับรูปแบบฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

รูปแบบ	df	Chi - square	RMSEA	CFI	TLI	SRMR
1. การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยัน	894	3298.806	0.064	0.811	0.800	0.061
2. รูปแบบสมการเชิงโครงสร้าง	18	4566.988	0.234	0.856	0.776	0.058

หมายเหตุ df = ค่าองศาอิสระ (Degree of Freedom) Chi-Square = ค่าไค-สแคว์ RMSEA = ค่าดัชนีความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่าพารามิเตอร์ (Root Mean Square Error of Approximation) CFI = ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index) TLI = ค่าดัชนีทักเคอร์-ลิววิส (Tucker-Lewis Index) SRMR = ค่าดัชนีความรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคาดเคลื่อนมาตรฐาน (Standardized Root Mean Square Residual)

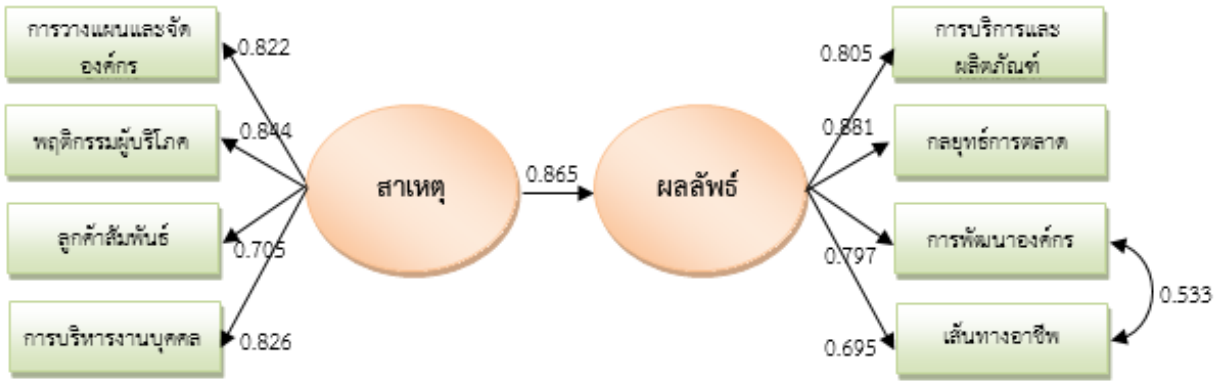
ตารางที่ 2 เมทตริกซ์ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ของคะแนนปัจจัย 8 ปัจจัย

ตัวแปรแฝง	1. การวางแผนและจัดองค์กร	2. การบริการและผลิตภัณฑ์	3. พฤติกรรมผู้บริโภค	4. กลยุทธ์การตลาด	5. ลูกค้าสัมพันธ์	6. การพัฒนาองค์กร	7. การบริหารงานบุคคล	8. เส้นทางอาชีพ
1. การวางแผนและจัดองค์กร (Planning and Organizing)	1.000							
2. การบริการและผลิตภัณฑ์ (Service and Product)	0.731	1.000						
3. พฤติกรรมผู้บริโภค (Consumer Behavior)	0.722	0.746	1.000					
4. กลยุทธ์การตลาด (Marketing Strategy)	0.734	0.705	0.782	1.000				
5. ลูกค้าสัมพันธ์ (Consumer Relation)	0.594	0.587	0.671	0.703	1.000			
6. การพัฒนาองค์กร (Organization Development)	0.675	0.728	0.662	0.664	0.583	1.000		
7. การบริหารงานบุคคล (Human Resource Management)	0.606	0.577	0.655	0.723	0.687	0.655	1.000	
8. เส้นทางอาชีพ (Career Path)	0.587	0.532	0.548	0.437	0.318	0.633	0.738	1.000

ตารางที่ 3 ค่าตัวแปรการ*วัดรูปแบบสมการเชิงโครงสร้าง*ฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

ปัจจัย	ค่าสัมประสิทธิ์น้ำหนักปัจจัย	t	S.E.	R^2
<u>สาเหตุ (Means)</u>				
การวางแผนและจัดองค์กร (Planning and Organizing)	0.822*	60.816	0.014	0.676
พฤติกรรมผู้บริโภค (Consumer Behavior)	0.844*	69.369	0.012	0.713
ลูกค้าสัมพันธ์ (Consumer Relation)	0.705*	34.796	0.020	0.498
การบริหารงานบุคคล (Human Resource Management)	0.826*	62.206	0.013	0.683
<u>ผลลัพธ์ (Ends)</u>				
การบริการและผลิตภัณฑ์ (Service and Product)	0.805*	54.918	0.015	0.647
กลยุทธ์การตลาด (Marketing Strategy)	0.881*	84.433	0.010	0.776
การพัฒนาองค์กร (Organization Development)	0.797*	52.682	0.015	0.635
เส้นทางอาชีพ (Career Path)	0.695*	32.255	0.022	0.482

หมายเหตุ *p < 0.05 (ค่านัยสำคัญทางสถิติเปรียบเทียบกับ Baseline Model) t = ค่าสถิติทดสอบที (t-distribution) S.E. = ค่าความคาดเคลื่อนมาตรฐาน (Standard Error) R^2 = ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์



ภาพที่ 2 รูปแบบสมการเชิงโครงสร้างของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผล
ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

References

Bandalos, D. L. (2002). The effects of item parceling on goodness-of-fit and parameter estimate bias in structural equation modeling. Structural equation modeling: *A Multidisciplinary Journal, 9*(1), 78-102.

Barth, M., Emrich, E., & Daumann, F. (2018). Approaches and methods used for measuring organizational performance in national sport governing bodies from 1986 to 2014. A systematized review. *Current Issues in Sport Science, 3*(010), 1-22.

Bodin Jaroenpradabkul & Pakdee Manahiranwed. (2016). Factors that influence a customer's behavior toward decision-making in selection of the gym in Bangkok: Case study fitness first. *Journal of Rangsit Graduate Studies in Business and Social Science*, *1*(1), 104-117.

Cameron, K. & Whetten, D. A. (1983). *Organizational effectiveness: A comparison of multiple models.* New York, NY: Academic Press.

Cameron, K. (1978). Measuring organizational effectiveness in institutions of higher education. *Administrative Science Quarterly, 23*(2), 604-627.

Chelladurai, P. (1987). Multidimensionality and multiple perspectives of organizational effectiveness. *Journal of Sport Management, 1*(1), 37-47.

DiPadova, L. M. & Faerman, S. R. (1993). Using the competing values framework for management information systems. *Human Resource Management, 32*(3), 175-202.

Dittachai Chankuna. (2014). Operationalization of the competing value approach for developing sports organizational effectiveness in Thailand. *Journal of Sports Science and Technology, 14*(1), 113-130.

Dittachai Chankuna. (2018). Confirmatory Factor analysis of effective fitness centers in Bangkok metropolitan region. *Academic Journal Institute of Physical Education*, *10*(1): 65-76.

Dittachai Chankuna and Thanatpong Sukwong. (2018). 8Ps Marketing Mix Strategy in Fitness Business. *Science Journal Chandrakasem Rajabhat University*, *28*(3), 37-44.

Eydi, H., Ramezanineghad, R., Yousefi, B., Sajjadi, S. N., & Malekakhlagh, E. (2011). Compressive review of organizational effectiveness in sport. *Sport Management International Journal, 7*(1), 6-21.

Hu, L.-t., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods, 3*(4), 424-453.

Hu, L.-t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indices in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*(3), 1-55.

Ibrahim, A., Hamatineghad, M., Ramezanineghad, R., & Eydi, H. (2013). Designing organizational effectiveness model of selected iraq's sport federations based on competing values framework. *Sport Management International Journal, 9*(1), 69-85.

Jekauc, D. et al. (2015). Prediction of attendance at fitness center: a comparison between the theory of planned behavior, the social cognitive theory, and physical activity maintenance theory. *Frontiers in Psychology, 6*(1), 1-10.

Karteroliotis, K. & Papadimitriou, D. (2004). Confirmatory factor analysis of the sport organizational effectiveness scale. *Psychological Reports, 95*(2), 366-370.

Kiattirat Warinsirirak & Suwalee Kaewloka. (2013). Marketing of fitness center in Thailand. *Journal of Sport Management Association of Thailand*, *3*(2), 31-39.

Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. (4th ed.). New York, NY: The Guilford Press.

Papadimitriou, D. & Taylor, P. (2000). Organizational effectiveness of hellenic national sports organizations: A multiple constituency approach. *Sport Management Review, 3*(2), 23-46.

Quinn, R. E. & Rohrbaugh, J. (1981). A competing values approach to organizational effectiveness. *Public Productivity Review, 5*(2), 122-140.

Quinn, R. E. & Rohrbaugh, J. (1983). A spatial model of effectiveness criteria: Towards a competing values approach to organizational analysis. *Management Science, 29*(3), 363-377.

Rojas, R. R. (2000). A review of models for measuring organizational effectiveness among pro - profit and nonprofit organizations. *Nonprofit Management & Leadership, 11*(1), 97-104.

Shilbury, D. & Moore, K. A. (2006). A study of organizational effectiveness for national olympic sporting organizations. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly, 35*(1),5-38.

Wita Budsdee & Akara Akarajirayuti. (2013). Weight loss fitness marketing activities. *Journal of Sport Management Association of Thailand*, *3*(2), 1-9.

Received : 17 September, 2018
Revised : 2 November, 2018
Accepted : 29 April, 2019

การพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิต แห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา

ณัฏฐ์วรินท์ หลำสวัสดิ์ และ นพวรรณ ฉิมรอยลาภ
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนทักษะการทำงาน และสำรวจความคิดเห็นที่มีต่อกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยพัฒนาเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้ และแผนการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงาน จากนั้นนำไปใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 จำนวน 36 คน ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้ แบบประเมินผลงาน แบบประเมินทักษะการทำงาน และแบบสำรวจความคิดเห็นที่มีต่อกิจกรรมการเรียนการสอน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์เนื้อหา และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยได้ 1) เค้าโครงหน่วยการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 6 หน่วยการเรียนรู้ ซึ่งผ่านเกณฑ์การตัดสินมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) มากกว่า 0.5 สำหรับแผนการจัดการเรียนรู้มีข้อปรับปรุงเกี่ยวกับเวลาที่เหมาะสมกับการจัดกิจกรรม และการจัดเนื้อหาที่เหมาะสมกับกิจกรรม 2) ทักษะการทำงานอยู่ในระดับคุณภาพดี และ 3) ผู้เรียนมีความคิดเห็นว่ากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานช่วยฝึกทักษะการทำงานกลุ่มและสามารถนำความรู้ไปใช้ในการทำงานและดูแลสุขภาพในชีวิตประจำวันได้

คำสำคัญ : กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน ภาระงาน ความสามารถในการทำงาน

Corresponding Author: นางสาวณัฏฐ์วรินท์ หลำสวัสดิ์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
E-mail: daokuslamsawat@gmail.com

TASK BASED INSTRUCTION ACTIVITY DEVELOPMENT IN HEALTH EDUCATION COURSE FOR GRADE 5 STUDENTS IN KASETSART UNIVERSITY LABORATORY SCHOOL MULTILINGUAL PROGRAM CENTER FOR EDUCATIONAL RESEARCH AND DEVELOPMENT

Nutwarin Lamsavad and Nopphawan Chimroylarp
Faculty of Education Kasetsart University

Abstract

This research aimed to develop teaching activities, work skills and survey the students' opinions on task-based learning in health education course at grade 5. This was a quasi-experimental research. The learning unit layout and 6 lesson plans were developed using task-based learning and applied to students in class 5/2 in the second semester of academic year 2015 which derived from simple random sampling. Research tools included: the lesson plan, evaluation form, skill assessment form and the survey on teaching activities. Qualitative data were analyzed by content analysis and quantitative data were analyzed by frequency, percentage, the average and standard deviation.

The results of this research were as follows: 1) The unit layout and 6 task-based learning lesson plans were created. The results from expert rating were judged with consistency index of more than 0.5. The lesson plans were updated on the appropriate time for activities and the appropriate content for activities. 2) Learning achievement was found high in quality and performance. 3) The learners found that task-based learning activities enhanced their work-group skills, and the ability to apply knowledge to work and to take care of their daily health.

Keywords: Task based instruction activities, Task, Work skill

Corresponding Author: Miss Nutwarin Lamsavad Faculty of Education Kasetsart University
E-mail: daokuslamsawat@gmail.com

บทนำ

ปัจจุบันโลกของการทำงานมีความสำคัญเพราะเป็นสิ่งหนึ่งที่แสดงให้เห็นว่าทรัพยากรบุคคลได้รับการส่งเสริม และพัฒนาให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพมีทักษะในการดำรงชีวิต แต่การดำรงชีวิตไม่ใช่มีเพียงแต่การทำงานที่จะทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สุขภาพก็มีความสำคัญเช่นกัน ดังนั้นเราจะจัดการศึกษาอย่างไรที่ทำให้ทรัพยากรมนุษย์เป็นบุคคลที่มีคุณภาพครบถ้วนทั้งทางด้านวิชาการ มีทักษะการทำงานและมีสุขภาพดีควบคู่กันไป หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มุ่งพัฒนาการจัดการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดีมีปัญญา มีความสุข มีศักยภาพด้านความรู้ ความสามารถในการทำงาน มีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี มีสุขนิสัย และรักการออกกำลังกาย โดยได้กำหนดให้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษามุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน (Ministry of Education, 2008) แต่ปัญหาการจัดการเรียนการสอน และปัญหาผู้เรียนที่แม้ว่าจะได้รับการพัฒนาความรู้ และทักษะต่าง ๆ ผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเพื่อให้ผู้เรียนมีคุณภาพ และศักยภาพยังปรากฏอยู่ จากการจัดการเรียนการสอนที่ผ่านมาในรายวิชาสุขศึกษาพบปัญหาในเรื่องของการจัดการเรียนการสอนที่ยังมีข้อบกพร่องในเรื่องของรูปแบบกิจกรรม เทคนิควิธีการสอนที่ช่วยพัฒนาให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งอาจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนที่ทำให้ไม่สามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการเรียนไปใช้ได้ในสถานการณ์จริง ไม่เห็นความสำคัญของการมีสุขภาพอนามัยที่ดี ขาดเจตคติที่ดีในการเรียนวิชาสุขศึกษา และทักษะการทำงาน ดังนั้นเพื่อให้สอดคล้องกับหลักการจัดการศึกษา จึงควรมีการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนที่ช่วยพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้และได้รับประสบการณ์จริงจากการลงมือปฏิบัติ มีทักษะในการทำงาน และสามารถนำความรู้ไปใช้การดูแลสุขภาพได้

การเกิดปัญหาการจัดการเรียนการสอนวิชาสุขศึกษาอาจเนื่องมาจากตัวผู้เรียน ครูผู้สอน และกิจกรรมการเรียนการสอนที่นำมาใช้ในการจัดการเรียนรู้ นักวิชาการทางด้านการสอนสุขศึกษา สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (Suchart Somprayoon and Aimutcha Watthanaburanon, 2010) ได้ให้แนวคิดในเรื่องของสาเหตุที่ทำให้ผู้เรียนขาดความสนใจหรือเบื่อหน่ายในวิชาสุขศึกษาไว้ คือ 1. ด้านการจัดการเรียนการสอน ที่เน้นผู้สอนเป็นศูนย์กลาง เน้นการจด ท่องจำ และใช้หนังสือแบบฝึกหัด ผู้สอนขาดความเชี่ยวชาญทั้งทางด้านความรู้เนื้อหาและวิธีสอน กิจกรรมการเรียนการสอนเน้นภาคทฤษฎีมากกว่าการให้ลงมือปฏิบัติทดลอง ขาดการสร้างแรงจูงใจที่ดี สื่ออุปกรณ์มีไม่เพียงพอ เนื้อหาบทเรียนเป็นเชิงนามธรรมมากกว่ารูปธรรม และไม่สอดคล้องกับปัญหาสุขภาพในชีวิตประจำวันของผู้เรียน ผู้สอนไม่เป็นแบบอย่างที่ดีในการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง 2. ด้านผู้เรียน ผู้เรียนขาดความสนใจในการเรียน ไม่สามารถนำเอาความรู้หรือประสบการณ์ที่ได้จากโรงเรียนไปปฏิบัติที่บ้านหรือในชุมชนได้ 3. ด้านนโยบายการจัดการศึกษาโรงเรียนยังขาดการส่งเสริมการจัดให้มีโปรแกรมสุขภาพ ส่วนใหญ่เน้นเรื่องการสอนสุขศึกษาแต่ละเลยในเรื่องการจัดบริการสุขภาพและการจัดสิ่งแวดล้อมทางสุขภาพให้ถูกสุขลักษณะ จึงทำให้ผู้เรียนเห็นความสำคัญของสุขศึกษาน้อย เพราะผู้เรียนไม่ได้เห็นตัวอย่างที่ดีและไม่มีโอกาสที่จะได้ปฏิบัติตนอยู่ในสภาพการณ์หรือสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะตามบทเรียนสุขศึกษาที่ครูผู้สอนได้สอนไป

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นผู้วิจัยในฐานะผู้สอนวิชาสุขศึกษาเห็นความสำคัญของการพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะชีวิต ในการทำงานและเป็นพื้นฐานในการที่ผู้เรียนสามารถนำไปปฏิบัติหรือนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวันและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เกิดความพึงพอใจในการเรียนและมีเจตคติที่ดี ดังนั้นเพื่อแก้ปัญหาดังกล่าวผู้วิจัยมีความสนใจที่จะนำรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานให้กับผู้เรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและ

พัฒนาการศึกษา เพื่อให้ผู้เรียนได้รับความรู้ ผ่านการทำกิจกรรมกระบวนการจัดการเรียนรู้ ได้ลงมือปฏิบัติจริง ก่อให้เกิดความรู้และทักษะในการทำงาน มีการศึกษาวิจัย ที่แสดงให้เห็นถึงประโยชน์ของการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานที่สามารถพัฒนาทักษะทางด้านต่าง ๆ ได้ นุสรา ดาราพงษ์ (Nusara Darapong, 2011) กล่าวถึงความสำคัญของการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานไว้ว่าการเรียนรู้แบบเน้นภาระงาน เป็นกิจกรรมที่แจ้งจุดมุ่งหมายของงานปฏิบัติ ต้องการให้ผู้เรียนบรรลุจุดมุ่งหมายของงานปฏิบัติ และมุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้รับความรู้จากการปฏิบัติงาน ให้ผู้เรียนมีทักษะกระบวนการในการทำงาน เพื่อร่วมกันสร้างภาระงาน/ชิ้นงาน นอกจากนี้การจัดการเรียนรู้ดังกล่าวมีข้อดีคือ เป็นการจัดการเรียนรู้ที่เน้นให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการทำภาระงานผ่านประสบการณ์สถานการณ์จริงจากกิจกรรมการเรียนการสอนในห้องเรียน มีการระดมความรู้มาใช้ในการทำภาระงานให้บรรลุเป้าหมายได้ด้วยตนเอง โดยผู้สอนเป็นเพียงผู้ให้คำแนะนำปรึกษา (Nunan, 2006) (Willis & Willis, 2007) ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะใช้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน (Task–based instruction) เพื่อพัฒนาทักษะการทำงานของผู้เรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ให้มีพฤติกรรมการเรียนที่พึงประสงค์และมีความพึงพอใจในกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานจนเกิดเจตคติที่ดีต่อการเรียนในวิชาสุขศึกษา ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษา ปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
2. เพื่อพัฒนาทักษะการทำงานของผู้เรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
3. เพื่อสำรวจความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา จำนวน 107 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยจับฉลากเลือกมา 1 ห้องเรียน จำนวน 36 คน เนื้อหาบทเรียนที่นำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน (Task-based instruction) คือ เนื้อหากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา วิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัยผู้วิจัยได้ดำเนินการตลอดระยะเวลาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558

2. ตัวแปรที่ต้องการศึกษา

2.1 ตัวจัดกระทำได้แก่ กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ คุณภาพผู้เรียนด้านผลงานและทักษะในการทำงาน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เค้าโครงหน่วยการเรียนรู้ซึ่งเป็นการพัฒนาหน่วยการเรียนรู้ในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เน้นการทำภาระงานจำนวน 6 หน่วยการเรียนรู้

2. แผนการจัดการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 6 แผนการจัดการเรียนรู้

3. แบบประเมินความเหมาะสมในองค์ประกอบต่าง ๆ ของเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้ และแผนการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งเป็นแบบตรวจสอบรายการสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อความเหมาะสมขององค์ประกอบของเค้าโครงหน่วยการเรียน และแผนการจัดการเรียนรู้ เพื่อพิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC

4. แบบประเมินคุณภาพด้านผลงาน ประเมินคุณภาพผลงานของผู้เรียนซึ่งเป็นการประเมินคุณภาพโดยใช้รูบิค (Scoring rubric) แบบแยกส่วน (Analysis scale) และแบบประเมินทักษะการทำงานของผู้เรียนสำหรับประเมินคุณภาพด้านทักษะการทำงาน เป็นการประเมินแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale)

5. แบบสำรวจความคิดเห็นที่มีต่อกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สำหรับประเมินความคิดเห็นของผู้เรียน ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ตอนที่ 1 ใช้แบบประเมินตรวจสอบรายการ (Check – list) โดยใช้มาตรส่วนประเมินค่า (Rating scale) ตอนที่ 2 การเขียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ ข้อดี ข้อควรปรับปรุงและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

การตรวจสอบคุณภาพของเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานและแผนการจัดการจัดการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้ขอความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญทางด้านการสอนสุขศึกษา จำนวน 3 ท่านพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมขององค์ประกอบของเค้าโครงหน่วยการเรียน และแผนการจัดการเรียนรู้ โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC มี 3 ข้อคิดเห็น คือ ใช่ ไม่ใช่ ไม่แน่ใจ และข้อวิจารณ์และคำแนะนำ หากมีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 – 1.00 มีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาสามารถนำไปใช้ได้ และหากมีค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 ต้องปรับปรุงแก้ไขก่อน ยังนำไปใช้ไม่ได้ สำหรับแบบประเมินผลงาน แบบประเมินทักษะการทำงาน และแบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน เป็นการตรวจพิจารณาความถูกต้องเหมาะสมจากคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ขั้นตอนการทดลอง / เก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) ซึ่งมีกระบวนการวิจัยประกอบด้วย 3 ขั้นตอน

1. ขั้นการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนากิจกรรมการเรียการสอนแบบเน้นภาระงานดำเนินการศึกษาตรวจสอบข้อมูลเอกสาร หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 หลักสูตรสถานศึกษากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา รายวิชาสุขศึกษาเกี่ยวกับคำอธิบายรายวิชา จุดประสงค์ของหลักสูตร จุดประสงค์การเรียนรู้ของโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา การสอนสุขศึกษา

การจัดการเรียนการรู้แบบเน้นภาระงาน งานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ และพิจารณาเลือกศึกษาวิจัยหน่วยการเรียนรู้ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 6 หน่วยการเรียน โดยเริ่มตั้งแต่หน่วยที่ 5 - หน่วยที่ สังเคราะห์ความรู้ที่ได้นำมาสร้างเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้แบบเน้นภาระงาน และพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน จากนั้นได้พัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ โดยศึกษาแนวคิดโครงสร้างการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานของ (Willis, 1996, p. 155) นำมาประยุกต์ใช้ในการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้กิจกรรมเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2. ขั้นการประเมินและปรับปรุง ในขั้นตอนนี้เป็นกระบวนประเมินความเหมาะสมขององค์กอบของเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้ และแผนการจัดการเรียนรู้ที่ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์แล้ว นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการสอนสุขศึกษาจำนวน 3 ท่าน ให้ความคิดเห็นประเมินความเหมาะสมขององค์ประกอบของเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา และแผนการจัดการเรียนรู้ให้มีความสมบูรณ์ถูกต้องก่อนนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างเป็นลำดับต่อไป

3. ขั้นการนำไปใช้และการประเมินผล ในขั้นตอนนี้เป็นกระบวนการนำแผนการจัดการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ไปใช้กับผู้เรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา ระหว่างการจัดการเรียนรู้ผู้วิจัยจะประเมินผลงานและทักษะการทำงานของผู้เรียนตามภาระงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละหน่วยการเรียน และเมื่อสิ้นสุดการเรียนทุกหน่วยแล้วให้ผู้เรียนทำแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

1. วิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหา (IOC) สำหรับการประเมินเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานและแผนการจัดการเรียนรู้โดยผู้เชี่ยวชาญทางด้านการสอนสุขศึกษา จำนวน 3 ท่าน

2. วิเคราะห์หาความถี่ และหาค่าร้อยละ สรุปผลการประเมินคุณภาพผลงาน

3. วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับสรุปผลทักษะการทำงาน และการสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการเขียนอธิบายแสดงความคิดเห็นของผู้เรียนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามความคิดเห็น

ผลการวิจัย

1. ผลการออกแบบและพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยได้ออกแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานจำนวน 6 หน่วยการเรียน ได้แก่ หน่วยที่ 5.3 เมนูหรรษาพาลดโรค หน่วยที่ 6.3 วัยใส วัยซ่า ฝ่าวิกฤต หน่วยที่ 7.2 ภารกิจ Fit and Firm หน่วยที่ 8.1 ขบวนการวัยใส ห่วงใยสุขภาพ หน่วยที่ 8.2 ขบวนการ Mouth care และหน่วยที่ 9.1 นิทานสุขภาพ (A Health Tale) แต่ละกิจกรรมประกอบด้วยสื่อการเรียนการสอน การประเมินผลงาน และทักษะการทำงานตามเป้าหมาย และวัตถุประสงค์ที่ผู้วิจัยได้กำหนดไว้ในแต่ละกิจกรรม

2. ผลการประเมินความเหมาะสมของเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้ และแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานโดยผู้เชี่ยวชาญ

ผลการประเมินความเหมาะสมของเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยผู้เชี่ยวชาญพบว่าเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา ได้รับการประเมินในเรื่องความตรงเชิงเนื้อหาผ่านเกณฑ์การตัดสินมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) มากกว่า 0.5 สามารถนำไปใช้ได้

ผลการประเมินความเหมาะสมของแผนการจัดการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จากความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญพบว่าองค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนรู้ทั้งทางด้านวัตถุประสงค์ มีความสอดคล้องและเหมาะสมกับหน่วยการเรียน สื่ออุปกรณ์มีความเหมาะสมเพียงพอ และสอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้ การประเมินผลเหมาะสมกับวัตถุประสงค์รายหน่วยและกิจกรรมการเรียนรู้ แผนการสอนมีความเหมาะสมกับรายวิชาสามารถนำไปปฏิบัติตามได้ง่าย ซึ่งผ่านเกณฑ์การตัดสินมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) มากกว่า 0.5 สามารถนำไปใช้ได้ จำนวน 4 แผนการจัดการเรียนรู้ มีจำนวน 2 แผนการจัดการเรียนรู้ที่มีบางหัวข้อที่ต้องได้รับการปรับปรุงจากคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญแก้ไขให้สมบูรณ์ก่อนนำไปใช้ ได้แก่ 1.แผนการจัดการเรียนรู้หน่วยที่ 7.2 ภารกิจ Fit and Firm ประเด็นที่ต้องปรับปรุงเกี่ยวข้องกับเวลาในการจัดกิจกรรม ข้อคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเห็นว่าผู้สอนอาจมีการยืดหยุ่นโดยนำเนื้อหาอื่นมาสอนก่อนในช่วงที่นักเรียนปฏิบัติภาระงานซึ่งเป็นการปฏิบัติภาระงานที่เป็นการดูแลสุขภาพในชีวิตประจำในแต่ละวันไม่ได้มีการปฏิบัติในคาบเรียน ดังนั้นผู้สอนสามารถบริหารเวลาตามความเหมาะสมกับบริบทของสถานศึกษา 2. หน่วยที่ 8.2 กิจกรรมขบวนการ Mouth care ประเด็นที่ต้องปรับปรุงเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบด้านการจัดเนื้อหาที่เหมาะสมกับกิจกรรม ผู้เชี่ยวชาญเสนอข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์คือ ถ้าหากนักเรียนได้ดูวีดีโอเกี่ยวกับโรคในช่องปากก่อนจะทำให้นักเรียนเกิดความสนใจกระตือรือร้นในการสืบค้นความรู้เกี่ยวกับอาหารที่ส่งผลดีต่อสุขภาพช่องปาก

3. ผลการนำแผนการจัดการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ไปใช้ในการจัดการเรียนรู้เพื่อศึกษาผลของคุณภาพด้านผลงานของผู้เรียน ปรากฏดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบร้อยละของระดับคุณภาพการทำผลงานของผู้เรียนที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษา ปีที่ 5 จำแนกตามหน่วยการเรียนรู้

หน่วยการเรียน	ระดับคุณภาพ				
	ดีมาก (ร้อยละ)	ดี (ร้อยละ)	พอใช้ (ร้อยละ)	ปรับปรุง (ร้อยละ)	ไม่ผ่าน (ร้อยละ)
หน่วยที่ 5.3	-	66.67	16.67	-	-
หน่วยที่ 6.3	40	60	-	-	-
หน่วยที่ 7.2	16.67	83.33	-	-	-
หน่วยที่ 8.1	60	40	-	-	-
หน่วยที่ 8.2	16.67	83.33	-	-	-
หน่วยที่ 9.1	-	100	-	-	-

จากตารางที่ 1 พิจารณาจากคุณภาพการทำผลงานทั้ง 6 หน่วยการเรียนรู้ เมื่อนำจำนวนร้อยละของคุณภาพแต่ละระดับคุณภาพในแต่ละหน่วยการเรียนรู้มาเปรียบเทียบกัน พบว่า คุณภาพการทำผลงานของผู้เรียนทั้ง 6 หน่วย หลังจากการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้น

ประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่าหน่วยการเรียนรู้ที่ผู้เรียนส่วนใหญ่สามารถทำผลงานได้ในระดับคุณภาพดี โดยเรียงลำดับจากระดับคะแนนเฉลี่ยสูงไปหาระดับคะแนนเฉลี่ยที่ต่ำกว่า ได้แก่ หน่วยที่ 9.1 หน่วยที่ 7.2 และหน่วยที่ 8.2 รองลงมา คือ หน่วย 5.3 สุดท้าย คือ หน่วยที่ 6.3 สำหรับหน่วยการเรียนรู้ที่ผู้เรียนโดยส่วนใหญ่ทำงานได้ในระดับคุณภาพดีมาก คือ หน่วยที่ 8.1 ทั้งการทำชิ้นงานและการนำเสนองาน คุณภาพการทำผลงานของผู้เรียนส่วนใหญ่ทำได้อยู่ในระดับดีโดยภาพรวมจะเป็นผลงานด้านการสื่อสารผ่านงานเขียน การแสดงละครและการนำเสนอ

4. ผลการนำแผนการจัดการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ไปใช้ในการจัดการเรียนรู้เพื่อศึกษาผลของคุณภาพด้านทักษะการทำงานผู้เรียนปรากฏดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ระดับการปฏิบัติงานของผู้เรียนที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำแนกตามหน่วยการเรียนรู้

หน่วยการเรียน	ระดับการปฏิบัติงาน				
	5 (มากที่สุด)	4 (มาก)	3 (ปานกลาง)	2 (น้อย)	1 (น้อยที่สุด)
หน่วยที่ 5.3	-	3.86	-	-	-
หน่วยที่ 6.3	-	3.92	-	-	-
หน่วยที่ 7.2	-	3.78	-	-	-
หน่วยที่ 8.1	-	-	3.48	-	-
หน่วยที่ 8.2	-	3.78	-	-	-
หน่วยที่ 9.1	-	3.93	-	-	-

จากตารางที่ 2 พิจารณาทักษะการทำงานของผู้เรียนทั้ง 6 หน่วย เมื่อนำค่าเฉลี่ยของคุณภาพแต่ละระดับการปฏิบัติงานในแต่ละหน่วยการเรียนรู้มาเปรียบเทียบกัน พบว่า หน่วยการเรียนรู้ที่ผู้เรียนส่วนใหญ่มีทักษะการทำงานได้ในระดับการปฏิบัติมาก โดยเรียงลำดับจากระดับคะแนนที่มีค่าเฉลี่ยสูงไปหาระดับคะแนนที่มีค่าเฉลี่ยที่ต่ำกว่าได้แก่ หน่วยที่ 9.1 หน่วยที่ 6.3 หน่วยที่ 5.3 สุดท้าย คือ หน่วยที่ 7.2 และ 8.2 มีค่าเฉลี่ยของระดับการปฏิบัติงานเท่ากัน สำหรับหน่วยที่ 8.1 ผู้เรียนมีทักษะการทำงานอยู่ในระดับปานกลาง สำหรับผลด้านทักษะการทำงาน ผู้เรียนมีทักษะการทำงานที่โดดเด่นและมีความถนัดมากที่สุด คือ การสื่อสารผ่านการเขียนบทละคร และการแสดงละครบทบาทสมมุติ ทักษะการทำงานที่ผู้เรียนมีความถนัดน้อย ได้แก่ การทำงานด้านการรายงานข่าว

5. ผลการสำรวจความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อกิจกรรมการเรียนสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ส่วนที่ 1 แบบสำรวจรายการ และส่วนที่ 2 จากการเขียนอธิบายความคิดเห็นถึงข้อดี ข้อควรปรับปรุง และข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ปรากฏดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการสำรวจความคิดเห็นที่มีต่อกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/2

(n=36)

ประเด็นคำถาม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความคิดเห็น
ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของครู			
1. ครูชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำภาระงานอย่างชัดเจนเข้าใจง่าย	4.28	0.57	มาก
2. ครูจัดการเรียนการสอนสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในแต่ละขั้นตอน	4.53	0.51	มากที่สุด
3. นักเรียนได้ทำภาระงานที่หลากหลาย	4.08	0.84	มาก
4. ฝึกให้นักเรียนได้พัฒนาทักษะการจัดการปัญหาในการทำงาน	4.22	0.68	มาก
5. ฝึกการทำงานอย่างเป็นระบบและเป็นลำดับขั้นตอน	4.06	0.58	มาก
6. นักเรียนมีส่วนร่วมในการลงมือปฏิบัติงานด้วยตนเอง โดยที่ครูเป็นเพียงผู้ให้คำแนะนำปรึกษา	4.42	0.68	มาก
7. ครูให้คำแนะนำในการปรับปรุงและแก้ไขผลงาน	4.25	0.73	มาก
ด้านพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียน			
8. สมาชิกในกลุ่มร่วมช่วยกันจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในการทำงาน	3.64	0.76	มาก
9. ได้ร่วมแสดงความคิดเห็นปรึกษาการทำภาระงานร่วมกับเพื่อนในกลุ่ม	3.81	0.71	มาก
10. นักเรียนชอบการทำภาระงานเป็นกลุ่มเพราะจะได้มีเพื่อนช่วยทำงาน	4.03	0.97	มาก
ด้านสื่อการเรียนการสอน			
11. สื่อการเรียนการสอนมีความหลากหลาย เพียงพอและน่าสนใจ	4.19	0.75	มาก
12. สื่อการสอนสอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนการสอน	4.33	0.68	มาก
13. สื่อการสอนช่วยกระตุ้นให้นักเรียนได้ฝึกคิดหาแนวทางการดูแลสุขภาพ	4.19	0.79	มาก
ด้านการประเมินผล			
14. การประเมินผลมีความหลากหลาย	4.06	0.83	มาก
15. เกณฑ์การประเมินผล(คะแนน) มีความชัดเจน	4.25	0.69	มาก
16. การประเมินผลสอดคล้องกับแต่ละกิจกรรมและผลงาน	4.25	0.87	มาก
17. นักเรียนมีส่วนร่วมในการประเมินผล	4.17	0.88	มาก
ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการเรียการสอน			
18. สามารถนำความรู้ไปใช้ในการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้	4.14	0.80	มาก
19. นักเรียนนำความรู้ด้านสุขภาพไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	4.00	1.01	มาก
20. สามารถนำความรู้ไปใช้ในการจัดการปัญหาในการทำงานได้	4.33	0.72	มาก
เฉลี่ยรวม	**4.16**	**0.74**	**มาก**

จากตารางที่ 3 พบว่าความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โครงการการศึกษาพหุภาษา ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา ในภาพรวมมีความคิดเห็นส่วนใหญ่ อยู่ระดับมาก

สำหรับความคิดเห็นที่มีต่อกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานผู้เรียนจากการเขียนอธิบายแสดงความคิดเห็นถึงข้อดี ข้อควรปรับปรุง และข้อเสนอแนะเพิ่มเติม พบว่า ผู้เรียนส่วนใหญ่เห็นความสำคัญของการทำงานกลุ่มให้ประสบความสำเร็จมากขึ้น เช่น ได้ฝึกความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี มีการวางแผนการทำงาน มีความสามัคคี ขยันอดทนและเพียรพยายาม มีความรับผิดชอบฝึกการแสดงความคิดเห็นและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในงาน กิจกรรมมีความหลากหลาย งานที่ทำสนุกปฏิบัติได้จริงและสามารถนำความรู้ไปใช้ในการดูแลสุขภาพและการทำงานในชีวิตประจำวัน

อภิปรายผลการวิจัย

1. เค้าโครงหน่วยการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งได้มีการศึกษาแนวคิดทฤษฎี จากตำราเว็บไซต์ต่าง ๆ งานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ จากผลวิจัยที่ได้จากการสอบถามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่ พบว่าหน่วยการเรียนรู้ที่ได้กำหนดวางแผนรูปของกิจกรรมการเรียนการสอนนั้นมีความเหมาะสมทั้งบทเรียนที่ครอบคลุมเนื้อหาเน้นทักษะทางด้านสุขศึกษา และเวลาในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ภาระงานมีประโยชน์ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะในการดูแลสุขภาพ สามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ และมีทักษะการทำงานอย่างเป็นระบบ สอดคล้องกับที่ Nesari & Heidari (2014, pp.30) ได้กล่าวว่า แผนการจัดการเรียนรู้ช่วยให้ผู้สอนบริหารทรัพยากรและเวลาในการจัดการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถช่วยลดภาระและประหยัดเวลาของผู้สอน การพัฒนาบทเรียนสามารถประยุกต์ปรับเปลี่ยนกิจกรรม วิธีการสอนได้ตามเวลาและสถานการณ์ที่เหมาะสม ช่วยให้การจัดการเรียนรู้เป็นลำดับขั้นตอน เช่น รูปแบบกิจกรรม วิธีการสอนและสื่อวัสดุอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้อง นอกจากนี้แผนการจัดการเรียนรู้สามารถช่วยให้ผู้สอนบรรลุเป้าหมายและวัตถุประสงค์ตามที่ตั้งไว้ รวมทั้งช่วยให้ผู้เรียนมีความมั่นใจในการเรียนรู้และสามารถจัดการปัญหาได้

การพัฒนาหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานสามารถทำได้ 2 รูปแบบ คือ 1. หน่วยการเรียนที่มีหน่วยการเรียนเดิม และมีหน่วยการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานแตกย่อยออกมา เช่น ตัวอย่างหน่วยการเรียนรู้ที่ 5 ระบบมหัศจรรย์ หน่วยย่อยหน่วยที่ 5.1 ระบบย่อยอาหาร หน่วยที่ 5.2 ระบบขับถ่าย และหน่วยการเรียนรู้ที่ 5.3 ซึ่งเป็น Task based: กิจกรรมเมนูหรรษาพาลดโรค ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความรู้พื้นฐานจากหน่วยการเรียนรู้ทั้งสองก่อน และนำความรู้เนื้อหาสาระนั้นมาใช้ในการทำภาระงาน และ 2. จัดทำเป็นหน่วยที่เป็น Task based เลย หน่วยในลักษณะนี้ผู้เรียนจะได้รับความรู้ที่เป็นเนื้อหาสาระและทักษะการทำงานผ่านกระบวนการทำภาระงาน ดังตัวอย่างในหน่วยที่ 8.1 Task based: กิจกรรมขบวนการวัยใส ห่วงใยสุขภาพ

2. การพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้งานวิจัยนี้ได้มีการศึกษาโครงสร้างการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานของวิลลิส (Willis, 1996, p. 155) มาประยุกต์ใช้ในการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จากผลวิจัยที่ได้มาจากการสอบถามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่พบว่าแผนการจัดการเรียนรู้มีความเหมาะสมและสอดคล้องกันทั้ง เนื้อหาสาระ รูปแบบกิจกรรม สื่อการสอน การประเมินผล สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสาระการเรียนรู้อื่นได้ ซึ่งสอดคล้องกับ Munira & Ferdousi (2013, p. 108) ที่กล่าวว่าจากการทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาแผนการสอนภาษาอังกฤษในชั้นเรียน พบว่า การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงาน มีความสำคัญมากต่อผู้สอนภาษาอังกฤษของสถานบันการศึกษา จะเห็นได้จากการที่ผู้สอนมีความเข้าใจถึงการออกแบบภาระงานให้มีความสอดคล้องเชื่อมโยงกับกิจกรรม และสื่อการสอนที่เหมาะสมกับผู้เรียนที่มีความแตกต่างระหว่างบุคคล ทำให้เกิดความเชื่อมั่นและมีความสามารถในการพัฒนาการสอนเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง

การจัดทำแผนการเรียนรู้รายหน่วยแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาของงานวิจัยนี้จะมีความแตกต่างจากแผนการจัดการเรียนรู้อื่นทั่วไป ที่ส่วนใหญ่จะเขียนมีลักษณะโครงสร้าง และขั้นตอนการจัดกิจกรรมที่คล้ายกันขาดความแปลกใหม่ โดยจะประกอบด้วย สาระสำคัญหรือความคิดรวบยอด สาระและมาตรฐานการเรียนรู้ ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง จุดประสงค์การเรียนรู้ เนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการสอน การวัด และการประเมินผล ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ผู้สอนควรมีแนวความคิดในการออกแบบที่หลากหลายเพื่อให้สะดวกต่อการนำไปใช้ และเพื่อเป็นการฝึกให้ผู้สอนมีความคิดสร้างสรรค์ในการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ จากการศึกษาการเขียนแผนของงานวิจัยต่างประเทศ

แม้ว่าจะเป็นแบบรายวิชาเดียวแต่ก็สามารถที่จะเขียนได้หลายรูปแบบ การเขียนแผนการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานของรายวิชาสุขศึกษา มีความโดดเด่นโดยเฉพาะขั้นตอนของกิจกรรมการเรียนการสอนครอบคลุมทุกคาบเรียนที่จัดการเรียนรู้ในแต่ละหน่วยในแผนการจัดการเรียนรู้เดียว โดยไม่ต้องเขียนแยกออกจากกันในแต่ละคาบมีการกำหนดบทบาทหน้าที่ของผู้สอนและผู้เรียนไว้อย่างชัดเจนถึงการทำกิจกรรมของแต่ละหน่วยการเรียนรู้ มีจุดเน้นของรายวิชา และการทำภาระงานผู้เรียนที่จะได้รับการพัฒนาทั้งความรู้ ทักษะการดูแลสุขภาพ การทำงานและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ผ่านกิจกรรมการเรียนการสอนซึ่งสอดคล้องกับ Rodriguez-Bonces & Rodriguez-Bonces (2010, p.174) ซึ่งได้ศึกษาวิจัย ในการสอนภาษากล่าวว่าการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเน้นภาระงาน เป็นการจัดการเรียนรู้ที่มีข้อดีมากกว่าข้อเสีย การจัดกิจกรรมการสอนจะคำนึงถึงประโยชน์ที่ผู้เรียนจะได้รับ มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้พัฒนาตามจุดเน้นของวิชา เกิดการเรียนรู้ผ่านการทำงานต่าง ๆ ตามเป้าหมายที่กำหนดผู้เรียนมีส่วนร่วมในการทำภาระงานของกิจกรรมแต่ละอย่าง ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับทั้งความรู้และประสบการณ์ชีวิตผ่านกิจกรรมการเรียนการสอน ซึ่งการจัดการเรียนรู้ในรายวิชาสุขศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นได้เน้นให้ผู้เรียนได้รับทั้งความรู้ในการดูแลสุขภาพและประสบการณ์ชีวิตในการทำงานเช่นเดียวกับนักวิจัยทางการศึกษาในรายวิชาอื่น ดังตัวอย่างกิจกรรมการเรียนการสอนในหน่วยการ เรียนรู้ที่ 5.3 เมนูหรรษาพาลดโรคผู้เรียนจะได้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพและได้รับประสบการณ์ในการจัดเมนูอาหารทำอาหารที่เป็นประโยชน์เป็นต่อการดูแลสุขภาพของระบบอวัยวะ และการทำงานร่วมกับผู้อื่น หน่วยที่ 6.3 วัยใส วัยซ่า ฝ่าวิกฤต ผู้เรียนจะได้ความรู้ในการดูแลสุขภาพของวัยรุ่นตอนต้น และประสบการณ์ด้านการแสดงละครผ่านการแสดงละครบทบาทสมมุติ ซึ่งได้ฝึกการเขียนบทละคร การเป็นนักแสดงในบทบาทต่าง ๆ และการเป็นผู้กำกับ การจัดทำอุปกรณ์ประกอบฉาก และการทำงานร่วมกับผู้อื่น และหน่วยที่ 8.1 ขบวนการวัยใสห่วงใยสุขภาพผู้เรียนจะได้รับความรู้ในการดูแลสุขภาพ และประสบการณ์ในการเป็นนักข่าว ซึ่งผู้เรียนได้ฝึกการเขียนข่าว การอ่านข่าวรายงานข่าว การจัดทำรายการข่าวที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ และการทำงานร่วมกับผู้อื่น

3. ผลการเรียนของผู้เรียนด้านทักษะการทำงาน จากการทำผลงานของผู้เรียนทั้ง 6 หน่วยการเรียนรู้หลังจากการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานซึ่งมีการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่าลักษณะของผลงานที่ผู้เรียนส่วนใหญ่ทำได้อยู่ในระดับดีโดยภาพรวมจะเป็นผลงานด้านการสื่อสารผ่านงานเขียน การแสดงละคร และการนำเสนอ จะเห็นได้ว่าการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานช่วยพัฒนาผู้เรียนทั้งในด้านการสื่อสาร ทักษะการคิดวิเคราะห์ และทักษะการทำงาน โดยการทำงานเป็นกลุ่มที่อาศัยความร่วมมือและความสามารถของผู้เรียนแต่ละคนที่มีความถนัดในงานแต่ละด้านที่รับผิดชอบ แสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานที่มีผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน ดังเช่นที่ Zhou, Huang & Tian (2013, pp. 40-45) ได้นำรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงาน (TBL) มาใช้ในการสอนการทดลองทางเคมีเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเมืองซีอานประเทศจีน ผลการวิจัยของเขา แสดงให้เห็นว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<.05$) ในกลุ่มทดลองหลังได้รับการจัดการเรียนรู้แบบ TBL ขณะที่คะแนนรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญข้อค้นพบนี้เป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพสำหรับครูผู้สอนด้านเคมีที่จะนำไปใช้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ให้กับนักเรียน

4. ผลการสำรวจความคิดเห็นการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานส่งเสริมทักษะการทำงานกลุ่มให้ประสบความสำเร็จอย่างไรผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นว่าผู้เรียนเห็นความสำคัญของการทำงานกลุ่มมากขึ้น เช่น ได้ฝึกความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี มีการวางแผนการทำงาน มีความสามัคคี ขยันอดทนและเพียรพยายาม มีความรับผิดชอบฝึกการแสดงความคิดเห็นและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในงาน สอดคล้องกับ (Koh, Wong & Lee, 2014, pp. 121-129) ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเขียนทักษะส่วนบุคคลและความเชี่ยวชาญ

ในวิชาชีพของนักศึกษาแพทย์จากประสบการณ์การเรียนรู้แบบเน้นภาระงานในวิชาการสื่อสารทางด้านสาธารณสุข ถึงการตระหนักรู้ในตนเอง และสัมพันธภาพทางสังคม เช่น การรู้คุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสาร และการเรียนรู้แบบร่วมมือ เป็นการเรียนรู้ที่ส่งเสริมต่อการตระหนักรู้ของผู้เรียนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ นอกจากนี้ ผู้เรียนยังเห็นว่าเป็นการเรียนรู้ที่สนุกสนานมากและช่วยให้มีความรอบคอบมากขึ้น สรุปได้ว่า การเรียนรู้แบบเน้นภาระงานและกระบวนการให้ความร่วมมือถือเป็นกลยุทธ์ทางการศึกษาสำหรับ การเรียนการสอนทางด้านสาธารณสุขที่ช่วยสร้างเสริมคุณลักษะอันพึงประสงค์และทักษะการปฏิบัติของผู้เรียน

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การจัดทำเค้าโครงหน่วยการเรียนรู้การจัดทำหน่วยการเรียนควรเอื้อ และสอดคล้องกับลักษณะของรูปแบบกิจกรรม วิธีการสอนและสื่อวัสดุอุปกรณ์และคำนึงถึงการจัดเวลาเรียนให้เหมาะสมกับภาระงานของแต่ละหน่วยการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนได้รับการส่งเสริมทั้งทางด้านความรู้ ทักษะการปฏิบัติและเจตคติไปพร้อมกัน

2. การพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ควรออกแบบให้มีความสอดคล้องเชื่อมโยงกับกิจกรรม และสื่อการสอนที่เหมาะสมกับผู้เรียนที่มีความแตกต่างระหว่างบุคคลมีกิจกรรมที่หลากหลาย เพื่อเพิ่มความสนใจในการเรียนรู้และพัฒนาผู้เรียนทั้งทางด้านความรู้ ทักษะการปฏิบัติและเกิดเจตคติที่ดี

3. การประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียน ต้องออกแบบการประเมินให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการวัด กำหนดรายละเอียดของเกณฑ์การประเมินให้ครอบคลุมและชัดเจน

4. การจัดกิจกรรมกลุ่ม ผู้สอนควรกำหนดการจัดกลุ่มของผู้เรียนให้คละความสามารถทั้งทางด้านการเรียน และพฤติกรรม เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกทำงานร่วมกับผู้อื่นและมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันและควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีอิสระในการจัดกลุ่มเพื่อเพิ่มความสนใจในการทำกิจกรรมและการสร้างสรรค์ผลงาน

5. การกำหนดภาระงานในการจัดการเรียนรู้ ผู้สอนต้องคำนึงถึงธรรมชาติและพัฒนาการรวมถึงรูปแบบการเรียนรู้และความสนใจของผู้เรียน และศึกษาลักษณะรูปแบบภาระงานให้สอดคล้องกับกิจกรรม วัตถุประสงค์และเนื้อหารายวิชา

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน ไปใช้กับรายวิชาอื่นที่มุ่งเน้นพัฒนาผลการเรียนรู้ด้านคุณภาพผลงาน และทักษะการทำงาน หรือนำไปใช้กับผู้เรียนในระดับชั้นอื่น เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชานั้น ๆ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอน

2. ควรศึกษารูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเน้นภาระงานในรูปแบบอื่น ๆ ถึงวิธีการจัดกิจกรรม ลำดับขั้นตอน ภาระงาน เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการนำมาใช้หรือปรับให้เหมาะสมกับวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายในการจัดการเรียนรู้ เนื้อหารายวิชา ระดับชั้น และรูปแบบการเรียนรู้ของผู้เรียน

3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการพัฒนาจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรูปแบบอื่น ๆ หรือนำแนวคิด ทฤษฎีในการจัดการเรียนรู้รูปแบบอื่นมาใช้เป็นฐานความคิดในการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอน

สรุป

จากผลการวิจัยการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานในรายวิชาสุขศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กิจกรรมที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมสามารถนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพ ส่งเสริมให้ผู้เรียนสร้างสรรค์ผลงานและมีทักษะการทำงานให้มีคุณภาพดี นอกจากนี้ผู้เรียนยังเห็นว่ากิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ สำหรับการจัดการเรียนรู้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงานนั้นแม้มีข้อดีอยู่มากโดยเฉพาะความรู้ในเรื่องของกระบวนการเรียนรู้ทักษะการทำงานที่จะทำได้ดี แต่ความรู้ด้านเนื้อหาสาระอาจด้อยกว่าเมื่อเทียบกับการสอนแบบปรกติที่ผู้เรียนจะได้รับความรู้ในเชิงเนื้อหาสาระได้ดี แต่กระบวนการเรียนรู้ในเรื่องทักษะการทำงานจะด้อยกว่าผู้เรียนที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นภาระงาน

กิตติกรรมประกาศ

กราบขอบพระคุณคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ คณาจารย์ทุกท่านที่ได้กรุณาประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้อันถือเป็นพื้นฐานที่สำคัญยิ่งในการทำวิจัยครั้งนี้ กราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ญาติพี่น้องทุกท่านที่คอยให้กำลังในใจการศึกษา และให้การสนับสนุนในการทำวิจัยตลอดมา

References

Koh, Y. H., Wong, M. L. & Lee, J. J. (2014). “Medical students' reflective writing about a task-based learning experience on public health communication.” *Medical Teacher, 36*(2), 121-129.

Ministry of Education. (2008). *The Basic Education Curriculum 2008*. Retrieved March 15, 2014, from http://www.psc.ac.th/docs/laws/education_core2551.pdf

Munira, S. & Ferdousi, S. A. (2013). “A study of tblt approach: An experiment of sample lesson and preparing lesson plan for EFL Classroom.” *UITS Journal, 1*(2), 98-109.

Nesari, A. J. & Heidari, M. (2014). “The important role of lesson on education achievement of Iranian EFL teacher’ attitudes.” *International Journal of Foreign Language Teaching & Research, 3*(5), 25-31.

Nusara Darapong. (2011). *The development of learning outcomes on geometric transformation of eighth grade students taught by task-based learning*. (Master’s thesis). Silpakorn University, Faculty of Education, Nakhon Pathom.

Nunan, D. (2006). *Task-Based Language Teaching.* Cambridge University.

Rodriguez-Bonces, M. & Rodriguez-Bonces, J. (2010). “Task-based learning: Old approach, new style, a new lesson to learn.” *Universidad Nacional de Colombia, 12*(2), 165-178.

Suchat Somprayoon, & Aimutcha Watthanaburanon. (2010). *Professional Health Instruction*. Bangkok: Dokyawichakan Publishing Co., Ltd.

Willis, D. & Willis, J. (2007). *Doing Task-Based Teaching*: Oxford University.

Willis. J. (1996). *A Framework for Task-Based Learning*. London: Longman.

Zhou, Q., Huang, Q. & Tian, H. (2013). “Developing students' critical thinking skills by task-based learning in chemistry experiment teaching”. *Creative Education, 4*(12), 40-45.

Received : 29 November, 2018
Revised : 2 January, 2019
Accepted : 17 January, 2019

การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย

พิชชานันท์ โชติวรรธอนันต์ วิชิต สุรัตน์เรืองชัย และ พงศ์เทพ จิระโร
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนที่เรียนรู้ และเพื่อศึกษาความพึงพอใจของการใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานด้วยภูมิปัญญาไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 10 กระทรวงศึกษาธิการ ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 32 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง ใช้แบบแผนการวิจัย One Group Pretest-Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ ชุด กิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานด้วยภูมิปัญญาไทย แผนการจัดการเรียนรู้ แบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้และแบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ t–test for dependent samples

ผู้วิจัยได้พัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานด้วยภูมิปัญญาไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 1)ชื่อกิจกรรม 2)คำนำ 3)คำชี้แจงสำหรับครู 4)คำชี้แจงสำหรับนักเรียน 5)สาระสำคัญ/จุดประสงค์ 6)ใบความรู้/ใบกิจกรรม 7)แบบทดสอบ 8)แผนการจัดการเรียนรู้ และพฤติกรรมสุขภาพด้านความรู้หลังเรียน ($\overline{X}$ = 23.6) สูงกว่าก่อนเรียน ($\overline{X}$ = 15.4) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพฤติกรรม สุขภาพด้านเจตคติหลังเรียน ($\overline{X}$ = 74.5) สูงกว่าก่อนเรียน ($\overline{X}$ = 46.2) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติหลังเรียน ($\overline{X}$ = 42.1) สูงกว่าก่อนเรียน ($\overline{X}$ = 23.4) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนมีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน ในด้านรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โครงสร้าง และเนื้อหา มีประโยชน์สามารถนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้อย่างเหมาะสมและครอบคลุมความต้องการจำเป็นในการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน อาทิเช่น ความคิด ความเชื่อ ต่างวัฒนธรรมกัน การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเป็นการสร้างเจตคติและแนวทางการประพฤติปฏิบัติต่อกันของบุคคลให้อยู่ในแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเหมาะสมจากการนำทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่นให้เกิดประโยชน์สูงสุด อีกทั้งยังเป็นรากฐานที่สำคัญที่ทำให้การเรียน การทำงาน และการใช้ชีวิตของนักเรียนและบุคคลในชุมชนได้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขอย่างเป็นระบบ โดยมีการดำเนินการตามขั้นตอนของวิธีการเชิงระบบที่สอดคล้องกับนโยบายการจัดการศึกษาตามมาตรฐานของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน แนวทางการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา แนวทางการจัดกิจกรรม“ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานด้วยการมีส่วนร่วมของชุมชน

คำสำคัญ การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ แนวคิดชุมชนเป็นฐาน พฤติกรรมสุขภาพ ภูมิปัญญาไทย

Corresponding Author: นางพิชชานันท์ โชติวรรธอนันต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
E-mail: phichanan@hotmail.com

THE DEVELOPMENT OF LEARNING ACTIVITY USING COMMUNITY BASED INSTRUCTION TO PROMOTE HEALTH BEHAVIORS IN ACCORDANCE WITH THAI WISDOM

Phichanan Chotiwatanan, Vichit Suratruengchai and Pongthep Jiraro
Faculty of Education Burapha University

Abstract

The purposes of this research were to develop a learning activity package based on the local wisdom in the community; to study the health behaviors of the students through the learning activity package based on the local wisdom in the community; to study the students' satisfaction towards the use of learning activity package developed based on local in the wisdom community. The samples in this study were 32 lower secondary school students who participated in the 2nd semester of the academic year 2017. Purposive selection was used to identify the participants in this study. The school is under Secondary Education Service Area 10, Ministry of Education, The research design was the one group pretest-posttest design. The research tools consisted of the learning activities based on local wisdom community, lesson plans, an achievement test, and a questionnaire students' satisfaction towards the learning based on the local wisdom in the community. The data was analyzed using the mean score of the pre-post-test

The results revealed that the researcher developed a set of learning activities based on the community concept as a base with the Thai wisdom created by the researcher, consisting of 1)Activity name 2)Preface 3)Statement for teachers 4)Statement for students 5)Essence / Purpose 6)Knowledge sheet/activity sheet 7)Test form 8)Learning plan. The result of health behavior in the knowledge after learning revealed the mean scores of the sample in the post-test was 23.6, whereas the mean scores on the pre-test was 15.4. the result of health behavior in the attitude after learning revealed the mean scores of the sample in the post-test were 74.5, the mean score on the pre-test was 46.2 at the 0.01 level and the result of health behavior in the practical action after learning revealed the mean scores on the post-test was 42.1, whereas the mean scores on the pre-test was 23.4 at the 0.01 level. In addition, the results of the study in term of promoting health behavior showed that significant differences were found between pretest and post-test at the 0.01 level. The concept of learning communities as a base in terms of structure and content can be useful in teaching properly. The necessary requirements to reinforce healthy behaviors with Thai wisdom concepts covered community-based ideas, beliefs in the different cultures, and Living together. These can create the proper attitudes and the appropriate way in order to live together.Understanding the proper implementation of the resources was available locally for maximum benefit. It was also the cornerstone of the working class and the lives of the students. The community can coexist happily in a systematic way. The implementation phase of the system-oriented approach involved educational policies of

the Core Curriculum for Basic Education Curriculum in Health and Physical Education. To increase activity, reduce the time to analyze the concepts and theories related research and development activities were based on the concept of learning communities as a base, according to organized learning activities with the participation of the community.

Keywords: The development of learning activity, community based, health behavior, Thai wisdom

Corresponding Author: Mrs. Phichanan Chotiwatanan Faculty of Education Burapa university
E-mail: phichanan@hotmail.com

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสภาวะสังคมและเศรษฐกิจในศตวรรษที่ 21 ส่งผลให้การจัดการศึกษาของประเทศไทยมีความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและในอนาคต (The Committee of Basic Educational Office, Secondary Management Office, 2015, p. 1) โดยเฉพาะอย่างยิ่งการที่ประเทศไทยจะต้องก้าวขึ้นไปเป็นส่วนหนึ่งประชาคมอาเซียนที่มีจุดมุ่งหมายที่จะสร้างให้เกิดการแบ่งปันทรัพยากรทางการศึกษาระหว่างกัน อย่างไรก็ดีเครือข่ายองค์กรความร่วมมือเพื่อทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ได้กล่าวว่าการรอบรู้สาระวิชาหลักเพียงอย่างเดียวนั้นยังไม่เพียงพอสำหรับการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ 21 โรงเรียนจึงควรสร้างเสริมความเข้าใจเนื้อหาวิชาการให้อยู่ในระดับสูงด้วยการสอดแทรกทักษะเพื่อการดำรงชีวิตเข้าในทุกวิชาหลัก เช่น ความรู้ด้านสุขภาพ ความรู้ด้านสิ่งแวดล้อม ความรู้เกี่ยวกับโลก ความรู้ด้านการเป็นพลเมืองที่ดี ความรู้เกี่ยวกับการเงิน เศรษฐศาสตร์ธุรกิจ เป็นต้น ภาครัฐ (Academic and Education Standard Office, 2010)

ดังนั้น รูปแบบที่ใช้ในการพัฒนากิจกรรมการจัดการเรียนรู้ คือ การนำเอาสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ สภาพภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ เอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชุมชนท้องถิ่น และเอกลักษณ์ในด้านอื่นๆ มาเป็นประเด็นในการพัฒนาชุดกิจกรรมตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยให้มีความรู้ความเข้าใจ มีเจตคติที่ดี โดยร่วมมือกับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถนำไปใช้ในการสอนในแต่ละพื้นที่ในชุมชนต่างๆ ถือเป็นสิ่งจำเป็น โดยการจัดการเรียนรู้ให้ผู้เรียนใช้แหล่งเรียนรู้ในชุมชน และธรรมชาติ ผู้เรียนได้เรียนรู้โดยการปฏิบัติจริงอย่างหลากหลาย ซึ่งสอดคล้องกับการจัดการเรียนการสอนแนวใหม่สำหรับผู้เรียนในระดับมัธยมศึกษาของประเทศสหรัฐอเมริกา ที่ใช้ชุมชนเป็นฐานในการจัดการศึกษาที่มุ่งเน้นไปที่มาตรฐานวิชาการและการใช้เทคนิคการสอนที่เตรียมผู้เรียนเพื่อศึกษาต่อและฝึกอบรมเกี่ยวกับอาชีพ เพื่อเตรียมความพร้อมให้ผู้เรียนได้พึ่งตนเองได้ในการดำรงชีวิตในวัยผู้ใหญ่ นอกจากนี้แล้วการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุมชนเป็นฐานยังมีการจัดการเรียนรู้ที่เป็นพลวัตรเบ็ดเสร็จที่ตอบสนองความต้องการของผู้เรียนในการหาสถานที่ทำงานในการฝึกอบรมวิชาชีพและประสบการณ์การทำงาน อีกทั้งยังสร้างเสริมสัมพันธภาพที่ดีซึ่งจะมีการพัฒนาไปสู่ภาคีความร่วมมือกันระหว่างโรงเรียนกับชุมชนอันจะเป็นประโยชน์ระยะยาวกับผู้เรียน ภาคธุรกิจ และสาธารณชนทั่วไป (Patcharee Srisung, 2008, pp. 115-118) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ชุมนุม ชมรมเป็นกิจกรรมนักเรียนที่สนับสนุนให้นักเรียนได้เรียนรู้ช่วยกันทำ ช่วยกันคิด ช่วยกันแก้ปัญหา ตามความถนัด ความสนใจ และตรงตามความสามารถของผู้เรียนตามเจตนารมณ์ของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (Academic and Education Standard Office, 2010, p. 51) แผนจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ควรคำนึงถึงความสนใจ ความต้องการของผู้เรียนเป็นหลัก หรือเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมโดยแบ่งงาน หน้าที่ความรับผิดชอบ สำรวจ สืบค้น รวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ นำเสนอ แลกเปลี่ยน และสรุปข้อมูลจากการศึกษาโดยใช้ชุมชนสิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยีสารสนเทศรอบตัวเป็นแหล่งเรียนรู้จะช่วยให้ผู้เรียนได้เผชิญกับสภาพจริงของชีวิตหลากหลายมิติได้สัมผัสกับธรรมชาติ และได้ประสบการณ์ตรงจากการเรียนรู้กับผู้คนที่มีความแตกต่างหลายช่วงวัยมีส่วนร่วมในการถ่ายทอดประสบการณ์ (Academic and Education Standard Office, 2016, p. 2) เป็นทิศทางการพัฒนาเด็กและเยาวชน พุทธศักราช 2555 – 2559 กำหนดทิศทางการพัฒนาให้เด็กและเยาวชนทุกคนจำเป็นต้องได้รับการเอาใจใส่และดูแลอย่างเหมาะสมและรอบด้านในแต่ละช่วงวัยจากพ่อแม่ ผู้ดูแล ชุมชน และสังคมด้วยความรู้ที่หลากหลายแบบสหวิชาชีพ รวมทั้งต้องใช้ทักษะและเจตคติที่เห็นคุณค่าของเด็กและเยาวชน โดยไม่เลือกปฏิบัติ แต่คำนึงถึงความเท่าเทียม เป็นธรรม และการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วน

ด้วยเหตุผลและความสำคัญดังกล่าวข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพทั้งในด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติด้วยภูมิปัญญาไทยแก่นักเรียน เพื่อสร้างเยาวชนให้เป็นแกนนำด้านการการสร้างเสริมสุขภาพในชุมชนด้านปัจจัยสี่จากสมุนไพรไทยซึ่งมีประวัติการนำสมุนไพรมาประกอบเป็นอาหารคาวหวาน การเสริมความงามและยาอายุวัฒนะตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัย จนถึงปัจจุบันผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรไทย คือ ที่สุดแห่งภูมิปัญญาไทยกลายเป็นหนึ่งในผลิตภัณฑ์ส่งออกที่สำคัญของประเทศ นับเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีเพราะเด็กและเยาวชนเป็นผู้สืบสานมรดกของชาติ

ที่สอดคล้องกับจุดหมายของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ที่เน้นให้ผู้เรียนมีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรม ภูมิปัญญาไทย การอนุรักษ์ และพัฒนาสิ่งแวดล้อมอีกทั้งมีจิตสาธารณะที่มุ่งทำประโยชน์ และสร้างสิ่งที่ดีงามในสังคมรวมทั้งสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งการจัดการเรียนรู้ตามลักษณะการรับรู้ของผู้เรียนที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับการพัฒนาชุมชน ให้เป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้มีการร่วมมือในการจัดการเรียนรู้ระหว่างครู นักเรียน คน ในชุมชน ก่อให้เกิดกระบวนการทางการ ศึกษาการพัฒนาคน การสร้างชุมชนที่ยั่งยืน ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีความสุขจากแหล่งเรียนรู้ในชุมชน ธรรมชาติรอบตัวของผู้เรียนผู้เรียนจะได้รับประสบการณ์ชีวิตที่มีคุณค่า ได้คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว ได้ศึกษาหาความรู้จนมีทักษะการดำเนินชีวิต ผู้เรียนจะเห็นคุณค่าของการเรียนรู้ พร้อมจะปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมและประเทศชาติ (Sumon Amorwiwat, 2001, p. 5)

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานด้วยภูมิปัญญาไทย ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนที่เรียนรู้ และศึกษาความพึงพอใจของการใช้ชุดกิจกรรมดังกล่าว

ขอบเขตการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 10 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 32 คนที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมสุขภาพดี วิถีไทย ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง

วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนการวิจัยและพัฒนา 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน
ขั้นตอนที่ 2 การออกแบบและพัฒนาชุดกิจกรรม
ขั้นตอนที่ 3 การทดลองใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้
ขั้นตอนที่ 4 การประเมินความพึงพอใจของการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย มีดังนี้

1) แบบวิเคราะห์เอกสาร เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จำนวน 1 ฉบับ

2) แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับสภาพปัญหาและความต้องการในการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย จำนวน 1 ฉบับ

3) แบบทดสอบ แบบสอบถาม เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยเป็นลักษณะของการวิจัยและพัฒนา (Research and Development: R&D) โดยมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย 4 ขั้นตอน ดังนี้ 1) การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน 2) การออกแบบและพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ 3) การทดลองใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ 4) การประเมินความพึงพอใจของการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน

ผลการศึกษาความต้องการข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย โดยสามารถแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ 1) ผลการวิเคราะห์หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และหลักสูตรสถานศึกษากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา 2) ผลการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุดกิจกรรมโดยใช้แนวคิดชุมชนเป็นฐาน 3) ผลการศึกษาความต้องการสำหรับนักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สอบถามความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นตอนการ 2 การออกแบบชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้

การออกแบบชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานผู้วิจัยได้ออกแบบโดยมีหน่วยการจัดการเรียนรู้ 1 หน่วย 6 กิจกรรมการจัดการเรียนรู้มี จำนวน 20 คาบ ๆ ละ 50 นาที และกำหนดเนื้อหาสาระการเรียนรู้เรียงลำดับจากง่ายไปยาก โดยวิเคราะห์จากนโยบายด้านการศึกษา นโยบายด้านสุขภาพ คู่มือการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนแล้วกำหนดแผนของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ไว้ ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงสาระสำคัญของชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ที่	เนื้อหา	จำนวนกิจกรรม (คาบ)
1.สุขภาพดี วิถีพอเพียง	-วิถีชีวิตแห่งความพอเพียง	1
	-หลักเศรษฐกิจพอเพียงกับการสร้างเสริมสุขภาพ	1
	-แหล่งเรียนรู้ในชุมชนและธรรมชาติที่สร้างเสริมสุขภาพด้วยวิถีพอเพียง	1
	- การสร้างสุขภาพด้วยหลัก 8 อ	1
2.สุขภาพกับปัจจัยสี่	-ภูมิปัญญาชาวบ้านด้านปัจจัยสี่กับการสร้างเสริมสุขภาพ	1
	-ความสัมพันธ์ระหว่างการสร้างเสริมสุขภาพกับปัจจัยสี่	1
3.อาหารพื้นบ้านจากป่าชายเลน/สมุนไพรจากอาหาร	-หลักการรับประทานอาหารและเครื่องดื่มภูมิปัญญาไทยเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ	2
	-การผลิต การแปรรูป การประกอบอาหาร และเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ	2
4.เส้นทางสายเกลือสมุทร	-สภาพภูมิศาสตร์จังหวัดสมุทรสาคร	2
	-ทำนาเกลือสมุทรกับการสร้างเสริมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย	2
5.เครื่องนุ่งห่มจากสีย้อมจากพืชผักสมุนไพรและวัตถุดิบจากในธรรมชาติ	-การเลือกใส่เสื้อผ้าที่ผลิตจากธรรมชาติ -การผลิตเสื้อมัดย้อมจากวัสดุธรรมชาติ	2
6.สิบสมุนไพรที่ควรมีในโรงเรียน	-สมุนไพรกับการรักษาโรค	2
	-สรรพคุณสมุนไพรกับการสร้างเสริมสุขภาพ	2
รวม		20

จากการศึกษา อาจกล่าวได้ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในชุมชน ไม่ว่าจะเป็นบุคคล สถานที่สถาบันองค์กร ตลอดจนทั้งวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่มนุษย์สร้างขึ้น สิ่งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ และวัฒนธรรม ประเพณี ตลอดจนความเชื่อที่จัดขึ้นในชุมชนนั้น นับเป็นแหล่งเรียนรู้ที่ได้มีคุณค่าเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอน สิ่งเหล่านั้นถ้าครูผู้สอนรู้จักสำรวจ แสวงหานำมาใช้ในโรงเรียน และนำนักเรียนออกไปสัมผัสกับสภาพจริงของแหล่งเรียนรู้ในชุมชนเหล่านั้นด้วยตัวนักเรียนเองแล้วย่อมจะเพิ่มพูนประสบการณ์ตรงให้แก่นักเรียนมากยิ่งขึ้น ทั้งยังทำให้บทเรียนน่าเรียนอีกด้วยเพราะผู้เรียนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน และยังสร้าง

บรรยากาศการเรียนรู้ให้เกิดขึ้น สิ่งเหล่านั้นครูผู้สอนสามารถนำไปประกอบการจัดการเรียนการสอนให้มีคุณภาพต่อนักเรียนได้

การประเมินและตรวจสอบความสอดคล้องของชุดกิจกรรม

ผู้วิจัยนำชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษา เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสม/สอดคล้องเชิงโครงสร้างของชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน โดยใช้แบบประเมินความเหมาะสม/สอดคล้องเชิงโครงสร้างของชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติการของนักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่น (Reliability) เท่ากับ 0.90 และปรากฏผลการตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมดังนี้

ขั้นตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้

ตารางที่ 1 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย ทั้ง 3 ด้าน

พฤติกรรมสุขภาพ	ผลการเรียนรู้				t	df	sig
	ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$)		ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D)				
	ก่อนเรียน	หลังเรียน	ก่อนเรียน	หลังเรียน			
ด้านความรู้	15.9	21.9	3.2	2.2	-13.8	31	0.01
ด้านเจตคติ	42.7	74.9	4.8	8.6	-25.7	31	0.01
ด้านการปฏิบัติ	34.0	40.2	4.0	6.0	-8.4	31	0.01
ภาพรวม	31.3	45.4	11.4	23.3	-9.9	31	0.01

**P < .01

จากตารางที่ 1 พบว่า ผลการเรียนรู้ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยผลการเรียนรู้หลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) เท่ากับ 45.4 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 23.3 สูงกว่าก่อนจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน ค่าเฉลี่ย 31.3, S.D. =11.4 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 คือผลการเรียนรู้ของนักเรียน หลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานสูงกว่าก่อนการจัดการเรียนรู้ซึ่งยอมรับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2

ขั้นตอนที่ 4 ผลการประเมินความพึงพอใจของการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย**ของ**นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปรากฏผลการประเมินความพึงพอใจดังนี้

ตารางที่ 2 แสดงระดับคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานจากการประเมินความพึงพอใจหลังการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรม

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D)	ความหมาย
ด้านเนื้อหา			
1. เนื้อหาในชุดกิจกรรมทำให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องแนวคิดชุมชนเป็นฐานมากยิ่งขึ้น	4.6	0.5	ดีมาก
2. เนื้อหาในชุดกิจกรรมทำให้นักเรียนอ่านแล้วเข้าใจง่าย	4.5	0.5	ดีมาก
3. เนื้อหาในชุดกิจกรรมมีรูปภาพสวยงาม ทำให้นักเรียนอยากอ่าน	4.5	0.5	ดีมาก

ตารางที่ 2 แสดงระดับคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานจากการประเมินความพึงพอใจหลังการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรม (ต่อ)

ข้อคำถาม	ค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D)	ความหมาย
ด้านเนื้อหา			
4. เนื้อหาในชุดกิจกรรมมีความน่าสนใจทันสมัยเหมาะสมกับวัยของนักเรียน	4.2	0.9	ดีมาก
5. เนื้อหาในชุดกิจกรรมตรงกับเรื่องที่นักเรียนสนใจ	4.5	0.6	ดีมาก
รวม	4.6	0.3	ดีมาก
ด้านกิจกรรมการเรียนรู้			
6. รูปแบบของชุดกิจกรรมมีสื่อช่วยให้นักเรียนสนใจเรียนมากกว่าฟังครูอธิบายเพียงอย่างเดียว	4.4	0.9	ดีมาก
7.รูปแบบของกิจกรรมทำให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้นต่อการเรียน	4.6	0.6	ดีมาก
8.รูปแบบของกิจกรรมช่วยให้นักเรียนเข้าใจและใช้กระบวนการปฏิบัติงานได้อย่างเป็นขั้นตอน	4.7	0.5	ดีมาก
9.รูปแบบของกิจกรรมช่วยให้นักเรียนเข้าใจสามารถปฏิบัติงานด้วยตนเองได้	4.7	0.6	ดีมาก
10.รูปแบบของกิจกรรมช่วยให้นักเรียนมีทักษะในการค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง	4.8	0.6	ดีมาก
รวม	4.6	0.4	ดีมาก
ด้านประโยชน์ที่ได้รับ			
11. ชุดกิจกรรมช่วยให้นักเรียนเข้าใจเรื่องเกี่ยวกับแนวคิดชุมชนมากขึ้น	4.6	0.6	ดีมาก
12. การเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเองมากยิ่งขึ้น	4.7	0.4	ดีมาก
13. การเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมทำให้นักเรียนมีทักษะในการค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองได้	4.8	0.5	ดีมาก
14. การเรียนด้วยชุดกิจกรรมสามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้	4.7	0.6	ดีมาก
15. การเรียนด้วยชุดกิจกรรมทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าและประโยชน์ของแต่ละวิชามากขึ้น	4.7	0.6	ดีมาก
รวม	**4.7**	**0.3**	**ดีมาก**
ภาพรวม	**4.6**	**0.2**	**ดีมาก**

จากตารางที่ 2 การสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมด้วยแนวคิดชุมชนเป็นฐาน เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย ภาพรวม พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นต่อชุดกิจกรรมการเรียนรู้อยู่ในระดับดีมาก ($\overline{X}$ = 4.6, S.D. = 0.2) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจด้านประโยชน์ที่ได้รับมากที่สุด รองลงมา คือ ด้านรูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้และด้านเนื้อหาเรียงตามลำดับ และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับดีมากทุกข้อโดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การเรียนด้วยชุดกิจกรรมทำให้นักเรียนมีทักษะในการค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองได้ รองลงมา คือ การเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเองมากยิ่งขึ้น และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ชุดกิจกรรมมีเนื้อหาที่น่าสนใจทันสมัยเหมาะสมกับวัยของนักเรียน ซึ่งอธิบายได้ดังนี้

ลำดับที่ 1 ด้านประโยชน์ที่ได้รับในภาพรวม พบว่า นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีความคิดเห็นอยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจาณารายข้อ พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากทุกข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมทำให้นักเรียนมีทักษะในการ

ค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองได้ รองลงมาเรียงตามลำดับคือ การเรียนด้วยชุดกิจกรรมช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเองมากยิ่งขึ้น สามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ การเรียนด้วยชุดกิจกรรมนี้ทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าและประโยชน์ของแต่ละวิชามากขึ้น และชุดกิจกรรมช่วยให้นักเรียนเข้าใจเรื่องเกี่ยวกับแนวคิดชุมชนมากขึ้น

ลำดับที่ 2 ด้านรูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้ในภาพรวม พบว่า นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีความคิดเห็นอยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากทุกข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ รูปแบบของกิจกรรมช่วยให้นักเรียนมีทักษะในการค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง รองลงมาเรียงตามลำดับ คือ รูปแบบของกิจกรรมช่วยให้นักเรียนเข้าใจและใช้กระบวนการปฏิบัติงานได้อย่างเป็นขั้นตอน และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ รูปแบบของชุดกิจกรรมมีสื่อช่วยให้นักเรียนสนใจเรียนมากกว่าฟังครูอธิบายเพียงอย่างเดียว

ลำดับที่ 3 ด้านเนื้อหาในภาพรวม พบว่า นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีความคิดเห็นอยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับดีมากทุกข้อโดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ เนื้อหาในชุดกิจกรรมทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเกี่ยวกับชุมชนเป็นฐาน (การพัฒนาสุขภาพในชุมชนเรื่องปัจจัยสี่) มากยิ่งขึ้น รองลงมา คือ เนื้อหาในชุดกิจกรรมมีรูปภาพสวยงามทำให้นักเรียนอยากอ่าน และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือเนื้อหาในชุดกิจกรรมมีความน่าสนใจ ทันสมัยเหมาะสมกับวัยของนักเรียน ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เพิ่มเติม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเสนอพรรณนาความเรียง โดยมีรายละเอียดดังนี้นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่าชุดกิจกรรมช่วยให้นักเรียนเข้าใจเนื้อหามากขึ้น นักเรียนสนุกสนานกับการเรียนรู้ และได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองทำให้เกิดความเข้าใจในเนื้อหาได้ดียิ่งขึ้น

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย พบว่า

1. การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย ในการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุมชนเป็นฐานมีองค์ประกอบหลักที่สำคัญในการจัดการเรียนรู้ 4 ด้าน ที่ต้องคำนึงถึงประกอบด้วย (1) ด้านชุมชน (Community) (2) ด้านการจัดการเรียนรู้ (Learning) (3) ด้านเทคโนโลยี (Technology) และ(4) การประเมินผล (Evaluation) เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีและการแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์ สำหรับขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ดำเนินการประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ (1) เป็นการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานสำหรับการพัฒนาชุดกิจกรรม (2) การออกแบบและพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ (3) เป็นการทดลองใช้ชุดกิจกรรม (4) เป็นการประเมินความพึงพอใจของการใช้ชุดกิจกรรมและปรับปรุงแก้ไข โดยกำหนดให้ทั้ง 4 ขั้นตอน มีการนำชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมตามความเหมาะสมของแต่ละกิจกรรมที่จัดขึ้น ซึ่งอาจเข้ามามีส่วนร่วมในลักษณะของการวางแผนการร่วมคิด ร่วมปฏิบัติ ร่วมประเมิน ถ่ายทอดความรู้ ร่วมเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ร่วมภาคภูมิใจ ร่วมรับผิดชอบ สำหรับชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน โดยคำนึงถึงองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ ชุมชน การจัดการเรียนรู้ เทคโนโลยี และการประเมินผล โดยจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน ซึ่งผู้เรียนต้องลงมือปฏิบัติจริงและแก้ปัญหาที่พบในชุมชนด้วยการเรียนรู้ที่หลากหลายและได้ชิ้นงานที่สร้างสรรค์ ซึ่งในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานได้นำมาใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม วางแผนการดำเนินการร่วมกันระหว่างสถาบันการศึกษากับชุมชน ให้ความรู้เบื้องต้นกับนักเรียนก่อนลงพื้นที่นำเทคนิคการเรียนรู้รูปแบบต่างๆ มาประยุกต์ใช้ ประกอบด้วยการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์จริง การใช้ปัญหาเป็นฐานการสืบเสาะหาความรู้ การเรียนรู้ด้วยโครงงาน การแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์ และการใช้ความรู้ด้านเทคโนโลยีร่วมกับการประเมินการจัดการเรียนรู้ไปใช้ให้ประสบผลสำเร็จ ประกอบด้วย ชุมชนให้การส่งเสริม สนับสนุน และมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน ผู้วิจัยฝึกผู้เรียนและแก้ปัญหาจากสถานการณ์จริงที่พบในชุมชน มีการยืดหยุ่นเวลาในการจัดการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับกิจกรรม เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย

2. ผลการทดลองใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย โดยภาพรวมปรากฏผล คือ หลังการใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ผู้เรียนมีพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย ด้านความรู้ ด้านเจตคติ ด้านการปฏิบัติสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 หากพิจารณาการประเมินรายด้าน พบว่า

2.1 ผู้เรียนมีพฤติกรรมสุขภาพด้านความรู้ หลังจากใช้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยปัญญาไทยได้เป็นอย่างดี โดยเรื่องที่ผู้เรียนมีความรู้มากที่สุดคือเรื่องสิบสมุนไพรที่ควรมีในโรงเรียน ค่าเฉลี่ย 3.7 และรองลงมา คือ เรื่องอาหารพื้นบ้านจากป่าชายเลน/สมุนไพรจากอาหาร ค่าเฉลี่ย 3.3 และเรื่องเส้นทางสายเกลือสมุทรค่าเฉลี่ย 3.3 เรียงตามลำดับ

2.2 ผู้เรียนมีพฤติกรรมสุขภาพด้านเจตคติ หลังจากใช้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยปัญญาไทยได้เป็นอย่างดีโดยเรื่องที่ผู้เรียนมีเจตคติดีที่สุด คือ เรื่องสุขภาพดีวิถีพอเพียง ค่าเฉลี่ย 13.2 รองลงมา คือ เรื่องสมุนไพรที่ควรมีในโรงเรียน ค่าเฉลี่ยร้อยละ 12.6 และอาหารพื้นบ้านจากป่าชายเลน/สมุนไพรจากอาหารค่าเฉลี่ย 12.5 ตามลำดับ

2.3 ผู้เรียนมีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ หลังจากใช้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยปัญญาไทยได้เป็นอย่างดี โดยเรื่องที่ผู้เรียนมีแนวทางการปฏิบัติดีที่สุด คือ เรื่องสิบสมุนไพรที่ควรมีในโรงเรียน ค่าเฉลี่ย 6.9 รองลงมาคือเรื่องสุขภาพกับปัจจัยสี่ค่าเฉลี่ย 6.8 และเรื่องการใช้เครื่องนุ่งห่มจากสีย้อมจากพืชผักสมุนไพร และวัตถุดิบจากในธรรมชาติ ค่าเฉลี่ย 6.6 เรียงตามลำดับ

3. ผลการศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยปัญญาไทย ปรากฏผลดังนี้ พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นต่อชุดกิจกรรมการเรียนรู้อยู่ในระดับดีมาก($\overline{X}$ = 4.6, S.D. = 0.3) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านนักเรียนมีความพึงพอใจ ด้านประโยชน์ที่ได้รับสูงสุด ($\overline{X}$ = 4.7, S.D. = 0.3) รองลงมา คือ ด้านกิจกรรม ($\overline{X}$ = 4.6, S.D. = 0.4) และด้านเนื้อหา ($\overline{X}$ = 4.6, S.D. = 0.3) เรียงตามลำดับ

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย พบว่า ผลการพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน ซึ่งผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้วพบว่า ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน มีคุณภาพด้านโครงสร้างและเนื้อหา และมีการนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนมีความเหมาะสม และครอบคลุมความต้องการจำเป็นในการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน ได้พัฒนาขึ้นอย่างเป็นระบบมีการดำเนินการตามขั้นตอนของวิธีการเชิงระบบ โดยนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับนโยบายการจัดการศึกษามาตรฐานของหลักสูตรแกนการการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา กิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ วิเคราะห์ แนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยการมีส่วนร่วมของชุมชน (Davis and Thomas, 1989) ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของ Piaget ร่วมกับทฤษฎีวัฒนธรรมเชิงสังคมของ Vygotsky มีการศึกษาบริบทและข้อมูลชุมชนสำนักงานพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 10 ซึ่งชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน มีแนวคิดทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานของการจัดการเรียนการสอนซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดในการพัฒนาการจัดการเรียนรู้ (Joyce and Weil, 1996, p.13; Tissana Khemmanee, 2011, p. 475) ที่สรุปว่า การเรียนการสอนเป็นแบบแผนการดำเนินการสอนที่ได้รับการจัดอย่างเป็นระบบ สัมพันธ์สอดคล้องกับทฤษฎี โดยการเรียนการสอนต้องมีทฤษฎีรองรับ นอกจากนี้ยังมีการศึกษาสภาพการจัดการเรียนรู้ของครูในกลุ่มสาระการเรียนรู้ รวมทั้งการวิเคราะห์ผู้เรียนเกี่ยวกับความสามารถพื้นฐานในการเรียนรู้ และสนทนากลุ่มเพื่อต้องการให้ผู้เรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย ซึ่งมีแนวทางการจัดการเรียนการสอนหลากหลายวิธีการ ควรเลือกให้เหมาะสมกับผลการ

เรียนรู้ที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน ลักษณะเนื้อหาวิชา ความพร้อมของผู้เรียน สภาพแวดล้อม บริบทและสื่อการเรียนรู้ ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดทฤษฎีการเรียนการสอนโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน (Community Based Learning: CBL) มาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน มุ่งเน้นและให้ความสำคัญกับชุมชนเป็นหลักการเรียนรู้ทุกขั้นตอนต้องมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับชุมชน ผู้วิจัยพบว่ามีแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ทฤษฎีการสร้างความรู้ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ การเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ (Inquiry-Based Learning: IBL) การร่วมมือกันเรียนรู้ (Collaborative Learning) แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์ (Creative Problem Solving: CPS) สำหรับทฤษฎีการสร้างความรู้ (Constructivism Theory) สรุปแนวคิดได้ว่า

1. การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ผู้เรียนสร้างความรู้ด้วยตนเอง โดยอาศัยกระบวนการกำกับตนเองเพื่อหาแนวทางลดความขัดแย้งทางความคิดของตนเอง

2.การเรียนรู้ขึ้นอยู่กับการที่ผู้เรียนใช้กระบวนการทางปัญญาในการจัดกระทำกับข้อมูล เพื่อทำความเข้าใจกับประสบการณ์ใหม่ที่ได้รับอย่างมีความหมาย

3. การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีบทบาทสำคัญต่อการสร้างความรู้

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีการสร้างความรู้ด้วยตนเอง ผู้วิจัยนำมาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการเรียนรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ จัดกิจกรรมอยู่บนสถานการณ์ และปัญหาที่เกิดขึ้นจริงในชุมชน เป็นเรื่องที่ผู้เรียนสนใจต้องการแก้ปัญหา และพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ให้ดีขึ้น เน้นการทำงานแบบร่วมมือ การเรียนรู้ร่วมกัน โดยมีการสำรวจ ศึกษาสภาพปัญหาของชุมชน วิเคราะห์การปฏิบัติ การวางแผน ลงมือปฏิบัติจริงและแก้ไขปัญหา ประเมินผล ตรวจสอบ และนำเสนอผลงานด้วยตนเอง รวมทั้งมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆ ในชุมชน ทั้งในห้องเรียน และนอกห้องเรียน สามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและขยายผลสู่ชุมชน รวมถึงความสามารถในการแก้ปัญหาจากสถานการณ์ต่างๆ ที่ได้พบซึ่งผู้วิจัยสังเคราะห์แนวทางการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย และขยายองค์ความรู้ในส่วนของการร่วมมือกันเรียนรู้ (Collaborative Learning) เป็นวิธีจัดการเรียนรู้ที่เน้นการมีปฏิสัมพันธ์สมาชิกในกลุ่มด้วยกันเองและกับบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องในสภาพแวดล้อมของการเรียนรู้ และที่สำคัญคือ บุคคลในชุมชนที่ผู้วิจัยได้ศึกษา

จากผลการศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยมี พบว่า หลังใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานโดยภาพรวม พบว่า ผู้เรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีด้วยภูมิปัญญาไทย สูงกว่ากว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 จากการที่ผู้วิจัยแบ่งความสามารถพื้นฐานของผู้เรียนออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มสูง และกลุ่มต่ำ เพื่อต้องการศึกษาว่าชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานที่พัฒนาขึ้น เมื่อใช้กับผู้เรียนที่มีความสามารถที่แตกต่างกันจะแตกต่างกันอย่างไร ซึ่งพบว่า ผู้เรียนที่มีความสามารถพื้นฐานสูงผลคะแนนการทดสอบพฤติกรรมของผู้เรียนจะมีคะแนนสูงกว่าผู้เรียนกลุ่มต่ำ หากพิจารณาภาพรวม พบว่า ผู้เรียนที่มีพฤติกรรมสุขภาพ หลังใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานอยู่ในระดับมาก ที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ ความสามารถในการค้นคว้า การแสวงหาคำตอบ ค้นหาความจริง และมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ความสามารถในการสรุปผล จากข้อมูลและหลักฐานต่างๆ ที่ปรากฏในการนำไปใช้ประโยชน์สู่สังคมและชุมชนที่เกี่ยวข้องได้จริงนั้น พบว่าองค์ความรู้ในเนื้อหาสาระการเรียนด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพัชรา พุ่มชาติ (Patchara Phumphachat, 2013) พบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดประสบการณ์ตามรูปแบบการจัดประสบการณ์การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์สำหรับเด็กมีความสามารถในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ สำหรับเด็กปฐมวัยมีความสามารถในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์หลังการจัดประสบการณ์สูงกว่าก่อนการจัดประสบการณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05สอดคล้องกับนิวัฒน์ บุญสม (Niwat Boonsom, 2013) ที่พบว่า รูปแบบการเรียนการสอนมีองค์ประสบกอบสำคัญ คือ องค์ประกอบเชิงหลักการและวัตถุประสงค์องค์ประกอบเชิงกระบวนการเรียนการสอนและ องค์ประกอบเชิงเงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้กระบถวนการเรียนการสอ

จากผลการศึกษาความพึงพอใจการใช้ชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นต่อชุดกิจกรรมการเรียนรู้อยู่ในระดับดีมาก($\overline{X}$ = 4.7, S.D. = 0.3) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านนักเรียนมีความพึงพอใจ ด้านประโยชน์ที่ได้รับสูงสุด ($\overline{X}$ = 4.7, S.D. = 0.3) รองลงมาคือด้านกิจกรรม ($\overline{X}$ = 4.6, S.D. = 0.4) และด้านเนื้อหา ($\overline{X}$ = 4.6, S.D. = 0.3) เรียงตามลำดับ จากการสำรวจพบว่านักเรียนที่มาจากครอบครัว สังคมที่มีลักษณะถึงความแตกต่างหลากหลายความคิด ความเชื่อ ต่างวัฒนธรรมกัน การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน ย่อมก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน เครื่องมือที่สำคัญที่จะป้องกันและแก้ปัญหาได้ คือ กระบวนการศึกษา เพราะการศึกษาจะช่วยพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ และลดความขัดแย้งลงและเพิ่มการขัดเกลาจิตใจของคนให้รู้จักตัวตนที่แท้จริงของตัวเองและผู้อื่น และรู้จักศักยภาพของตนเอง ในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน อันจะส่งผลให้บุคคลอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยของนักเรียนนั้น เป็นการสร้างเจตคติและแนวทางการประพฤติปฏิบัติต่อกันของบุคคล ให้อยู่ในแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเหมาะสมจากการนำทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่นให้เกิดประโยชน์สูงสุด อีกทั้งยังเป็นรากฐานที่สำคัญที่ทำให้การเรียน การทำงาน และการใช้ชีวิตของนักเรียนและบุคคลในชุมชนได้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ดังนั้น การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยของนักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นการมุ่งเน้นการสร้างกระบวนทัศน์ใหม่ การปลูกฝังความตระหนักรู้ ด้วยการพัฒนาชุดกิจกรรมตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานมีการฝึกปฏิบัติการกระทำจนเกิดปัญญา (Wisdom) อันจะส่งผลให้นักเรียนเป็นพลโลกที่อยู่ร่วมกันอย่างเป็นมิตรกับชุมชนและสิ่งแวดล้อม

การพัฒนาชุดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทย จึงเป็นวิธีการที่เหมาะสม ซึ่งทำให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น โดยใช้กระบวนการกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ก่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของคนในกลุ่ม ช่วยให้ภารกิจของกลุ่มดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ คือ ได้ทั้งผลงานที่ดี มีเจตคติที่ดี ได้ความรู้ที่ดี และที่สำคัญได้มีแนวทางการปฏิบัติในการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยที่ดีระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม/ชุมชนด้วย

ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดชุมชนเป็นฐาน สูงกว่าก่อนเรียน แสดงให้เห็นว่านักเรียนมีพัฒนาการในการเรียนรู้ได้มากขึ้นดังนั้นครูผู้สอนสามารถนำชุดกิจกรรมการเรียนรู้ มาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในกลุ่มสาระวิชาต่างๆ

2. จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีพฤติกรรมสุขภาพด้วยภูมิปัญญาไทยในระดับที่สูงทุกด้าน ดังนั้นครูผู้สอนควรส่งเสริมแก่ผู้เรียนต่อไป เพื่อสนับสนุนให้ผู้เรียนเกิดทักษะอย่างต่อเนื่องและมีความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมได้ดี

3. จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า คุณลักษณะของนักเรียนน้อยที่สุดในด้านความมีเหตุผล ดังนั้นครูผู้สอนควรเพิ่มกิจกรรมที่หลากหลาย มีการจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ซักถามข้อสงสัยซึ่งกันและกัน เพื่อให้ผู้เรียนได้ใช้ความคิด มีเหตุผลในการคิด พิจารณาคำตอบอย่างรอบคอบและทำให้เกิดอย่างแท้จริง

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาผลการเรียนรู้จากการเรียนด้วยชุดกิจกรรมกลุ่มสาระอื่นๆ กับตัวแปรอื่นๆ เช่นทักษะปฏิบัติทางกลุ่มสาระวิชากับพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม และความคิดสร้างสรรค์

2. ควรศึกษาผลการเรียนรู้ด้านทักษะกระบวนการทางสุขภาพอื่น ๆ ในขั้นบูรณาการเพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการทางสุขภาพในขั้นสูงขึ้นไป

References

Academic and Education Standard Office. (2010). *Learning Activity Management Trend as Basic Education for Curriculum B.E. 2551 (A.D.2008)*. Bangkok: The Printer of Agriculture Co-Operative Federation of Thailand, Ltd.

Academic and Education Standard Office. (2016). Timing Management Manual. Moderate Class, More Knowledge. (copy)

Davis, G.A., and Thomas, M.A. (1989). Effetive Schools and Effective Teachers. Boston: Allyn and Bacon.

Joyce, B, & Weil, M. (1996). *Model of Teaching (5th ed.).* Boston: Allyn and Bacon.

Niwat Boonsom. (2013*). Instructional Model Development as problems solving creatively for innovation support with student's health with the science gifted*. (Doctoral dissertation). Graduated school. Silaphakorn University.

Patchara Phumphachat. (2013). *Experienced management and problems solving creatively development for early childhood*. (Doctoral dissertation). Silaphakorn University.

Patcharee Srisung. (2008*). Social psychology learning model development by using community and experienced based for qualification of desirable bandit promotion*. Bangkok: Research (Research and Curriculum Development), Nakhonpathom

Sumon Amorwiwat. (2001). Learning Process from Learning Resources in Community and natural. Bangkok: The Committee of National Education office.

The Committee of Basic Educational Office, Secondary Management Office. (2015). *Analysis report of the nucleic heartily seminar.* The Condition and the Muffler of Basic Education Core Curriculum B.E 2551 (A.D.2008).

Tissana Khemmanee. (2009). *Learning Management by Research as a Part of Learning Process, Trend, Principle and Methods*. Bangkok: Ladprao Kurusapha Printer.

Received : 12 December, 2018
Revised : 15 February, 2019
Accepted : 22 February, 2018

การพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ลักษ์ณภา แก้วคำแจ้ง สุขมิตร กอมณี และภูเบศ เลื่อมใส
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 90/90 2) เปรียบเทียบคะแนนทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนของผู้เรียนที่เรียนด้วยบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 3) ศึกษาความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จำนวน 50 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1) บทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML 2) แบบทดสอบก่อนเรียน-หลังเรียน 3) แบบสอบถามความคิดเห็นของผู้ใช้บทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าร้อยละ, ค่าคะแนนเฉลี่ย, ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าทดสอบ t-test independent ผลการวิจัยพบว่า 1) บทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่องการสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีประสิทธิภาพเท่ากับ 90.09/ 92.00 เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน 2) คะแนนจากการทดสอบหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ความคิดเห็นของผู้เรียน ที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่า ผู้เรียนมีทัศนะทางบวกอยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ: การพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน

Corresponding Author: ดร.สุขมิตร กอมณี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา E-mail: sukhamit@gmail.com

Academic Journal of Thailand National Sports University
Vol.12 No.1 (January - April 2020)
Online Journal 2697-5793

THE DEVELOPMENT OF WEB-BASED INSTRUCTION WITH USING PROJECT-BASED LEARNING ON WEBPAGE CREATED BY HYPERTEXT MARKUP LANGUAGE FOR GRADE 9 STUDENTS

Luknapa Kaewkhamjang, Sukhamit Kamonee and Phubate Louimsai
Educational Technology Burapha University

Abstract

The purposes of this research were 1) to develop the web-based instruction with using project-based learning on webpage created by Hypertext Markup Language for Grade 9 students to be effective according to the standard criteria of 90ct/ 90proje, 2) to compare the learning test scores between pre-learning and post-learning of the students who learned by the web-based instruction with using project-based learning on webpage created by Hypertext Markup Language for Grade 9 students, and 3) to study the students' opinions on the development of the web-based instruction with using project-based learning on webpage created by Hypertext Markup Language for Grade 9 students. The sample group used in this research comprised 50 students of Grade 9 from Chonradsadornumrung School. The instrument used in the research included 1) web-based instruction with using project-based learning on webpage created by HTML, 2) pre-test and post-test, 3) questionnaires about opinions of the students who used the web-based project-based learning on webpage created by Hypertext Markup Language. The statistics used for data analysis were percentage, mean, standard deviation and t-test independent. The research result revealed as follows: 1) the effectiveness of web-based instruction with using project-based learning on webpage created by HTML for Grade 9 students was equal to 90.09/ 92.00, which was in accordance with the determined standard, 2) the test score of post-test was higher than that of the pre-test at the statistic significance level of .05, and 3) the students' opinions on the web-based instruction with using project-based learning on webpage created by HTML for Grade 9 students were found at a high level.

Keywords: Development of the web-based instruction, Project-based learning

Corresponding Author: Dr. Sukhamit Komanee, Educational Technology Burapha University,
E-mail: sukhamit@gmail.com

บทนำ

ในปัจจุบันวิวัฒนาการและความก้าวหน้าของเทคโนโลยี ได้เจริญไปอย่างรวดเร็วเทคโนโลยีการศึกษาเป็นสิ่งสำคัญต่อการจัดการศึกษาเป็นอย่างมาก เนื่องจากมีการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยเข้ามาพัฒนาผู้เรียนเพิ่มพูนความรู้ความสามารถมากขึ้น เพราะได้มีการสร้างบทเรียนด้วยเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์เพื่อให้มีความแปลกใหม่ กระตุ้นความสนใจของผู้เรียนทำให้เกิดแรงจูงใจ ผู้เรียนทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตัวเองได้ เทคโนโลยีการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพ ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2545 หมวดที่ 9 ว่าด้วยเทคโนโลยีเพื่อการศึกษา มาตราที่ 65 ที่บัญญัติไว้ว่าให้มีการพัฒนาบุคลากรทั้งทางด้านผู้ผลิตและผู้ใช้เทคโนโลยีเพื่อการศึกษา เพื่อให้มีความรู้ความสามารถและทักษะในการผลิต รวมทั้งการใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม มีคุณภาพ มีประสิทธิภาพ และมาตรา 66 ที่บัญญัติไว้ว่าผู้เรียนมีสิทธิได้รับการพัฒนาขีดความสามารถในการใช้เทคโนโลยีเพื่อการศึกษาในโอกาสแรกที่ทำได้ เพื่อให้มีความรู้และทักษะเพียงพอที่จะใช้เทคโนโลยีเพื่อการศึกษาในการแสวงหาความรู้ด้วยตนเองได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต (Basic Education Commission of Thailand, 2000)

รายวิชาการสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML ในกลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยีเป็นรายวิชาเพิ่มเติม สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนชลราษฎรอำรุง ความมุ่งหมายของรายวิชานี้เพื่อให้เข้าใจโครงสร้าง และรูปแบบการใช้คำสั่งต่าง ๆ ในการสร้างเว็บเพจ เพื่อเป็นพื้นฐานและประโยชน์ในระดับที่สูงขึ้น ในการจัดการเรียนการสอนจะใช้วิธีการบรรยาย และลงมือปฏิบัติ ซึ่งเนื้อหารายวิชานี้มีขอบเขตรายละเอียดค่อนข้างมาก ซับซ้อน ทำให้ยากที่จะพัฒนาให้ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถในด้านทางสร้างเว็บเพจและไม่เข้าใจเนื้อหาและจดจำโครงสร้างได้ในทันที หรือในเวลาที่จำกัด จากประสบการณ์ด้านการสอนของผู้วิจัยที่จัดการเรียนการสอนในรายวิชานี้ พบว่า 1. ผู้เรียนแต่ละคนมีทักษะความรู้ความสามารถที่ต่างกัน ไม่อาจแก้ปัญหาให้ผู้เรียนเรียนรู้และพัฒนาความสามารถให้เท่ากันได้ในทันทีทำให้ผู้เรียนเกิดความท้อแท้เมื่อไม่เข้าใจ 2. ผู้สอนดูแลไม่ทั่วถึง เนื่องจากจำนวนผู้เรียนในชั้นเรียนมีมาก ทำให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนการสอนมีปฏิสัมพันธ์กับผู้สอนเป็นไปได้ไม่ทั่วถึง โดยเฉพาะเนื้อหาส่วนที่เป็นปฏิบัติ 3. เวลาในชั้นเรียนมีน้อยเนื่องจากผู้เรียนจำเป็นต้องฝึกปฏิบัติควบคู่กันทุกครั้ง 4. สื่อการเรียนการสอน ส่วนมากจะต้องให้ผู้สอนอธิบายควบคู่ไปด้วย ทำให้ผู้เรียนไม่สามารถที่จะศึกษาเองได้ นอกจากนี้สื่อต่างๆ อาจจะมีเนื้อหาไม่ตรงกับจุดประสงค์ของรายวิชา การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML และความต้องการของผู้เรียนด้วย

จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่า ในการเรียนการสอนนั้นต้องให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ฝึกคิดปฏิบัติให้เป็นการจัดการเรียนรู้แบบโครงงาน (Project – Based Learning) เป็นรูปแบบการสอนอีกวิธีหนึ่งที่ทำให้ผู้เรียนมีความคิดริเริ่มใหม่ๆ เป็นการศึกษาค้นคว้าตามความสนใจ ความถนัดและความสามารถภายใต้กระบวนการทางวิทยาศาสตร์เพื่อให้ได้มาซึ่งผลงาน (The Institute for the Promotion of Teaching Science and Technology, 2002) การจัดเรียนรู้แบบโครงงาน เป็นการเรียนรู้ที่มุ่งพัฒนาผู้เรียนแต่ละคนให้สามารถสร้างความรู้ผ่านกระบวนการคิด และลงมือปฏิบัติด้วยตนเองมุ่งสร้างให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งถือว่าเป็นหัวใจสำคัญสำหรับการพัฒนาผู้เรียนไปสู่การเป็นผู้เรียนรู้ตลอดชีวิต เน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง อันจะนำไปสู่การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นโดยผู้เรียนเป็นผู้กระทำกิจกรรม ผู้เรียนได้เรียนตามความสนใจของตนเอง อันจะส่งผลให้ผู้เรียนรู้วิธีการเรียนรู้และสามารถรู้จักการแก้ปัญหา สามารถค้นคว้าหาความรู้ได้ด้วยตนเอง ทำให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น (Pasinee Butploy, 2010)

บทเรียนผ่านเว็บ (Web-Based Instruction หรือ WBI) นับเป็นเครื่องมือหรือสื่ออีกประเภทหนึ่งที่ครูผู้สอนสามารถประยุกต์ใช้ทรัพยากรในเครือข่ายคอมพิวเตอร์ระดับโลก (WWW) รวมถึงสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้ และใช้ประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอน ทั้งด้านการติดต่อสื่อสาร แลกเปลี่ยนข่าวสารข้อมูล

และความคิดเห็น การสนทนาระหว่างครูผู้สอนกับผู้เรียนอย่างมีปฏิสัมพันธ์กันผ่านกระดานสนทนาหรือไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม เป็นการเรียนร่วมกันมีการสื่อสารระหว่างกันและกันสร้างทักษะการคิด ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดเป็นการสะท้อนความคิดนำไปสู่การพัฒนาสติปัญญา โดยมีเป้าหมายเป็นแรงจูงใจที่สำคัญทำให้บรรลุผลสำเร็จ ตลอดจนการสืบค้นข้อมูลสารสนเทศต่างๆ ในเครือข่ายช่วยทำให้เกิดเป็นภาพสะท้อนความคิดสู่การพัฒนาสติปัญญา (Akporn Tabtimtong, 2009)

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บวิชาการสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน มาใช้จัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 90/90
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนทดสอบก่อนเรียน และหลังเรียนของผู้เรียนที่เรียนด้วยบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

สมมติฐานของการวิจัย

1. บทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 90/90
2. คะแนนทดสอบหลังเรียนของผู้เรียนที่เรียนด้วยบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สูงกว่าคะแนนทดสอบก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
3. ผู้เรียนมีความคิดเห็นต่อบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในทัศนะทางบวกอยู่ในระดับมาก

วิธีดำเนินการวิจัย

ได้ดำเนินการการวิจัยดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาบทเรียน

1. ศึกษาเรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มสาระการงานอาชีพและเทคโนโลยี จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาวิเคราะห์เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนและกำหนดวัตถุประสงค์
2. ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน
3. ศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับหลักการและขั้นตอนการพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ ได้แก่ การจัดการเรียนการสอนผ่านเว็บ การออกแบบและพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ

ขั้นตอนที่ 2 พัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ

1. เนื้อหาที่ใช้ เนื้อหาที่ใช้ในบทเรียนผ่านเว็บ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประกอบด้วยหน่วยที่ 1 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับ HTML, หน่วยที่ 2 การจัดรูปแบบเอกสาร, หน่วยที่ 3 การจัดรูปแบบ

ตัวอักษรและการใช้สี, หน่วยที่ 4 การกำหนดเครื่องหมายหัวข้อและเลขลำดับ, หน่วยที่ 5 การสร้างตาราง, หน่วยที่ 6 การนำรูปภาพมาใช้กับเว็บเพจ หน่วยที่ 7 การเชื่อมโยงเว็บเพจ

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 533 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 1 กลุ่ม รวม 50 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster Sampling)

3. แบบแผนการทดลอง

ผู้วิจัยได้กำหนดแบบแผนการทดลองเป็นแบบกลุ่มเดียวสอบก่อน-สอบหลัง ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แผนการทดลองแบบกลุ่มเดียวสอบก่อน-สอบหลัง

กลุ่มทดลอง	การทดสอบก่อนเรียน	การเรียนด้วยบทเรียนผ่านเว็บ	การทดสอบหลังเรียน
E	T_1	X	T_2

ความหมายสัญลักษณ์

เมื่อ E คือ กลุ่มทดลองที่เรียนด้วยบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บที่สร้างขึ้น

T_1 คือ การทดสอบก่อนเรียน (Pretest)

X คือ วิธีการเรียนด้วยบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน

T_2 คือ การทดสอบหลังเรียน (Posttest)

4. เครื่องมือและการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

4.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

4.1.1 บทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน

4.1.2 แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

4.1.3 แบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บ

4.2 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ใช้หลักการออกแบบระบบการเรียนการสอนของ ADDIE มาใช้ในการพัฒนาบทเรียน มีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

4.2.1 ขั้นการวิเคราะห์ (Analysis) ประกอบด้วย

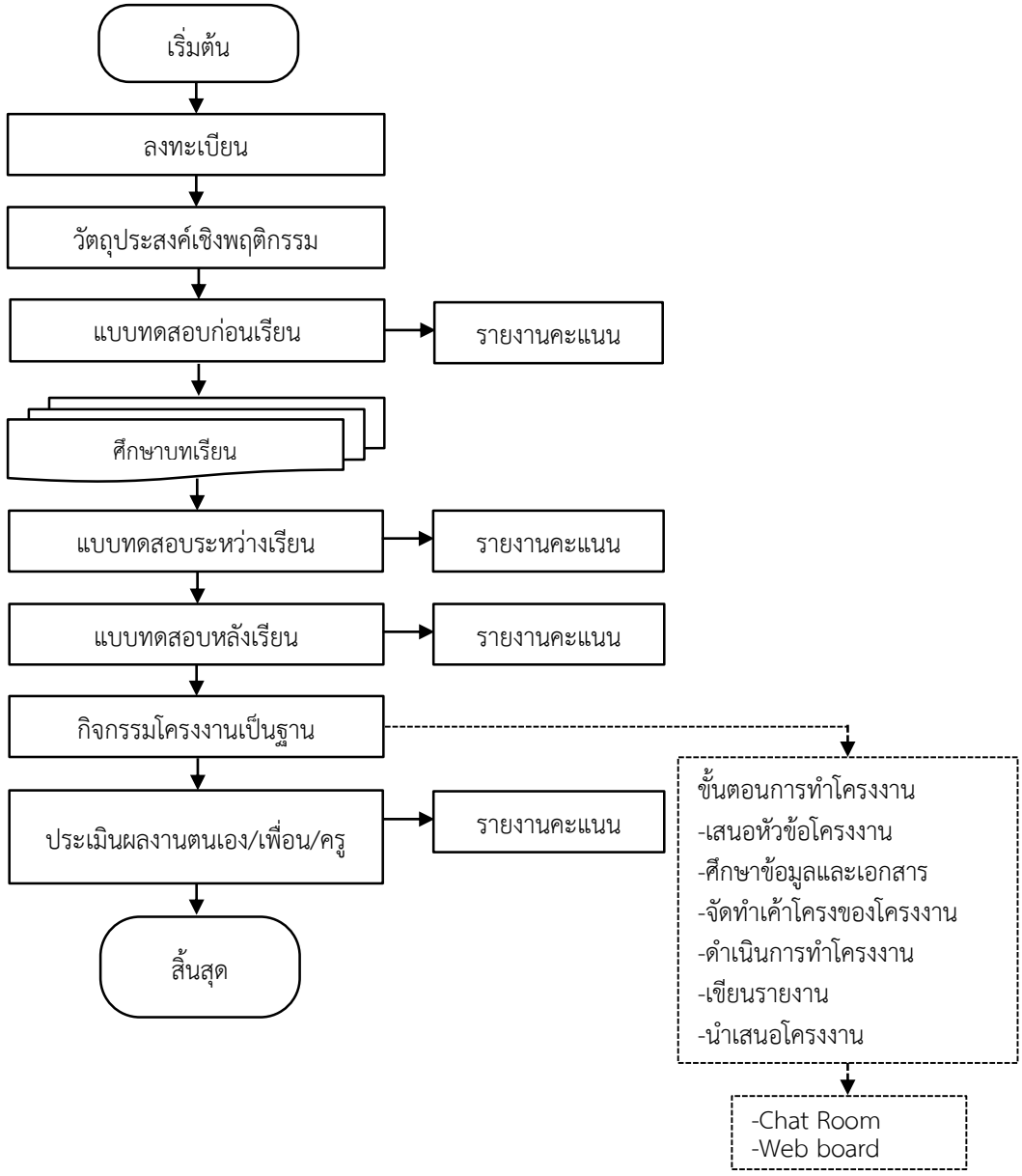
ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาหลักสูตรและวิเคราะห์เนื้อหารายวิชา การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML เพื่อนำมาสร้างเป็นบทเรียนผ่านเว็บและจุดประสงค์การเรียนรู้ เพื่อนำมาใช้ในการหาประสิทธิภาพของบทเรียน

ขั้นตอนที่ 2 นำผลที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 มากำหนดรายละเอียดเนื้อหา โดยกำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้ แล้วนำมาสร้างบทเรียนและแยกเป็นหน่วยการเรียนรู้ได้ทั้งหมด 7 หน่วยการเรียน ดังนี้ (1) ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับ HTML, (2) การจัดรูปแบบเอกสาร, (3) การจัดรูปแบบตัวอักษรและการใช้สี, (4) การกำหนดเครื่องหมายหัวข้อและเลขลำดับ, (5) การสร้างตาราง, (6) การนำรูปภาพมาใช้กับเว็บเพจ, (7) การเชื่อมโยงเว็บเพจ พร้อมทั้งแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนบทเรียนผ่านเว็บ

ขั้นตอนที่ 3 นำผลที่ได้จากขั้นตอนที่ 2 ไปวางโครงสร้างบทเรียนผ่านเว็บ พร้อมนำตรวจสอบคุณภาพเนื้อหาและสื่อจากผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

4.2.2 ขั้นการออกแบบบทเรียน (Design)

ขั้นตอนที่ 1 ออกแบบบทเรียนด้านเนื้อหา มีลำดับการนำเสนอบทเรียนดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 การออกแบบบทเรียนผ่านเว็บและการจัดการเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน

4.2.3 ขั้นการพัฒนา (Development)

ขั้นตอนที่ 1 การเตรียมการ ประกอบด้วย การเตรียมข้อความ การเตรียมภาพ การเตรียมเสียง และการเตรียมโปรแกรมจัดการบทเรียน

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างบทเรียนด้วย Moodle ซึ่งเป็นระบบการจัดการเรียนการสอน พร้อมทั้งสร้างสื่อการเรียนรู้จากโปรแกรมต่างๆ จัดการเพื่อให้กลายเป็นบทเรียนผ่านเว็บ ซึ่งมีส่วนประกอบคือ

1. ลงทะเบียน โดยผู้เรียนจะลงทะเบียนจากระบบและระบุรายละเอียดของผู้เรียน
2. บอกวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมในแต่ละหน่วยการเรียนรู้
3. ทำแบบทดสอบก่อนเรียน

4. ศึกษาเนื้อหาบทเรียน เป็นการให้ผู้เรียนเลือกหน่วยที่จะศึกษาจากบทเรียนซึ่งจะนำเสนอเนื้อหาทั้งข้อความ รูปภาพ และสื่อต่างๆ ที่ได้วิเคราะห์ไว้ ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกทบทวนการเขียนคำสั่งและมีแบบทดสอบให้เพื่อทบทวนอีกครั้ง

5. กิจกรรมการเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เป็นการกำหนดให้ผู้เรียนดำเนินการจัดทำโครงงานตามขั้นตอนของการจัดทำโครงงาน

6. ทำแบบทดสอบหลังเรียน หลังจากที่ผู้เรียนได้ศึกษาเนื้อหาจบทุกหน่วยการเรียนรู้แล้วมีแบบทดสอบหลังเรียนตามวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม โดยกำหนดให้ทำแบบทดสอบได้เพียงครั้งเดียว

7. รายงานและสรุปผลคะแนน ระบบจะแสดงข้อมูลรายงานคะแนนก่อนเรียน ระหว่างเรียนและหลังเรียนด้วยบทเรียนผ่านเว็บ

ขั้นตอนที่ 3 นำบทเรียนผ่านเว็บจากขั้นตอนที่ 2 มาตรวจสอบหาคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญแล้วทำการปรับปรุงแก้ไข

ขั้นตอนที่ 4 สร้างแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

1. ศึกษาหลักการสร้างแบบทดสอบ

2. นำผลวิเคราะห์ที่ได้จากขั้นศึกษาความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาบทเรียนมาสร้างข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวนทั้งหมด 73 ข้อ

3. ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญแล้วคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามของแบบทดสอบกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม เลือกข้อคำถามอยู่ในเกณฑ์ โดยค่า IOC ตั้งแต่ 0.66 – 1.00 จำนวน 70 ข้อ

4. หาค่าความยากง่ายของแบบทดสอบ จำนวน 70 ข้อ ได้ค่าความยากง่ายอยู่ในระดับ 0.24 – 0.64, ค่าอำอาจจำแนกอยู่ในระดับ 0.33 – 0.83 และค่าความเชื่อมั่นอยู่ในระดับ 0.97

ขั้นตอนที่ 5 สร้างแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บโดย มีขั้นตอนการสร้างและตรวจสอบคุณภาพ ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าเอกสารงานวิจัยและตำราต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม โดยมีโครงสร้าง 4 ประเด็นหลัก คือ ความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของบทเรียน การนำเสนอเนื้อหาบทเรียน, การจัดการเรียนโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงาน และประโยชน์จากบทเรียนผ่านเว็บ

2. สร้างข้อคำถามของแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บ โดยมีลักษณะคำถาม 2 ส่วนคือ คำถามแบบปลายปิดและปลายเปิดประกอบด้วยความคิดเห็นด้านความเหมาะสมด้านการนำเสนอเนื้อหา ด้านการจัดการเรียนโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานและด้านประโยชน์จากบทเรียนผ่านเว็บ

3. กำหนดเกณฑ์การวัดระดับความคิดเห็นต่อบทเรียนผ่านเว็บ ใช้เกณฑ์เปรียบเทียบมาตราส่วนในแบบประมาณค่า 5 ระดับ คือ 5 – เห็นด้วยมากที่สุด, 4 – เห็นด้วยมาก, 3 – เห็นด้วยปานกลาง, 2 – เห็นด้วยน้อย, 1 – เห็นด้วยน้อยที่สุด และกำหนดการแปลความหมายคือ 4.50 – 5.00 เห็นด้วยมากที่สุด, 3.50 – 4.49 เห็นด้วยมาก, 2.50 – 3.49 เห็นด้วยปานกลาง, 1.50 – 2.49 เห็นด้วยน้อย, 0.50 – 1.49 เห็นด้วยน้อยที่สุด

5. นำร่างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อบทเรียนผ่านที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพและปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ

6. นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อบทเรียนผ่านเว็บ ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ขั้นตอนที่ 6 สร้างเอกสารคู่มือแนะนำการใช้บทเรียนผ่านเว็บ วิชา การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML

4.2.4 ขั้นการทดลองใช้ นำบทเรียนผ่านเว็บไปใช้ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 นำบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้ Moodle ซึ่งเป็นระบบจัดการการเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ผู้เรียนสามารถเข้าใช้งานผ่านอุปกรณ์ที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ผ่านทางที่อยู่เว็บไซต์ https://laknapa.gnomio.com

ขั้นตอนที่ 2 เมื่อผู้เรียนเข้าสู่ระบบแล้วต้องทำแบบทดสอบวัดความรู้ก่อนเรียน

ขั้นตอนที่ 3 หลังจากผู้เรียนศึกษาเนื้อหาบทเรียนในแต่ละหน่วยจบ ผู้เรียนจะต้องทำแบบทดสอบระหว่างเรียนของแต่ละหน่วยก่อนที่จะศึกษาเนื้อหาบทเรียนถัดไป จนครบ 7 หน่วยสุดท้ายผู้เรียนต้องทำแบบทดสอบวัดความรู้หลังเรียน

ขั้นตอนที่ 4 หลังจากนั้นผู้เรียนศึกษาและจัดทำโครงงานที่สนใจเกี่ยวกับวิชา การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML และเมื่อผู้เรียนดำเนินการจัดทำโครงงานเสร็จแล้วให้ผู้เรียนจัดทำรูปเล่มโครงงาน พร้อมนำเสนอหน้าชั้นเรียน

4.2.5 ขั้นการประเมินผล ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและสร้างแบบประเมินเนื้อหา ด้านเทคนิคและด้านเทคโนโลยี ประกอบด้วยงานด้านการออกแบบเว็บ กราฟิก ตัวอักษร ภาพและเสียงด้านการนำเสนอ การปฏิสัมพันธ์และการจัดการบทเรียน โดยมีเกณฑ์ประเมินเป็นค่า 5 ระดับ คือ เหมาะสมมากที่สุด, เหมาะสมมาก, เหมาะสมปานกลาง, เหมาะสมน้อย, เหมาะสมน้อยที่สุด

ขั้นตอนที่ 3 ทดสอบประสิทธิภาพบทเรียน

การทดลองครั้งที่ 1 (1:1) ได้ประสิทธิภาพของบทเรียน เท่ากับ 80.48/84.75

การทดลองครั้งที่ 2 (1:10) ได้ประสิทธิภาพของบทเรียน เท่ากับ 83.38/88.48

การทดลองครั้งที่ 3 (1:100) ได้ประสิทธิภาพของบทเรียน เท่ากับ 90.09/92.00

ขั้นตอนที่ 4 รวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์

1. ดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

1.1 เตรียมสถานที่ที่ใช้ในการทดลองบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

1.2 ขั้นตอนดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

1.2.1 ผู้วิจัยชี้แจง วัตถุประสงค์ วิธีการใช้เครื่อง และนำแนะวิธีการใช้บทเรียนผ่านเว็บ เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML

1.2.2 ดำเนินการทดสอบก่อนเรียน โดยใช้แบบทดสอบวัดความรู้ทางการเรียน

1.2.3 ให้ผู้เรียนศึกษาบทเรียนผ่านเว็บเรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML โดยดำเนินการตามจุดประสงค์การเรียนรู้

1.2.4 เมื่อผู้เรียนศึกษาบทเรียนผ่านเว็บจบเนื้อหาแล้วให้ผู้เรียนแบบทดสอบหลังเรียน

1.2.5 หลังจากนั้นผู้เรียนศึกษาและจัดทำโครงงานที่สนใจโดยการสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML

1.2.6 ให้ผู้เรียนตอบแบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บ

1.2.7 ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมดไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

1.3 ขั้นทดลองหาประสิทธิภาพบทเรียนผ่านเว็บกับกลุ่มตัวอย่าง 50 คน

นำบทเรียนผ่านเว็บที่ได้จากการปรับปรุงครั้งที่ 2 ไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน โดยให้ผู้เรียนศึกษาบทเรียนผ่านเว็บจากเครื่องคอมพิวเตอร์ 1 คน ต่อ 1 เครื่อง ให้ทำแบบทดสอบก่อนเรียน แล้วเริ่มเรียนเนื้อหาหน่วยที่ 1, หน่วยที่ 2, หน่วยที่ 3, หน่วยที่ 4, หน่วยที่ 5, หน่วยที่ 6 และหน่วยที่ 7 ตามลำดับ ให้ผู้เรียนทำแบบฝึกหัดระหว่างเรียน แบบทดสอบวัดความรู้ก่อนเรียนและหลังเรียน จากนั้นนำผลการทดลองมาตรวจให้คะแนน นำไปวิเคราะห์หาประสิทธิภาพของบทเรียน ผลที่ได้คือ บทเรียนผ่านเว็บมีประสิทธิภาพ 90.09/92.00 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 90/90

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

2.1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่

2.1.1 ค่าคะแนนเฉลี่ย เป็นการวัดค่ากลางของข้อมูลใช้สูตรค่าเฉลี่ย (Monchai Tiantong, 2011)

2.1.2 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้หาความแปรปรวนของข้อมูลที่ใช้ในการวัด ใช้สูตรหาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2.1.3 สถิติที่ใช้ในการหาประสิทธิภาพของบทเรียนผ่านเว็บใช้สูตรการคำนวณหาประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 90/90 (Pruang Kumut, 1976 cited in Montree Yamkasikorn, 2008)

90 ตัวแรก หมายถึง จำนวนร้อยละของคะแนนเฉลี่ยของการทดสอบหลังเรียน

90 ตัวหลัง หมายถึง จำนวนร้อยละของผู้เรียนที่สามารถทำแบบทดสอบผ่านทุกวัตถุประสงค์

2.1.4 การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สูตรการหา t-test independent

2.2 การวิเคราะห์ข้อมูลสถิติที่ใช้ การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์เพื่อการหาคุณภาพของบทเรียนผ่านเว็บ ใช้สถิติในการคำนวณ ดังนี้

2.2.1 การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคลองระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Luan Saiyot & Angkana Saiyot., 2010)

2.2.2 การหาค่าความยากง่าย (p) และอำนาจค่าจำแนก (r) ของแบบทดสอบ (Luan Saiyot & Angkana Saiyot., 2010)

2.2.3 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ (Luan Saiyot & Angkana Saiyot., 2010)

ขั้นตอนที่ 5 ประเมินความคิดเห็น

ผู้วิจัยดำเนินการสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. แจ้งวัตถุประสงค์ของการทำแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บ เพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจในการทำแบบสอบถามความคิดเห็น

2. แจกแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บ เมื่อผู้เรียนได้ทำบทเรียนเสร็จสิ้นแล้ว

3. เก็บรวบรวมข้อมูลที่ผู้เรียนได้ทำการประเมินแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บ เพื่อนำไปหาค่าทางสถิติในการหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนแล้ว นำค่าเฉลี่ยที่ได้ แปลผลตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

ผลการวิจัย

การวิจัย เรื่อง พัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้ผลการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ผลการพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 90/90 พบว่า บทเรียนผ่านเว็บมีประสิทธิภาพ 90.09/92.00 ดังแสดงตารางที่ 2

ตารางที่ 2 คะแนนร้อยละของคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างหลังเรียนทั้งกลุ่ม (90 ตัวแรก) และร้อยละของจำนวนผู้เรียนที่ผ่านเกณฑ์ตามวัตถุประสงค์ทุกวัตถุประสงค์ (90 ตัวหลัง)

	จำนวนผู้เรียน	คะแนนเต็ม	คะแนนรวม	จำนวนนักเรียนที่ผ่านทุกวัตถุประสงค์	คะแนนเฉลี่ย	ร้อยละของคะแนนเฉลี่ย
คะแนนทั้งกลุ่ม	50	70	3,153	-	63.06	90.09
ร้อยละของจำนวนผู้เรียนที่สามารถผ่านเกณฑ์วัตถุประสงค์	50	70	3,253	46	65.06	92.00

จากตารางที่ 2 พบว่าประสิทธิภาพของบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีประสิทธิภาพเท่ากับ 90.09/92.00

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนของผู้เรียนที่เรียนด้วยบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนของผู้เรียน

เครื่องมือที่ใช้วัด	จำนวนผู้เรียน	$\overline{X}$	S.D.	t-test
แบบทดสอบก่อนเรียน	50	25.18	4.73	55.36
แบบทดสอบหลังเรียน	50	63.06	1.67	

*$p > .05$

จากตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนของผู้เรียนที่เรียนด้วยบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่พัฒนาขึ้นมีผลคะแนนทดสอบหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการประเมินความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ดังแสดงตารางที่ 5

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อการพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ

รายการประเมิน	$\overline{X}$	S.D.	ระดับความคิดเห็น
1. ด้านความเหมาะสมของบทเรียน	4.44	0.09	มาก
2. ด้านการนำเสนอเนื้อหาบทเรียน	4.29	0.11	มาก
3. ด้านการจัดการเรียนโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงาน	4.57	0.03	มากที่สุด
4. ด้านประโยชน์จากบทเรียน	4.67	0.07	มากที่สุด
ระดับความคิดเห็นของนักเรียน รวม 4 ด้าน	4.49	0.23	มาก

จากตารางที่ 4 ผลการประเมินระดับความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่า ผลเฉลี่ยโดยรวมเมื่อวิเคราะห์ความคิดเห็นของผู้เรียนในด้านความเหมาะสมของบทเรียน ด้านการนำเสนอเนื้อหาบทเรียน ด้านการจัดการเรียนโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานและด้านประโยชน์จากบทเรียนของนักเรียนมีความคิดเห็นในทัศนะทางบวกโดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.49

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยการพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผู้วิจัยสามารถนำประเด็นต่างๆ มาอภิปรายผลดังนี้

1. บทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีประสิทธิภาพ 90.09/92.00 เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานที่ตั้งไว้ 90/90 เนื่องจากบทเรียนผ่านเว็บ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นได้ผ่านการประเมินประสิทธิภาพจากผู้เชี่ยวชาญ โดยมีคุณภาพอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้เนื่องมาจากมีการออกแบบที่ดีเป็นระบบ และทำการปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ รวมทั้งผ่านการทดสอบประสิทธิภาพแบบเดี่ยว และแบบกลุ่มทำให้บทเรียนผ่านเว็บมีประสิทธิภาพ มีคำชี้แจงให้ทราบรายละเอียดต่างๆ มีคู่มือการใช้งาน ส่วนเนื้อหาการเรียนได้แบ่งออกเป็นหัวข้อย่อยๆ ให้ผู้เรียนได้ศึกษาเนื้อหาตามลำดับจากง่ายไปยาก และผู้เรียนยังสามารถที่จะเลือกเรียนรู้หรือทบทวนหัวข้อที่ตนเองต้องการได้ การนำเสนอเนื้อหาความรู้ของบทเรียนผ่านเว็บ มีการสอดแทรกในรูปแบบของวิดีโอ รายละเอียดพร้อมภาพประกอบ เมื่อผู้เรียนทำการศึกษาเสร็จ สามารถทำแบบทดสอบเพื่อวัดความรู้ทางการเรียน แล้วผู้เรียนสามารถทราบผลของแบบทดสอบ อีกทั้งผู้เรียนสามารถศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองได้ตลอดเวลา ไม่จำกัดสถานที่ เป็นการตอบสนองต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถย้อนกลับไปทบทวนบทเรียนเดิมได้ตลอดเวลา อีกทั้งสอบถามครูผู้สอน เมื่อเกิดข้อสงสัย ซึ่งสอดคล้องกับวิจัยของศิริรัตน์ สุทธิสนธิ์ (Sirirat Sutthison, 2010) เรื่อง การพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บเรื่อง การใช้ Microsoft Access ด้วยวิธีแบบทบทวนร่วมกับ Project Based ผลการวิจัยพบว่าบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บ ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพ 95.74/89.72 สูงกว่าเกณฑ์ 80/80 ที่ตั้งไว้

2. การเปรียบเทียบคะแนนจากการทดสอบก่อนและหลังเรียนของนักเรียนที่เรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปรากฏว่า ผลคะแนนทดสอบหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากการเรียนจากบทเรียนผ่านเว็บ เกิดจากขั้นตอนที่ได้มีการสังเคราะห์จัดลำดับของ

เนื้อหารวมถึงการดำเนินการพัฒนาตามขั้นตอนที่ถูกต้อง ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่สะท้อนมาจากคะแนนการทำแบบทดสอบ ทั้งเป็นการเปิดโอกาสให้กับผู้เรียนที่มีความแตกต่างกัน ได้มีโอกาสใช้เวลาในการศึกษาบทเรียนผ่านเว็บนอกเวลาเรียนเพิ่มเติมได้ความรู้ทุกที่ทุกเวลาและบ่อยครั้งเท่าที่ต้องการ การพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บจัดเป็นอีกหนึ่งทางเลือกที่น่าสนใจสำหรับกระบวนการเรียนรู้แบบรับรู้ ทำซ้ำและเรียกคืน ทำให้ผู้เรียนจดจำได้ในระยะเวลารวดเร็วและกระตุ้นให้เกิดความตั้งใจด้วยคำถามทบทวน ทำให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์ในการเรียน แต่ต้องคำนึงถึงความเหมาะสมของเนื้อหากับเทคนิคที่นำมาใช้และความน่าสนใจของสื่อด้วย ซึ่งสอดคล้องกับวิจัยของปรีดาภรณ์ ดวงใจดี (Preedaphon Doungchaidee, 2013) เรื่อง การพัฒนาสื่อการเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเตอร์เน็ตในสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี ผลการวิจัยพบว่าสื่อการเรียนการสอนผ่านเครือข่ายอินเตอร์เน็ตที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพ 83.86/83.53

3. การศึกษาความเห็นของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนผ่านเว็บ โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐาน เรื่อง การสร้างเว็บเพจด้วยภาษา HTML สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านได้แก่ 1) ด้านความเหมาะสมของบทเรียน อยู่ในระดับมาก เนื่องจากบทเรียนผ่านเว็บที่ผู้วิจัยออกแบบและพัฒนานั้นมีเนื้อหาที่เข้าใจง่าย มีความชัดเจนและเนื้อหาในแต่ละหัวข้อนั้นมีความสอดคล้องกัน ทำให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในเนื้อหา ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของศศิกิจจ์ เขตวิทย์ (Sasikit Khetwit, 2010) ที่ทำการศึกษาเรื่อง การพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บด้วยวิธีทบทวนร่วมกับ Project Based วิชา การทำ e-Book ด้วยโปรแกรม Desktop Author ผลการวิจัยพบว่า ผู้เรียนมีความพึงพอใจต่อบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บที่พัฒนาขึ้นในระดับมาก 2) ด้านการนำเสนอเนื้อหาบทเรียน อยู่ในระดับมาก เนื่องจากบทเรียนผ่านเว็บ มีรูปแบบการนำเสนอที่น่าสนใจ เพราะภายในบทเรียนมีการเชื่อมโยงเนื้อหาและสื่อการสอนต่างๆ อีกด้วย เนื้อหามีการเรียงลำดับขั้นตอนจากง่ายไปสู่ยาก ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และเข้าใจในบทเรียน ภาพที่นำมาใช้ในการประกอบบทเรียนนั้นสอดคล้องกับเนื้อหาและมีความสวยงามทำให้ผู้เรียนมีความสนใจในบทเรียนเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งตัวอักษรที่ใช้ในบทเรียนผ่านเว็บนั้นอ่านง่าย มีความชัดเจนทั้งขนาดและสีของตัวอักษรที่ใช้ในบทเรียน สอดคล้องกับงานวิจัยของพรพรรณ เกิดจั่น (Pornpun Koedjun, 2016) ได้ทำการวิจัย การพัฒนาบทเรียนฝึกอบรมผ่านเว็บ เรื่อง การใช้งานห้องสมุดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตศรีราชา ผลการวิจัยพบว่า ความคิดเห็นของผู้ใช้บทเรียนฝึกอบรมผ่านเว็บ เรื่องการใช้งานห้องสมุดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตศรีราชาโดยภาพรวมอยู่ ในระดับเหมาะสมมาก 3) ด้านการจัดการเรียนโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงาน อยู่ในระดับมากที่สุด เนื่องจากผู้วิจัยได้ทำการศึกษาถึงหลักการและขั้นตอนในการออกแบบบทเรียนผ่านเว็บ จากบทความ เอกสารและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ทำให้บทเรียนของผู้วิจัยมีขั้นตอนในการใช้งานที่ไม่ยุ่งยากซับซ้อน ผู้เรียนจึงสามารถใช้งานบทเรียนผ่านเว็บได้ด้วยตนเองเพียงแค่ศึกษาวิธีการใช้จากคู่มือที่ผู้วิจัยทำขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของศิริรัตน์ สุทธิสนธิ์ (Sirirat Sutthison, 2010) ได้ทำการวิจัย การพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บ เรื่องการใช้ Microsoft Access ด้วยวิธีแบบทบทวนร่วมกับ Project Based ผลการวิจัยพบว่า ผู้เรียนมีความพึงพอใจต่อบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บที่พัฒนาขึ้นในระดับมาก 4) ด้านประโยชน์จากบทเรียน อยู่ในระดับมากที่สุด เนื่องจากผู้เรียนเมื่อได้ทำการศึกษาบทเรียนผ่านเว็บโดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นฐานแล้ว มีความรู้ความเข้าใจมากขึ้น อีกทั้งบทเรียนผ่านเว็บทำให้ผู้เรียนรู้สึกสนุกสนาน มีความน่าสนใจ ไม่น่าเบื่อ เมื่อเทียบกับการเรียนการสอนแบบเดิมๆ ที่ต้องศึกษาจากหนังสือเพียงอย่างเดียว อีกทั้งผู้วิจัยได้เพิ่มแหล่งการศึกษาเรียนรู้เพิ่มเติม เพื่อให้ผู้เรียนสามารถศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมนอกเหนือจากที่มีในบทเรียนผ่านเว็บสอดคล้องกับงานวิจัยของศศิกิจจ์ เขตวิทย์ (Sasikit Khetwit, 2010) ที่ทำการศึกษาเรื่อง การพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บด้วยวิธีทบทวนร่วมกับ

Project Based วิชา การทำ e-Book ด้วยโปรแกรม Desktop Author ผลการวิจัยพบว่า ผู้เรียนมีความพึงพอใจต่อบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเว็บที่พัฒนาขึ้นในระดับมาก

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะ

1.1 การเรียนด้วยพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ เป็นวิธีที่สร้างความสนใจในการเรียนและกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผู้สอนจึงควรสร้างบทเรียนที่หลากหลายและน่าสนใจในบทเรียน เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ รวมทั้งควรเพิ่มภาพประกอบภายในบทเรียนเพิ่มมากขึ้น เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความสนใจในการเรียน อีกทั้งควรออกแบบให้บทเรียนมีการโต้ตอบ สร้างกระดานถาม-ตอบ พูดคุยในการไม่เข้าใจบทเรียนหรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของผู้เรียน เพื่อเป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความอยากเรียนเพิ่มมากขึ้น

1.2 การเรียนผ่านเว็บจำเป็นต้องตรวจสอบความพร้อมของบทเรียนรวมถึงการเชื่อมต่อระบบเครือข่ายหรืออินเตอร์เน็ต ดังนั้น ควรมีการพัฒนาหรือปรับปรุงให้สามารถใช้งานแบบออฟไลน์ได้ หรือให้สามารถใช้กับเครื่องมืออุปกรณ์ต่างๆ เช่น iPad, iPhone, อุปกรณ์โทรศัพท์มือถือระบบต่างๆ เป็นต้น

1.3 การเรียนบทเรียนผ่านเว็บในแต่ละเนื้อหามีความยากง่ายที่แตกต่างกันและต้องฝึกปฏิบัติ จึงควรเพิ่มชั่วโมงเรียนตามความยากง่ายของเนื้อหา เพื่อให้ผู้เรียนได้มีเวลาในการทำกิจกรรมมากยิ่งขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บในเนื้อหารายวิชาอื่นๆ และระดับชั้นต่างๆเพราะการจัดการเรียนการสอนโดยใช้บทเรียนผ่านเว็บสามารถกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้เป็นอย่างดี

2.2 ควรพัฒนาบทเรียนผ่านเว็บ ที่สามารถเลือกเนื้อหา หรือกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับนักเรียน ที่มีสติปัญญาแตกต่างกัน

2.3. ควรมีการศึกษาวิจัยด้านรูปแบบการสอนหรือวิธีการสอนแบบต่างๆ ร่วมกับการเรียนผ่านเว็บเพื่อประโยชน์ในการนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนากระบวนการจัดการเรียนการสอนที่เหมาะสมต่อไป

References

Akporn Tabtimtong. (2009). *The development of web-based instruction for critical thinking skill on the topic of technology computer for fourth year students*. Office of Academic Resources and Information Technology, Dhonburi Rajabhat University.

Basic Education Commission of Thailand. (2000). *Reform of learning, the most important learne***r**. Bangkok: Office of the Basic Education Commission.

Luan Saiyot & Angkana Saiyot. (2010). *Techniques of Educational Research.* Bangkok: Suweeriyasan CO., LTD.

Montree Yamkasikorn. (2008). How to use efficiency criterion in media research and development: The Difference between 90/90 Standard and E1/E2. *Journal of Education, 19*(1). 2-5.

Monchai Tiantong. (2011). *Design and development of software packages for computer-assisted instruction.* Bangkok: Textbook Publishing Center KMUTNB.

Pasinee Butploy. (2010). *The development of web-based instruction on webpage development html by project-based learning***.** Computer Technology, King Mongkut's University of Technology North Bangkok.

Pornpun Koedjun. (2016). *The development of web-based traing course in using library for undergraduate students of Kasetsart University Sriracha Compus. Training Technology for Human Resources Development, Burapha University.*

Preedaphon Doungchaidee. (2013). The Development of Teaching Aids through Website in Institute of Physical Education Suphan Buri. *Academic Journal Institute of Physical Education. 5*(1). January – April.

Sasikit Khetwit. (2010). *The development of web based instruction by tutorial method with project based model in e-book construction course by desktop author program.* Computer Technology, King Mongkut's University of Technology North Bangkok.

Sirirat Sutthison. (2010). *The Development of Web-Based Instruction for Microsoft Access Usage by Tutorial Method with Project – Based Learning***.** Computer Technology, King Mongkut's University of Technology North Bangkok.

The Institute for the Promotion of Teaching Science and Technology. (2002*). Manual of learning management in the occupation and technology learning area: Strand 4 information technology.* Bangkok: Textbook Publishing Center KMUTNB.

Received : 25 June, 2018
Revised : 10 August, 2018
Accepted : 23 August, 2018

การเปรียบเทียบความพึงพอใจในส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี

อธิบดี ศรีเขียวพงษ์
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาความพึงใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี 2. เพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี โดยจำแนกตามกลุ่มอายุ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ชมฟุตบอลที่เป็นแฟนบอลของสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี จำนวน 367 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามความพึงพอใจ ในส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ประกอบด้วย ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านลักษณะทางกายภาพ และด้านกระบวนการ ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยการพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of item objective–congruence: IOC) ได้ค่าเท่ากับ 0.8-1.0 และตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือด้วยวิธีการหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาคได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของเครื่องมือ เท่ากับ 0.93

ผลการวิจัยพบว่า 1. ผลการศึกษาความพึงพอใจของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการประกอบด้วย ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านลักษณะทางกายภาพ และด้านกระบวนการ พบว่า แฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี มีความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ในระดับมากที่สุดประกอบด้วย ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านบุคลากร ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย และมีความพึงพอใจในระดับมากประกอบด้วย ด้านลักษณะทางกายภาพ, ด้านกระบวนการ, ด้านราคา และด้านการส่งเสริมการตลาด ตามลำดับ และ 2. ผลการเปรียบเทียบความพึงพอใจของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซีต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการโดยจำแนกตามกลุ่มอายุ พบว่า ความพึงพอใจระหว่างกลุ่มอายุไม่เกิน 30 ปีกับกลุ่มอายุเกิน 30 ปี ต่อส่วนประสมทางการตลาด ด้านราคา ด้านช่องทางการ จัดจำหน่ายด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านลักษณะทางกายภาพและด้านกระบวนการแตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านผลิตภัณฑ์และด้านบุคลากรไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ : ความพึงพอใจ ส่วนประสมการตลาด สโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี

Corresponding Author : นายอธิบดี ศรีเขียวพงษ์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี
E-mail : theboy929@hotmail.com

Academic Journal of Thailand National Sports University
Vol.12 No.1 (January - April 2020)
Online Journal 2697-5793

COMPARATIVE STUDY OF CHON BURI FOOTBALL CLUB FANS' SATISFACTION WITH 7Ps MARKETING MIX

Athibordee Srikhaewpong
Faculty of Education, Thailand National Sports University Chon Buri Campus

Abstract

The purposes of this study were to investigate Chonburi Football Club fans' satisfaction with the 7Ps marketing mix, and compare their satisfaction with the 7Ps marketing mix in relation to ages. The samples used in this study comprised 367 football audiences who were Chonburi Football Club fans by stratified sampling method. A constructed questionnaire, the IOC of which was found between 0.80-1.00 and the reliability of which was found at 0.93, was used as a tool of this study. The questionnaire on satisfaction with the 7Ps marketing mix consisted of seven aspects, Product, Price, Place, Promotion, People, Physical Evidence and Process.

The findings revealed as the following: 1. Chonburi Football Club fans' satisfaction with the 7Ps marketing mix was found at a highest level in Product, People and Place, and at a high level in Physical Evidence, Process, Price and Promotion respectively. 2. Significant differences in Chonburi Football Club fans' satisfaction with Price, Place, Promotion, Physical Evidence and Process were found between the age of not over thirty and the age of over thirty at the level of .05; whereas, no significant differences in their satisfaction with Product and People were found in both ages at the level of .05.

Key Words : Satisfaction, Marketing Mix, Chonburi FC

Corresponding Author: Mr.Atibodee Srikeawpong, Institute of Physical Education Chonburi Campus, E-mail: theboy929@hotmail.com

บทนำ

ปี พ.ศ.2551 สมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชีย (Asian Football Confederation: AFC) (Football Association of Thailand, 2009) ได้ประกาศวิสัยทัศน์เอเชียให้วงการฟุตบอลของทุกประเทศในเอเชียต้องเป็นธุรกิจเต็มตัว บริหารการตลาด การเงิน และทุกด้านอย่างเป็นมืออาชีพ มิฉะนั้นจะถูกตัดสิทธิ์ส่งทีมลงเล่นในถ้วยสูงสุดของสโมสรในเอเชียคือ (AFC Champion League) ที่มีรางวัลใหญ่และสร้างรายรับให้สโมสร จากผลการประเมินนั้น ไทยได้รับเพียง 221 คะแนนจากคะแนนเต็ม 500 และอยู่ในอันดับ 12 จากทั้งหมด 21 ชาติ สมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชียได้มีกฎระเบียบว่าด้วยความเป็นสโมสรฟุตบอลอาชีพที่สมบูรณ์แบบทำให้สมาคมฟุตบอลฟุตบอลแห่งประเทศไทยต้องจัดตั้งบริษัทไทยพรีเมียร์ลีกขึ้นมาเพื่อดำเนินการจัดการแข่งขันฟุตบอลลีกภายในประเทศ ให้เป็นฟุตบอลอาชีพ โดยมี ดร.วิชิต แย้มบุญเรือง เป็นประธาน และได้ออกกฎระเบียบเรื่องให้สโมสรฟุตบอลอาชีพต้องดำเนินการจัดตั้งเป็นบริษัทนิติบุคคลขึ้นมาดูแลสโมสรส่งผลให้หลายทีมองค์กรรัฐธนาคาร ไม่สามารถปรับตัวได้ต้องทำการขายทีมหรือยุบทีมไปจนเป็นที่มาของการเปลี่ยนแปลงของสโมสรฟุตบอลในไทยพรีเมียร์ลีกในปี พ.ศ.2552 (Football Association of Thailand, 2009) ซึ่งหลังจากมีการเปลี่ยนแปลง สโมสรต่างๆ การบริหารจัดการที่เป็นมืออาชีพมากขึ้น สโมสรฟุตบอลในไทยพรีเมียร์ลีกต่างแข่งขันกันนำเสนอรูปแบบการบริหารจัดการสโมสรฟุตบอลการกระจายตัวไปต่างจังหวัดทำให้ปี พ.ศ.2552 เป็นปีที่ไทยพรีเมียร์ลีกของประเทศไทยกลับมาเริ่มต้นได้รับกระแสความนิยมอย่างมากอีกครั้งหนึ่งในปี พ.ศ. 2554 นายวรวี มะกูดี ได้มีแนวคิดที่จะเพิ่มทีมในไทยพรีเมียร์ลีกเป็น 18 ทีม โดยมีทีมจากลีกดิวิชั่น 1 ขึ้นมาเพิ่มขึ้นอีก ในปัจจุบันวงการฟุตบอลไทยได้รับการสนับสนุนอย่างเต็มที่จากภาครัฐและเอกชน เงินรางวัลมีมูลค่าสูงมาก สนามแข่งขันทุกสนามเป็นไปตามมาตรฐานสมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชีย ตลอดจนมีการแข่งขันกันทั้งภายในและภายนอกสนามอย่างเข้มข้นมีการวางระบบการจัดการทางการตลาดที่ทำให้สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยได้รับคำชมจากสมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชีย มีการนำเอากลยุทธ์ทางการตลาดมาใช้เพื่อหารายได้เข้าสู่สโมสรการบริหารจัดการทีมฟุตบอลในประเทศไทยเพื่อเป็นลีกฟุตบอลอาชีพทุกทีมจะต้องปฏิบัติตามกฎข้อบังคับของสมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชียที่จัดระเบียบไว้เพื่อพัฒนากีฬาฟุตบอลของเอเชียให้ทัดเทียมทวีปอื่น การแข่งขันฟุตบอลไทยพรีเมียร์ลีกในประเทศไทยมีการบริหารจัดการโดยบริษัทไทยพรีเมียร์ลีก จำกัด ภายใต้การควบคุมของสมาคุมฟุตบอลแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ (Football Association of Thailand, 2010) การจะพัฒนาทีมฟุตบอลอาชีพจะต้องอาศัยหลักการตลาดเข้ามาเพื่อสร้างพื้นฐานให้กับทีมฟุตบอลนั้น สโมสรฟุตบอลในไทยพรีเมียร์ลีกทุกสโมสรจึงมีการปรับโครงสร้าง และพัฒนาทีมเพื่อให้ประสบความสำเร็จและเป็นที่นิยมของแฟนฟุตบอลที่มีจำนวนมากโดยอาศัยหลักการตลาดกีฬา (Sport Marketing) มาเป็นกลยุทธ์ในการดำเนินการนอกจากผลงานในการแข่งขันของสโมสรแล้วกลยุทธ์จะครอบคลุมถึงการขายลิขสิทธิ์ถ่ายทอดสด การหาผู้สนับสนุนจัดการแข่งขัน รวมไปถึงสินค้าที่เป็นเสื้อผ้ากีฬาและอุปกรณ์การเชียร์ ภายใต้กรอบความคิดที่ว่าทีมฟุตบอลเป็นสินค้าเป็นธุรกิจที่สร้างความบันเทิงให้แก่ผู้ชมอย่างหนึ่ง (Somkid Anekthawiphon, 2009) การตื่นตัวของคนไทยในการติดตามชมฟุตบอลทำให้เกิดกระแสความนิยมมากมีการรวมกลุ่มตั้งเป็นชมรมหรือแฟนคลับของฟุตบอลสโมสรต่างๆ เพื่อเชียร์ทีมที่ชอบเมื่อมีทีมฟุตบอลที่ชื่นชอบมีอยู่แล้วยิ่งทำให้แฟนบอลของเขาทั้งหลายต้องติดตามเชียร์ทีมในดวงใจของตนเองตลอดจนมีจำนวนแฟนบอลมากขึ้นกลายเป็นกลุ่มกองเชียร์ระดับประเทศที่มีชื่อเสียง แฟนบอล คือ กำลังสำคัญที่สนับสนุนทำให้ทีมอยู่รอดเพราะเป็นหนึ่งในมาตรฐานที่สมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชียกำหนดที่จะทำให้ทีมฟุตบอลอาชีพมีรายได้เกิดขึ้น สมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชีย (Football Association of Thailand, 2009) กำหนดให้ทีมฟุตบอลไทยที่จะเข้าไปเล่นในพรีเมียร์ลีกได้ต้องประกอบไปด้วย 4 ข้อ คือ 1) สโมสรต้องมีรายได้จากค่าบัตรผ่านประตูจากแฟนบอล 2) สโมสรต้องมีการจัดทำงบประมานกำไร ขาดทุนประจำปี 3) สโมสรต้องมีงบประมาณจัดการแข่งขัน 4)

สโมสรต้องจดทะเบียนเป็นนิติบุคคลหรือเป็นทีมฟุตบอลอาชีพในรูปแบบบริษัท หัวใจหลักสำคัญอยู่ที่การสร้างแฟนบอลของแต่ละสโมสรเมื่อมีแฟนบอลรายได้ก็เกิด เช่น การขายตั๋ว ขายสินค้าที่ระลึก เสื้อเชียร์ ผ้าพันคอ หมวก ธงเชียร์ และอีกหลายอย่างที่ก่อให้เกิดรายได้อย่างดี ยังมีปัจจัยอื่นประกอบที่ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาความต้องการและการได้รับการตอบสนองของแฟนบอลในด้านการบริการ ซึ่งหากสโมสรหรือผู้บริหารมีข้อมูลของกลุ่มแฟนบอลในเรื่องของความต้องการและการได้รับการตอบสนอง ณ สภาพปัจจุบันจัดว่าการจัดกลยุทธ์ด้านส่วนประสมทางการตลาดบริการ (7P's) (Kotler, 2003) ด้านการให้บริการ ด้านราคา ด้านสถานที่ ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านกระบวนการ ด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ทำให้ส่งผลให้ทราบความต้องการและการได้รับการตอบสนองอยู่ระดับใดจะทำให้สามารถปรับปรุงการดำเนินงานของสโมสรด้านแฟนบอลต่อไป

จากข้อมูลข้างต้นจึงกล่าวได้ว่า แฟนบอลมีความสำคัญต่อสโมสร และเป็นกำลังสำคัญให้ทีมอยู่รอด ดังเช่นข้อกำหนดของสมาพันธ์ฟุตบอลแห่งเอเชียกล่าวว่า สโมสรต้องมีรายได้จากค่าบัตรผ่านประตูจากแฟนบอล ดังนั้นแต่ละสโมสรจึงต้องมีกลุ่มแฟนบอลที่มีจำนวนมากพอจึงทำให้การดูแล และการให้บริการแฟนบอลเป็นไปอย่างหลากหลายตามความต้องการและได้รับการตอบสนองที่ประทับใจถ้าได้รับการตอบสนองที่ต้องการก็จะเข้าร่วมกิจกรรมอยู่เสมอ และชักชวนให้ผู้อื่นเข้าร่วมกิจกรรมด้วย ดังนั้น การสร้างความพึงพอใจจึงเป็นปัจจัยสำคัญเพราะเป็นการครองใจผู้บริหารและทำให้ผู้รับบริการเกิดความพึงพอใจสูงสุด ความพึงพอใจของผู้รับบริการเป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกในเชิงบวกของผู้รับบริการต่อการบริการอันเป็นผลมาจากการประเมินเปรียบเทียบสิ่งที่ถูกใจและไม่ถูกใจ ซึ่งความรู้สึกนี้สามารถแปรเปลี่ยนได้หลายระดับตามปัจจัยแวดล้อมและเงื่อนไขของการบริการ ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้รับบริการ ประกอบด้วย ผลิตภัณฑ์ บริการ ราคาค่าบริการ สถานที่บริการการส่งเสริมแนะนำบริการ ให้ผู้บริการ ผู้ประกอบการ สภาพแวดล้อมของการบริการ กระบวนการบริการ ซึ่งสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ต้องใช้เครื่องมือทางการตลาดบริการเพื่อให้องค์กรบรรลุวัตถุประสงค์ โดยเฉพาะกลยุทธ์ด้านส่วนประสมทางการตลาด (7P's) เพื่อตอบสนองความพึงพอใจของแฟนบอลและทำให้องค์กรบรรลุถึงเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพจากเหตุผลดังกล่าวที่จะทำให้แฟนบอลเกิดความประทับใจพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมและชมการแข่งขันในสนาม และอายุถือว่าเป็นตัวแปรทางประชากรศึกษาซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรม การตัดสินใจ และอัตราการใช้สินค้าของผู้บริโภคซึ่งสามารถเข้า ถึงและมีประสิทธิผลต่อการกำหนดตลาดเป้าหมายส่งผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจซื้อที่มีแนวโน้มสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด (Siriwan Serirat et al., 2007; Aschara Nopwinyoowong, 2007) และจากการศึกษาของพลากร มะโนรัตน์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และผาณิต บิลมาศ (Palakorn Manorat, Thongchai Charoensupmanee, & Phanit Billamas, 2011) ได้ศึกษาความคิดเห็นของผู้ชมที่มีต่อการแข่งขันฟุตบอลไทยพรีเมียร์ลีกในด้านต่างๆ พบว่านักเรียนนักศึกษามีความคิดเห็น โดยรวมอยู่ในระดับมาก ส่วนผู้ประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน รับจ้างมีความคิดเห็นโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางจากผลการศึกษาดังกล่าวจะเห็นได้ว่านักเรียน นักศึกษาและผู้ประกอบอาชีพพนักงานบริษัท รับจ้างจะมีอายุที่แตกต่างกัน

จากประเด็นความเป็นมาดังกล่าวผู้วิจัยสนใจศึกษาความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ (7P's) เพื่อแสวงหาข้อมูลที่แท้จริงด้านความต้องการ และการได้รับการตอบสนองของแฟนบอลในด้านการให้บริการของสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ในประเด็นต่างๆ นอกจากนี้ผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาตัวแปรประชากรศาสตร์ ด้านอายุที่ต่างกันเพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด ซึ่งจะทำให้ทราบข้อมูลเบื้องต้น เพื่อนำข้อมูลจากการศึกษามาพัฒนาสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ให้ก้าวหน้าและเติบโตเป็นสโมสรฟุตบอลชั้นนำในระดับประเทศ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาความพึงใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี
2. เพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ที่มีอายุไม่เกิน 30 ปีและมากกว่าอายุ 30 ปี

สมมติฐานของการวิจัย

แฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ที่มีอายุไม่เกิน 30 ปี และอายุเกิน 30 ปี มีความพึงพอใจต่อส่วนผสมการตลาด 7 ประการต่างกัน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ผู้ชมฟุตบอลที่เป็นแฟนฟุตบอลของสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี จำนวน 8,000 คน ที่เข้าชมการแข่งขันสนามเหย้าหรือสนามชลบุรีสเตเดี่ยม

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง ผู้ชมฟุตบอลที่เป็นแฟนฟุตบอลของสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan) ที่ระดับความเชื่อมั่น .05 (Krejcie & Morgan, 1970; Boonchom Si Saat, 2013) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 367 คน และกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มแบบชั้นภูมิ (Stratified Sampling)

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การเปรียบเทียบความพึงพอใจในส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี” โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี และเพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี โดยจำแนกตามอายุ ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามความพึงพอใจในส่วนประสมการตลาด 7 ประการของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาเอกสารงานวิจัยหลักการทฤษฎีการบริหารงานกีฬา ศึกษาการบริหารโดยส่วนประสมการตลาด 7 ประการ และบริบทของสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี นำแนวคิดมาสร้างเป็นแบบสอบถาม
2. สร้างแบบสอบถามโดยแบ่งเป็น 2 ตอนคือ

ตอนที่ 1 สอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของบุคคล เช่น เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ และถิ่นที่อยู่อาศัย

ตอนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับความพึงพอใจในการจัดการแข่งขันฟุตบอลของสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ตามหลักส่วนประสมการตลาด 7 ประการ โดยแบ่งเป็นแบบสอบถามความพึงพอใจ 5 ระดับ และแบบสอบถามปลายเปิด

การหาคุณภาพเครื่องมือ

1. นำแบบสอบถามไปหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา แล้วนำมาปรับปรุง แล้วผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยการวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง ระหว่างความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

(Index of Congruence : IOC) เมื่อผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญแล้วผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ จากการตรวจสอบความตรง (Validity) ของแบบสอบถามทั้งสองชุด พบว่ามีดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่าง 0.80 – 1.00

2. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปให้ทดลองลงความคิดเห็นกับแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยหาค่าความสัมประสิทธิ์แอลฟ่า (Coefficient) จากสูตรของครอนบาช (Cronbach) ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของเครื่องมือ เท่ากับ 0.93

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอความอนุเคราะห์สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรีเพื่อออกหนังสือขอความอนุเคราะห์การเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ขอความอนุเคราะห์สโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซีเพื่อขอความอนุเคราะห์การเก็บรวบรวมข้อมูลกับแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ในนัดเหย้า (4 นัด) โดยเก็บข้อมูลจากอัฒจันทร์ 4 ฝั่งๆละประมาณ 92 คน โดยสุ่มอย่างง่ายโดยเก็บข้อมูลจากแฟนบอลที่ยินดีให้ความร่วมมือ

3. นำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างลงรายละเอียดแสดงความคิดเห็นที่สนามชลบุรีสเตเดี่ยม

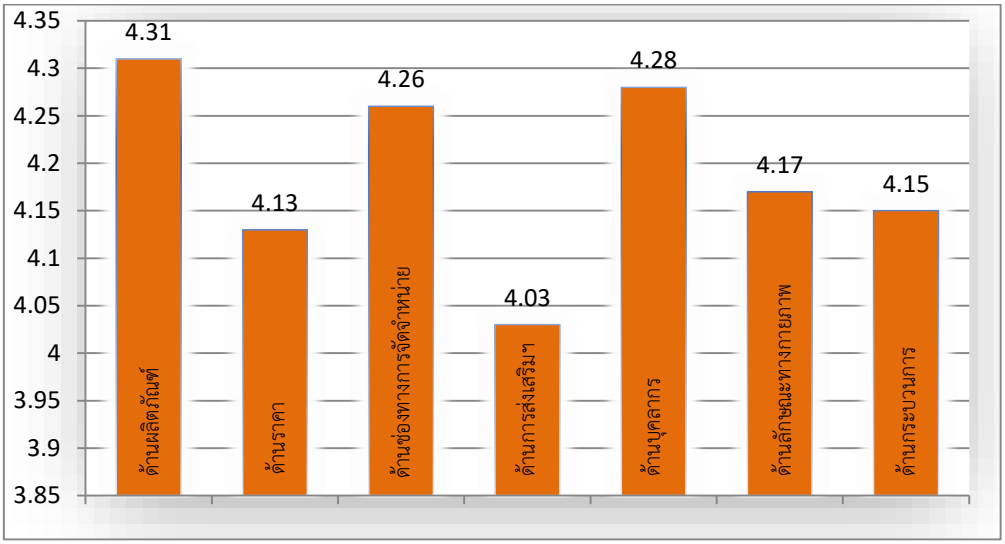
4. ตรวจสอบความสมบูรณ์การตอบแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน S.D.

2. วิเคราะห์ความแตกต่างความพึงพอใจในส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี จำแนกตามอายุ โดยใช้การวิเคราะห์แบบ t-test

3. การวิเคราะห์สถิติโดยใช้การวิเคราะห์ค่าสถิติจากโปรแกรมสำเร็จรูป ในคอมพิวเตอร์และกำหนดค่าที่มีนัยสำคัญที่ .05



ภาพที่ 1 ระดับความพึงพอใจของของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ

จากภาพที่ 1 พบว่าผลศึกษาความพึงพอใจของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ประกอบด้วย ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านบุคลากร ด้านลักษณะทางกายภาพ ด้านกระบวนการ พบว่า แฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี มีความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ในระดับมากที่สุดประกอบด้วย ด้านผลิตภัณฑ์ ($\overline{X}$ =4.31; S.D.=0.76) ด้านบุคลากร ($\overline{X}$ =4.28; S.D.=0.78) และด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ($\overline{X}$ =4.26; S.D.=0.84) และมีความพึงพอใจในระดับมาก ประกอบด้วย ด้านลักษณะทางกายภาพ ($\overline{X}$ =4.17; SD=0.94) ด้านกระบวนการ ($\overline{X}$ =4.15; S.D.=0.86) ด้านราคา ($\overline{X}$ =4.13; S.D.=0.91) และด้านการส่งเสริมการตลาด ($\overline{X}$ =4.03; S.D.=0.94)

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบความพึงพอใจระหว่างกลุ่มอายุ ไม่เกิน 30 ปีกับกลุ่มอายุเกิน 30 ปี ต่อส่วนประสมทางการตลาด 7 ประการ

ส่วนประสมทางการตลาด 7 ประการ	อายุไม่เกิน 30 ปี (n=195)		อายุเกิน 30 ปี (n=172)		t	sig
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
ด้านผลิตภัณฑ์	4.33	.52	4.28	.57	.89	.38
ด้านราคา	4.22	.64	4.04	.79	2.36	.02*
ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย	4.32	.55	4.19	.69	2.02	.04*
ด้านการส่งเสริมการตลาด	4.13	.69	3.92	.84	2.62	.01*
ด้านบุคลากร	4.32	.54	4.25	.60	1.18	.24
ด้านลักษณะทางกายภาพ	4.25	.64	4.08	.70	2.40	.02*
ด้านกระบวนการ	4.23	.62	4.06	.68	2.51	.01*

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 1 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความพึงพอใจระหว่างกลุ่มอายุ ไม่เกิน 30 ปีกับกลุ่มอายุเกิน 30 ปี ต่อส่วนประสมทางการตลาด 7 ประการ ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านลักษณะทางกายภาพและด้านกระบวนการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านผลิตภัณฑ์และด้านบุคคลากรไม่แตกต่าง

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลนำเสนอตามประเด็นของผลที่พบจากการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ผลศึกษาความพึงพอใจของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ พบว่า แฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี มีความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาด 7 ประการ ในระดับมากที่สุดได้แก่ ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านบุคลากร และด้านช่องทางการจัดจำหน่าย และในระดับมาก ได้แก่ ด้านราคา ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านลักษณะทางกายภาพ และด้านกระบวนการ จากผลการศึกษาดังกล่าวสามารถอภิปรายผลเป็นรายด้านได้ ดังนี้

1.1 ด้านผลิตภัณฑ์ โดยภาพรวมมีความพึงพอใจ อยู่ในระดับมาก มากที่สุด เนื่องจากผลิตภัณฑ์เป็นสิ่งซึ่งสนองความจำเป็น และความต้องการของแฟนฟุตบอล ซึ่งผู้ขายต้องการมอบให้แก่แฟนฟุตบอลซึ่งจะทำให้ได้รับผลประโยชน์และคุณค่าของผลิตภัณฑ์นั้นๆ ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดกลยุทธ์การตลาดของ Armstrong & Kotler (2009, p. 616) กล่าวว่าผลิตภัณฑ์เป็นสิ่งที่บริษัทนำเสนอสิ่งของออกขายเพื่อก่อให้เกิดความสนใจโดยการบริโภคหรือการใช้บริการนั้นสามารถทำให้ลูกค้าเกิดความพึงพอใจ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิรินกานต์ ผ่องประเสริฐ (Sirinkan Pongprasert, 2007) ที่ศึกษาความต้องการส่วนผสมทางการตลาด

ของผู้ชมฟุตบอลไทยแลนด์ พรีเมียร์ลีก พบว่า แฟนฟุตบอลมีความต้องการในด้านผลิตภัณฑ์ในระดับสูง นอกจากนี้ สิทธิโชค แก้วขาว (Sittichoke Kaewkhaw, 2012) ได้ศึกษาความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาดบริการที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเชียร์ฟุตบอลสโมสรบางกอก กล๊าส เอฟซี พบว่าผลิตภัณฑ์มีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับการตัดสินใจเชียร์สโมสรฟุตบอลบางกอกกล๊าสเอฟซี

1.2 ด้านราคา โดยภาพรวมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก เนื่องจากราคาเป็นต้นทุนของลูกค้า ลูกค้าจะเปรียบเทียบระหว่างคุณค่าผลิตภัณฑ์กับราคาผลิตภัณฑ์นั้นถ้าคุณค่าสูงกว่าราคาจะตัดสินใจซื้อ ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของ Armstrong & Kotler (2009: 616) กล่าวว่า ราคาคือจำนวนเงินตราที่ต้องจ่ายเพื่อให้ได้รับผลิตภัณฑ์ สินค้าและ/หรือบริการของกิจการ หรืออาจเป็นคุณค่าทั้งหมดที่ลูกค้ารับรู้เพื่อให้ได้รับผลประโยชน์จากการใช้ผลิตภัณฑ์ สินค้าและ/หรือบริการนั้นๆ อย่างคุ้มค่ากับจำนวนเงินที่จ่ายไป จากการศึกษาของ สิรินกานต์ ผ่องประเสริฐ (Sirinkan Pongprasert, 2007) ได้ศึกษาความต้องการส่วนผสมทางการตลาดของผู้ชม ฟุตบอลไทยแลนด์พรีเมียร์ลีก พบว่า ผู้ชมฟุตบอลไทยแลนด์ พรีเมียร์ลีกทั้งชายและหญิง ต่างมีความต้องการในด้านราคาในระดับสูง และจากการศึกษาของ ปรัชญ์พงศ์ นาคบุตร (Pratchapong Nakbut, 2014) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการตัดสินใจของแฟนคลับในการเข้าชมการแข่งขันฟุตบอลของสโมสรชลบุรี เอฟซี พบว่า ส่วนผสมทางการตลาดทางด้านราคานั้นนี้มีความสัมพันธ์กับการตัดสินใจเข้าชมฟุตบอลในสนามฟุตบอล ดังนั้นการกำหนดราคาไม่ควรสูงเกินคุณค่าของผลิตภัณฑ์เพื่อให้การตอบรับของแฟนฟุตบอลมีปริมาณที่เพิ่มมากขึ้น

1.3 ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย โดยภาพรวมมีความพึงพอใจ อยู่ในระดับมากที่สุด เนื่องจากช่องทางการจัดจำหน่ายมีความสำคัญมากเพราะบริโภคต้องไปรับบริการจากผู้ให้บริการ ดังนั้นในส่วนสถานที่ที่ผู้ให้บริการจัดไว้ควรมีทำเลที่ตั้งเพื่อให้บริการที่เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดกลยุทธ์การตลาดของ Kotler (2003) กล่าวว่า โดยช่องทางจัดจำหน่ายหรือสถานที่นั้นถือเป็นอีกปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้ผู้บริโภคสามารถเข้าถึงสินค้าได้ยาก หรือเข้าได้ง่าย จากการศึกษาของสิรินกานต์ ผ่องประเสริฐ (Sirinkan Pongprasert, 2007) พบว่า ผู้ชมฟุตบอลไทยแลนด์พรีเมียร์ลีกทั้งชายและหญิง ต่างมีความต้องการส่วนผสมทางการตลาดในด้านสถานที่ในระดับสูง โดยเฉพาะสโมสรฟุตบอลของตนมีสนามประจำสโมสรที่ได้มาตรฐานและบริเวณที่นั่งชมฟุตบอลมีความสะอาด และงานวิจัยของ สิทธิโชค แก้วขาว (Sittichoke Kaewkhaw, 2012) พบว่า ส่วนผสมทางการตลาดด้านสถานที่นั้นมีความสัมพันธ์กับการตัดสินใจเชียร์ฟุตบอลสโมสรบางกอกกล๊าส เอฟซี ดังนั้นการมีช่องทางการจัดจำหน่ายที่เหมาะสมก็จะเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาส่วนประสมการตลาด

1.4 ด้านการส่งเสริมการตลาด โดยภาพรวมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ซึ่งการส่งเสริมทางการตลาดเป็นเครื่องมือหนึ่งที่มีความสำคัญสำหรับการติดต่อสื่อสารระหว่างผู้ขาย และผู้ให้บริการเพื่อแจ้งข่าวสารหรือชักจูงให้เกิดทัศนคติ และพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกใช้บริการของแฟนฟุตบอล ซึ่งสอดคล้องแนวคิดของ Etzel, Walker & Stanton (2007, p. 677) กล่าว่าการส่งเสริมการตลาดเป็นเครื่องมือการสื่อสารทางการตลาด เพื่อสร้างความจูงใจ (Motivation) ความคิด (Thinking) ความรู้สึก (Feeling) ความต้องการ (Need) และความพึงพอใจ (Satisfaction) ในสินค้าและบริการ จากการศึกษาของสิรินกานต์ ผ่องประเสริฐ (Sirinkan Pongprasert, 2007) พบว่า ความต้องการในด้านส่วนผสมทางการตลาดด้านการส่งเสริมการตลาดผู้ชมฟุตบอลไทยแลนด์ พรีเมียร์ลีก มีความต้องการส่วนผสมทางการตลาดในด้านการส่งเสริมการตลาดในระดับมาก ดังนั้นควรจะต้องมีการติดต่อสื่อสารกับแฟนฟุตบอลในประเด็นข้อมูลต่างๆของสโมสรเพื่อให้แฟนฟุตบอลได้รับทราบการเคลื่อนไหวและตอบสนองต่อวัตถุประสงค์ของการสื่อสาร ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาส่วนประสมการตลาด

1.5 ด้านลักษณะทางกายภาพ โดยภาพรวมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดการตลาดสำหรับธุรกิจการบริการในธุรกิจฟุตบอล ของสิทธิโชค แก้วขาว (Sittichoke Kaewkhaw, 2012) กล่าวว่า การสร้างและนำเสนอลักษณะทางกายภาพคือการพยายามสร้างคุณภาพโดยรวม (Total Quality Management: TQM) หรือต้องแสดงให้เห็นคุณภาพ ของบริการโดยผ่านการใช้หลักฐานที่มองเห็นได้ และรับรู้ได้ เช่นสัญลักษณ์ที่เป็นรูปธรรม โลโก้ ตราสโมสร ต้องเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวจับต้องได้ง่ายต่อการจดจำและพูดถึงและเกิดความพึงพอใจ สื่อผ่านสิ่งที่จับต้องได้ เช่น Mascot ฉายาของทีมรวมทั้งสภาพแวดล้อมของสนามเหย้ารวมถึงบรรยากาศของการร่วมเชียร์ในสนาม นอกจากนี้จากการศึกษาของ สิรินกานต์ ผ่องประเสริฐ (Sirinkan Pongprasert, 2007) พบว่า ผู้ชมฟุตบอลไทยแลนด์ พรีเมียร์ลีก มีความต้องการส่วนผสมทางการตลาดในด้านลักษณะทางกายภาพในระดับสูง โดยเฉพาะการที่มีการปรับปรุงสภาพสนามอยู่เสมอ และการที่มีการจัดทำสัญลักษณ์ที่โดดเด่นเป็นเอกลักษณ์ประจำแต่ละสโมสร รวมไปถึงการปรับปรุงอาคารสถานที่สภาพแวดล้อมให้สะอาดอยู่เสมอ และการมีที่จอดรถที่เพียงพอ และจากการศึกษาของสิทธิโชค แก้วขาว (Sittichoke Kaewkhaw, 2012) พบว่า ส่วนผสมทางการตลาดด้านลักษณะทางกายภาพมีผลต่อการตัดสินใจเชียร์สโมสรในระดับสูง ดังนั้นในการพัฒนาส่วนประสมการตลาด ข้อมูลลักษณะทางกายภาพจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ควรจะต้องพัฒนาเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของแฟนฟุตบอล

1.6 ด้านกระบวนการ โดยภาพรวมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดกลยุทธ์การตลาดสำหรับธุรกิจการบริการในธุรกิจฟุตบอล ของสิทธิโชค แก้วขาว (Sittichoke Kaewkhaw, 2012) กล่าวว่า การบริหารต้องมีการจัดองค์กรแบบธุรกิจฟุตบอลอาชีพ ตามรายละเอียดที่ AFC กำหนดไว้ในข้อบังคับ (Criteria for Participation in AFC Champions league Official Website) ในส่วนของสนามแข่งขันโดยที่พื้นสนามต้องพร้อมที่จะทำการแข่งขัน,ไฟส่องสนามต้องมีความพร้อม เหมาะสมสำหรับการแข่งขันและเป็นไปตามเกณฑ์กำหนด,มีการเตรียมห้องพักนักกีฬาและห้องพักผู้ตัดสิน,มีการจัดเตรียมที่นั่งของผู้สื่อข่าวพร้อมทั้งระบบอินเตอร์เน็ต,จัดเตรียมรถพยาบาลพร้อมแพทย์หากเกิดเหตุฉุกเฉิน,ที่นั่งชมการแข่งขันแบ่งเป็นโซนอย่างชัดเจน,สนามจะต้องได้รับการรับรองมาตรฐาน ความปลอดภัยจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและในวันแข่งขันจะต้องมีเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย และจากการศึกษาของ สิรินกานต์ ผ่องประเสริฐ (Sirinkan Pongprasert, 2007) พบว่า ผู้ชมฟุตบอลไทยแลนด์ พรีเมียร์ลีก มีความต้องการส่วนผสมทางการตลาดในด้านกระบวนการในระดับสูง

1.7 ด้านบุคลากร โดยภาพรวมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดส่วนประสมทางการตลาดของ Kotler (2003) ส่วนประสมทางการตลาด บุคคลากร (People) หรือ พนักงาน (Employees) ซึ่งต้องอาศัยการคัดเลือก (Selection) การฝึกอบรม (Training) การจูงใจ (Motivation) เพื่อให้สามารถสร้างความพึงพอใจให้กับแฟนฟุตบอลได้แตกต่างเหนือคู่แข่งขันพนักงานต้องมีความสามารถมีทัศนคติที่ดีสามารถตอบสนองต่อแฟนฟุตบอลจากการศึกษาของ สิรินกานต์ ผ่องประเสริฐ (Sirinkan Pongprasert, 2007) พบว่า ผู้ชมฟุตบอลไทยแลนด์ พรีเมียร์ลีก มีความต้องการส่วนผสมทางการตลาดด้านบุคลากรในระดับสูง นอกจากนี้สิทธิโชค แก้วขาว (Sittichoke Kaewkhaw, 2012) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาดบริการที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเชียร์ฟุตบอลสโมสรบางกอกกล๊าส เอฟซี พบว่า ส่วนผสมทางการตลาดด้านการบุคลากรมีผลต่อการตัดสินใจเชียร์สโมสรในระดับสูงเช่นเดียวกัน เนื่องจากหากบุคลากรมีความเป็นกันเอง และมีจิตใจในการบริการก็จะสร้างบรรยากาศที่ดีให้แก่แฟนบอล และกลับมาชมฟุตบอลอีกครั้งซึ่งสำคัญต่อการพัฒนาส่วนประสมทางการตลาด

2. ผลการศึกษาการเปรียบเทียบความพึงพอใจของของแฟนบอลสโมสรฟุตบอลชลบุรี เอฟซี ระหว่างกลุ่มอายุ ไม่เกิน 30 ปีกับกลุ่มอายุเกิน 30 ปี ต่อส่วนประสมทางการตลาด 7 ประการ พบว่าด้านราคา

ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านลักษณะทางกายภาพและด้านกระบวนการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากอายุเป็นตัวแปรหนึ่งของข้อมูลประชากรศาสตร์ซึ่งจะมีผลต่อการบริโภค (Siriwan Serirat; et al., 2007; Aschara Nopwinyoowong, 2007) และสอดคล้องกับการศึกษาของ พลากร มะโนรัตน์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และผาณิต บิลมาศ (Palakorn Manorat; Thongchai Charoensupmanee; & Phanit Billamas, 2011) ได้ศึกษาความคิดเห็นของผู้ชมที่มีต่อการแข่งขันฟุตบอลไทยพรีเมียร์ลีกผลการศึกษาพบว่าความคิดเห็นของผู้ชมที่เป็นนักเรียนนักศึกษามีสูงกว่าผู้ประกอบอาชีพพนักงานบริษัท/รับจ้าง และสอดคล้องกับ Gibson, et al (2003) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเข้าชมกีฬา พบว่า ปัจจัยด้านอายุที่แตกต่างกันจะส่งผลต่อการตัดสินใจเข้าชมการแข่งขันกีฬาที่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามสำหรับการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มอายุ ไม่เกิน 30 ปี กับกลุ่มอายุเกิน 30 ปี ต่อส่วนประสมทางการตลาด ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านบุคลากร พบว่า ไม่แตกต่างกันจากผลการศึกษาดังกล่าวจะสอดคล้องกับแนวคิด ของ Fernando Lera-López (2011) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าชมกีฬาในประเทศสเปน พบว่า อายุที่แตกต่างกันไม่ส่งผลต่อการเข้าชมกีฬาทั้งในระดับอาชีพและระดับสมัครเล่น และงานวิจัยของ สิทธิโชค แก้วขาว (Sittichoke Kaewkhaw, 2012) ที่ศึกษาความพึงพอใจต่อส่วนประสมการตลาดบริการที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเชียร์ฟุตบอลสโมสรบางกอกกล๊าส เอฟซี พบว่า ปัจจัยทางด้านอายุที่มีความแตกต่างกันไม่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเชียร์ฟุตบอลสโมสรบางกอกกล๊าส เอฟซี

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. จากความพึงพอใจของแฟนฟุตบอลต่อส่วนประสมทางการตลาด 7 ประการ ในด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านลักษณะทางกายภาพและด้านกระบวนการ พบว่ากลุ่มอายุไม่เกิน 30 ปีและกลุ่มอายุเกิน 30 ปี มีความพึงพอใจต่างกัน โดยกลุ่มอายุไม่เกิน 30 ปี มีค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มอายุ 30 ปี จากข้อมูลผลจากการวิจัยดังกล่าวสามารถนำไปใช้ในการประชาสัมพันธ์ให้ตรงกับลุ่มเป้าหมายได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ สำหรับการเชิญเข้าชมการแข่งขันฟุตบอลหรือการเชิญชวนแฟนฟุตบอลเข้าร่วมกิจกรรมของสโมสร

2. สำหรับความพึงพอใจของแฟนฟุตบอลต่อส่วนประสมทางการตลาด 7 ประการ ในด้านผลิตภัณฑ์และด้านบุคลากร พบว่า กลุ่มอายุไม่เกิน 30 ปีและกลุ่มอายุเกิน 30 ปี มีความพึงพอใจไม่ต่างกันโดยมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด จากข้อมูลผลจากการวิจัยดังกล่าวสามารถไปใช้ในการประชาสัมพันธ์กับกลุ่มเป้าหมายโดยทั่วไปทุกกลุ่มอายุซึ่งจะทำให้การประชาสัมพันธ์เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาต่อยอดและควรเจาะลึกในลีกระดับรองลงมาของประเทศไทยเนื่องจากในแต่ละระดับการแข่งขันนั้น สโมสรมีความพร้อมแตกต่างกัน เช่น ในลีกสูงสุดนั้นส่วนมากจะเป็นสโมสรใหญ่ สโมสรที่มีชื่อเสียงและมีงบประมาณในการบริหารค่อนข้างสูง แต่ในระดับลีกรองลงมา สโมสรจะมีขนาดเล็กลงและงบประมาณน้อยซึ่งอาจจะได้ผลที่แตกต่างกัน

2. ควรเพิ่มเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลอื่นๆ เช่น การสัมภาษณ์เจาะลึก (In depth Interview) ควบคู่ไปกับการแจกแบบสอบถามเพื่อให้ได้ข้อมูลที่หลากหลายหรือเฉพาะเจาะจงมากขึ้นเพื่อที่จะนำผลลัพธ์ที่ได้จากการศึกษามาใช้ประกอบกันให้เกิดประโยชน์สูงสุด

3. ควรมีการศึกษาความต้องการจำเป็นของแฟนบอลต่อส่วนประสมทางการตลาด 7 ประการ ซึ่งจะทำให้ทราบทั้งสถานการณ์ในปัจจุบันและความต้องการของแฟนบอลซึ่งจะทำให้การพัฒนาเป็นไปอย่างมีทิศทางและตรงประเด็นความต้องการ

4. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมถึงกลุ่มตัวอย่างที่เข้าชมโดยสาเหตุนอกเหนือไปจากการเป็นแฟนบอลของสโมสรนั้นๆ เพื่อที่จะได้ศึกษาถึงปัจจัยของกลุ่มที่ยังไม่ได้เป็นแฟนบอลเพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการสร้างฐานแฟนบอลซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในการดำเนินงานของทุกๆ สโมสรฟุตบอล

References

Armstrong, G. & Kotler, P. (2009). *Marketing an Introduction*. (9th ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.

Aschara Nopwinyoowong. (2007). *Demographic factors influencing buying decision behaviors and importance of sales promotion for high-end men's business shirts.* (Master's thesis). Khon Kaen University.

Boonchom Si Saat. (2013). *Introduction to Research Methodology.* (9th ed.). Bangkok: Suwiriyasarn Press.

Etzel, Michael J.; Walker, Bruce J.; & Stanton, William J. (2007). *Marketing.* (14th ed.). Boston: McGraw–Hill.

Fernando, L. L. (2011). *Determinants of sports participation and attendance: Differences and similarities.* Retrieved july 20 , 2017, from https://www. emeraldinsight.com/doi/abs/10. 1108/IJSMS-12-02-2011-B007.

Football Association of Thailand. (2009). *Competition Structure of the Thai Premier League 2009.* Bangkok: Football Association of Thailand.

_____. (2010). *Professional Football in Thailand.* Retrieved September 26, 2015, from http//fathailand.org/.

Gibson, James L. et al. (2003). *Organization: Behavior, Structure, Processes.* (11th ed.). New York: McGraw-Hill.

Kotler, P. (2003). *Marketing Management*. New Jersey: Prentice-Hall.

Krejcie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, *30*(3), 607-610.

Palakorn Manorat; Thongchai Charoensupmanee; & Phanit Billamas. (2011). The opinions of spectators on football Thai premier league competitiom. *Journal of Graduate Studies Valaya Alongkron Rajabhat University*, *5*(1), 123-134.

Pratchapong Nakbut. (2014). *Factors correlating with decision making of fan clubs in attending football matches of Chon Buri F.C.* (Master's thesis), Burapha University.

Sirinkan Pongprasert. (2007). *Needs for marketing mix of Thailand premier league spectators.* (Master's thesis). Chulalongkorn University.

Siriwan Serirat et al. (2007). *Organization and Management***.** Bangkok: Thammasarn.

Sittichoke Kaewkhaw. (2012). *The satisfaction toward combination of market mix which influences the decision to support Bangkok Glass F.C.* (Master's thesis). Siam University.

Somkid Anekthawiphon. (2009). *Thai Football Turning Point, Quality Iron Rules, Power of Marketing.* Retrieved September 25, 2015, from http://1stfin.blogspot.com/2009/ 11/blog-post_25.html.

Received : 13 December 2018
Revised : 5 January 2019
Accepted : 12 January 2019

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษา

สริญญา รอดพิพัฒน์[1] จินตนา สรายุทธพิทักษ์[1] สนอง เอกสิทธิ์[2] และ ปรีชา สุริยะ[1]

[1]คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

[2]คณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษา โดยเริ่มจากวิเคราะห์และสังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการจัดโปรแกรมทันตสุขภาพในโรงเรียน ความรู้เรื่องโรคและอนามัยช่องปาก ประโยชน์การดูแลช่องปาก การรับรู้ความรุนแรงของปัญหาสุขภาพช่องปาก วิธีแปรงฟัน การตรวจสอบความสะอาดของฟัน ร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเอง และแนวคิดส่งเสริมทันตสุขภาพในโรงเรียน ได้รับการตรวจสอบคุณภาพของโปรแกรม โดยการเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ศึกษาความสอดคล้องจากการหาค่าดัชนีความสอดคล้องจากแบบประเมิน 3 ชนิด คือ 1) แบบประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาองค์ประกอบของกิจกรรม 2) แบบประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของกิจกรรม 10 กิจกรรม และ 3) แบบประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของตารางการจัดโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น และนำมาปรับปรุงโปรแกรมให้มีความสมบูรณ์ ผลการวิจัย พบว่า องค์ประกอบของโปรแกรมประกอบด้วย ชื่อกิจกรรม วัตถุประสงค์ แนวความคิด ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม สื่อการเรียนรู้/แหล่งข้อมูล และการประเมินผล มีค่าความตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ 1.00 กิจกรรมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมี จำนวน 10 กิจกรรม ได้แก่ 1) การสำรวจตรวจฟัน 2) การย้อมสีฟัน 3) การประเมินสุขภาพช่องปาก 4) ยิ้มสวยฟันสะอาด 5) การเปิดรับข้อมูล 6) การรับรู้ความเสี่ยง 7) การทำความสะอาดช่องปาก 8) การตอบข้อสงสัย ซักถาม 9) การประสานสัมพันธ์บ้านโรงเรียน และ 10) การแบ่งปันข้อมูล มีค่าดัชนีความสอดคล้องเฉลี่ยเท่ากับ 0.98 และค่าดัชนีความสอดคล้องของการจัดตารางกิจกรรมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นใช้เวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ชั่วโมง มีค่าเท่ากับ 0.96 โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นนี้เป็นโปรแกรมที่มีประสิทธิภาพและมีส่วนช่วยให้นักเรียนสามารถพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษาด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติได้

คำสำคัญ: สุขภาพช่องปาก สุขศึกษา โปรแกรมดูแลสุขภาพช่องปาก

Corresponding author: นางสริญญา รอดพิพัฒน์ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย E-mail: sarinya.l@chula.ac.th

ORAL HYGIENE PROMOTING PROGRAM DEVELOPMENT FOR ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Sarinya Rodpipat[1], Jintana Sarayuthpitak[1], Sanong Ekgasit[2] , and Preecha Suriya[1]
[1]Faculty of Education, Chulalongkorn University
[2]Faculty of Science, Chulalongkorn University

Abstract

The purpose of this research was to develop an oral health promotion program for elementary school students. A review of the research literature was conducted on the following topics: dental health programs in schools, knowledge of disease and oral hygiene, oral care perception of the severity of oral health problems, how to brush your teeth as a form of Protection Motivation theory and Self-efficacy theory and the promotion of dental health in schools. An expert analysis of the quality of the program was conducted. The content of the program and the consistency of the content determined by five experts included 1) Assessment form for content validity, activity components 2) Content validity evaluation of 10 activities and 3) An evaluation form for content validity of the developed program. The results showed that index of congruence of the program consisted of the activity name, purpose, conceptual framework, and the steps in each activity was 1.00. This program had 10 activities i.e., 1) Exploration oral health 2) Plaque index examination 3) Dental check up 4) Smiling children 5) Information of dental health 6) Perception of oral risk 7) How to properly clean teeth 8) Questions and Answers 9) Communication among home, school and dentist and 10) Sharing information. The average mean of index of congruence was 0.98. The program was set for 6 weeks, 2 days per week, and 1 hour per day. The index of Congruencies of the overall program was 0.96. The program was determined to help elementary students develop behaviors in knowledge, attitude and practice in oral health.

Keywords: Oral Health, Health Education, Program of Oral Hygiene

Corresponding Author: Mrs.Sarinya Rodpipat Faculty of Education Chulalongkorn University
E-mail: sarinya.l@chula.ac.th

บทนำ

ประชากรไทยวัยเรียนอายุ 6-21 ปี เป็นวัยที่จะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติในอนาคตซึ่งในปัจจุบันมีจำนวนถึง 4,377 ล้านคนนั้น (Institute for Population and Social Research, Mahidol University, 2018) แต่กลับพบว่าสภาวะสุขภาพช่องปากของเด็กวัยเรียน อายุ 12 ปี (Bureau of Dental Health, 2018) มีฟันผุร้อยละ 52.0 และมีค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน และอุด เท่ากับ 1.4 ซี่/คน และมีฟันผุที่ยังไม่ได้รับการรักษาถึงร้อยละ 31.5 นอกจากนี้ยังพบว่าการเกิดโรคฟันผุในเขตชนบทสูงกว่าเขตเมือง และกรุงเทพมหานคร โดยพบนักเรียนที่มีฟันผุร้อยละ 55.8, 50.0 และ 40.6 ตามลำดับ จากสภาพปัญหาสุขภาพช่องปากข้างต้นของกลุ่มวัยนี้เป็นช่วงที่มีการพัฒนาชุดฟันแท้ขึ้นครบ 28 ซี่ และเป็นช่วงอายุที่ย่างเข้าสู่วัยรุ่น หากเกิดโรคฟันผุในช่วงวัยนี้ก็จะลุกลามยิ่งขึ้น และก่อให้เกิดการสูญเสียฟันส่งผลถึงคุณภาพชีวิตในอนาคต

การจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากในโรงเรียนที่มุ่งเน้นให้นักเรียนสามารถทำความสะอาดช่องปากได้อย่างมีประสิทธิภาพนับเป็นปัจจัยที่สำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่งในการดูแลสุขภาพช่องปากด้วยตนเองของนักเรียนโรงเรียน จึงมีการดำเนินการเพื่อปลูกฝังและสร้างความตระหนัก เจตคติ และทักษะการแปรงฟันให้สะอาดแก่นักเรียน ทั้งนี้ การจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากต้องคำนึงถึงแนวคิด ทฤษฎี และหลักการที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นพื้นฐานในการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากให้มีประสิทธิผลยิ่งขึ้น ดังแนวคิดทฤษฎีที่ใช้เป็นพื้นฐานในการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ได้แก่ ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค (Roger R. W., 1975) เป็นการกระตุ้นให้นักเรียนได้รับรู้ข้อมูลที่ส่งเสริมและกระตุ้นให้ทำพฤติกรรมการดูแลอนามัยช่องปากผ่านสื่อในรูปแบบต่าง ๆ เกิดการรับรู้ การได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากครอบครัว และสามารถนำมาเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตน และทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตน (Bandura, 1977) ซึ่งจะส่งเสริมการรับรู้ โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคฟันผุ การรับรู้ความรุนแรงของการเกิดโรคฟันผุ ความคาดหวังส่งผลต่อประสิทธิผลของการตอบสนองในการป้องกันโรค การส่งเสริมทันตสุขภาพในโรงเรียน (Bertness and Barzel, 2016) เป็นการจัดที่มุ่งเน้นเรื่องการมีส่วนร่วมของโรงเรียนในด้านการให้ความรู้ การประสานสัมพันธ์ระหว่างผู้ปกครอง และทันตแพทย์เพื่อเป็นปัจจัยส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากให้กับนักเรียน

จากการศึกษางานวิจัยเกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมนอกเวลาเรียนเพื่อส่งเสริมสุขภาพช่องปากของนักเรียนในโรงเรียน พบว่า มีการศึกษาในลักษณะของกิจกรรม รูปแบบ และโปรแกรมที่หลายหลาก ดังเช่น โปรแกรมการแปรงฟันหลังรับประทานอาหารกลางวัน (Em-on Senanurit et al., 2014) โปรแกรมการบ้วนปากด้วยฟลูออไรด์ (Kwanta Boonvas et al., 2016) และโปรแกรมการป้องกันการเกิดโรคฟันผุประกอบการเคี้ยวเม็ดสีเพื่อตรวจสอบความสะอาดของการแปรงฟัน (Wongtip Inpun, 2015; Chingchai Buathong et al., 2015) เมื่อวิเคราะห์กิจกรรม รูปแบบ และโปรแกรมดังกล่าว พบว่า เป็นการจัดการส่งเสริมสุขภาพช่องปากของนักเรียนที่ยังขาดการประเมินอย่างมีประสิทธิผลที่เป็นรูปธรรมที่นักเรียนจะสามารถตรวจและประเมินการแปรงฟันด้วยตัวเองเพื่อพัฒนาสุขภาพช่องปาก รวมทั้งการบันทึกผลการแปรงฟันเพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการการแปรงฟันให้สะอาดของตนเองได้ จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าการกระตุ้นให้นักเรียนแปรงฟัน และให้นักเรียนเห็นปัญหาสุขภาพช่องปากจากการตรวจฟันด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องเป็นกลวิธีที่จะสามารถพัฒนาการดูแลช่องปากตนเองให้สะอาดตามที่ได้รับการเรียนรู้ และเน้นการส่งเสริมการแปรงฟันคุณภาพ โดยเฉพาะเน้นประสบการณ์นอกเวลาเรียนจากกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน และส่งเสริมการจัดการสิ่งแวดล้อม ในการเอื้อให้เกิดพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปาก และพฤติกรรมบริโภคที่ดีในโรงเรียน

ผู้วิจัยจึงสนใจพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษาบนพื้นฐานแนวคิดและทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตน และการส่งเสริมทันตสุขภาพในโรงเรียน เพื่อเป็นการป้องกันโรคในช่องปาก และเสริมสร้างพฤติกรรมและปลูกฝังสุขนิสัยให้นักเรียนมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากที่ดีในอนาคต

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

เพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัยและรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยนำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์เนื้อหา และสาระจากฐานข้อมูล Thai Library Integrated System (ThaiLIS) และ Scincedirect.com ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพช่องปากในประเด็นการจัดโปรแกรมทันตสุขภาพในโรงเรียน ความรู้เรื่องโรคและอนามัยช่องปาก ประโยชน์การดูแลช่องปาก การรับรู้ความรุนแรงของปัญหาสุขภาพช่องปาก วิธีแปรงฟัน การตรวจสอบความสะอาดของฟัน

2. วิเคราะห์และสรุปผลข้อมูล โดยนำมาวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) กำหนดประเด็นในการพัฒนาด้านองค์ประกอบของโปรแกรม จำนวนกิจกรรมของโปรแกรม และตารางการดำเนินการจัดโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น

3. สร้างและพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษา ประกอบด้วยกิจกรรมที่ให้ความรู้นักเรียน สร้างเจตคติการรับรู้อันตรายและผลกระทบ และฝึกการปฏิบัติให้กับนักเรียน โดยให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในกิจกรรมโดยนำผลการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ทฤษฎีและแนวคิดมาจัดทำกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปาก โดยออกแบบกิจกรรมที่ประกอบการพัฒนา 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ในการปฏิบัติได้ออกแบบกิจกรรมให้นักเรียนเห็นผลของการปฏิบัติที่สามารถพิสูจน์และตรวจสอบได้

4. ตรวจสอบคุณภาพของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นโดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 คน ซึ่งกำหนดคุณสมบัติผู้ทรงคุณวุฒิต้องมีความรู้ความชำนาญในเรื่องของการดูแลพฤติกรรมสุขภาพช่องปาก หรือมีประสบการณ์การสอนสุขศึกษา ไม่น้อยกว่า 5 ปี และมีวุฒิการศึกษาไม่ต่ำกว่ามหาบัณฑิต เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาให้มีความสัมพันธ์กับเนื้อหาความรู้ที่กำหนด และกำหนดค่าดัชนีความสอดคล้อง (index of Congruence; IOC) และนำผลการประเมินมาปรับปรุงพัฒนาโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบเก็บข้อมูลการวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาสังเคราะห์เก็บข้อมูลแบ่งเป็นประเภทการวิจัย วัตถุประสงค์การวิจัย ตัวแปรที่ศึกษา กลุ่มตัวอย่างกำหนด สถิติที่ใช้ ผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

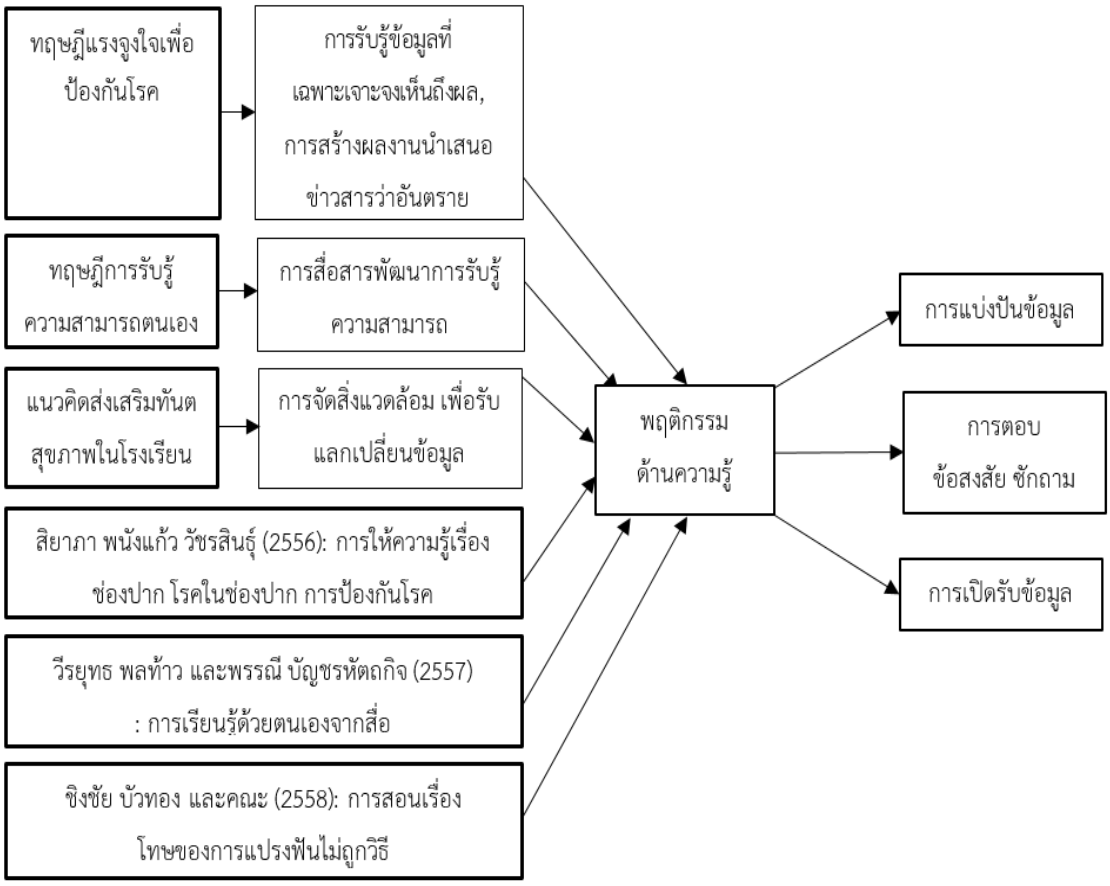
2. แบบประเมินความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อหาคุณภาพของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นเป็นการเก็บข้อมูลตามความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิโดยพิจารณาความสอดคล้องกับเนื้อหา ซึ่งกำหนดมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ คือ + 1 หมายถึง เห็นด้วยว่าเครื่องมือนั้นสอดคล้อง 0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าเครื่องมือนั้นสอดคล้อง และ – 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยว่าเครื่องมือนั้นสอดคล้อง และกำหนดค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยกำหนดค่าดัชนี

ความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป (Rovinelli & Hambleton, 1977) โดยแบ่งแบบประเมินออกเป็น 3 ส่วน คือ 1) แบบประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาองค์ประกอบของกิจกรรม 2) แบบประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของกิจกรรม 10 กิจกรรม และ 3) แบบประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของตารางการจัดโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น

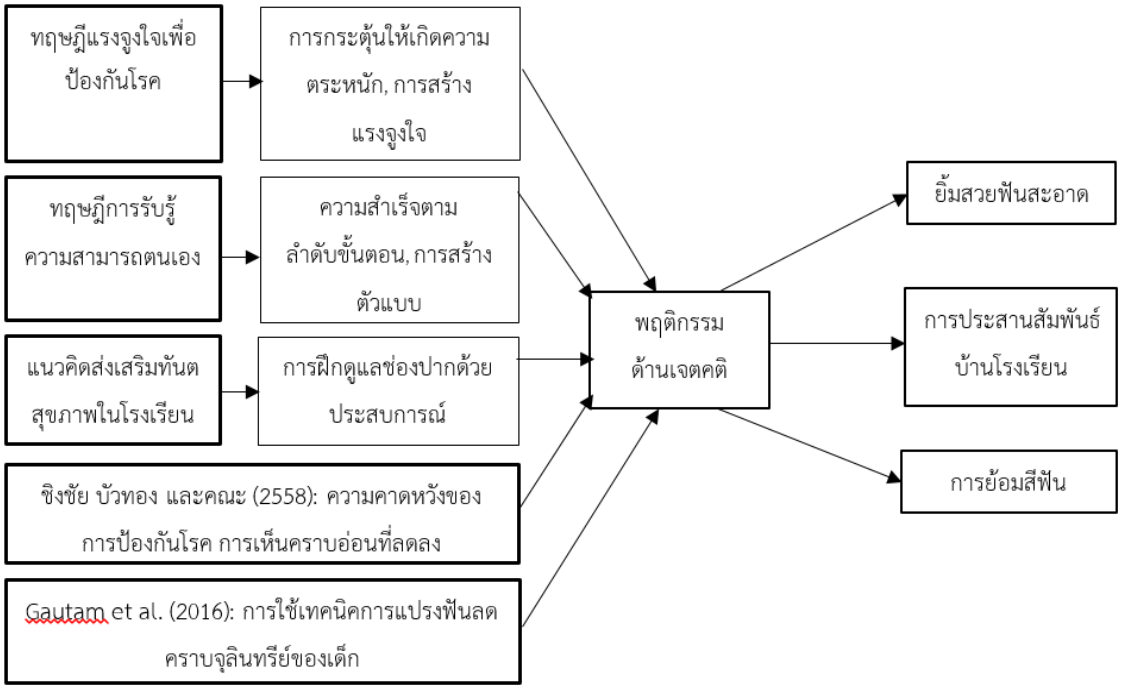
ผลการวิจัย

1) ผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเอง และแนวคิดส่งเสริมทันตสุขภาพในโรงเรียนจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังแผนภาพที่ 1-3

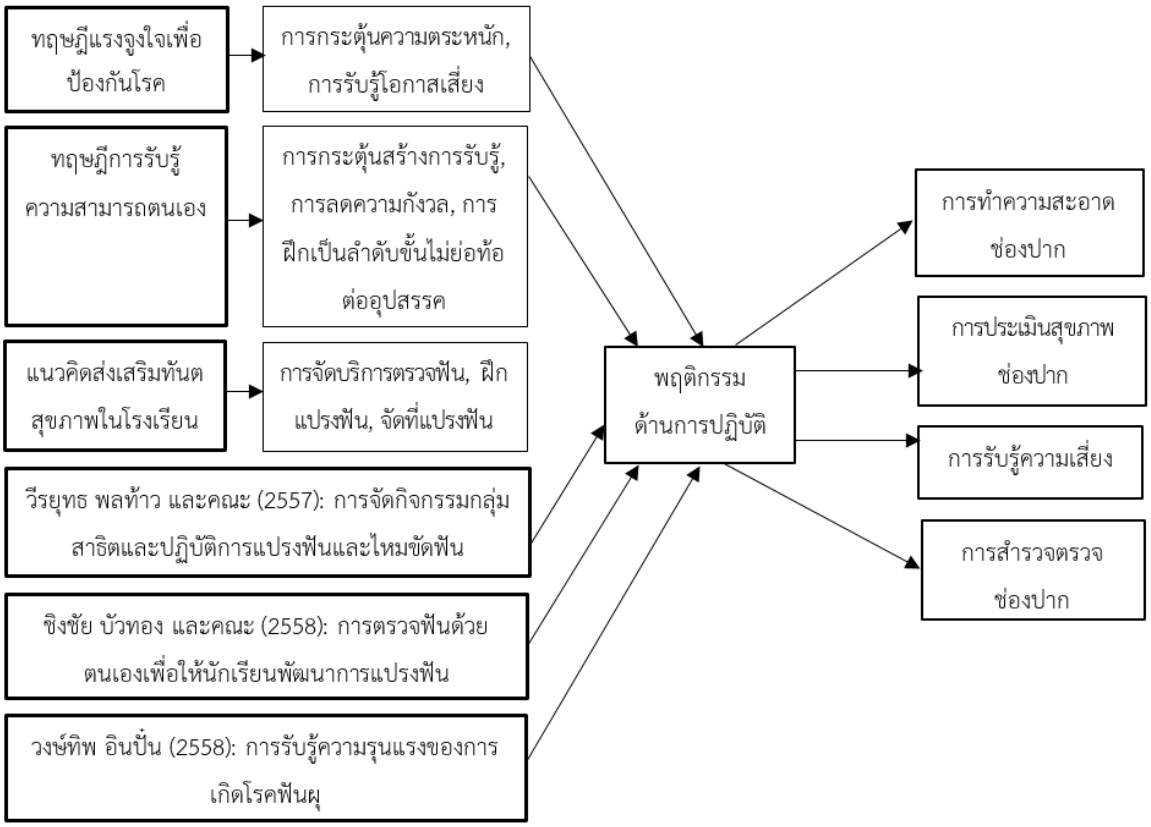
แผนภาพที่ 1 ผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นกิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากด้านความรู้



แผนภาพที่ 2 ผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นกิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากด้านเจตคติ



แผนภาพที่ 3 ผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นกิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากด้านการปฏิบัติ



ผลการสังเคราะห์กิจกรรมจากแนวคิดทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้เป็น 10 กิจกรรม คือ 1) การสำรวจตรวจช่องปาก 2) การย้อมสีฟัน 3) การประเมินสุขภาพช่องปาก 4) ยิ้มสวยฟันสะอาด 5) การเปิดรับข้อมูล 6) การรับรู้ความเสี่ยง 7) การทำความสะอาดช่องปาก 8) การตอบข้อสงสัย ซักถาม 9) การประสานสัมพันธ์บ้านโรงเรียน และ 10) การแบ่งปันข้อมูล แล้วนั้นผู้วิจัยได้ออกแบบกิจกรรมแต่ละกิจกรรม แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิประเมินเพื่อหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียน ค่าความสอดคล้องขององค์ประกอบของกิจกรรม

2) ผลการประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น

2.1) ผลการประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาขององค์ประกอบกิจกรรมที่ได้มาจากการวิเคราะห์และสังเคราะห์ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียน มี 6 องค์ประกอบ คือ ชื่อกิจกรรม วัตถุประสงค์ แนวความคิด ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม สื่อ/แหล่งข้อมูล และการประเมินผล มีค่าดัชนีความสอดคล้องในแต่ละด้านเฉลี่ย เท่ากับ 1.00

2.2) ผลการประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของสอดคล้องของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนประถมศึกษา จำนวน 10 กิจกรรม มีค่าดัชนีความสอดคล้องรวม เท่ากับ 0.98 โดยมีข้อเสนอแนะพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒินำมาสรุปเป็นกิจกรรม ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ตารางกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษา

ลำดับ	ชื่อกิจกรรม (กิจกรรมย่อ)	เวลา (นาที)	วัตถุประสงค์กิจกรรม
1	<u>การสำรวจตรวจช่องปาก</u> (นักเรียนตรวจสุขภาพช่องปากของตนเองก่อนการแปรงฟัน สำรวจความผิดปกติของช่องปาก และคราบเศษอาหารในช่องปาก ด้วยกระจกส่งสะท้อน และอุปกรณ์ตรวจความสะอาดของช่องปากประกอบสมาร์ทโฟนโดยผู้สอนและ/หรือนักเรียนถ่ายรูป และบันทึกผล)	20	- สำรวจและสังเกตสุขภาพช่องปากของตนเอง - วิเคราะห์ข้อดีของการตรวจสุขภาพช่องปาก - เห็นความสำคัญของการตรวจฟันด้วยตนเอง
2	<u>การย้อมสีฟัน</u> (ย้อมสีฟันโดยผู้สอน และให้นักเรียนสำรวจบริเวณที่สีย้อมจะปรากฏคราบสีแดงขึ้นเป็นคราบบนตัวฟัน ให้กำจัดออกโดยการแปรงฟันฝึกในตำแหน่งที่ยากแก่การทำความสะอาด และสำรวจคราบสีย้อมให้หมดไป)	20	- อธิบายการเกิดคราบเศษอาหาร - ตรวจสอบคราบเศษอาหารหลังจากย้อมสีฟันได้ด้วยตนเอง - กำจัดคราบเศษอาหารภายในช่องปากได้ครบทุกตำแหน่งหลังจากย้อมสีฟันแล้ว
3	<u>การประเมินสุขภาพช่องปาก</u> (ผู้สอนนำภาพผลการตรวจสุขภาพช่องปากของนักเรียนมาให้นักเรียนแต่ละคนประเมินว่าในอนาคตอาจจะเกิดความผิดปกติหรือโรคในช่องปากของนักเรียนได้หรือไม่ และวางแผนป้องกันได้อย่างไร)	20	- ประเมินและบันทึกสุขภาพช่องปากตนเอง - กระตุ้นให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพช่องปากของตนเอง - วางแผนการดูแลสุขภาพช่องปากแต่ละบุคคล
4	<u>ยิ้มสวยฟันสะอาด</u> (ผู้สอนแสดงภาพผลการตรวจช่องปากของนักเรียนที่แปรงฟันสะอาด และมอบรางวัลให้กับนักเรียน และร่วมกันอภิปรายว่ามีวิธีการแปรงอย่างไร)	20	- เสริมแรงนักเรียนให้มีความตั้งใจในการดูแลสุขภาพช่องปาก - แสดงตัวอย่างพฤติกรรมสุขภาพช่องปากที่ดี - แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปากให้กับนักเรียน

ลำดับ	ชื่อกิจกรรม (กิจกรรมย่อย)	เวลา (นาที)	วัตถุประสงค์กิจกรรม
5	<u>การเปิดรับข้อมูล</u> (ผู้สอนแสดงตัวอย่างแปรงสีฟัน ยาสีฟันของจริงให้นักเรียนอภิปรายข้อดี ข้อเสีย ให้เลือกแปรงสีฟันที่เหมาะสมกับตนเอง และทำการทดลองเรื่องความแข็งแรงของฟัน ให้เลือกอาหารส่งเสริมสุขภาพฟัน และอภิปรายถึงพฤติกรรมส่งเสริมและทำร้ายฟัน)	20	- นำเสนอข้อมูลที่มีประโยชน์ต่อการดูแลสุขภาพช่องปาก - ระบุและยกตัวอย่างข้อมูลพร้อมแหล่งข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการดูแลสุขภาพช่องปาก - นำข้อมูลมากำหนดแนวทางการดูแลสุขภาพของตนเอง
6	<u>การรับรู้ความเสี่ยง</u> (ผู้สอนให้นักเรียนเล่นเกมจับผิดภาพที่แสดงถึงความผิดปกติและโรคในช่องปาก และอธิบายถึงลักษณะความผิดปกติ สาเหตุ และวิธีการป้องกัน และให้นักเรียนนำผลการตรวจสุขภาพช่องปากของตนเองมาประกอบการวางแผนเพื่อป้องกันความเสี่ยงที่อาจจะเกิดขึ้น)	20	- เสริมสร้างการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคในช่องปากหรือสิ่งที่กำลังคุกคาม - ตัดสินใจกำหนดแนวทางการปฏิบัติตนหลีกเลี่ยงอันตรายที่เกิดขึ้นกับสุขภาพช่องปาก - อธิบายการเกิดโรคในช่องปาก
7	<u>การทำความสะอาดช่องปาก</u> (สาธิตการแปรงฟันและให้นักเรียนฝึกแปรงฟันประกอบเพลง ใช้ไหมขัดฟัน แปรงลิ้น และนวดเหงือก และวางแผนการแปรงฟันของตนเองใน 1 สัปดาห์ ทั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน)	20	- อธิบายและปฏิบัติการแปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันได้อย่างถูกต้อง - เสริมสร้างประสิทธิภาพการแปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันที่ถูกต้อง - มีเจตคติที่ดีต่อการแปรงฟัน
8	<u>การตอบข้อสงสัย ซักถาม</u> (ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม และเขียนคำถามที่เกี่ยวข้องกับช่องปากใส่กล่องโดยไม่เขียนชื่อ ผู้สอนเลือกคำถามที่ละคำถาม และอภิปรายร่วมกัน นอกจากนี้ได้จัดกิจกรรมคลินิครักษ์ฟันตอบคำถามการดูแลช่องปากรายบุคคล)	20	- ให้คำปรึกษาและแนะนำการดูแลสุขภาพช่องปากให้กับนักเรียน - สร้างเสริมประสิทธิภาพในการดูแลสุขภาพช่องปาก - ติดตามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก
9	<u>การประสานสัมพันธ์บ้านโรงเรียน</u> (ผู้สอนจัดประชุมชี้แจงกับผู้ปกครองถึงรายละเอียดของโปรแกรมพร้อมแจกคู่มือ และขอความร่วมมือการจัดสถานที่และอุปกรณ์การแปรงฟันให้กับนักเรียนที่บ้าน และร่วมประเมินพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากนักเรียน)	20	- ให้ผู้ปกครองช่วยเหลือและแนะนำนักเรียนในการดูแลสุขภาพช่องปาก - เสริมแรงการมีเจตคติที่ดีในการแปรงฟัน - แนะนำบุคคลในครอบครัวให้ความสำคัญกับดูแลสุขภาพช่องปาก
10	<u>การแบ่งปันข้อมูล</u> (นักเรียนสรุปความรู้ที่ได้รับโดยแบ่งออกเป็นประเด็นการดูแลสุขภาพช่องปาก นำมาออกแบบเป็นโปสเตอร์ที่เพื่อเชิญชวนดูแลสุขภาพช่องปากในโรงเรียน และออกแบบคลิปวีดิโอสั้นแนะนำการดูแลช่องปากเผยแพร่ในระบบ Social Network)	40	- ออกแบบสื่อและข้อมูลการดูแลสุขภาพช่องปากในโรงเรียน - เผยแพร่ข้อมูลการดูแลสุขภาพช่องปาก - ส่งเสริมการมีส่วนร่วมในจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน

2.3 ผลการประเมินหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาของสอดคล้องของแผนการดำเนินการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษา ได้ให้ความสำคัญของการตรวจสุขภาพช่องปากโดยจัดเรียงกิจกรรมให้เปรียบเทียบสีย้อมฟันก่อน และหลังการทำความสะอาดหลังจากที่นักเรียนได้รู้แล้วว่าส่วนใดยังไม่สะอาด เพื่อใช้ประเมินผลว่ามีสีย้อมทำให้นักเรียนทำความสะอาดได้ดีขึ้น ใช้เวลาในการจัดกิจกรรมตลอดระยะเวลาต่อเนื่อง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ชั่วโมง ตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แผนการดำเนินการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษา

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา (สัปดาห์ / ครั้งที่)											
	1		2		3		4		5		6	
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
1. การสำรวจตรวจช่องปาก	✓1	✓3		✓3		✓3		✓3		✓3		✓3
2. การย้อมสีฟัน		✓1				✓1				✓1		
3. การประเมินสุขภาพช่องปาก			✓2				✓2				✓2	
4. ยิ้มสวยฟันสะอาด					✓1				✓1			
5. การเปิดรับข้อมูล	✓2			✓1				✓1				✓1
6. การรับรู้ความเสี่ยง			✓1				✓1				✓1	
7. การทำความสะอาดช่องปาก		✓2		✓2		✓2		✓2		✓2		✓2
8. การตอบข้อสงสัย ซักถาม			✓3				✓3					
9. การประสานสัมพันธ์บ้านโรงเรียน	✓3										✓3	
10. การแบ่งปันข้อมูล					✓2				✓2			

*ตัวเลขในตารางแสดงลำดับการจัดกิจกรรม 1 ถึง 3 ส่วนสัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 1 และสัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 1 มี 2 กิจกรรม เนื่องจากกิจกรรมการแบ่งปันข้อมูลใช้เวลา 40 นาที

สรุปผล

การวิจัยนี้ได้พัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนประถมศึกษาจากพื้นฐานทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเอง และแนวคิดส่งเสริมทันตสุขภาพในโรงเรียน ประกอบด้วยกิจกรรม 10 กิจกรรม เป็นโปรแกรมประกอบด้วย ชื่อกิจกรรม วัตถุประสงค์ แนวความคิด ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม สื่อการเรียนรู้/แหล่งข้อมูล และการประเมินผล ได้แก่ 1) การสำรวจตรวจฟัน 2) การย้อมสีฟัน 3) การประเมินสุขภาพช่องปาก 4) ยิ้มสวยฟันสะอาด 5) การเปิดรับข้อมูล 6) การรับรู้ความเสี่ยง 7) การทำความสะอาดช่องปาก 8) การตอบข้อสงสัย ซักถาม 9) การประสานสัมพันธ์บ้านโรงเรียน และ 10) การแบ่งปันข้อมูล ซึ่งโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นนี้จะใช้เวลาในการดำเนินการต่อเนื่อง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ชั่วโมง เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับนักเรียนขั้นประถมศึกษา

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยข้างต้นสามารถนำมาอภิปรายได้ดังประเด็นต่อไปนี้

1. การพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากด้านความรู้ โปรแกรมที่พัฒนานี้สามารถส่งเสริมความรู้ด้านการดูแลสุขภาพช่องปากได้เป็นอย่างดี โดยผ่านกิจกรรมการเปิดรับข้อมูลซึ่งเป็นกิจกรรมการให้ความรู้นักเรียนผ่านกิจกรรมกลุ่มกิจกรรมรายบุคคล โดยไม่เป็นเพียงการได้รับความรู้โดยผู้สอนเท่านั้น น่าจะเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักการค้นคว้าความรู้ เพื่อดูแลสุขภาพตนเองในอนาคต เริ่มจากเรียงลำดับเนื้อหาจากอุปกรณ์ทำความสะอาดให้นักเรียนมีความรู้ถึงอุปกรณ์ทำความสะอาดช่องปากและไม่เกิดอันตราย สอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรยุทธ พลท้าว และพรรณี บัญชรหัตถกิจ (Weerayouth Poltao and Pannee Banchonhattakit, 2014) ทำการวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาร่วมกับการใช้สื่อประสมช่วยสอน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการ

ป้องกันโรคฟันผุโรคเหงือกในนักเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า การใช้สื่อประถมทำให้ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของด้านความรู้โรคฟันผุและโรคเหงือกอักเสบสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ Lai, H. et al. (2016) เรื่องโปรแกรมการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปากระยะยาวสำหรับนักเรียน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมมีสุขภาพฟันที่ดีในระยะยาวและมีความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปาก มีสุขนิสัยที่ดี ลดคราบอ่อนที่ฟัน ไม่เป็นโรคในช่องปาก นอกจากนี้กิจกรรมการรับรู้ความเสี่ยงเป็นกิจรรมที่อาจให้ข้อมูลกับนักเรียนเกิดประสบการณ์ที่ตรงปัญหาสุขภาพของนักเรียนปัจจุบัน ซึ่งนักเรียนวัยประถมศึกษามักจะพบการขึ้นของฟันแท้และการโยกของฟันน้ำนม และอาจจะพบฟันผุของฟันน้ำนมก็จะส่งผลต่อฟันแท้ และกิจกรรมการแบ่งปันข้อมูล จึงเป็นการให้ความรู้เบื้องต้นกับนักเรียนให้นักเรียนประมวลผลความรู้ที่ได้รับแล้วนำไปใช้ นอกจากนี้อาจจะเกิดการถ่ายทอดไปยังบุคคลอื่นได้ โดยผ่านกิจกรรมที่นักเรียนนำข้อมูลมาเผยแพร่ในรูปแบบโปสเตอร์ ชิ้นงานบัตรคำเชิญชวน และการเผยแพร่ผ่านระบบออนไลน์ ทำและยังอาจฝึกประสบการณ์ตรงให้นักเรียนได้เข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพและเผยแพร่ข้อมูล ซึ่งจะเป็นประสบการณ์ให้นักเรียนเกิดความรอบรู้ทางสุขภาพ สอดคล้องกับทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคที่กล่าวถึงใช้สื่อเป็นสิ่งสำคัญในการเผยแพร่ข้อมูลที่คุกคามต่อสุขภาพ ลักษณะข้อความที่ปรากฏ เช่น มีอันตราย ใช้สื่อเป็นกระตุ้นให้เกิดความตระหนัก เป็นข้อมูลด้านการดูแลสุขภาพ และสอดคล้องกับทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเองที่กล่าวถึงกระบวนการเกิดพฤติกรรมของมนุษย์ที่ต้องมีปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมมาเป็นปัจจัยส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

2. การพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากด้านเจตคติเป็นการพัฒนานักเรียนให้เกิดการรับรู้และกระตุ้นความรู้สึกของนักเรียนให้ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพช่องปาก และอันตรายของโรคในช่องปากที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคต ดังเช่นกิจกรรมย้อมสีฟันน่าจะทำให้นักเรียนเกิดการรับรู้ถึงผลของการปฏิบัติโดยตรง เนื่องจากเป็นผลจากการแปรงฟันของนักเรียนโดยตรงที่สามารถเห็นผลได้ทันที ทำให้นักเรียนอาจเกิดความตั้งใจและมุ่งมั่นในการแปรงฟันในตำแหน่งที่ติดสีฟันออก และตรวจสอบซ้ำว่าจะสะอาดหรือไม่ ดังทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคที่กล่าวถึงการตอบสนองของบุคคลเมื่อได้รับการกระตุ้นว่าเมื่อรู้สึกไม่มั่นคงหรือเสี่ยงต่ออันตรายนั้นก็จะเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคที่เชื่อว่าบุคคลมีความสามารถที่จะปฏิบัติให้บรรลุในสิ่งที่ตั้งใจไว้ได้ (Bandura, 1977) การกระทำของนักเรียนเช่นนี้อาจเกิดการพัฒนาทักษะการแปรงฟันเกิดขึ้น ส่วนกิจกรรมการประเมินสุขภาพช่องปากอาจจะเป็นกิจกรรมที่ช่วยกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความตระหนักถึงปัญหาสุขภาพของตนเองอย่างต่อเนื่อง คือ นักเรียนจะสามารถเปรียบเทียบผลการตรวจสุขภาพช่องปากของตนเองกับลักษณะปัญหาช่องปากที่นำไปสู่โรคได้ โดยอาจจะให้นักเรียนเกิดความกลัวต่อโรคที่อาจจะเกิดขึ้นกับตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของวงษ์ทิพ อินปั๋น (Wongtip Inpun, 2015) เรื่องผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาต่อพฤติกรรมการป้องกันการเกิดโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า กลุ่มทดลองภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมมีการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคฟันผุ เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กิจกรรมยิ้มสวยฟันสะอาดเป็นกิจกรรมที่อาจส่งผลต่อด้านจิตใจของนักเรียนที่เน้นถึงความประสบความสำเร็จของการปฏิบัติที่มีรางวัลสำหรับนักเรียนที่เกิดการพัฒนาการแปรงฟันที่สะอาดขึ้น ที่น่าจะเป็นแรงจูงใจที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ นอกจากนี้ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จแปรงฟันได้สะอาด อาจเป็นสิ่งที่ทำให้นักเรียนเกิดสื่อสารและแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันในเพื่อนวัยเดียวกันเกิดความเข้าอกเข้าใจกัน ดังทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคที่กล่าวถึงความคาดหวังในความสามารถของตนเองที่ใช้ตัวแทนหรือตัวแบบพูดชักชวนเพื่อกระตุ้นทางอารมณ์และสอดคล้องกับ Kazdin (1974) ที่นำทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตนมาประยุกต์ กับการใช้ตัวแบบ

(Modeling) เป็นการสังเกตตัวแบบแสดงพฤติกรรมการแก้ไขปัญหาที่มีผลต่อความรู้สึกความสามารถ และกิจกรรมตอบข้อสงสัย ซักถามสามารถช่วยให้นักเรียนได้แก้ไขปัญหาสุขภาพช่องปากด้วยตนเอง โดยนักเรียนก็อาจจะสอบถามหรือแสดงความคิดเห็นได้ตามความสนใจของนักเรียน และการซักถามรายบุคคลน่าจะเป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนแต่ละคนเข้าใจรับรู้ปัญหาของตนเองได้ดีขึ้นใส่ใจและเอาจริงเอาจังให้ความสำคัญต่อช่องปากของตนเอง อาจเกิดลักษณะนิสัยที่ดีความชอบความพอใจต่อการดูแลสุขภาพช่องปาก

3. การพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากด้านการปฏิบัติเป็นหัวใจสำคัญของโปรแกรมส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนที่ให้ความสำคัญตามหลักการทางสุขศึกษาที่กล่าวถึงปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ให้ความสำคัญของการพัฒนาด้านการปฏิบัติเป็นอันดับแรกในระดับประถมศึกษา โดยกิจกรรมที่อาจจะส่งเสริมการปฏิบัติโดยตรง คือ กิจกรรมการทำความสะอาดช่องปากเป็นกิจกรรมที่ฝึกให้นักเรียนแปรงฟันที่ถูกต้องเน้นการฝึกปฏิบัติที่นักเรียนได้ลงมือทำด้วยตนเองตามการสาธิตและลงมือปฏิบัติ ทำให้นักเรียนอาจจะเกิดการลอกเลียนแบบการทำตามตัวอย่าง ดังงานวิจัยของ Antonio et al. (2006) ศึกษาเรื่องการส่งเสริมสุขภาพช่องปากในเด็กที่มีการจัดโปรแกรมการป้องกันในโรงเรียนที่แตกต่างกัน โดยมีการสอนแปรงฟัน ที่พบว่าหลังจากสอนแล้วนักเรียนกลุ่มทดลองมีความสะอาดของช่องปากสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้การฝึกประสบการณ์ให้นักเรียนฝึกใช้ไหมขัดฟัน การแปรงลิ้น และการนวดเหงือก อาจเป็นประสบการณ์ตรงที่นักเรียนสามารถฝึกโดยมีครูเป็นผู้ชี้แนะ แนะนำการปฏิบัติว่าถูกต้องหรือไม่ อีกทั้งยังสามารถเห็นผลของการปฏิบัติทันทีจากกิจกรรมการสำรวจตรวจฟันที่เป็นกิจกรรมสร้างเสริมการตรวจประเมินสุขภาพช่องปากของตนเองในกิจกรรมให้นักเรียนฝึกตรวจช่องปากด้วยตนเองและบันทึกผลทุกครั้งหลังการแปรงฟัน ให้นักเรียนสังเกตช่องปากของตนเองทั้งสองกิจกรรมนี้จะเป็นกิจกรรมที่ต่อเนื่องกันและจัดตลอดระยะเวลาของการดำเนินกิจกรรม 6 สัปดาห์ ที่ต้องการให้นักเรียนเกิดการปฏิบัติที่ต่อเนื่องปลูกฝังสุขปฏิบัติที่ดี ดังสอดคล้องกับทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคที่กล่าวถึงการปฏิบัติทำให้เกิดการรับรู้ผลของการปฏิบัติ ความสามารถในการตอบสนองรับสถานการณ์ ที่เข้ามากระตุ้นเป็นการยอมรับและการมีความตั้งใจที่จะปฏิบัติตามเป็นความคาดหวัง (Boer & Seydel, 1996) และน่าจะเป็นการปรับปรุงพฤติกรรมสร้างสุขนิสัยที่ดีในชีวิตประจำวันของนักเรียนได้เป็นอย่างดี เช่นเดียวกับงานวิจัยของชิงชัย บัวทอง, ยินดี พรหมศิริไพบูลย์ และ อัจริยา วัชราวิวัฒน์ (Chingchai Buathong et al., 2015) ที่ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่พบว่าปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ที่พบในกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นอกจากนี้กิจกรรมการตอบข้อสงสัย ซักถามเป็นกิจกรรมที่น่าจะส่งต่อการปฏิบัติของนักเรียนได้เช่นกัน คือ เมื่อนักเรียนเกิดข้อสงสัยหรือมีแนวทางการปฏิบัติที่ไม่ชัดเจนก็สามารถสอบถามหารือผู้สอนและร่วมแลกเปลี่ยนแนะแนวทางการปฏิบัติให้กับนักเรียนได้โดยตรง ดังแนวคิดของทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคที่กล่าวถึงการปฏิบัติตามคำแนะนำแล้วจะสามารถลดภาวะคุกคามของโรคและเพิ่มการรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคอันตรายต่อสุขภาพ (Boer & Seydel, 1996) ประกอบกับกิจกรรมการประสานสัมพันธ์บ้านโรงเรียนยังเป็นกิจกรรมก็อาจจะมีส่วนช่วยช่วยย้ำเตือนการปฏิบัติ และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองที่ให้ความสำคัญของการดูแลช่องปากของนักเรียนที่บ้าน โดยการจัดเตรียมอุปกรณ์การแปรงฟัน ย้ำเตือนการแปรงฟัน และการให้รางวัลจากผู้ปกครองเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการดูแลช่องปากจากการได้ดาวรางวัล

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนาผลการวิจัยไปใช้

1.1 การจัดกิจกรรมการประเมินสุขภาพช่องปากน่าจะสามารถทำให้นักเรียนสามารถประเมินและวางแผนการดูแลสุขภาพของตนเอง สามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวันที่มีความแตกต่างระหว่างบุคคล

1.2 การดำเนินกิจกรรมหากใช้ภาพจริงหรือภาพของนักเรียนในการประกอบกิจกรรมและสื่อที่เป็นข้อมูลข่าวสาร สื่อรูปภาพ ใบความรู้ เป็นต้น น่าจะสามารถเพิ่มความสนใจให้นักเรียนและเกิดประสิทธิภาพมากที่สุด

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

หากมีการศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุของปัญหาสุขภาพช่องปากของนักเรียนประถมศึกษามาประกอบเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพช่องปากของนักเรียน น่าจะช่วยให้โปรแกรมที่พัฒนาประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้ได้รับเงินทุนอุดหนุนจากทุนวิจัย 90 ปี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

References

Antonio, A. G. et al. (2006). Oral health conditions in children with and without school-based oral preventive program. *Pediatric Dental Journal. 16*(2), 163-169.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy; Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*, 19-21.

Bertness, J. Holt, K. and Barzel, R. (2016). *Promoting Oral Health in Schools: A Resource Guide.* Washington, DC: National Maternal and Child Oral Health Resource Center.

Boer, H. & Seydel, E. R. (1996). *Protection Motivation Theory. In M. Conner, & P. Norman (Eds.), Predicting Health Behaviour: Research and Practice with Social Cognition Models*. (Eds.) Mark Conner: Open University Press.

Bureau of Dental Health. (2018). 8th National Oral Health Survey Sample of Thailand. (2017). Department of Health, Ministry of Public Health of Thailand.

Chingchai Buathong et al. (2015). The effects of oral health promotion program on dental caries prevention behaviors of grade six students at Ban Banghean School at Plaipraya District, Krabi Province. *Journal of Community Health Development Quarterly Khon Kaen University, 3*(2), 293-306.

Em-on Senanurit et al. (2014). A model for dental health promotion in schools through collaborative networking in Tum Yai Subdistrict, Khumuang District, Burirum, 2011 - 2012. *Journal of Health Science, 23*(3), 609-618.

Institute for Population and Social Research, Mahidol University. (2018). Mahidol Population Gazette. Retrieved January 05, 2018, from http://www.ipsr.mahidol.ac.th/ipsr/Contents/Documents/Gazette/Gazette2018TH.pdf.

Kazdin, A. E. (1974). Comparative effects of some variations of covert modeling. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 5*, 225-231.

Kwanta Boonvas et al. (2016). Effects of a health education video on dental caries preventive behaviors among school children grade 4-6 in Trang Province. *Boromarajonani College of Nursing, Uttaradit Journal, 8*(2), July - December 2016, 60-72.

Lai, H. et al. (2016). School-based oral hygiene education program has long-term positive effects on oral health Indicators. *The Journal Evid Base Dent Pract 2017*, 65-67.

Rogers, R. W. (1975). A protection motivation theory of fear appeals and attitude change. *Journal of Psychology, 91*, 93–114.

Rovinelli, R. J. & Hambleton, R. K. (1977). On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test item validity. *Dutch Journal of Educational Research, 2*, 49–60.

Weerayouth Poltao and Pannee Banchonhattakit. (2014). The effects of dental health education program by using multimedia assisted instruction for preventive dental caries and gingivitis behavioral modification among primary school students, Nonsang District, Nongbualamphu Province. *Thai Dental Nurse Journal, 25*(2), 75-88.

Wongtip Inpun. (2015). Effect of dental health program to dental caries prevention behavior among sixth grade students of Anubanprachinburi School. *Phranakhon Rajabhat Research Journal, 10*(1) January – June, 131-142.

Received : 17 September, 2018
Revised : 2 November, 2018
Accepted : 29 April, 2019

การพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา

นวลอนงค์ โพธิ์ช่วย พงศ์เทพ จิระโร มนตรี แย้มกสิกร และเกษมสันต์ พานิชเจริญ
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา 2) เพื่อพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา และ 3) เพื่อทดลองใช้และประเมินผลการใช้มาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ครูประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จำนวน 900 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองมาตรฐานการวัดและประเมินผล คือ ครูประถมศึกษา จำนวน 60 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Sample random sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบทดสอบ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และแบบประเมินคุณภาพ สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และค่าพิสัยระหว่างควอร์ไทล์

ผลการวิจัยพบว่า 1) สภาพการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา พบว่า ครูมีความรู้ด้านการวัดและประเมินผลอยู่ในระดับน้อยไม่ผ่านเกณฑ์ มีทัศนคติและการปฏิบัติในการวัดและการประเมินผล อยู่ในระดับมาก 2) การพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา พบว่า มาตรฐานการวัดและการประเมินผลของครูประถมศึกษา ประกอบด้วย 5 มาตรฐาน 15 ตัวบ่งชี้ เป็นมาตรฐานด้านการวัดผล 3 มาตรฐาน 9 ตัวบ่งชี้ และมาตรฐานด้านการประเมินผล 2 มาตรฐาน 6 ตัวบ่งชี้ มาตรฐานการวัดและประเมินผลที่พัฒนาขึ้นมีความถูกต้องเหมาะสมอยู่ในระดับมากทุกรายการ และทุกรายการผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกัน 3) การประเมินมาตรฐานการวัดและประเมินผล ตัวบ่งชี้ เกณฑ์ที่พัฒนาขึ้น พบว่า การประเมินด้านอรรถประโยชน์ ความเป็นไปได้ ความถูกต้อง และความเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ: การพัฒนามาตรฐาน การวัดและประเมินผล ครูประถมศึกษา

Corresponding Author: นางนวลอนงค์ โพธิ์ช่วย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา E-mail: p_nuan6205@hotmail.com

Academic Journal of Thailand National Sports University
Vol.12 No.1 (January - April 2020)
Online Journal 2697-5793

THE DEVELOPMENT OF MEASUREMENT AND EVALUATION STANDARDS OF TEACHER IN PRIMARY SCHOOL.

Nuananong Phochuai Pongthep Jiraro montree Yamkasikorn and Kasemsunt Panicharoen
Faculty of Education Burapha University

Abstract

The objectives of this study were 1) to study the current knowledge regarding educational measurement and evaluation of primary school teachers in order to develop a standardized measurement and evaluation which are suitable for primary school teachers, and 2) to try out the standardized measurement and evaluation which had been developed. The samples in this study were 900 primary school teachers working in schools under the Office of the Basic Education Commission (OBEC) taken by stratified random sampling and 60 primary school teachers were taken by sample random sampling. Research tools were testing, questionnaires, interview form and quality evaluation form. The statistics used to analyze the collected data were mean, standard deviation, median and Interquartile range.

The findings were as follows: 1) The condition of measurement and evaluation of primary teachers was found that the teachers' knowledge and understandingw were at a low level. The teachers' attitude and practice in measurement and evaluation were at a high level. Measurement and evaluation was at a low level. Attitude and practice in measurement and evaluation were at a high level. 2) The development of the standard of measurement and evaluation of primary teachers consisted of 5 standards and 15 indicators, 3 measurement standards and 2 evaluation standards. In the other site, there were 9 indicators in measurement standard and 6 indicators in evaluation standard. The standard of measurement and evaluation were suitable at a high level with consistent opinion of experts in all items. 3) The assessment of measurement and evaluation standards was found that the utility evaluation feasibility, accuracy and suitability were at a high level.

Keywords: Standard Development, Measurement and Evaluation, Primary School Teachers

Corresponding Author: Nuananong Phochuai Faculty of Education Burapha University
E-mail: p_nuan6205@hotmail.com

บทนำ

การวัด (Measurement) และการประเมินผล (Evaluation) เป็นองค์ประกอบหนึ่งของไตรยางค์การศึกษา (Educational Triogy) ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ วัตถุประสงค์ การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และการวัดผลการประเมินผล รู้จักกันโดยทั่วไปว่า OLE ทั้ง 3 องค์ประกอบ มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน ในการจัดการเรียนการสอนโดยทั่วไป ผู้สอนจะต้องตั้งวัตถุประสงค์การศึกษาว่าสิ่งที่ต้องการสอนคืออะไร เป็นองค์ความรู้ หรือเป็นทักษะ หรือเป็นทัศนคติ/เจตคติ เพราะวัตถุประสงค์ที่จะสอนมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการกำหนดวิธีการสอน หรือวิธีการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แก่ผู้เรียน ไม่ว่าวัตถุประสงค์การศึกษาจะเป็น domain ใดก็ตาม ผู้สอนคาดว่าได้จัดประสบการณ์การเรียรู้แก่ผู้เรียนได้อย่างเหมาะสมตามวัตถุประสงค์แล้วก็ควรต้องมีการวัดและประเมินผล เพื่อตรวจสอบว่าผู้เรียนได้เรียนรู้จริงตามวัตถุประสงค์หรือไม่ (Sureeporn Anusitthanan, 2011) จะเห็นได้ว่าในปัจจุบันครูผู้สอนจะต้องจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ ซึ่งการดำเนินการดังกล่าวนั้นองค์ประกอบอย่างหนึ่งที่มีความจำเป็นและขาดไม่ได้ ก็คือ การประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อให้ได้คำตอบว่าการจัดการเรียนการสอนบรรลุเป้าหมายหรือไม่ สิ่งที่ต้องพัฒนาหรือปรับปรุงผู้เรียนคืออะไรบ้าง ในการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดังกล่าวจะต้องมีกระบวนการวัดที่มีคุณภาพ มีความตรงและความเที่ยง (Pongthep Jiraro, 2014)

สถานศึกษาต้องมีการประเมินผลการเรียนรู้ซึ่งเป็นกระบวนการตรวจสอบผลการเรียนและพัฒนาการต่าง ๆ ของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้ของหลักสูตรสถานศึกษา เพื่อนำผลไปปรับปรุงการเรียนการสอนให้ผู้เรียนบรรลุมาตรฐานที่กำหนดไว้ ตลอดจนใช้เป็นข้อมูลสำหรับการตัดสอนผลการเรียน สถานศึกษาจะต้องรับผิดชอบการวัดและประเมินผลการเรียนของสถานศึกษา และจะต้องมีการจัดการเป็นระบบ และกระบวนการปฏิบัติงานที่มีคุณภาพ สามารถรองรับการประเมินภายในและการประเมินภายนอกตามระบบการประกันคุณภาพการศึกษาได้ ดังนั้น การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ให้เป็นไปตามบทบัญญัติแห่งพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 สอดคล้องกับนโยบายการปฏิรูปการศึกษา กระบวนการของการศึกษาขั้นพื้นฐานและถูกต้องตามหลักการวัดและประเมินผลการเรียน จึงกำหนดการวัดและประเมินผลการเรียนโดยการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนต้องอยู่บนหลักการพื้นฐานสองประการ คือ การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนและการประเมินเพื่อตัดสินผลการเรียน (Ministry of Education, 2009)

ไพศาล หวังพานิช (Phaisan Wangpanich, 2002, pp. 1-2) ได้กล่าวถึงปัญหาเกี่ยวกับการวัดและประเมินผลการศึกษาว่า เป็นสิ่งที่ผู้สอนมิอาจมองข้าม เพราะเป็นประเด็นที่จะนำไปสู่ความเคลือบแคลงสงสัยในคุณภาพการศึกษาโดยรวม ดังนั้น การวัดและประเมินผล จึงนับเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยให้การเรียนรู้ของนักเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและยังเป็นเครื่องมือประกันคุณภาพทางวิชาการอีกด้วย สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (Secretariat Office of the Teachers Council of Thailand, 2006, p. 45) ยังได้พบว่า ปัญหาด้านการวัดและประเมินผลมีสาเหตุมาจากครูขาดความมั่นใจในวิธีการปฏิบัติของการวัดประเมินผลตามสภาพจริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกี่ยวกับเทคนิคการวัดและวิธีการประเมิน ซึ่งสุวิมล ว่องวานิช (Suwimon Wongwanich, 2007, pp. 236-237) พบปัญหาของการวัดการปฏิบัติงาน ปัญหาเครื่องมือ การพัฒนาเครื่องมือเพื่อใช้ในการวัดการปฏิบัติงานจากสาเหตุหลายประการ เช่น ความรู้ด้านการวัดผลยังมีขีดจำกัด เครื่องมือที่วัดการปฏิบัติงานขาดคุณภาพ ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการวัด กระบวนการกับการวัดผลงาน ซึ่งสภาพและปัญหาการดำเนินงานตามแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ในสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยเฉพาะโรงเรียนขนาดเล็ก มีปัญหาติดต่อกันอย่างต่อเนื่อง ดังนั้น สถานศึกษาซึ่งเป็นหน่วยงานสำคัญที่มีภารกิจหลักในด้านการจัดการศึกษา โดยมีคุณภาพของผู้เรียนเป็นผลผลิตของการจัดการศึกษา กระบวนการ

วัดและประเมินผลจึงจัดเป็นภารกิจที่สำคัญของสถานศึกษาเนื่องจากเป็นกระบวนการตรวจสอบการเรียนรู้และพัฒนาต่างๆ ของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้ของหลักสูตร เพื่อนำผลไปใช้ปรับปรุงการเรียนการสอนให้ผู้เรียนบรรลุมาตรฐานที่กำหนดไว้ และใช้เป็นข้อมูลสำหรับการตัดสินผลการเรียน โดยสถานศึกษาจะต้องรับผิดชอบการวัดและประเมินผลการศึกษาให้เป็นไปอย่างเหมาะสม มีคุณภาพและประสิทธิภาพ ให้ผลการประเมินถูกต้องตามสภาพความรู้ ความสามารถที่เป็นจริงของผู้เรียน เพราะผลการประเมินดังกล่าวเป็นสิ่งที่สะท้อนถึงความสามารถที่แท้จริงของผู้เรียน

จากความสำคัญและปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา โดยพิจารณาจากหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานเกี่ยวกับการวัดและประเมินผลการศึกษาของสถานศึกษา ซึ่งการดำเนินการด้านการวัดและประเมินผลที่ครูอาจารย์จำนวนหนึ่งในสถานศึกษามักถูกหยิบยกขึ้นมาเป็นข้อสังเกตหรือเป็นประเด็นปัญหาหลักก็คือ การวัดและประเมินผลไม่มีมาตรฐานหรือขาดการวางแผน การวัดและประเมินไม่สอดคล้องความเป็นจริง การวัดและประเมินผลด้วยวิธีหรือเครื่องมือที่ขาดคุณภาพ (Phaisan Wangpanich, 2002, pp. 1-21) ซึ่งจากปัญหาดังกล่าวจะทำให้เห็นว่ายังไม่สอดคล้องกับมาตรฐานการวัดและประเมินผล ดังนั้น การพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูเป็นสิ่งสำคัญที่ครูจะต้องปฏิบัติงานตามมาตรฐานการปฏิบัติงาน คือ ปฏิบัติกิจกรรมทางวิชาการเกี่ยวกับการพัฒนาวิชาชีพครูอยู่เสมอตัดสินใจปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ โดยคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นกับผู้เรียนมุ่งมั่นพัฒนาผู้เรียนให้เต็มตามศักยภาพ พัฒนาแผนการสอนให้สามารถปฏิบัติให้เกิดผลจริง พัฒนาสื่อการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพอยู่เสมอ จัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยเน้นผลถาวรที่เกิดแก่ผู้เรียน รายงานผลการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียนได้อย่างมีระบบ ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้เรียน ร่วมมือกับผู้อื่นในสถานศึกษาอย่างสร้างสรรค์ ร่วมมือกับผู้อื่นในชุมชนอย่างสร้างสรรค์ แสวงหาและใช้ข้อมูลข่าวสารในการพัฒนา และสร้างโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ได้ทุกสถานการณ์ เมื่อครูเกิดความรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนจะทำให้ครูสามารถตัดสินผลการวัดและประเมินผลของนักเรียนได้อย่างแท้จริง อีกทั้งการพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลเป็นการดีที่จะทำให้ได้มีการพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นและเป็นมาตราฐานเพื่อสามารถนำไปใช้และปรับปรุงให้เห็นรูปธรรมได้อย่างชัดเจน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา
2. เพื่อพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา
3. เพื่อทดลองใช้และประเมินผลการใช้มาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัย การวิจัยและพัฒนา (Research & Development) ดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสำรวจสภาพความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการวัดและประเมินผล ทัศนคติเกี่ยวกับการวัดและประเมินผล และการปฏิบัติเกี่ยวกับการวัดและการประเมินผล

ขั้นตอนนี้เป็นการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิด ทฤษฎีการวัดและประเมินผล ทฤษฎีการประเมิน มาตรฐานการวัดและประเมินผล และมาตรฐานวิชาชีพครู ทำการวิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อจัดทำร่างกรอบแนวคิดมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพด้วยใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง สัมภาษณ์ครูและผู้เกี่ยวข้องด้านการวัดและประเมินผล และนำข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าและการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์สังเคราะห์ เพื่อสร้างเป็นแบบสอบถามความคิดเห็น

เกี่ยวกับความรู้ด้านการวัดและประเมินผล ทัศนคติและการปฏิบัติในการวัดและประเมินผล เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 900 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา

ขั้นตอนนี้เป็นการพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา ซึ่งขั้นตอนนี้ดำเนินการโดยการนำร่างกรอบแนวคิดการวัดและประเมินผลของครูที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 มาเพื่อทำการคัดเลือกมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผล โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 17 คนพิจารณาความถูกต้อง ความเหมาะสม โดยการหาฉันทามิติด้วยเทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามมาตรฐานการวัดและประเมินผล พิจารณาค่ามัธยฐานไม่น้อยกว่า 3.5 และค่าพิสัยระหว่างควอร์ไทล์ ไม่เกิน 1.50 แสดงว่า มาตรฐานการวัดและประเมินผลดังกล่าวได้รับฉันทามิติ แสดงว่าความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิสอดคล้องกัน

ขั้นตอนที่ 3 การทดลองใช้และประเมินมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผล

ขั้นตอนนี้เป็นการพิจารณาคุณภาพของมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา โดยการนำมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผลไปใช้ในสถานการณ์จริง และทำการประเมินมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์ ดังกล่าวว่ามีความเป็นไปได้ ความเหมาะสม ความถูกต้อง และมีประโยชน์ต่อการนำไปพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษาอยู่ในระดับใด เครื่องมือที่ใช้ในขั้นตอนนี้คือ แบบประเมินคุณภาพของมาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์การวัดและประเมินผล

ผลการวิจัย

1. สภาพการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา พิจารณา 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ด้านทัศนคติ และด้านการปฏิบัติการวัดและประเมินผล สรุปได้ดังนี้

1.1 ความรู้ด้านการวัดและประเมินผล

ความรู้ด้านการวัดและประเมินผล โดยภาพรวมครูมีความรู้อยู่ในระดับน้อยไม่ผ่านเกณฑ์ ($\overline{X}$= 0.44) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าครูมีความรู้ด้านการวัดและประเมินผลอยู่ในระดับน้อยไม่ผ่านเกณฑ์ 3 อันดับแรกที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ข้อที่ 11 ค่า P ยิ่งสูงยิ่งดี ($\overline{X}$= 0.35) ข้อที่ 10 แบบทดสอบเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดทักษะการปฏิบัติได้ดีที่สุด ($\overline{X}$= 0.38) และข้อที่ 2 การประเมินผล หมายถึง การนำเอาข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการวัดมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ ($\overline{X}$= 0.39) ตามลำดับ และ 3 อันดับแรกที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อที่ 6 การประเมินเป็นส่วนหนึ่งของการวัด ($\overline{X}$= 0.49) ข้อที่ 13 การสอบที่หวังผลในการตัดสิน ได้ – ตก หรือการให้ค่าคะแนน (Grading) ซึ่งจัดเป็น Final Grade of Record เราเรียกการสอบแบบนี้ว่า Formative Evaluation ($\overline{X}$= 0.49) และข้อที่ 14 ข้อสอบที่ตรวจแล้วให้คะแนนตรงกันไม่ว่าผู้ตรวจจะเป็นใคร เรียกคุณสมบัติของข้อสอบว่ามีความเที่ยง (Reliability) ($\overline{X}$= 0.48) เมื่อพิจารณาระดับความรู้ด้านการวัดและประเมินผลของครู พบว่า ครูมีระดับความรู้ไม่ผ่านเกณฑ์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 52.27 รองลงมาคือ ครูมีระดับความรู้อ่อน (14.00 %) และมีความรู้พอใช้ (12.56 %) โดยมีความรู้อยู่ในระดับดีขึ้นไปเพียงร้อยละ 20.78

1.2 ทัศนคติต่อการวัดและประเมินผล

ทัศนคติต่อการวัดและประเมินผล โดยภาพรวมครูมีทัศนคติอยู่ในระดับมาก ($\overline{X}$= 4.08) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าครูมีทัศนคติต่อการวัดและประเมินผลอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อที่ 2 การวัดและการประเมินผลเป็นสิ่งจำเป็นต้องทำในการจัดการเรียนรู้ ($\overline{X}$= 4.67) รองลงมา คือข้อที่ 12 การวัดและการประเมินผลช่วยให้ครูเห็นพัฒนาการของผู้เรียน ($\overline{X}$= 4.63) และข้อที่ 11 การวัดและการประเมินผลช่วยในการ

ปรับปรุงการสอนให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ($\overline{X}$= 4.63) ตามลำดับ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ข้อที่ 3 การวัดและการประเมินผลเป็นเรื่องไม่น่าเชื่อถือ ($\overline{X}$= 3.01) ครูมีทัศนคติอยู่ในระดับปานกลาง

1.3 การปฏิบัติในการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา

การปฏิบัติในการวัดและประเมินผล โดยภาพรวมครูมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($\overline{X}$= 4.13) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าการปฏิบัติในการวัดและประเมินผลที่อยู่ในระดับมากที่สุด คือ ได้ทำการตรวจให้คะแนนอย่างยุติธรรม ($\overline{X}$= 4.70) รองลงมา คือ ได้จัดการคุมสอบอย่างเหมาะสมและยุติธรรม ($\overline{X}$= 4.57) การออกข้อสอบวิชาที่สอนหรือวิชาที่ตรงตามความถนัด ($\overline{X}$= 4.52) ตามลำดับ และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ได้ทำการวิเคราะห์ข้อสอบรายข้อ ($\overline{X}$= 3.70) ครูมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก

2. ผลการพัฒนามาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์ การวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา

จากผลการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิ 17 คน โดยการหาฉันทามติด้วยเทคนิคเดลฟาย มาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา ประกอบด้วย 5 มาตรฐาน 15 ตัวบ่งชี้ แบ่งเป็นมาตรฐานด้านการวัดผล 3 มาตรฐาน 9 ตัวบ่งชี้ และมาตรฐานด้านการประเมินผล 2 มาตรฐาน 6 ตัวบ่งชี้ พบว่า ทุกมาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์การวัดและประเมินผล มีความถูกต้องเหมาะสมอยู่ในระดับมากทุกรายการ และทุกรายการผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็นสอดคล้องกัน (ผลดังตารางที่ 1-2)

ตารางที่ 1 แสดงค่ามัธยฐานและค่าพิสัยระหว่างควอร์ไทล์ ความถูกต้องเหมาะสม และความสอดคล้องของมาตรฐานด้านการวัดผล

มาตรฐาน	เกณฑ์	Q2	Mdn.	Q3	ความถูกต้องเหมาะสม	IQR	ความสอดคล้อง
มาตรฐานที่ 1 โรงเรียนทำการสร้างเครื่องมือวัดผลตามหลักการวัดผล							
ตัวบ่งชี้ 1.1 โรงเรียนจัดผู้ออกข้อสอบที่มีคุณสมบัติเหมาะสม	1. เป็นผู้สอน หรือผู้มีความรู้ตรงสาขา	3.39	3.94	4.09	มาก	.70	✓
	2. ได้รับการอบรมการเขียนข้อสอบ หรือได้เรียนวิชาวัดผลในหลักสูตรปริญญาตรีครุศาสตร์ ศึกษาศาสตร์	3.35	3.85	4.00	มาก	.65	✓
	3. มีคุณสมบัติอื่น ๆ ตามระเบียบของโรงเรียน	3.69	4.18	4.29	มาก	.60	✓
ตัวบ่งชี้ 1.2 โรงเรียนจัดทำกระบวนการออกข้อสอบตามหลักการวัดผล	1. มีการกำหนดจุดมุ่งหมายและเนื้อหา	3.50	4.07	4.43	มาก	.93	✓
	2. มีการจัดทำตารางผังข้อสอบ	3.51	4.03	4.45	มาก	.94	✓
	3. เขียนข้อสอบตามหลักการวัดผล	3.49	4.21	4.39	มาก	.90	✓
	4. มีการทบทวนข้อสอบ	3.48	3.79	4.00	มาก	.52	✓
ตัวบ่งชี้ 1.3 โรงเรียนมีระเบียบหรือข้อกำหนดสำหรับกระบวนการจัดพิมพ์ข้อสอบ	1. มีระเบียบปฏิบัติและการรักษาความปลอดภัย	3.52	3.88	4.08	มาก	.56	✓
	2. มีการปฏิบัติตามระเบียบ	3.55	3.89	4.11	มาก	.56	✓
มาตรฐานที่ 2 โรงเรียนจัดการบริหารการสอบตามหลักการวัดผลและยุติธรรม							
ตัวบ่งชี้ 2.1 โรงเรียนทำการจัดสภาพแวดล้อมในการสอบอย่างเหมาะสมตามหลักการวัดผล	1. จัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพ	3.48	3.99	4.20	มาก	.72	✓
	2. จัดสภาพแวดล้อมทางจิตวิทยา	3.53	4.18	4.27	มาก	.74	✓
ตัวบ่งชี้ 2.2 โรงเรียนจัดการคุมสอบอย่างเหมาะสมและยุติธรรม	1. มีการแต่งตั้งกรรมการคุมสอบ	3.59	4.36	4.50	มาก	.92	✓
	2. มีระเบียบการคุมสอบให้ปฏิบัติ	3.49	4.11	4.46	มาก	.97	✓
	3. มีการปฏิบัติตามระเบียบ	3.55	3.90	4.11	มาก	.56	✓
	4. มีการสั่งการอธิบายการตอบ	3.57	3.98	4.20	มาก	.63	✓
	5. กำหนดเวลาเหมาะสม	3.62	4.07	4.47	มาก	.85	✓
ตัวบ่งชี้ 2.3 โรงเรียนทำ	1. มีการแต่งตั้งกรรมการตรวจข้อสอบ	3.59	4.12	4.43	มาก	.84	✓

มาตรฐาน	เกณฑ์	Q2	Mdn.	Q3	ความถูกต้องเหมาะสม	IQR	ความสอดคล้อง
การตรวจให้คะแนนอย่างยุติธรรม	2. มีเกณฑ์ให้คะแนนชัดเจนและยุติธรรม	3.47	4.05	4.32	มาก	.85	✓
	3. มีวิธีการ หรือ เครื่องมือตรวจและหลักเกณฑ์ที่มีคุณภาพ	3.55	4.23	4.48	มาก	.93	✓
มาตรฐานที่ 3 โรงเรียนทำการหาคุณภาพข้อสอบและปรับปรุงพัฒนาข้อสอบให้นำกลับมาใช้ได้อีก							
ตัวบ่งชี้ 3.1 โรงเรียนทำการวิเคราะห์ข้อสอบรายข้อและเครื่องมือวัดอื่นๆ	1. มีการวิเคราะห์ข้อสอบหาค่าความยากง่าย (p)	3.48	3.88	4.09	มาก	.61	✓
	2. มีการวิเคราะห์ข้อสอบ หาค่าอำนาจจำแนก (r)	3.45	3.89	4.05	มาก	.60	✓
	3. มีการวิเคราะห์ข้อสอบ หาค่าประสิทธิภาพตัวลวง	3.43	3.67	4.02	มาก	.59	✓
	4. มีการวิเคราะห์ข้อสอบ หาค่าอำนาจจำแนกตัวลวง	3.44	3.56	4.00	มาก	.56	✓
ตัวบ่งชี้ 3.2 โรงเรียนทำการปรับปรุงและพัฒนาข้อสอบให้นำกลับมาใช้ได้อีก	1. นำผลการวิเคราะห์ไปปรับปรุงพัฒนาคุณภาพข้อสอบ	3.50	4.00	4.23	มาก	.73	✓
	2. นำข้อสอบที่ปรับปรุงแล้วมาใช้	3.54	4.04	4.44	มาก	.90	✓

ตารางที่ 2 แสดงค่ามัธยฐานและค่าพิสัยระหว่างควอร์ไทล์ ความถูกต้องเหมาะสม และความสอดคล้องของมาตรฐานด้านการประเมินผล

มาตรฐาน	เกณฑ์	Q2	Mdn.	Q3	ความถูกต้องเหมาะสม	IQR	ความสอดคล้อง
มาตรฐานที่ 4 ระบบและกลไกในการประเมินผลการศึกษา							
ตัวบ่งชี้ 4.1 ระบบในการประเมินผลการศึกษา	1. มีระเบียบการประเมินผลชัดเจน	3.48	3.57	4.30	มาก	.82	✓
	2. มีการปฏิบัติตามระเบียบ	3.50	3.70	4.48	มาก	.98	✓
ตัวบ่งชี้ 4.2 กลไกในการประเมินผลการศึกษา	1. มีการกำหนดให้มีคณะกรรมการด้านการวัดประเมินผล	3.47	3.65	4.42	มาก	.95	✓
	2. คณะกรรมการมีกิจกรรมการดำเนินการต่อเนื่อง	3.39	3.69	4.03	มาก	.64	✓
มาตรฐานที่ 5 ประสิทธิผลของการประเมินผลการศึกษา							
ตัวบ่งชี้ 5.1 ความถูกต้อง	ดีมาก (5) = ค่าเฉลี่ย 4.50-5.00 ดี (4) = ค่าเฉลี่ย 3.50-4.49 พอใช้ (3) = ค่าเฉลี่ย 2.50-3.49 ปรับปรุง (2) = ค่าเฉลี่ย 1.50-2.49 ต้องปรับปรุง (1) = ค่าเฉลี่ย 1.00-1.49	3.49	3.88	4.30	มาก	.81	✓
ตัวบ่งชี้ 5.2 ความเหมาะสม	ดีมาก(5) = ค่าเฉลี่ย 4.50-5.00 ดี(4) = ค่าเฉลี่ย 3.50-4.49 พอใช้(3) = ค่าเฉลี่ย 2.50-3.49 ปรับปรุง(2) = ค่าเฉลี่ย 1.50-2.49 ต้องปรับปรุง(1) = ค่าเฉลี่ย 1.00-1.49	3.46	3.97	4.42	มาก	.96	✓
ตัวบ่งชี้ 5.3 ความเป็นไปได้	ดีมาก(5) = ค่าเฉลี่ย 4.50-5.00 ดี(4) = ค่าเฉลี่ย 3.50-4.49 พอใช้(3) = ค่าเฉลี่ย 2.50-3.49 ปรับปรุง(2) = ค่าเฉลี่ย 1.50-2.49 ต้องปรับปรุง(1) = ค่าเฉลี่ย 1.00-1.49	3.53	4.01	4.48	มาก	.95	✓
ตัวบ่งชี้ 5.4 ประโยชน์จากการใช้ผลการประเมิน	ดีมาก(5) = ค่าเฉลี่ย 4.50-5.00 ดี(4) = ค่าเฉลี่ย 3.50-4.49 พอใช้(3) = ค่าเฉลี่ย 2.50-3.49 ปรับปรุง(2) = ค่าเฉลี่ย 1.50-2.49 ต้องปรับปรุง(1) = ค่าเฉลี่ย 1.00-1.49	3.58	4.00	4.50	มาก	.92	✓

3. ผลการประเมินมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผล

จากการประเมินของครูประถมศึกษา หลังทดลองใช้มาตรฐานการวัดและประเมินผล ด้วยแบบประเมินคุณภาพของมาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์การวัดและประเมินผล 5 ด้าน สรุปผลได้ดังนี้

3.1 ด้านอรรถประโยชน์ พบว่า มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากทุกรายการ โดยตัวบ่งชี้ 1.1 โรงเรียนจัดผู้ออกข้อสอบที่มีคุณสมบัติเหมาะสม ตัวบ่งชี้ 2.2 โรงเรียนจัดการคุมสอบอย่างเหมาะสมและยุติธรรม มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากัน รองลงมาคือ ตัวบ่งชี้ 1.2 โรงเรียนจัดทำกระบวนการออกข้อสอบตามหลักการวัดผล และตัวบ่งชี้ 5.1 ความถูกต้อง ส่วนตัวบ่งชี้ 5.3 ความเป็นไปได้ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด

3.2 ด้านความเป็นไปได้ พบว่า มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากทุกรายการ โดยตัวบ่งชี้ 2.2 โรงเรียนจัดการคุมสอบอย่างเหมาะสมและยุติธรรม ตัวบ่งชี้ 1.3 โรงเรียนมีระเบียบหรือข้อกำหนดสำหรับกระบวนการจัดพิมพ์ข้อสอบ และตัวบ่งชี้ 1.2 โรงเรียนจัดทำกระบวนการออกข้อสอบตามหลักการวัดผล มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดตามลำดับ ส่วนตัวบ่งชี้ 3.1 โรงเรียนทำการวิเคราะห์ข้อสอบรายข้อและเครื่องมือวัดอื่นๆ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด

3.3 ด้านความถูกต้อง พบว่า มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากทุกรายการ โดยตัวบ่งชี้ 1.1 โรงเรียนจัดผู้ออกข้อสอบที่มีคุณสมบัติเหมาะสม ตัวบ่งชี้ 2.2 โรงเรียนจัดการคุมสอบอย่างเหมาะสมและยุติธรรม และตัวบ่งชี้ 5.1 ความถูกต้อง มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด เรียงตามลำดับ ส่วนตัวบ่งชี้ 3.3 โรงเรียนจัดเก็บข้อสอบที่มีคุณภาพไว้เป็นความลับเพื่อนำไปใช้ได้อีก มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด

3.4 ความเหมาะสม พบว่า มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากทุกรายการ โดยตัวบ่งชี้ 2.2 โรงเรียนจัดการคุมสอบอย่างเหมาะสมและยุติธรรม มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากัน ตัวบ่งชี้ 1.2 โรงเรียนจัดทำกระบวนการออกข้อสอบตามหลักการวัดผล และตัวบ่งชี้ 1.3 โรงเรียนมีระเบียบหรือข้อกำหนดสำหรับกระบวนการจัดพิมพ์ข้อสอบ ส่วนตัวบ่งชี้ 3.3 โรงเรียนจัดเก็บข้อสอบที่มีคุณภาพไว้เป็นความลับเพื่อนำไปใช้ได้อีก มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด

เมื่อพิจารณาแต่ละมาตรฐาน พบว่า มาตรฐานการวัดและประเมินผลมีค่าเฉลี่ยสูงสุดในด้านอรรถประโยชน์ ทุกมาตรฐาน ส่วนด้านความเป็นไปได้ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด (ผลดังตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบน ของมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ เกณฑ์ การวัดและประเมินผล

มาตรฐาน / ตัวบ่งชี้	อรรถประโยน์			ความเป็นไปได้			ความถูกต้อง			ความเหมาะสม		
	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	
มาตรฐานที่ 1 โรงเรียนทำการสร้างเครื่องมือวัดผลตามหลักการวัดผล	**4.29**	**.66**	**มาก**	**3.84**	**.75**	**มาก**	**4.03**	**.54**	**มาก**	**4.04**	**.64**	**มาก**
ตัวบ่งชี้ 1.1 โรงเรียนจัดผู้ออกข้อสอบที่มีคุณสมบัติเหมาะสม	4.38	.78	มาก	3.92	.72	มาก	4.18	.79	มาก	4.10	.77	มาก
ตัวบ่งชี้ 1.2 โรงเรียนจัดทำกระบวนการออกข้อสอบตามหลักการวัดผล	4.26	.64	มาก	3.97	.69	มาก	4.05	.63	มาก	4.14	.58	มาก
ตัวบ่งชี้ 1.3 โรงเรียนมีระเบียบหรือข้อกำหนดสำหรับกระบวนการจัดพิมพ์ข้อสอบ	4.24	.56	มาก	3.99	.69	มาก	4.07	.68	มาก	4.12	.63	มาก
มาตรฐานที่ 2 โรงเรียนจัดการบริหารการสอบตามหลักการวัดผลและยุติธรรม	**4.22**	**.71**	**มาก**	**4.01**	**.68**	**มาก**	**4.14**	**.58**	**มาก**	**4.02**	**.62**	**มาก**
ตัวบ่งชี้ 2.1 โรงเรียนทำการจัดสภาพแวดล้อมในการสอบอย่างเหมาะสมตามหลักการวัดผล	4.10	.50	มาก	3.88	.69	มาก	3.99	.52	มาก	3.98	.69	มาก
ตัวบ่งชี้ 2.2 โรงเรียนจัดการคุมสอบอย่างเหมาะสมและยุติธรรม	4.38	.68	มาก	4.12	.73	มาก	4.10	.72	มาก	4.16	.75	มาก
ตัวบ่งชี้ 2.3 โรงเรียนทำการตรวจให้คะแนนอย่างยุติธรรม	4.17	.86	มาก	3.94	.88	มาก	4.06	.66	มาก	4.06	.72	มาก

มาตรฐาน / ตัวบ่งชี้	อรรถประโยน์			ความเป็นไปได้			ความถูกต้อง			ความเหมาะสม		
	$\overline{X}$	S.D.		$\overline{X}$	S.D.		$\overline{X}$	S.D.		$\overline{X}$	S.D.	
มาตรฐานที่ 3 โรงเรียนทำการหาคุณภาพข้อสอบและปรับปรุงพัฒนาข้อสอบให้นำกลับมาใช้ได้อีก	**4.15**	**.78**	**มาก**	**3.89**	**.72**	**มาก**	**4.09**	**.66**	**มาก**	**4.04**	**.64**	**มาก**
ตัวบ่งชี้ 3.1 โรงเรียนทำการวิเคราะห์ข้อสอบรายข้อและเครื่องมือวัดอื่นๆ	4.18	.73	มาก	3.77	.69	มาก	3.99	.62	มาก	3.98	.74	มาก
ตัวบ่งชี้ 3.2 โรงเรียนทำการปรับปรุงและพัฒนาข้อสอบให้นำกลับมาใช้ได้อีก	4.10	.72	มาก	3.85	.66	มาก	3.96	.60	มาก	3.94	.65	มาก
ตัวบ่งชี้ 3.3 โรงเรียนจัดเก็บข้อสอบที่มีคุณภาพไว้เป็นความลับเพื่อนำไปใช้ได้อีก	4.18	.88	มาก	3.87	.76	มาก	3.89	.70	มาก	3.92	.73	มาก
มาตรฐานที่ 4 ระบบและกลไกในการประเมินผลการศึกษา	**4.19**	**.59**	**มาก**	**3.93**	**.78**	**มาก**	**4.08**	**.59**	**มาก**	**4.04**	**.67**	**มาก**
ตัวบ่งชี้ 4.1 ระบบการประเมินผลการศึกษา	4.22	.55	มาก	3.98	.58	มาก	4.07	.53	มาก	4.04	.53	มาก
ตัวบ่งชี้ 4.2 กลไกในการประเมินผลการศึกษา	4.16	.63	มาก	3.88	.69	มาก	3.92	.54	มาก	3.94	.62	มาก
มาตรฐานที่ 5 ประสิทธิผลของการประเมินผลการศึกษา	**4.19**	**.61**	**มาก**	**3.89**	**.55**	**มาก**	**3.98**	**.52**	**มาก**	**4.02**	**.51**	**มาก**
ตัวบ่งชี้ 5.1 ความถูกต้อง	4.26	.71	มาก	3.89	.79	มาก	4.08	.56	มาก	4.03	.66	มาก
ตัวบ่งชี้ 5.2 ความเหมาะสม	4.22	.54	มาก	4.00	.56	มาก	4.04	.43	มาก	3.98	.59	มาก
ตัวบ่งชี้ 5.3 ความเป็นไปได้	4.07	.59	มาก	3.89	.55	มาก	3.94	.55	มาก	3.96	.61	มาก
ตัวบ่งชี้ 5.4 ประโยชน์จากการใช้ผลการประเมิน	4.22	.58	มาก	4.01	.53	มาก	4.11	.48	มาก	4.08	.53	มาก

อภิปรายผลการวิจัย

สภาพการวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา

ความรู้ความเข้าใจด้านการวัดและประเมินผล พบว่า โดยภาพรวมครูประถมศึกษามีความรู้ความเข้าใจด้านการวัดและประเมินผล อยู่ในระดับน้อยไม่ผ่านเกณฑ์ โดยพบว่าครูมีความเข้าใจว่า ค่า P ยิ่งสูงยิ่งดี หรือแบบทดสอบเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดทักษะการปฏิบัติได้ดีที่สุด การสอบที่หวังผลในการตัดสิน ได้ – ตก หรือการให้ค่าคะแนน (Grading) ซึ่งจัดเป็น Final Grade of Record เราเรียกการสอบแบบนี้ว่า Formative Evaluation และความเข้าใจที่ว่าข้อสอบที่ตรวจแล้วให้คะแนนตรงกันไม่ว่าผู้ตรวจจะเป็นใคร เรียกคุณสมบัติของข้อสอบว่ามีความเที่ยง (Reliability) แสดงให้เห็นว่าครูยังมีความรู้ความเข้าใจด้านการวัดและประเมินผลที่คลาดเคลื่อน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ความรู้เกิดจากประสบการณ์ไม่ว่าจะเป็นประสบการณ์ใหม่ที่เกิดจากการเรียนการสอนหรือประสบการณ์เดิมที่ทำให้เกิดความรู้ใหม่ (Feldman & McPhee, 2008) และประสบการณ์ส่งผลต่อพฤติกรรมการสอนและพฤติกรรมการวัดและประเมิน (Orapin Sikaew, 2008, p. 122) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ทรงศรี ชำนาญกิจ (Songsri Chamnankit, 2017) ได้วิจัยเรื่องการศึกษาความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมการวัดและประเมินผลการศึกษาตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติของคณาจารย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี พบว่า อาจารย์ที่มีประสบการณ์การสอนมากกว่า 5 ปีมีระดับความรู้ความเข้าใจการวัดและประเมินผลสูงสุด อาจารย์ที่มีประสบการณ์การสอนต่างกันมีความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมการวัดและประเมินผลแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ อนุสรณ์ หงส์สูงเนิน และคณะ (Anusorn Hongsoongnern et al., 2005) ศึกษาสภาพและปัญหาการวัดและประเมินผล ช่วงชั้นที่ 2 ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 เขตพื้นที่การศึกษานครราชสีมา เขต 4 ผลการวิจัยพบว่า มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง และได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ครูผู้สอนที่ทำหน้าที่วัดและประเมินผลในโรงเรียน ยังมีความรู้เกี่ยวกับกระบวนการวัดและประเมินผลตามหลักสูตร

การศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 ยังไม่ดีพอ อีกทั้งครูผู้สอนนั้นมีภาระหน้าที่มาก บางครั้งจึงทำให้หน้าที่ในงานวัดผลทำได้ไม่ดีพอ

ทัศนคติต่อการวัดและประเมินผล พบว่า โดยภาพรวมครูมีทัศนคติอยู่ในระดับมาก โดยครูมีความคิดเห็นว่า การวัดและการประเมินผลเป็นสิ่งจำเป็นต้องทำในการจัดการเรียนรู้ การวัดและประเมินผลช่วยให้ครูเห็นพัฒนาการของผู้เรียน การวัดและประเมินผลช่วยในการปรับปรุงการสอนให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก การวัดและประเมินผลเป็นเครื่องมือที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาเป็นอย่างมาก เป็นประโยชน์ทั้งต่อครูผู้สอน นักเรียน ฝ่ายแนะแนว และผู้บริหารสถานศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษปกรณ์ สาคร (KritPakorn Sakorn et al., 2014) พบว่าครูมีเจตคติต่อการวัดและประเมินผลในภาพรวมอยู่ระดับมาก โดยมีเจตคติเรื่องความกระตือรือร้นที่จะรับฟังคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและประเมินผลการศึกษาในระดับมากที่สุด รองลงมาคือรู้สึกดีใจที่โรงเรียนให้ครูได้รับการพัฒนาด้านการวัดและประเมินผลตามสภาพจริงในระดับมาก ถึงแม้ว่าครูจะมีทัศนคติต่อการวัดและการประเมินผลว่าเป็นเรื่องไม่น่าเชื่อถืออยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากลักษณะของการวัดและประเมินผลทางการศึกษา เป็นกระบวนการวัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนซึ่งมีลักษณะเป็นการวัดทางอ้อม เป็นการวัดคุณลักษณะแฝงในตัวบุคคล มักแสดงออกทางด้านพฤติกรรมที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ ลักษณะการวัดมักไม่สมบูรณ์ เนื่องจากลักษณะการวัดส่วนใหญ่จะเป็นการใช้ข้อสอบเป็นเครื่องมือหรือสถานการณ์สมมติ ซึ่งการสร้างข้อสอบแต่ละชุดเป็นการสุ่มตัวอย่างเนื้อหา ไม่สามารถนำเนื้อหามาสอบได้ทั้งหมด แม้ว่าจะใช้ข้อสอบชุดเดียวกันผู้ถูกวัดคนเดิม แต่วัดคนละเหตุการณ์ ก็จะได้ผลไม่ตรงกัน เนื่องจากธรรมชาติของบุคคลจะเกิดการเรียนรู้และพัฒนาตลอดเวลา การวัดผลครั้งที่สองย่อมได้ผลที่ดีกว่าครั้งแรกเสมอ ผลการวัดในแต่ละครั้งย่อมมีความคลาดเคลื่อนเสมอถึงแม้จะใช้เครื่องมือวัดที่มาตรฐานก็ตาม (Somchai Rattanathong, 2011, p. 138)

การปฏิบัติในการวัดและประเมินผล พบว่า โดยภาพรวมครูมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะการตรวจให้คะแนนอย่างยุติธรรม การจัดคุมสอบอย่างเหมาะสมและยุติธรรม การออกข้อสอบวิชาที่สอนหรือวิชาที่ตรงตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ครูมีความตระหนักและเห็นความสำคัญของการวัดและประเมินผล การเรียนการสอนหากไม่มีการวัดและประเมินผลแล้ว ผู้สอนก็ไม่ทราบว่าผู้เรียนมีความรู้เพิ่มขึ้นหรือไม่ ไม่ทราบว่าการจัดการเรียนการสอนดังกล่าวมีประสิทธิภาพหรือไม่ เหมาะสมหรือไม่ กระบวนการวัดและประเมินจึงต้องพยายามทำให้ได้ข้อมูลจากการจัดการเรียนการสอน เพื่อนำมาวิเคราะห์และตัดสินในการเลื่อนชั้นและพัฒนาปรับปรุงการเรียนการสอน อีกทั้งเครื่องมือสำหรับวัดและประเมินผลทางการศึกษาที่ดีควรมีความเที่ยงตรงสูง สามารถวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์หรือสิ่งที่ต้องการวัด มีความคงที่แน่นอนไม่เปลี่ยนไปมาวัดซ้ำกี่ครั้งกับกลุ่มตัวอย่างเดิมได้ผลเท่าเดิมหรือใกล้เคียงกันสอดคล้องกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุจรรยา ใจหาญ (Suchanya Jaiharn, 2005) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาการปฏิบัติงานของครูด้านการวัดและประเมินผลตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรี เขต 1 ผลการวิจัยพบว่า ระดับการปฏิบัติงานของครูด้านการวัดและประเมินผลการเรียน โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก เช่นเดียวกับงานวิจัยของ นันทพงศ์ พรรณขาม (Nantaphong Pankham, 2005) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการประเมินการดำเนินงานเกี่ยวกับการวัดและประเมินผลการเรียนระดับการศึกษาภาคบังคับ ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาร้อยเอ็ดเขต 2 ผลการวิจัยพบว่า การดำเนินงานด้านการวัดและประเมินผลการเรียนโดยรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับมาก

มาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์ การวัดและประเมินผล

ประกอบด้วย 5 มาตรฐาน 15 ตัวบ่งชี้ แบ่งเป็นมาตรฐานด้านการวัดผล 3 มาตรฐาน 9 ตัวบ่งชี้ และมาตรฐานด้านการประเมินผล 2 มาตรฐาน 6 ตัวบ่งชี้ พบว่ามาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์การวัดและประเมินผล มี

ความถูกต้องเหมาะสมอยู่ในระดับมากทุกรายการ และทุกรายการผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็นสอดคล้องกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก การกำหนดวัตถุประสงค์ในการพัฒนาตัวบ่งชี้ที่ชัดเจน ย่อมส่งผลให้ตัวบ่งชี้มีคุณภาพสูง และเป็นประโยชน์ตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการ รวมทั้งการกำหนดนิยามตัวบ่งชี้ เพราะนิยามตัวบ่งชี้ที่กำหนดขึ้นนั้นจะเป็นตัวชี้นำวิธีการที่จะต้องใช้ในขั้นตอนต่อไปของกระบวนการพัฒนาตัวบ่งชี้ การตรวจสอบคุณภาพของตัวบ่งชี้ที่พัฒนาขึ้นครอบคลุมถึงการตรวจสอบคุณภาพของตัวแปรย่อยและตัวบ่งชี้ด้วย โดยตรวจสอบทั้งเรื่องความเที่ยง ความตรง ความเป็นไปได้ ความเป็นประโยชน์ ความเหมาะสมและความเชื่อถือได้ (Nongluck Wirachai, 2008) ตัวบ่งชี้ที่มีคุณภาพจะใช้เป็นสารสนเทศในการบริหารและการจัดการระบบการศึกษามีคุณสมบัติสำคัญ 4 ประการ (Nongluck Wirachai, 2008, p. 15) ประการแรกคือ ตัวบ่งชี้ควรมีความทันสมัย ทันเหตุการณ์ เหมาะสมกับเวลาและสถานที่ สารสนเทศที่ได้จากตัวบ่งชี้ต้องสามารถบอกถึงสถานะ และแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงหรือสภาพปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ทันเวลาให้ผู้บริหารสามารถดำเนินการแก้ปัญหาได้ทันทวงที ประการที่สอง ตัวบ่งชี้ควรตรงกับความต้องการหรือจุดมุ่งหมายของการใช้งาน ตัวบ่งชี้ที่สร้างขึ้นเพื่อใช้ในการกำหนดนโยบายการศึกษาไม่ควรมีลักษณะเป็นแบบเดียวกับตัวบ่งชี้ที่สร้างขึ้นมาใช้ในการบรรยายสภาพของระบบการศึกษา แต่อาจมีบางตัวเหมือนกัน ประการที่สาม ตัวบ่งชี้ควรมีคุณสมบัติของการวัดคือมีความตรง ความเที่ยง ความเป็นปรนัยและใช้ปฏิบัติได้จริง คุณสมบัติข้อนี้มีความสำคัญมากในการสร้างหรือพัฒนาตัวบ่งชี้ ประการสุดท้าย ตัวบ่งชี้ควรมีกฎเกณฑ์การวัด (Measurement rules) ที่มีความเป็นกลาง มีความเป็นทั่วไปและให้สารสนเทศเชิงปริมาณที่ใช้เปรียบเทียบกันได้ไม่ว่าจะเป็นการเปรียบเทียบระหว่างจังหวัด ระหว่างเขต หรือระหว่างประเทศ ในทางปฏิบัตินิยมตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างของตัวบ่งชี้ที่พัฒนาขึ้นโดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน นอกจากนี้ยังนิยมตรวจสอบความตรงเชิงทำนายและความตรงร่วมสมัย (Concurrent validity) โดยการใช้ผลการวัดด้วยเครื่องมือชนิดอื่นเป็นเกณฑ์ในการตรวจสอบ นักประเมินหลายคนนิยมตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พงศ์เทพ จิระโร (Pongthep Jiraro, 2011) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลและโมเดลการจัดทำธนาคารข้อสอบสำหรับครูของโรงเรียนมัธยมศึกษาของประเทศไทย ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนา มาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์ และแบบจำลองแนวทางการจัดทำธนาคารข้อสอบ โดยนำสารสนเทศจากระยะแรกไปร่างแบบจำลองแนวทางการจัดทำธนาคารข้อสอบและได้มาตรฐานการวัดและประเมินผล และธนาคารข้อสอบของโรงเรียนมัธยม 7 มาตรฐาน 19 ตัวบ่งชี้ ประกอบด้วย มาตรฐานการวัดผล 3 มาตรฐาน 9 ตัวบ่งชี้ มาตรฐานการประเมินผล 2 มาตรฐาน 6 ตัวบ่งชี้ มาตรฐานธนาคารข้อสอบจำนวน 2 มาตรฐาน 4 ตัวบ่งชี้ นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 17 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมโดยใช้ค่ามัธยฐาน (Mdn) และความสอดคล้องโดยค่าพิสัยระหว่างควอร์ไทล์ (IQR) พบว่า แบบจำลองแนวทางการจัดทำธนาคารข้อสอบมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากทุกรายการ และทุกรายการมีความคิดเห็นสอดคล้องกัน ความเหมาะสมของมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ พบว่า มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุดเท่ากัน 2 รายการ นอกจากนั้นมีความเหมาะสมระดับมาก และมีความสอดคล้องกันทุกรายการ ความเหมาะสมของเกณฑ์ พบว่า มีความเห็นอยู่ในระดับมากที่สุดเท่ากัน 4 รายการ นอกจากนั้นมีความเหมาะสมระดับมาก และมีความสอดคล้องกันทุกรายการ หลังทดลองใช้ พบว่า ครูโรงเรียนนำร่องมีความรู้ด้านการวัดและการประเมินผลและการจัดทำธนาคารข้อสอบในระดับดีมาก มากที่สุด โดยภาพรวมอยู่ในระดับดี ทัศนคติต่อการวัดและประเมินผล ของครูโรงเรียนมัธยมศึกษามีทัศนคติต่อการวัดและประเมินผลโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก การปฏิบัติในการวัดและการประเมินผล โดยรวมอยู่ในระดับมาก ผลการศึกษาพัฒนาการด้าน ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับมาตรฐานด้านการวัดและประเมินผลโดยการเปรียบเทียบค่า เฉลี่ยความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับมาตรฐานด้านการวัดและประเมินผลระหว่างก่อนทดลองใช้ และหลังทดลองใช้ของครูโรงเรียนนำร่อง โดยการ

ทดสอบค่าที (Independent t-test) พบว่า หลังทดลองใช้สูงกว่าก่อนทดลองใช้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ผลการประเมินของครูหลังทดลองใช้ มาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์ และแบบ จำลองแนวทางการจัดทำธนาคารข้อสอบ ด้านอรรถประโยชน์ ด้านความเป็นไปได้ ด้านความถูกต้อง ความเหมาะสม พบว่า มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากทุกด้าน และเมื่อพิจารณาโดยรวมมีผลการประเมินอยู่ในระดับมาก เช่นเดียวกับงานวิจัยของ บัณฑิตา วงษ์วุฒิภัทร (Bandita Wongwutipat, 2008) ได้ศึกษาพัฒนามาตรฐาน บ่งชี้และเกณฑ์สำหรับการประกันคุณภาพในศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษาจังหวัดนครราชสีมา 3 ด้าน ได้แก่ ด้านปัจจัย ด้านกระบวนการ และด้านผลผลิต ผลการวิจัยพบว่า มาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์การประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา ประกอบด้วย 7 มาตรฐาน 18 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ มาตรฐานด้านปัจจัย 3 มาตรฐาน 8 ตัวบ่งชี้ มาตรฐานด้านกระบวนการ 2 มาตรฐาน 5 ตัวบ่งชี้ และด้านผลผลิต 2 มาตรฐาน 5 ตัวบ่งชี้ ตรวจสอบคุณภาพมาตรฐานพบว่า มาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การประกันคุณภาพภายในมีค่าความตรงอยู่ระหว่าง 0.50-1.00 และความเป็นไปได้ในการนำไปปฏิบัติจริง ไม่ว่าจะเป็นการมีแนวทางเก็บข้อมูลในสถานศึกษา ความสอดคล้องกับเกณฑ์มาตรฐานของสถานศึกษา และสามารถนำไปปรับปรุงหรือพัฒนาสถานศึกษา โดยมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 4.50-5.00 หมายความว่ามีความเป็นไปได้มากที่สุดในการนำไปปฏิบัติจริง

สรุปผลการวิจัย

มาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และกณฑ์การวัดและประเมินผลของครูประถมศึกษา ประกอบด้วย 5 มาตรฐาน 15 ตัวบ่งชี้ แบ่งเป็นมาตรฐานด้านการวัดผล 3 มาตรฐาน 9 ตัวบ่งชี้ และมาตรฐานด้านการประเมินผล 2 มาตรฐาน 6 ตัวบ่งชี้ พบว่า ทุกมาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์การวัดและประเมินผล มีความถูกต้องเหมาะสมอยู่ในระดับมากทุกรายการ และทุกรายการผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็นสอดคล้องกัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัย สถานศึกษาหรือหน่วยงานต้นสังกัดควรให้ความสำคัญกับการวัดและประเมินผล มีกระบวนการพัฒนาให้ครูมีความรู้ความเข้าใจด้านการวัดและประเมินผลให้มากขึ้น สร้างทัศนคติที่ดีต่อการวัดและประเมินผล อีกทั้งควรจัดให้มีการอบรมให้ความรู้เรื่องการหาคุณภาพข้อสอบ

2. ควรนำมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผล ของครูประถมศึกษา ไปทำประชาพิจารณ์กับผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ได้แก่ ผู้ปกครอง ชุมชน หน่วยงานต้นสังกัด เพื่อเกิดความเข้าใจที่ตรงกันและได้รับการยอมรับจากทุกฝ่าย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งนี้ขั้นตอนการทดลองใช้ทำได้เพียงบางส่วนเท่านั้นเนื่องจากกระบวนการดำเนินการจำเป็นต้องใช้ระยะเวลาในการสะสมข้อสอบที่มีคุณภาพดีให้มีจำนวนมากพอ จึงควรมีการวิจัยติดตามผลโรงเรียนที่นำมาตรฐานที่ได้จากผลวิจัยไปใช้ โดยทำการศึกษาวิจัยอย่าง ต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาให้มาตรฐาน ตัวบ่งชี้และเกณฑ์ที่พัฒนาขึ้นให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

2. ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการพัฒนามาตรฐานการวัดและประเมินผลเพิ่มเติม

3. ควรมีการวิเคราะห์มาตรฐานการวัดและประเมินผลทุกมาตรฐานและทุกตัวชี้วัดเพื่อจะทำให้ได้ข้อมูลที่จะนำไปใช้ให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อไป

References

Anusorn Hongsoongnern and Sujanya Rungthale. (2005). *Study of conditions and problems of measurement and evaluation in the second level according to the Basic Education Curriculum BE 2544, Nakhon Ratchasima Educational Service Area 4*. Research in Research, Faculty of Education training, Nakhonratchasima Rajabhat University.

Bandita Wongwutipat. (2008). *A development of standards indicators and criterias for an internal quality assurance in Nakhon Ratchasima Science Center.* (Master's thesis). Nakhon Ratchasima Rajabhat University.

Feldman J, and Mc Phee, D. (2008). *The Science of Learning and the Art of Teaching***.** New York: Thomson Delman Learning.

Kitpakorn Sakorn, Nuntiya Noichun and Bantita Insombat. (1994). Development Model of Educational Measurement and Evaluation Competency by Using Knowledge Management Process for Small School Teachers*. Social Sciences Research and Academic Journal, 15*(2), 9-15.

Ministry of Education. (2009). *Core Curriculum for Basic Education Act 2551*. Office of the Basic Education: A Cooperative Agriculture.

Nantaphong Pankham. (2005). *Assessment of the operation on the measurement and evaluation of compulsory education*: According to the curriculum of basic education schools in 2544 under the Office of Educational Service Area 2. Area Roi Et. (Doctoral dissertation). Maha Sarakham University.

Nongluck Wirachai. (2008). *The development of indicators to assess, in Conference Moral horizon opened*. Bangkok.

Orapin Sikaew. (2008). *Caisal factors affecting teachers'teaching behavior guide by education reform in Phayao Educational Servince Area 2*. (Master's thesis). Chiang Mai University.

Phaisan Wangpanich. (2002). *Measurement and Evaluation of Learning*. Bangkok: Srinakharinwirot University.

Pongthep Chiraro. (2011). *A Development of Measurement and Evaluation Standards and Item Bank Approach Model for Teachers in Thai Secondary Schools*. Chon Buri: Faculty of Education, Burapha University.

Secretariat Office of the Teachers Council of Thailand. (2006). *A guide to educational professional practice*. Bangkok: Office Secretary of the Teachers Council of Thailand.

Somchai Rattanathong. (2011). *Teaching Documents 475788 Physical Therapy Teaching*. Retrieved December 26, 2018, from https://ams.kku.ac.th/aalearn/resource/indexresource.htm.

Songsri Chamnankit. (2017). A study of comprehension and behaviors in measurement and evaluation under Thai qualifications framework for higher education, TQF: HEd of lecturers in Suratthani Rajabhat University. *Ratchaphruek Journal, 15*(2), 9-15.

Suchanya Jaiharn. (2005). *A study on teachers performance in evaluation by standard Curriculum 2001 in primary schools under the Office of Ratchavuri Educational Service Area 1.* (Master's thesis). Srinakharinwirot Univercity.

Sureeporn Anusitthanan. (2011). *Measurement and Evaluation in Classroom*. Chon Buri: Plunkett's Good Creation.

Suwimon Wongwanich. (2007). *Performance Evaluation, New Learning Assessment*. Bangkok: Chulalongkorn Printing House.

Received : 2 October, 2018
Revised : 27 November, 2018
Accepted : 1 December, 2019

การศึกษาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของสนามกอล์ฟ ในการให้บริการนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ เขตภาคเหนือตอนบน

กรัณย์ ปัญโญ
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของสนามกอล์ฟ ในการให้บริการนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ เขตภาคเหนือตอนบน โดยใช้องค์ประกอบทางการท่องเที่ยว และส่วนผสมทางการตลาด ใช้วิธีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ (Quali-quant Technique) ศึกษาข้อมูลด้านทุติยภูมิผ่านทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้จัดการและนักท่องเที่ยวต่างชาติที่มาใช้บริการสนามกอล์ฟ จำนวน 12 แห่ง เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC ตั้งแต่ 0.67-1.00 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการเลือกแบบเจาะจง วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าความถี่และร้อยละ หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

องค์ประกอบทางการท่องเที่ยว (5As) 1.สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) สนามกอล์ฟมีความท้าทาย มีทัศนียภาพที่งดงามล้อมรอบไปด้วยภูเขา มีอากาศที่เย็นสบาย มีสิ่งอำนวยความสะดวก มีการบริการที่ประทับใจ และราคาไม่แพง 2.กิจกรรม (Activities) สนามกอล์ฟส่วนใหญ่ไม่มีการเสริมกิจกรรมอื่น 3.การเข้าถึง (Access) สนามกอล์ฟที่ได้มาตรฐานเกือบทุกแห่งมีรถรับส่งจากสนามบิน ที่พักไปยังสนามกอล์ฟ โดยใช้รถของทางสนามกอล์ฟเองและรถของทางบริษัททัวร์จัดไว้ให้ 4.สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) มีให้บริการเฉพาะสนามกอล์ฟขนาดใหญ่ และ5.ที่พัก (Accommodation) ที่พักภายในสนามกอล์ฟมีตั้งแต่ระดับ 3-5 ดาว ส่วนผสมทางการตลาด **(**Marketing Mix 4Ps) 1.ผลิตภัณฑ์ (Product) สนามกอล์ฟแต่ละสนามมีจุดเด่นที่แตกต่างกันไป เช่น มีทัศนียภาพที่สวยงามของภูเขา สนามกอล์ฟที่เห็นวิวดอยสุเทพ มีทะเลสาบ กรีนฟีเป็นแบบเนินเขา 2.ราคา (Price) ค่าบริการกรีนฟีที่แตกต่างกันออกไปตามขนาดของสนามกอล์ฟ 3.ช่องทางการจัดจำหน่าย (Place) โฆษณาผ่าน Facebook, Web Site, บริษัททัวร์, เอเจนซี่, นิตยสารที่เกี่ยวกับกอล์ฟ, แผ่นพับ และการให้ค่าคอมมิชชั่นรถรับจ้างที่พานักท่องเที่ยวมาใช้บริการ และ 4.การส่งเสริมการขาย (Promotion) โดยการจัดโปรโมชั่น เช่น ลดราคาค่ากรีนฟี แคดดี้ รถกอล์ฟ แจกคูปองหรือกิฟวอยเชอร์ สนามกอล์ฟร่วมมือกันในการส่งเสริมการขาย

คำสำคัญ : ศักยภาพการท่องเที่ยว การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ สนามกอล์ฟ

Corresponding Author: รองศาสตราจารย์ ดร.กรัณย์ ปัญโญ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
E-mail: karrun_p@hotmail.com

Academic Journal of Thailand National Sports University
Vol.12 No.1 (January - April 2020)
Online Journal 2697-5793

A STUDY ON WELLNESS TOURISM POTENTIAL OF GOLF COURSES FOR SERVICING FOREIGN TOURISTS IN THE UPPER NORTH REGION

Karrun Panyo
Faculty of Education, Chiang Mai University

Abstract

The objective of this study was to study wellness tourism potential of golf courses for servicing foreign tourists in the upper north region. The combination of tourism components and marketing mix was used in this study. The study was conducted under quail-quant technique by studying primary information through internet, printed matters. The samples were golf managers and foreign tourists from 12 golf courses. The research instruments were questionnaire and interview form with content validity (IOC) range from 0.67-1.00. The data were collected by purposive sampling. Data were analyzed by frequency, percentage, mean and standard deviation.

Results were found as follows: 5As tourism components 1. Attraction: golf courses were with beautiful scenery, surrounded by mountain with cool weather. They equipped with facilities, impressive services and reasonable price. 2. Activities: most golf courses had no other activities. 3. Access: most standardized golf course offer airport shuttle bus from and to golf course. 4. Amenities: only available in large golf courses. And 5. Accommodation: ranging from 3 to 5 stars. Marketing Mix 4Ps 1. Product: each golf course had its own prominent point, for example, beautiful mountain scenery, Doi Suthep view, lake, and hilly green. 2. Price: green fee varied with green size. 3. Place – sale: advertise through Facebook, Web site, Tour Company, tour agency, golf magazines, brochure, leaflet and commission payment to tourists' rental car. And 4. Promotion: green fee, caddy and golf car discount, gift voucher/coupon and other sale promotion from golf course co-operation.

Keywords: Tourism potential, Wellness tourism, Golf courses

Corresponding Author: Assoc. Prof. Karrun Panyo, Ph.D., Faculty of Education, Chiang Mai University.
E-mail: karrun_p@hotmail.com

บทนำ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Wellness Tourism) เป็นเทรนที่มาแรงของการท่องเที่ยวทั่วโลก สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทตามลักษณะการให้บริการ คือ บริการการดูแลสุขภาพจากภายในและภายนอก ตัวอย่างการบริการดูแลสุขภาพจากภายใน เช่น บริการการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการที่ดีต่อสุขภาพ ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ การแพทย์เชิงป้องกันเฉพาะบุคคล รวมถึงอาหารเสริมและยารักษาโรคทางเลือก เป็นต้น ในขณะที่การบริการดูแลสุขภาพจากภายนอกจะมีตัวอย่างที่พบเห็นได้บ่อย เช่น ธุรกิจด้านความงามและการชะลอวัย บริการสปาและองค์ประกอบ รวมถึงการท่องเที่ยวแบบ Wellness Tourism การท่องเที่ยวแบบ Wellness Tourism มีแนวโน้มเติบโตจาก 19 ล้านล้านบาท ในปี 2015 เป็น 27 ล้านล้านบาท ในปี 2020 คิดเป็นอัตราการเติบโตเฉลี่ยสูงถึง 7% ต่อปี ในช่วงปี 2015-2020 (Thai Publica, 2017) การท่องเที่ยวแบบ Wellness Tourism มีโอกาสสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับเศรษฐกิจไทยได้อีกมาก โดยข้อมูลจาก GWI พบว่าไทยมีรายรับจากการท่องเที่ยวแบบ Wellness Tourism เติบโตต่อเนื่องราว 7% ต่อปี ในช่วงปี 2013-15 หรือคิดเป็นมูลค่าตลาดสูงถึงราว 3.2 แสนล้านบาท สูงเป็นอันดับที่ 13 ของโลก และเป็นอันดับ 4 ในทวีปเอเชียรองจากจีน ญี่ปุ่นและอินเดียและเป็นสัดส่วนราว 3% ของ GDP โดยรายรับกว่า 90% ของไทยมาจากธุรกิจด้านความงามและการชะลอวัย ธุรกิจการแพทย์เชิงป้องกัน ธุรกิจการท่องเที่ยวเชิงกีฬาและการผจญภัย เป็นต้น ในขณะที่ธุรกิจสปามีสัดส่วนรายรับราว 10% นอกจากนี้ เมื่อเทียบกับนักท่องเที่ยวทั่วไปยังพบว่านักท่องเที่ยวที่เดินทางท่องเที่ยวแบบ Wellness Tourism จะมีค่าใช้จ่ายในการท่องเที่ยวสูงกว่าถึงราว 61% เนื่องจากนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้มีกำลังซื้อสูง และมักเดินทางท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนเป็นเวลานาน สะท้อนถึงโอกาสทางธุรกิจจากกระแสการท่องเที่ยวแบบ Wellness Tourism ในอนาคตที่ยังสดใส เนื่องจากประชากรทั่วโลกเริ่มมีอายุยืนยาว ใส่ใจสุขภาพของตนเอง และให้ความสำคัญกับการพักผ่อนโดยการท่องเที่ยวมากขึ้น (Bizpromptinfo, 2017) การใช้จ่ายของกลุ่มท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่มีค่าใช้จ่ายต่อการมาไทย 1 ครั้ง อยู่ที่ 1 หมื่นบาท ส่วนการเล่นกีฬา เช่น กอล์ฟมีค่าใช้จ่าย 7 พันบาท ดังนั้น ค่าใช้จ่ายต่อหัวจะเพิ่มเป็น 1.7 หมื่นบาท และหากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยสามารถเพิ่มกลุ่มนี้ได้ราว 3 ล้านคน หรือราว 9-10% ของนักท่องเที่ยวที่เข้ามาทั้งหมดก็จะทำให้ประเทศมีรายได้ท่องเที่ยวเพิ่มขึ้นราว 5 หมื่นล้านบาท (Thaihotelbusiness, 2017)

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) ได้กำหนดให้การขยายตลาดคุณภาพ คือ กลุ่มผู้มีรายได้สูง และกลุ่มตลาดเฉพาะที่มีความสนใจพิเศษ (Niche Market) เป็นหนึ่งในกลยุทธ์การส่งเสริมตลาดนักท่องเที่ยวต่างประเทศ อันประกอบด้วย กลุ่มกอล์ฟ (Golf), กลุ่ม Medical & Wellness, กลุ่มดำน้ำ (Scuba Diving), กลุ่ม Wedding & Honeymoon, กลุ่ม Shopping กลุ่ม Entertainment และ กลุ่ม Eco & Adventure ซึ่งปัจจุบันตลาดการท่องเที่ยวกลุ่มนี้เป็นกลุ่มศักยภาพที่มีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว และเป็นกลุ่มผู้บริโภคที่มีกำลังซื้อสูง (GFK Market Wise Ltd, 2013)

ธุรกิจกอล์ฟในประเทศไทยกำลังเป็นที่สนใจของนักลงทุนทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ ในอนาคต การลงทุนสนามกอล์ฟในธุรกิจนี้จะเพิ่มมูลค่าให้กับวงการกอล์ฟไทยอย่างมหาศาล ประเทศไทยมีจำนวนสนามกอล์ฟอยู่ประมาณ 200 กว่าแห่งทั่วประเทศ แบ่งเป็นสนามกอล์ฟของภาคเอกชนที่เปิดให้บริการเชิงพาณิชย์ประมาณ 160 แห่ง อีก 40 แห่ง เป็นสนามกอล์ฟของหน่วยงานราชการและรัฐวิสาหกิจ สนามกอล์ฟของประเทศไทยเป็นที่สนใจของนักลงทุนชาวต่างชาติ เนื่องจากราคาค่าบริการสนามกอล์ฟในประเทศไทยถูกกว่าประเทศอื่น ๆ ในภูมิภาคอาเซียนด้วยกัน ยกเว้น เวียดนาม พม่า หรือลาว ตลอดจนความนิยมในการเล่นกอล์ฟของต่างชาติมีมากขึ้น ธุรกิจสนามกอล์ฟยังคงมีแนวโน้มเติบโตในอัตราไม่ต่ำกว่า ร้อยละ10 ตามกระแสนิยมกีฬากอล์ฟที่ยังมาแรงในกลุ่มนักกอล์ฟ

คนไทย โดยเฉพาะตลาดครอบครัว ทำให้ตลาดนักกอล์ฟคนไทยขยายตัวกว้างขวางครอบคลุมทุกเพศทุกวัย ตั้งแต่กลุ่มเยาวชนไปจนถึงกลุ่มผู้สูงอายุ (Brand Matrix Research Company Limited, 2010) จากการสำรวจข้อมูลเบื้องต้น พบว่า ภาคเหนือตอนบนมีสนามกอล์ฟ ประมาณ 30 แห่งโดยเฉพาะจังหวัดเชียงใหม่และลำพูน มีสนามกอล์ฟและสนามไดรฟ์กอล์ฟรวมกันกว่า 20 แห่ง จังหวัดเชียงใหม่ถูกจัดให้เป็นเป้าหมายหลักสำหรับนักท่องเที่ยวที่นิยมเล่นกอล์ฟจากทั่วโลกเข้ามาใช้บริการเนื่องด้วยจังหวัดเชียงใหม่มีความพร้อมในทุกๆ ด้าน ทั้งสนามกอล์ฟที่มีมาตรฐานและจำนวนมากเพียงพอความสะดวก ด้านที่พัก ด้านการคมนาคม ความเป็นอยู่ อีกทั้งยังมีแหล่งท่องเที่ยวที่สวยงามมีเทคโนโลยีที่ทันสมัยพร้อมที่จะเป็นเมืองสำคัญของการท่องเที่ยวด้านกีฬากอล์ฟของประเทศไทยในเวทีระดับโลก World Class Golf Destination (Chiang Mai News, 2016)

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา ศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของสนามกอล์ฟ ในการให้บริการชาวต่างชาติ เขตภาคเหนือตอนบน โดยใช้องค์ประกอบทางการท่องเที่ยว (5As) ได้แก่ 1) สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) 2) กิจกรรม (Activities) 3) การเข้าถึง (Access) 4) สิ่งอำนวยความสะดวก(Amenities) และ 5) ที่พัก (Accommodation) ส่วนผสมทางการตลาด (Marketing Mix 4Ps) ได้แก่ 1) ผลิตภัณฑ์ (Product) 2) ราคา (Price) 3) ช่องทางการจัดจำหน่าย (Place) และ 4) การส่งเสริมการขาย (Promotion)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของสนามกอล์ฟ ในการให้บริการชาวต่างชาติ เขตภาคเหนือตอนบน

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ใช้วิธีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ หรือ Quali-quant Technique โดยการศึกษาข้อมูลด้านทุติยภูมิผ่านทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ การใช้แบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์

กลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มตัวอย่างจากการตอบแบบสอบถามนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มาใช้บริการสนามกอล์ฟ ในจังหวัดเชียงใหม่ และลำพูน ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 23 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจากแบบสัมภาษณ์ เป็นผู้บริหารหรือหุ้นส่วนสนามกอล์ฟ ผู้จัดการสนามกอล์ฟ หรือพนักงานที่ทำงานในสนามกอล์ฟ ในจังหวัดเชียงใหม่ ลำพูน แพร่ น่าน จำนวน 12 แห่ง โดยการเลือกแบบเจาะจง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นแบบสอบถามแบบปลายเปิดและปลายปิด ดังนี้
   ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม
   ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้บริการสนามกอล์ฟ
2. แบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง ดังนี้
   ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์
   ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับสนามกอล์ฟ
   ตอนที่ 3 การให้บริการนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ตลอดจนภาษาที่ใช้ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC ตั้งแต่ 0.67-1.00 จากนั้นปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

ขั้นตอนการวิจัย

1. ผู้วิจัยทำสัญญารับทุนวิจัยจากโครงการ หน้าต่างการท่องเที่ยวสู่ล้านนา สถาบันวิจัยสังคม โดยศึกษาศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวแบบ Wellness Tourism ด้านการบริการส่งเสริมสุขภาพด้านสังคม

2. สืบค้นข้อมูลของสนามกอล์ฟที่มีอยู่ในภาคเหนือตอนบน 8 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ลำพูน ลำปาง แพร่ น่าน และแม่ฮ่องสอน ผ่านทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์

3. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item-Objective Congruence) ในแต่ละข้อคำถาม โดยระดับค่า IOC มากกว่า 0.50 ขึ้นไป ถือว่ามีความเหมาะสม

4. แก้ไขเครื่องมือตามคำชี้แนะของผู้เชี่ยวชาญ

5. แปลแบบสอบถามเป็นภาษาอังกฤษ

6. การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการเลือกแบบเจาะจง

7. ทำการคีย์ข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

8. นำผลการวิเคราะห์ข้อมูล มาสรุป อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ และเขียนรายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

9. นำเสนอผลการวิจัยต่อสาธารณชน เช่น การเขียนบทความวิจัยลงวารสารวิจัย การนำเสนอผลงานวิจัยในการสัมมนานานาชาติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

แบบสอบถามการมาใช้บริการสนามกอล์ฟของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ และแบบสัมภาษณ์ศักยภาพของสนามกอล์ฟในการให้บริการนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าความถี่ และร้อยละ หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เขียนผลการวิเคราะห์และสรุปผลจากการศึกษาข้อมูลด้านทุติยภูมิผ่านทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ ผลจากการตอบแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์

ผลการวิจัย

องค์ประกอบทางการท่องเที่ยว (5As)

1. สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ มีสนามกอล์ฟที่มีคุณภาพระดับโลกให้การยอมรับ เคยจัดโปรแกรมการแข่งขันระดับนานาชาติ ได้รับรางวัลในระดับเอเชียและระดับโลก มีทัศนียภาพที่งดงาม ล้อมรอบไปด้วยภูเขา มีอากาศที่เย็นสบาย มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบครัน มีการบริการที่ประทับใจ และราคาไม่แพง สนามกอล์ฟ มีระดับความยากง่ายที่แตกต่างกันออกไปตามภูมิประเทศที่เป็นทิวเขาสลับซับซ้อนกัน ความโดดเด่นในการให้บริการ ความสามารถของแคดดี้

ตาราง 1 ความประทับใจสนามกอล์ฟ

ความประทับใจ	จำนวน (คน)
พนักงานมีการบริการที่ดี	8
สภาพแวดล้อมดี	3
ราคาถูก	3
สนามกอล์ฟสวยงาม	2
เป็นสนามกอล์ฟที่มีชื่อเสียง	1
เป็นสนามกอล์ฟที่ทันสมัยและท้าทาย	1
เมื่อได้มาสนามกอล์ฟแห่งนี้แล้วมีความสุข	1

ผลจากการตอบแบบสอบถาม พนักงานมีการบริการที่ดี มีสภาพแวดล้อมดี ความคุ้มค่าของราคาเนื่องจากมีราคาถูก สนามกอล์ฟมีชื่อเสียง มีมาตรฐานในระดับสากล มีความสวยงาม ทันสมัยและท้าทาย

ผลจากการสัมภาษณ์ สนามกอล์ฟในภาคเหนือตอนบนส่วนมากอยู่ในจังหวัดเชียงใหม่และลำพูน เป็นสนามกอล์ฟที่ได้มาตรฐาน สนามกอล์ฟบางแห่งได้รับรางวัลในระดับโลกและเอเชีย เคยจัดการแข่งขันในระดับนานาชาติ สนามกอล์ฟมีคลับเฮ้าส์และสิ่งอำนวยความสะดวก

2. กิจกรรม (Activities) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ สนามกอล์ฟขนาดใหญ่จะมีกิจกรรมให้บริการนอกจากการออกรอบ เช่น กิจกรรมปั่นจักรยาน พายเรือ เดินเที่ยวชมวัฒนธรรมท้องถิ่นใกล้กับสนามกอล์ฟ การจัดการท่องเที่ยวโดยบริษัททัวร์ที่พานักท่องเที่ยวซื้อแพ็คเกจไว้

ผลจากการตอบแบบสอบถาม สนามกอล์ฟในภาคเหนือตอนบนส่วนมากไม่มีกิจกรรมเสริมไว้ให้บริการนอกจากการให้บริการสนามกอล์ฟ รถกอล์ฟ และแคดดี้ มีเพียงสนามกอล์ฟขนาดใหญ่เท่านั้นที่มีบริการกิจกรรมเสริมอื่นๆ เช่น สระว่ายน้ำ สนามเทนนิส คลิกเก็ต สควอช ปั่นจักรยาน เป็นต้น

ผลจากการสัมภาษณ์ สนามกอล์ฟในภาคเหนือตอนบนส่วนมากไม่มีมีกิจกรรมให้นักท่องเที่ยวได้เลือกรับบริการ มีเพียงสนามกอล์ฟขนาดใหญ่เท่านั้นที่มีกิจกรรมเสริม เช่น ห้องออกกำลังกาย สระว่ายน้ำ สนามเทนนิส การพายเรือในทะเลสาบ การนวดแผนไทย ลานกิจกรรม การให้บริการเอ็นเตอร์เทนยามราตรี ได้แก่ ร้านอาหารนั่งฟังเพลง เล้านจ์ บาร์ ห้องร้องเพลงคาราโอเกะ

3. การเข้าถึง (Access) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ สนามกอล์ฟมาตรฐานเกือบทุกแห่งมีรถรับส่งจากสนามบิน ที่พักไปยังสนามกอล์ฟ โดยใช้รถของทางสนามกอล์ฟเองและรถของทางบริษัททัวร์จัดไว้ให้สำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่ไม่ได้ใช้บริการบริษัททัวร์หรือเอเจนซี่จะใช้บริการเช่าเหมารถรับจ้างสาธารณะให้ไปส่งสนามกอล์ฟที่ การคมนาคมสะดวกสบาย เป็นถนน 2-4 เลน

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของการเดินทางมาใช้บริการสนามกอล์ฟ

การเดินทางไปใช้บริการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เดินทางมาใช้บริการเอง	17	73.90
มากับบริษัททัวร์/เอเจนซี่	4	17.40
อื่นๆ	2	8.70
รวม	23	100.00

ผลจากการตอบแบบสอบถาม นักท่องเที่ยวต่างชาติส่วนใหญ่เดินทางไปสนามกอล์ฟโดยรถรับจ้าง รถ Taxi และเช่ารถขับไปด้วยตนเอง เนื่องจากไม่ได้เป็นเมมเบอร์ของทางสนามกอล์ฟ และเดินทางมาใช้บริการสนามกอล์ฟด้วยตนเอง

ผลจากการสัมภาษณ์ นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ที่มาใช้บริการจะเป็นนักท่องเที่ยวที่มากับบริษัททัวร์หรือผ่านเอเจนซี่ ดังนั้นนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้จะมีรถบริการรับส่งที่พัก สนามบิน นักท่องเที่ยวกลุ่มต่อมาที่มาใช้บริการมาก คือ นักท่องเที่ยวที่พำนักในประเทศไทยระยะยาว มาทำงาน มีครอบครัวในประเทศไทย นักท่องเที่ยวกลุ่มนี้จะมาใช้บริการสนามกอล์ฟด้วยรถส่วนตัว

4. สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ พบว่า สนามกอล์ฟส่วนมากที่โฆษณาผ่านอินเตอร์เน็ตจะให้รายละเอียดเกี่ยวกับสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ โดยเฉพาะคลับเฮ้าส์ ที่พัก ร้านอาหาร การให้บริการต่างๆ เช่น สระว่ายน้ำ สนามเทนนิส นวดแผนไทยและสปา

ผลจากการตอบแบบสอบถาม นักท่องเที่ยวต่างชาติใช้บริการห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาหาร ร้านกาแฟ อินเตอร์เน็ต คลับเฮาส์ สถานที่จอดรถ สระว่ายน้ำ สปา ห้องพัก ห้องประชุมจัดเลี้ยง ห้องออกกำลังกาย ลานกิจกรรม รถบริการรับส่ง ห้องนั่งเล่น ห้องร้องเพลงคาราโอเกะ ร้านจำหน่ายสินค้าที่ระลึก สวนหย่อม และสนามเทนนิส ตามลำดับ ดังตาราง 3

ตาราง 3 สิ่งอำนวยความสะดวกและการพักผ่อนภายในสนามกอล์ฟ

การโฆษณาของสนามกอล์ฟ	จำนวน
ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า	12
ห้องอาหาร	12
ร้านกาแฟ	12
อินเตอร์เน็ต	11
คลับเฮาส์	11
สถานที่จอดรถ	11
สระว่ายน้ำ	8
สปา	7
ห้องพัก	7
ห้องประชุมจัดเลี้ยง สัมมนา	7
ห้องออกกำลังกาย	6
ลานกิจกรรม	6
รถบริการรับส่งที่พัก สนามบิน	6
ห้องนั่งเล่น	5
ห้องร้องเพลงคาราโอเกะ	5
ร้านจำหน่ายสินค้าที่ระลึก	5
สวนหย่อม	5
สนามเทนนิส	3

ผลจากการสัมภาษณ์ โดยเฉพาะสนามกอล์ฟมาตรฐานขนาดใหญ่จะมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบเกือบทุกอย่าง ได้แก่ มีคลับเฮาส์ ห้องพักผ่อน ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าพร้อมล๊อคเกอร์ มีห้องออกกำลังกาย สระว่ายน้ำ สนาม

เทนนิส มีระบบอินเตอร์เน็ต มีร้านจำหน่ายของที่ระลึก ร้านจำหน่ายสินค้า มีบริการนวดหรือสปา มีลานกิจกรรม มีที่พักหลายรูปแบบ มีห้องประชุม จัดเลี้ยงสัมมนา มีรถบริการรับส่ง

5. ที่พัก (Accommodation) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ ที่พักภายในสนามกอล์ฟมีตั้งแต่ระดับ 3-5 ดาว มีทั้งแบบรีสอร์ท เดอร์ลุ๊ค วิลล่า ซุปพีเรียร์ แฟมิลี่ และบ้านพักเป็นหลัง

ผลจากการตอบแบบสอบถาม นักท่องเที่ยวที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ไม่ได้ใช้บริการห้องพักของทางสนามกอล์ฟ เนื่องจากมีที่พักภายในตัวเมืองอยู่แล้ว จึงมาใช้บริการเป็นครั้งๆ ไป

ผลจากการสัมภาษณ์ นักท่องเที่ยวต่างชาติที่มากับบริษัททัวร์หรือเอเจนซี่โดยมากแล้วจะใช้บริการห้องพักของทางสนามกอล์ฟ เพื่อพักผ่อนและเดินทางต่อไปสนามกอล์ฟอื่นในวันรุ่งขึ้น

ส่วนผสมทางการตลาด (Marketing Mix 4Ps)

1. ผลิตภัณฑ์ (Product) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ สนามกอล์ฟแต่ละสนามมีจุดเด่นที่แตกต่างกันไป เช่น มีทัศนียภาพที่สวยงามของภูเขา สนามกอล์ฟที่เห็นวิวดอยสุเทพ สนามกอล์ฟที่มีภูเขาล้อมรอบ มีทะเลสาบ กรีนฟีเป็นแบบเนินเขา มีลานกิจกรรมสำหรับการจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ สะท้อนวิถีชีวิตอันเรียบง่ายแบบชนบท สนามกอล์ฟบางแห่งจัดให้สถานที่ดูหรูหรามีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน

ผลจากการตอบแบบสอบถาม นักท่องเที่ยวชอบบรรยากาศของสนามกอล์ฟในภาคเหนือตอนบน เพราะความเป็นธรรมชาติและมีภูเขาล้อมรอบ สนามกอล์ฟมีความสวยงาม ความรู้ความสามารถของแคดดี้และการให้บริการถือว่าเป็นผลผลิตของสนามกอล์ฟอย่างหนึ่ง

ผลจากการสัมภาษณ์ สนามกอล์ฟในภาคเหนือตอนบน นอกจากมีให้บริการออกรอบ มีรถกอล์ฟให้บริการ มีแคดดี้แล้ว ยังมีสนามซ้อมพัตต์ บางสนามมีสนามไดร์ฟกอล์ฟด้วย

2. ราคา (Price) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ สนามกอล์ฟแต่ละแห่งจะมีค่าบริการกรีนฟีที่แตกต่างกันออกไปตามขนาดของสนามกอล์ฟ แคดดี้ การเช่ารถกอล์ฟมีราคาไม่แตกต่างกัน

ผลจากการตอบแบบสอบถาม นักท่องเที่ยวต่างชาติให้ความเห็นว่าสนามกอล์ฟมีราคาถูก และคุ้มค่า

ผลจากการสัมภาษณ์ ราคาของการใช้บริการสนามกอล์ฟในภาคเหนือตอนบน มีราคาแตกต่างกันไปตามขนาดของสนามกอล์ฟและการลงทุน สนามกอล์ฟขนาดใหญ่ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครันจะมีราคาแพงกว่าสนามกอล์ฟที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกไม่กี่อย่าง ค่าบริการสนามกอล์ฟมีเรทราคาของคนไทยและชาวต่างชาติ ซึ่งไม่เท่ากัน ชาวต่างชาติจ่ายแพงกว่าคนไทย

3. ช่องทางการจัดจำหน่าย (Place) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ สนามกอล์ฟแต่ละแห่งมีการโฆษณาผ่าน Facebook และ Web Site ของทางสนามกอล์ฟเอง และเว็บไซต์บริษัทที่เกี่ยวข้องกับสนามกอล์ฟ และบริษัททัวร์ สื่อสิ่งพิมพ์และป้ายโฆษณา การจัดจำหน่ายผ่านบริษัททัวร์ทั้งในและต่างประเทศ หรือที่เรียกว่าทัวร์กอล์ฟ

ผลจากการตอบแบบสอบถาม นักท่องเที่ยวทราบรายละเอียดของสนามกอล์ฟจากเฟสบุ๊ค เว็บไซต์ นิตยสาร การบอกต่อของคนรู้จัก ตามลำดับ

ผลจากการสัมภาษณ์ โฆษณาผ่านเฟสบุ๊ค เว็บไซต์ของทางสนามกอล์ฟเอง เว็บไซต์บริษัททัวร์และเว็บไซต์บริษัทโฆษณา การโฆษณาผ่านสื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ จัดจำหน่ายผ่านคนขับรถรับจ้างโดยให้ค่าคอมมิชชั่นแก่คนขับรถที่พานักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มาใช้บริการสนามกอล์ฟ

4. การส่งเสริมการขาย (Promotion) จากการสืบค้นทางอินเตอร์เน็ตและสิ่งพิมพ์ สนามกอล์ฟบางแห่งมีการจัดโปรโมชั่น เช่น การลดราคาค่ากรีนฟี การขายแพ็คเกจค่าสนามกอล์ฟรวมรถกอล์ฟและแคดดี้ สนามกอล์ฟบางแห่งร่วมมือกันส่งเสริมการขายโดยการจัดแข่งขันกอล์ฟร่วมกันในช่วงโลว์ซีซั่น

ผลจากการตอบแบบสอบถาม นักท่องเที่ยวต่างชาติส่วนใหญ่ไม่ได้ใช้โปรโมชั่นของทางสนามกอล์ฟ เนื่องจากในช่วงที่เก็บรวบรวมข้อมูลทางสนามกอล์ฟไม่ได้มีการจัดโปรโมชั่น

ผลจากการสัมภาษณ์ โดยการจัดโปรโมชั่น ด้วยวิธีการลดแลกแจกแถม ได้แก่ ลดราคาค่ากรีนฟีและแคดดี้ ลดค่าเช่ารถกอล์ฟ แจกคูปองหรือกิฟวอยเชอร์ สำหรับแลกน้ำดื่ม กาแฟ หรือสำหรับลดราคาค่าอาหาร แพ็คเกจคูปองสำหรับไดร์ฟกอล์ฟซึ่งขายเป็นเล่ม

อภิปรายผลการวิจัย

1. สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) สนามกอล์ฟในภาคเหนือตอนบนส่วนมากอยู่ในจังหวัดเชียงใหม่และลำพูน เป็นสนามกอล์ฟที่ได้มาตรฐาน 9 และ 18 หลุม พาร์ 36 และ 72 ตามลำดับ มีสนามกอล์ฟที่มีคุณภาพระดับโลกให้การยอมรับ เคยจัดโปรแกรมการแข่งขันระดับนานาชาติ ได้รับรางวัลในระดับเอเชียและระดับโลก ได้แก่ เชียงใหม่ ไฮแลนด์ กอล์ฟ แอนด์ สปา รีสอร์ต Best Value Golf Experience และได้รับการเสนอชื่อเข้าชิงรางวัล Best Golf Resort in Asia สนามกอล์ฟในภาคเหนือตอนบนมีทัศนียภาพที่งดงาม ล้อมรอบไปด้วยภูเขา มีอากาศที่เย็นสบาย มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบครัน มีการบริการที่ประทับใจ และราคาไม่แพง สนามกอล์ฟแต่ละสนามมีระดับความยากง่ายที่แตกต่างกันออกไปตามภูมิประเทศเป็นทิวเขาสลับซับซ้อนกัน ความโดดเด่นในการให้บริการ ความสามารถของแคดดี้ สอดคล้องกับการศึกษาของบริษัท แบรนด์ เมทริกซ์ รีเสิร์ช จำกัด (Brand Matrix Research Company Limited, 2010) ทำการศึกษาเรื่อง โครงการสำรวจพฤติกรรมและความพึงพอใจนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศกลุ่มกอล์ฟ พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลในการเลือกประเทศเป้าหมายของนักกอล์ฟ คือ แค็ดดี้ เนื่องจากแค็ดดี้เป็นบุคคลที่ใช้เวลาอยู่ร่วมกับนักกอล์ฟในขณะตีกอล์ฟนานที่สุด

2. กิจกรรม (Activities) สนามกอล์ฟส่วนใหญ่ไม่มีการเสริมกิจกรรมอื่น นอกจากการให้บริการสนามกอล์ฟ รถกอล์ฟ และแคดดี้ มีเพียงสนามกอล์ฟขนาดใหญ่เท่านั้นที่มีบริการกิจกรรมเสริมอื่นๆ เช่น สระว่ายน้ำ สนามเทนนิส คลิกเก็ต สควัอช ปั่นจักรยาน สำหรับกิจกรรมที่นอกเหนือจากสนามกอล์ฟจัดไว้ให้เป็นหน้าที่ของบริษัททัวร์ในการดำเนินการจัดกิจกรรมทัวร์สถานที่ท่องเที่ยวตามความสนใจของนักท่องเที่ยวต่างชาติ หรือให้นักท่องเที่ยวเลือกตามแพ็คเกจที่มีอยู่ จากการศึกษาของบริษัท แบรนด์ เมทริกซ์ รีเสิร์ช จำกัด (Brand Matrix Research Company Limited, 2010) พบว่า นักกอล์ฟชาวยุโรปมักนิยมทำกิจกรรมเสริมหลังตีกอล์ฟ เช่น สปา เที่ยวกลางคืน (Nightlife) หรือติดต่อธุรกิจ อีกทั้งนักกอล์ฟชาวต่างชาติยังเลือกประเทศเป้าหมายโดยพิจารณาจำนวนแหล่งท่องเที่ยวในบริเวณใกล้เคียงสนามกอล์ฟ หรือกิจกรรมเสริมอื่น ๆ ในบริเวณใกล้เคียงเนื่องจากช่วงเวลาหลังการตีกอล์ฟเป็นช่วงเวลาที่นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติต้องการผ่อนคลายโดยท่องเที่ยวดูความสวยงามของแหล่งท่องเที่ยวหรือร่วมกิจกรรมเสริมในบริเวณใกล้เคียง

3. การเข้าถึง (Access) สนามกอล์ฟมาตรฐานเกือบทุกแห่งมีรถรับส่งจากสนามบิน ที่พักไปยังสนามกอล์ฟโดยใช้รถของทางสนามกอล์ฟเองและรถของทางบริษัททัวร์จัดไว้ให้ สำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่ไม่ได้ใช้บริการบริษัททัวร์หรือเอเจนซี่จะใช้บริการเช่าเหมารถรับจ้างสาธารณะให้ไปส่งสนามกอล์ฟที่สนใจจะไปใช้บริการ การคมนาคมสะดวกสบาย สอดคล้องกับการศึกษาของประพันธ์ หาญเหมย (Praphan Hanmei, 2009) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ปัจจัยส่วนประสมการตลาดที่มีผลต่อผู้บริโภคในการเลือกใช้สนามฝึกซ้อมกอล์ฟในจังหวัดลำปาง ผล

การศึกษา พบว่า ผลต่อผู้ตอบแบบสอบถามในการเลือกใช้บริการสนามฝึกซ้อมกอล์ฟมีค่าเฉลี่ยสูงสุด 2 ลำดับแรกคือ มีการคมนาคมที่สะดวก (รถไม่ติด) รองลงมาคือ สถานที่จอดรถสะดวก และสอดคล้องกับการศึกษาของบริษัท แบรนด์ เมทริกซ์ รีเสิร์ช จำกัด (Brand Matrix Research Company Limited, 2010) ผลการศึกษาพบว่า การเลือกประเทศเป้าหมายเพื่อตีกอล์ฟ โดยนักกอล์ฟชาวต่างชาติส่วนใหญ่นิยมเลือกสนามกอล์ฟที่ตั้งอยู่บนทำเลที่สามารถเดินทางเข้าถึงได้สะดวก

4. สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) โดยเฉพาะสนามกอล์ฟมาตรฐานขนาดใหญ่จะมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบเกือบทุกอย่าง ได้แก่ มีคลับเฮาส์ ห้องพักผ่อน ห้องนั่งเล่น ห้องอ่านหนังสือ ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าพร้อมล๊อคเกอร์ มีห้องออกกำลังกาย สระว่ายน้ำ สนามเทนนิส มีระบบอินเตอร์เน็ต มีร้านจำหน่ายของที่ระลึก ร้านจำหน่ายสินค้า มีบริการนวดหรือสปา มีลานกิจกรรม มีที่พักหลายรูปแบบ มีห้องประชุม จัดเลี้ยงสัมมนา มีรถบริการรับส่ง สอดคล้องกับการศึกษาของบริษัท แบรนด์ เมทริกซ์ รีเสิร์ช จำกัด (Brand Matrix Research Company Limited, 2010) ผลการศึกษาพบว่า การตัดสินใจเลือกประเทศเป้าหมาย สำหรับปัจจัยเสริมที่นักกอล์ฟใช้ในการตัดสินใจเลือกประเทศเป้าหมายเพื่อตีกอล์ฟ ได้แก่ สภาพคลับเฮาส์ สภาพล็อคเกอร์ ร้านอาหารภายในสนามกอล์ฟ

5. ที่พัก (Accommodation) ที่พักภายในสนามกอล์ฟมีตั้งแต่ระดับ 3-5 ดาว มีทั้งแบบรีสอร์ท เดอร์ลุ๊ค วิลล่า ซุปพีเรียร์ แฟมิลี่ และบ้านพักเป็นหลัง สอดคล้องกับผลการศึกษาของวนิดา จรทอง (Wanida JornThong, 2015) ได้ทำการศึกษาเรื่อง โครงการ รีสอร์ทในสนามกอล์ฟ ผลการศึกษา พบว่า แนวทางในการออกแบบให้เข้ากับธรรมชาติ อยู่ท่ามกลางพื้นที่สวนขนาดใหญ่ มีความเป็นส่วนตัว คำนึงถึงผู้ที่มาพักที่โรงแรมเป็นหลัก การออกแบบรูปทรงและพื้นที่อาคารให้ตอบรับกับบริบทโดยรอบและเอกลักษณ์ของพื้นที่ และจากการศึกษาของบริษัท แบรนด์ เมทริกซ์ รีเสิร์ช จำกัด (Brand Matrix Research Company Limited, 2010) พบว่า นักกอล์ฟต่างชาติจะพิจารณาว่าโรงแรมในประเทศเป้าหมายมีความพร้อมในการให้บริการหรือไม่ และพนักงานมีใจรักในงานบริการมากหรือน้อยเพียงใด

ส่วนผสมทางการตลาด (Marketing Mix 4Ps)

1. ผลิตภัณฑ์ (Product) สนามกอล์ฟแต่ละสนามมีจุดเด่นที่แตกต่างกันไป เช่น มีทัศนียภาพที่สวยงามของภูเขา สนามกอล์ฟที่เห็นวิวดอยสุเทพ หรือดอยอินทนนท์ สนามกอล์ฟที่มีภูเขาล้อมรอบ มีทะเลสาบ กรีนฟีเป็นแบบเนินเขา มีลานกิจกรรมสำหรับการจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ สะท้อนวิถีชีวิตอันเรียบง่ายแบบชนบท สนามกอล์ฟบางแห่งจัดให้สถานที่ดูหรูหรามีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน สอดคล้องกับการวิจัยของ GFK Market Wise Ltd., (2013) ได้ศึกษาเรื่อง โครงการศึกษาศักยภาพและขนาดของตลาดนักท่องเที่ยวกลุ่มสุขภาพ กลุ่มกอล์ฟ ฮันนีมูนแต่งงาน และกลุ่มท่องเที่ยวเชิงนิเวศ พบว่า ปัจจัยสำคัญของชาวต่างชาติที่ทำให้เลือกเดินทางมาประเทศไทยเพื่อใช้บริการกอล์ฟ ได้แก่ คุณภาพของสนามกอล์ฟ เช่น ทางเชื่อมหลุม ความเขียวชอุ่ม ร่องทราย ทัศนียภาพและธรรมชาติที่สวยงาม ความมีชื่อเสียงที่ดีของสนามกอล์ฟ การบริการที่ดีของพนักงานภายในสนามกอล์ฟ การมีจิตใจในการให้บริการของแคดดี้

2. ราคา (Price) สนามกอล์ฟแต่ละแห่งจะมีค่าบริการกรีนฟีที่แตกต่างกันออกไปตามขนาดของสนามกอล์ฟ ส่วนการให้บริการของแคดดี้ การเช่ารถกอล์ฟมีราคาไม่แตกต่างกัน ค่าบริการสนามกอล์ฟในประเทศไทยถูกกว่าประเทศอื่น ๆ ในภูมิภาคอาเซียนด้วยกัน ยกเว้นเวียดนาม พม่า หรือลาว นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติจะให้ความสำคัญกับราคาที่เหมาะสมกับคุณภาพ สอดคล้องกับการศึกษาของภัทริณี วรวัลย์ (Phatthinee Worawan, 2006) ได้

ทำการศึกษาเรื่อง ลักษณะของสนามกอล์ฟที่นักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นเลือกใช้ในจังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษา พบว่า นักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นที่มาใช้บริการสนามกอล์ฟในจังหวัดเชียงใหม่ ให้ความสำคัญกับตัวแปรด้านราคาที่เหมาะสมกับคุณภาพของสินค้าและบริการมากที่สุด

3. ช่องทางการจัดจำหน่าย (Place) สนามกอล์ฟแต่ละแห่งมีการโฆษณาผ่าน Facebook และ Web Site ของทางสนามกอล์ฟเอง และเว็บไซต์บริษัทที่เกี่ยวข้องกับสนามกอล์ฟ และบริษัททัวร์ นิตยสารที่เกี่ยวกับกอล์ฟ นิตยสารนำเที่ยว นิตยสารสำหรับนักธุรกิจ แผ่นพับ ใบปลิว โปสเตอร์ และป้ายโฆษณาตามสถานที่ต่างๆ สอดคล้องกับการศึกษาของศิรินทิพย์ เตโชแจ่ม (Sirinthip Teachocham, 2011) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แผนธุรกิจการท่องเที่ยวกอล์ฟในเขตภาคเหนือตอนบน ผลการศึกษา พบว่า พฤติกรรมการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อมาเล่นกอล์ฟของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่นิยมใช้บริการในการจองสนามกอล์ฟผ่านตัวแทนจำหน่าย แหล่งข้อมูลในการตัดสินใจเลือกสนามกอล์ฟหรือตัวแทนจำหน่ายส่วนใหญ่ คือ จากอินเตอร์เน็ต หนังสือนำเที่ยว และไกด์นำเที่ยว

4. การส่งเสริมการขาย (Promotion) โดยการจัดโปรโมชั่น ด้วยวิธีการลดแลกแจกแถม ได้แก่ ลดราคาค่ากรีนฟีและแคดดี้ ลดค่าเช่ารถกอล์ฟ แจกคูปองหรือกิฟวอยเชอร์ สำหรับแลกน้ำดื่ม กาแฟ หรือสำหรับลดราคาค่าอาหาร, แพ็คเกจคูปองสำหรับไดร์ฟกอล์ฟซึ่งขายเป็นเล่ม สนามกอล์ฟบางแห่งร่วมมือกันส่งเสริมการขายโดยการจัดแข่งขันกอล์ฟร่วมกันในช่วงโลว์ซีซั่น การส่งเสริมการขายจะสอดคล้องกับหลักการและเหตุผลในการเลือกใช้บริการสนามกอล์ฟของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติจะเลือกสนามกอล์ฟที่มีบรรยากาศดี ส่งเสริมการขายโดยการโฆษณาสนามกอล์ฟเกี่ยวกับบรรยากาศที่แตกต่างจากที่อื่น การเดินทางที่สะดวก มาตรฐานของสนามกอล์ฟ ส่งเสริมการขายโดยโฆษณาจุดเด่นของการเดินทาง ความหลากหลายของวิธีการเดินทางเข้าถึง ความกว้างขวางของถนนหนทาง ความคุ้มค่าของราคาส่งเสริมการขายอาจโดยการเปรียบเทียบราคากับสนามกอล์ฟในประเทศอื่นๆ มีร้านอาหารและเครื่องดื่มให้บริการอาจส่งเสริมการขายโดยการแจกบัตรส่วนลดราคาค่าอาหาร เป็นต้น ดังนั้นการส่งเสริมการขายจะต้องทำการวิเคราะห์การตลาดเพื่อส่งเสริมการขายในรูปแบบต่างๆ

สรุปผลการวิจัย

ศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพด้านสังคมของสนามกอล์ฟในการให้บริการชาวต่างชาติ เขตภาคเหนือตอนบนโดยเฉพาะจังหวัดเชียงใหม่ ลำพูน และเชียงราย ถือว่ามีศักยภาพสูง เนื่องจากเป็นสนามกอล์ฟที่ได้มาตรฐาน ได้รับการยอมรับทั้งในระดับนานาชาติ สามารถจัดการแข่งขันในระดับใหญ่ๆ ได้ สนามกอล์ฟส่วนมากมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน มีกิจกรรมให้นักกอล์ฟเลือกมากมาย เช่น สระว่ายน้ำ สนามเทนนิส ร้านอาหารและเครื่องดื่ม มีห้องพักระดับ 3-5 ดาว ราคาถูกคุ้มค่าแก่การใช้บริการ การให้บริการของพนักงานยิ้มแย้มแจ่มใส แคดดี้มีความสามารถและคุณภาพในการให้บริการ ยกเว้นการสื่อสารด้านภาษาต้องได้รับการอบรมเพิ่มเติม การเดินทางเข้าถึงสนามกอล์ฟได้สะดวก มีรถให้บริการรับส่งจากสนามบินและที่พัก สนามกอล์ฟแต่ละแห่งมีการโฆษณาผ่าน Facebook และ Web Site ของทางสนามกอล์ฟเอง และเว็บไซต์บริษัทที่เกี่ยวข้องกับสนามกอล์ฟและบริษัททัวร์ สื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ มีการจัดโปรโมชั่น ด้วยวิธีการลดแลกแจกแถม ได้แก่ ลดราคาค่ากรีนฟีและแคดดี้ ลดค่าเช่ารถกอล์ฟ แจกคูปองหรือกิฟวอยเชอร์

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

1.ระยะเวลาในการทำวิจัยสั้นและงบประมาณมีจำกัด

2.นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติบางชาติไม่สามารถสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษได้ ต้องขอล่ามหรือพนักงานสนามกอล์ฟในการช่วยแปล

3.จังหวัดขนาดเล็กมีสนามกอล์ฟน้อยและไม่ได้มาตรฐาน บางจังหวัดไม่มีสนามกอล์ฟ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1.ทำการวิจัยเชิงคุณภาพด้วยการสัมภาษณ์แบบกลุ่มหรือรายบุคคลควบคู่กันไป เพื่อให้ได้ทราบถึงข้อมูลส่วนลึกและรายละเอียดความต้องการของลูกค้าผู้รับบริการอย่างแท้จริง

2.แปลแบบสอบถามเป็นภาษาสากลที่มีคนใช้มาก

3.จ้างผู้ที่มีความชำนาญในการใช้ภาษาช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักท่องเที่ยวต่างชาติที่มาใช้บริการสนามกอล์ฟ โดยเฉพาะชาวต่างชาติที่พูดภาษาอังกฤษไม่ได้

กิตติกรรมประกาศ

รายงานวิจัยฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาจาก ดร.กรวรรณ สังขกร หัวหน้าศูนย์วิจัยและพัฒนาการท่องเที่ยว สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่เชิญผู้วิจัยร่วมโครงการหน้าต่างการท่องเที่ยวสู่ล้านนา ให้ศึกษาศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวแบบ Wellness Tourism ด้านบริการส่งเสริมสุขภาพด้านสังคมโดยจัดสรรทุนอุดหนุนการวิจัย โดยเบิกจ่ายจากงบประมาณแผ่นดิน ประจำปี 2561 ขอบคุณ รองศาสตราจารย์อุเทน ปัญโญ ดร.วารัชต์ มัธยมบุรุษ และ ดร.นันทิยา ตันตราสืบ ช่วยให้ข้อเสนอแนะในการใช้ทฤษฎีและตรวจสอบเครื่องมือ ขอบคุณ คุณรัชนีเพ็ญ เพ็ญสิทธิ์ ที่ให้คำปรึกษาด้านภาษาอังกฤษ ขอบคุณ คุณวรรณสิริ ปัญโญ ที่เป็นกำลังใจเสมอมา

References

Bizpromptinfo. (2017). *Think Outside to Meet Business Trends "Wellness Tourism"*. Retrieved 4 December, 2017, form http://www.bizpromptinfo.com/biznews/

Brand Matrix Research Company Limited. (2010). *Behavior and Satisfaction Survey Project Foreign Tourists, Golf Groups (Golf).* Bangkok: Tourism Authority of Thailand.

Chiang Mai News. (2016). *Chiang Mai hosts the AGTC 2016 There are over 40 world class golfers*. Retrieved 5 December, 2017, form http://www.chiangmainews.co.th/page/archives/477981

GFK Market Wise Ltd. (2013). *Study of the Potential and Size of the Tourist Market Health Groups, Golf Groups, Honeymooners and Weddings, and Ecotourism Groups*. Bangkok: Tourism Authority of Thailand.

Phatthinee Worawan. (2006). *The attributes of golf courses in Chiang Mai chosen by the Japanese tourists*. (Master's thesis). Chiang Mai University.

Praphan Hanmei. (2009). *Services marketing mix factors affecting customers towards selecting golf driving ranges in Lampang Province*. (Master's thesis). Chiang Mai University.

Sirinthip Teachocham. (2011). Business Plan for Golf Tourism in the Upper Northern Region. *FEU Academic Review*, 4(Special), May.

Thaihotelbusiness. (2017). *Foreign Tourists Come to Thailand with New Trends in Health Care, High Expense Meeting Government Goals*. Retrieved 4 December, 2017, form https://www.thaihotelbusiness.com/articles/health-beauty

Thai Publica. (2017). *EIC Business Analysis "Wellness Tourism" Think Outside Answer the Consumer Trend*. Retrieved 4 December, 2017, form https://thaipublica.org/2017/10/eic-analysis-wellness-tourism-4-10-2017/

Wanida Jornthoreg. (2015). *Golf Resort*. (Thesis). Sripratum University.

Received : 22 May, 2018
Revised : 26 December, 2018
Accepted : 3 January, 2019

ผลการฝึกทักษะการว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท สำหรับนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ”มหาวิทยาลัยบูรพา

สุวิชญา ทองทรัพย์ และจิราวัฒน์ ขจรศิลป์
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลการฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท ของนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ”มหาวิทยาลัยบูรพา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ที่ว่ายน้ำไม่เป็นโดยการทดสอบด้วยแบบประเมินค่าทักษะว่ายน้ำท่าครอว์ล ของว่าที่ร้อยตรีศิริชัย โฉมวัฒนา ได้จำนวน 20 คน ใช้การสุ่มอย่างง่าย เข้ากลุ่มทดลอง 10 คน ฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยแบบฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท และกลุ่มควบคุม 10 คน ฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยแบบฝึกตามวิธีสอนแบบปกติ โดยใช้ระยะเวลาในการฝึก 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 2 ชั่วโมง และทำการทดสอบทักษะของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ก่อนการฝึกและหลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ นำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าทีแบบอิสระ

ผลการวิจัยพบว่า 1) ด้านทักษะการใช้ขาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 1.50 และ 1.80 หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 11.90 และ 5.00 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ด้านทักษะการใช้แขนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 0 หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 13.20 และ 5.10 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ด้านทักษะการหายใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 0 หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 12.80 และ 1.00 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) ด้านความสัมพันธ์ของการใช้ขา การใช้แขน และการหายใจในการว่ายท่าครอว์ลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 0 หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 13.10 และ 1.10 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : รูปแบบการสอนเอ็กซ์พลิซิท การว่ายท่าครอว์ล ว่ายน้ำไม่เป็น

Corresponding Author: นางสาวสุวิชญา ทองทรัพย์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี
E-mail: srisuda@buu.ac.th.

THE EFFECTS OF CRAWL STROKE SKILLS TRAINED BY EXPLICIT TEACHING FOR 1ST GRADE NON – SWIMMERS AT PIBOONBUMPEN DEMONSTRATION SCHOOL, BURAPHA UNIVERSITY

Suwichaya Thongsap and Jirawat Kajornsilp
Faculty of Education, Thailand National Sports University, Chon Buri Campus.

Abstract

This research aimed to study and compare the effects of crawl stroke skills trained by explicit teaching for 1st graders non - swimmers of Piboonbumpen Demonstration School, Burapha University. The samples were 1stgrade students of semester 1, academic year 2017. Twenty students were selected by using Chomwatana's Crawl Stroke Skill Evaluation, and they were divided into the experimental group and the control group. Ten students in the experimental group were trained by explicit teaching and ten students in the control group were trained by conventional methods. The training period covered eight weeks, one day a week and two hours a day. Swimming skill tests were conducted before and after the training. The data were analyzed in terms of mean and standard deviation.

The research results revealed: 1) Leg kicking skill: Before training, the mean score of the experimental group was $\bar{x}$ = 1.50, and the mean score of the control group was $\bar{x}$ =1.80. After training, the mean score of the experimental group was $\bar{x}$ = 11.90, and the mean score of the control group was $\bar{x}$ = 5.00. There was a statistically significant difference at the 0.05 level. 2) Crawling skill: Before training, the mean score the experimental and the mean score of the control groups was $\bar{x}$ = 0.00. After training, the mean score of the experimental group was $\bar{x}$ = 13.20, and the mean score of the control group was $\bar{x}$ = 5.10 There was a statistically significant difference at the 0.05 level. 3) Breathing skill: Before training, the mean score the experimental and the mean score of the control groups was $\bar{x}$ = 0.00. After training, the mean score of the experimental group was $\bar{x}$ = 12.80, and the mean score of the control group was $\bar{x}$ = 1.00 There was a statistically significant difference at the 0.05 level. 4) Crawl stroke skill: Before training, the mean score the experimental and the mean score of the control groups was $\bar{x}$ = 0.00. After training, the mean score of the experimental group was $\bar{x}$ = 13.10, and the mean score of the control group was $\bar{x}$ = 1.10 There was a statistically significant difference at the 0.05 level.

Keywords: Explicit Teaching, Crawl stroke, Non-Swimmers

Corresponding Author: Miss Suwichaya Thongsap, Faculty of Education, Thailand National Sports University, Chonburi Campus. E-mail: srisuda@buu.ac.th

บทนำ

การจมน้ำเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งของเด็กไทยอายุต่ำกว่า 15 ปี ซึ่งสูงมากกว่าอุบัติเหตุจราจรถึง 2 เท่า การสอนเด็กให้ว่ายน้ำเป็น รู้จักวิธีการเอาชีวิตรอด เป็นมาตรการหนึ่ง ที่จะช่วยให้เกิดการป้องกันการจมน้ำของเด็ก จากการศึกษาข้อมูลพบว่า ในช่วงปี พ.ศ.2551 – 2560 มีเด็กไทยเสียชีวิตจากการจมน้ำเฉลี่ย 957 คนต่อปี โดยมักจะพบบ่อยในกลุ่มอายุ 5 – 9 ปี (Bureau of Non Communicable Diseases, 2017: Online)

กีฬาว่ายน้ำเป็นกิจกรรมออกกำลังกายที่เป็นประโยชน์ต่อเยาวชนและประชาชนโดยทั่วไป เพราะการออกกำลังด้วยการว่ายน้ำทำให้ร่างกายแข็งแรง มีสมรรถภาพทางกายโดยรวมดีขึ้น (Jiramat Tanakunatirot, Krittapon Pitthachai and Jirawat Kajornsilp, 2018, p.165) นอกจากจะใช้เป็นกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและเพื่อให้เกิดพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมแล้ว ยังเป็นกิจกรรมที่มีความจำเป็นต่อการรักษาชีวิตเมื่อเกิดอุบัติภัยทางน้ำ (Sukol Ariyasajsiskul and Kritsana Arunchote, 2018, p. 207) ดังนั้นการว่ายน้ำจึงเป็นศิลปะการป้องกันตัวชนิดหนึ่ง บางครั้งอาจจะมีอุบัติเหตุเกิดขึ้นได้ ถ้าว่ายน้ำเป็นก็สามารถที่จะช่วยตัวเองให้ปลอดภัยได้ และยังสามารถช่วยผู้อื่นได้อีกด้วย (Suwat Klinkesorn, 2016, p.8)

องค์การอนามัยโลก ได้มอบงบประมาณสนับสนุนแก่สำนักโรคไม่ติดต่อในการจัดทำหลักสูตรว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด (Survival Swimming Curriculum) และคู่มือการสอนสำหรับเด็กอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป หรือบุคคลที่ไม่เคยเรียนหลักสูตรนี้มาก่อน โดยใช้หลักสูตรที่มีอยู่ของสมาคมเพื่อช่วยชีวิตทางน้ำเป็นพื้นฐาน ซึ่งจะเป็นเครื่องมือสำหรับครูผู้สอนใช้ประกอบการวางแผนและจัดการเรียนการสอน เพื่อช่วยให้การเรียนการสอนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพและมีคุณภาพเป็นมาตรฐานเดียวกัน ทั้งนี้มีจุดมุ่งหมายของหลักสูตรคือเมื่อเรียนจบหลักสูตรผู้เรียนจะมีทักษะในการเอาชีวิตรอดในน้ำ มีความรู้เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ มีทักษะในการช่วยเหลือผู้ประสบภัยทางน้ำ และมีความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา (Bureau of Non Communicable Diseases, 2009)

ดังที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าปัญหาการจมน้ำเสียชีวิตของเด็กไทยทำให้มีการส่งเสริมให้บรรจุวิชาว่ายน้ำในหลักสูตรพลศึกษา รวมทั้งการสร้างหลักสูตรการสอนว่ายน้ำเพื่อการเอาชีวิตรอด เพื่อให้เด็กได้มีโอกาสเรียนรู้ทักษะการว่ายน้ำ สามารถว่ายน้ำเป็นได้ ทั้งนี้การเรียนการสอนจะประสบความสำเร็จได้ดี ต้องเริ่มจากการที่ผู้สอนช่วยลดความกลัวในการเรียนว่ายน้ำแก่ผู้เรียนก่อนเป็นอันดับแรก ซึ่งจากการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ขณะเรียนวิชาว่ายน้ำ ผู้วิจัยในฐานะครูผู้สอนสังเกตได้ว่า นักเรียนมีความกลัวที่จะก้มหน้าลงน้ำเพื่อฝึกหายใจในน้ำ กลัวการดำน้ำ และกลัวที่จะเรียนในสระว่ายน้ำ ซึ่งความกลัวเหล่านี้เป็นอุปสรรคต่อการเรียนว่ายน้ำในทักษะที่สูงขึ้น ส่งผลให้นักเรียนว่ายน้ำเป็นได้ช้า ทำให้ผู้วิจัยเห็นถึงความสำคัญของการสร้างแบบฝึกทักษะว่ายน้ำที่เหมาะสมกับเด็กอายุช่วง 7 ปี เพื่อช่วยลดความกลัวในการเรียนว่ายน้ำแก่นักเรียน เกิดความรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่ในสระว่ายน้ำ และที่สำคัญคือช่วยให้นักเรียนว่ายน้ำเป็น ถือเป็นรากฐานสำคัญที่เด็กในช่วงอายุ 7 ปีนี้ จะนำไปใช้ช่วยเหลือตัวเองในเหตุการณ์หรือวินาทีชีวิตที่เกิดจากภัยทางน้ำได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้ในระยะเวลา 10 ปี ที่ผ่านมา ไม่มีผู้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาการสอนว่ายน้ำสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาในด้านการพัฒนาการสอนว่ายน้ำสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 โดยผู้วิจัยเห็นว่ารูปแบบการสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท (Explicit Teaching) เป็นรูปแบบการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจอย่างแท้จริงและเน้นการฝึกจนเกิดทักษะ ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนเกิดความมั่นใจ สามารถนำไปใช้เป็นพื้นฐานการเรียนรู้ทักษะการว่ายน้ำระดับสูงต่อไปได้

รูปแบบวิธีการสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท (Explicit Teaching) พัฒนาโดยโรเซ็นซายน์ และสตีเวนส์ (cited in Tissana Khemmani, 2008, p. 117) ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน คือ 1) ขั้นทบทวนความรู้เดิมและ

ตรวจการบ้าน 2) ขั้นนำเสนอเนื้อหาสาระหรือทักษะใหม่ 3) ขั้นทำให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นให้ข้อมูลป้อนกลับและแก้ไขการปฏิบัติของผู้เรียน 5) ขั้นให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติอย่างอิสระ 6) ขั้นการทบทวนฝึกปฏิบัติรายสัปดาห์และรายเดือน ซึ่งรูปแบบการสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท 6 ขั้นตอนข้างต้นนี้เป็นขั้นตอนที่เหมาะสมสำหรับการฝึกทักษะ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลการฝึกทักษะการว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท สำหรับนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ”มหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อพัฒนาผลของการฝึกทักษะการว่ายน้ำแก่นักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ให้ว่ายน้ำเป็นและมีความสามารถในการเรียนรู้วิชาว่ายน้ำระดับสูงขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิทของนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ”มหาวิทยาลัยบูรพา

2. เพื่อเปรียบเทียบผลของการฝึกทักษะว่ายน้ำหลังเรียนของนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็นด้วยวิธีสอน แบบเอ็กซ์พลิซิท และวิธีสอนแบบปกติ

สมมุติฐานของการวิจัย

ผลการฝึกทักษะในการเรียนว่ายน้ำของนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา กลุ่มทดลองตามแบบฝึกทักษะการว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิทสูงกว่ากลุ่มควบคุมตามแบบฝึกทักษะการว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบปกติ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลการฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท สำหรับนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต“พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

ด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา มีทั้งหมด 5 ห้องเรียน จำนวนนักเรียน ห้องเรียนละ 30 คน รวมทั้งสิ้น 150 คน ดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ว่ายน้ำไม่เป็น โดยการทดสอบด้วยแบบประเมินค่าทักษะว่ายน้ำท่าครอว์ลของศิริชัย โฉมวัฒนา (Sirichai Chomwattana, 2009, pp. 85-87) ซึ่งแบบประเมินมีคุณภาพของเครื่องมือดังนี้

1.1 ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ 1.00 อยู่ในเกณฑ์ดีมาก สามารถวัดได้ตามจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ต้องการจริง

1.2 ค่าความเชื่อถือได้ ตั้งแต่ .85 - .93 อยู่ในเกณฑ์ดี – ดีมาก

1.3 ค่าความเป็นปรนัย ตั้งแต่ .74 - .91 อยู่ในเกณฑ์ยอมรับ – ดี

2. กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 20 คน ดำเนินการคัดเลือกกลุ่มทดลอง โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีการจับสลากนักเรียนเข้ากลุ่ม จำนวน 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

2.1 กลุ่มทดลอง 10 คน ฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยแบบฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท

2.2 กลุ่มควบคุม 10 คน ฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยแบบฝึกตามวิธีสอนแบบปกติ

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบฝึกทักษะการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ ด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท
2. แบบประเมินทักษะการว่ายน้ำท่าครอว์ล ของ ว่าที่ร้อยตรีศิริชัย โฉมวัฒนา

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการของเด็กวัย 7 ปี ความสำคัญและประโยชน์ของการว่ายน้ำ องค์ประกอบที่มีผลต่อการว่ายน้ำ เทคนิคและวิธีการสอนว่ายน้ำ การสร้างแบบแผนการจัดการเรียนรู้ว่ายน้ำ และหลักสูตรการสอนว่ายน้ำ
2. สร้างแบบฝึกทักษะการว่ายน้ำ ตามทฤษฎีการเรียนรู้แบบเอ็กซ์พลิซิท สำหรับนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โดยกำหนดวัตถุประสงค์ วิธีทดสอบ อุปกรณ์ในการทดสอบ และการคิดคะแนน
3. นำแบบฝึกทักษะการว่ายน้ำที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปปรึกษาประธานและกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข
4. นำแบบฝึกทักษะไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ให้ตรวจสอบพิจารณาความถูกต้องของเนื้อหา ซึ่งผู้เชี่ยวชาญนี้จะต้องเป็นผู้มีประสบการณ์การสอนว่ายน้ำอย่างน้อย 10 ปี แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ
5. นำแบบฝึกทักษะการว่ายน้ำที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปดำเนินการฝึกและทดสอบกับนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์
6. รวบรวมข้อมูลที่ได้จากการฝึกและการทดสอบมาวิเคราะห์ เพื่อสรุปผลการวิจัยและให้ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้

อุปกรณ์ที่ใช้ในการวิจัย

1. กระดานเตะเท้า (Kick Board)
2. ลูกปิงปอง ลูกกอล์ฟ
3. นกหวีด
4. อุปกรณ์อื่นที่เหมาะสม

ทั้งนี้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้สอนว่ายน้ำเบื้องต้นด้วยตนเอง

สถานที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

สระว่ายน้ำโรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี ซึ่งเป็นสระว่ายน้ำมาตรฐาน ยาว 25 เมตร กว้าง 12.5 เมตร ลึกตั้งแต่ 1.00 - 1.50 เมตร ใช้สำหรับเป็นสถานที่สอนว่ายน้ำ ตามโปรแกรมการสอนว่ายน้ำที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การสอนว่ายน้ำจะใช้ความลึก 1.00 เมตร ในการเรียนของนักเรียน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอหนังสือจากคณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการใช้กลุ่มตัวอย่าง สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกในการวิจัย
2. ขอหนังสือจากคณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี ถึงว่าที่ร้อยตรีศิริชัย โฉมวัฒนา เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการใช้แบบประเมินค่าทักษะว่ายน้ำท่าครอว์ล ในการวิจัย
3. ศึกษารายละเอียดแบบฝึกทักษะ การว่ายน้ำ สถานที่และวิธีการทดสอบ
4. เตรียมสถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวกในการฝึกและเก็บรวบรวมข้อมูล

5. ชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับการฝึกและทดสอบแก่ผู้ช่วยในการทดสอบให้เข้าใจ

6. เตรียมกลุ่มตัวอย่างโดยมีวิธีดำเนินการดังนี้

6.1 ชี้แจงเกี่ยวกับการปฏิบัติให้กลุ่มตัวอย่างทราบ และแนะนำการแต่งกายในขณะเก็บรวบรวมข้อมูล

6.2 อธิบายรายละเอียดและสาธิตวิธีการฝึกให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจอย่างถูกต้อง

7. เก็บข้อมูลก่อนการฝึก (Pre – test) ด้วยแบบทดสอบ

8. ฝึกด้วยแบบฝึกทักษะการว่ายน้ำที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

9. หลังการฝึก 8 สัปดาห์ เก็บข้อมูลหลังการฝึก (Post – test) ด้วยแบบทดสอบ

วิธีดำเนินการ

1. สอบถามและคัดเลือกนักเรียนที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกัน คือ

1.1 ไม่สามารถว่ายน้ำได้

1.2 ไม่มีประสบการณ์ในการเรียนว่ายน้ำมาก่อน

2. ทำการสอนว่ายน้ำโดยใช้แบบฝึกทักษะการว่ายน้ำที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้กับกลุ่มตัวอย่าง

3. จดบันทึกการเรียนว่ายน้ำในแต่ละวัน และทักษะการว่ายน้ำในแต่ละครั้งของกลุ่มตัวอย่าง บันทึกข้อมูลลงในสมุดบันทึก เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์ต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนจากแบบประเมินของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เสนอในรูปแบบตารางและความเรียง

2. วิเคราะห์ผลความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเวลาในการทดสอบ โดยเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ โดยใช้สูตร t – test independent

สรุปผลการวิจัย

1. ด้านทักษะการใช้ขาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกมีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 1.50 และ 1.80 ตามลำดับ หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 11.90 และ 5.00 ตามลำดับ โดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ด้านทักษะการใช้แขนของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึก มีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 0 หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 13.20 และ 5.10 ตามลำดับ โดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ด้านทักษะการหายใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกมีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 0 หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 12.80 และ 1.00 ตามลำดับ โดยมี ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ด้านความสัมพันธ์ของการใช้ขา การใช้แขน และการหายใจในการว่ายท่าครอว์ล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกมีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 0 หลังการฝึกครบ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนน เท่ากับ 13.10 และ 1.10 ตามลำดับ โดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางแสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความสัมพันธ์ของการใช้ขา การใช้แขน และการหายใจในการว่ายท่าครอว์ล ก่อนการฝึกและหลังการฝึก ครบ 8 สัปดาห์ ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	N	ก่อนการฝึก (Pre-test)				หลังการฝึก (Post-test)					ผลต่างของค่าเฉลี่ยหลังการฝึก – ก่อนการฝึก
		$\bar{X}$	SD	t	df	$\bar{X}$	S.D.	t	df	*	
กลุ่มควบคุม	10	0.00	0.00	0	0	1.10	1.79	-9.725	15.343	.000	1.10
กลุ่มทดลอง	10	0.00	0.00			11.30	2.79				11.30
ผลต่างของค่าเฉลี่ย กลุ่มทดลอง - กลุ่มควบคุม		0.00				10.20					10.20

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท สำหรับนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า กลุ่มทดลองซึ่งฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท มีทักษะการใช้ขา ทักษะการใช้แขน ทักษะการหายใจ และความสัมพันธ์ในการใช้ขา การใช้แขน และการหายใจในการว่ายท่าครอว์ล แตกต่างกับกลุ่มควบคุม ซึ่งฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

เมื่อพิจารณาด้านระยะเวลาที่ใช้ในการเรียนรู้ทักษะการว่ายท่าครอว์ลของผู้เรียน พบว่า การฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท ในระยะเวลา 8 สัปดาห์ เท่ากับ 16 ชั่วโมง ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ทักษะและว่ายท่าครอว์ลได้ ซึ่งเร็วกว่านักเรียนในวัยเดียวกันดังที่ มนตรี สามงามดี ได้ศึกษาผลของการเรียนว่ายน้ำท่าครอว์ลและท่ากบ ของนักเรียนชายอายุ 7 ปี ซึ่งผลการศึกษาพบว่าการสอนว่ายน้ำท่าครอว์ล ใช้เวลาเรียน 22 ชั่วโมง ซึ่งมากกว่าผู้วิจัย 3 สัปดาห์ เท่ากับ 6 ชั่วโมง และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนที่มีอายุมากกว่า ดังที่ สมควร โพธิ์ทอง (Somkual Pothong, 1989) ได้ศึกษาผลการใช้โปรแกรมการสอน 2 แบบ ที่มีต่อความสามารถในการเรียนว่ายน้ำแบบครอว์ล ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายที่ว่ายน้ำไม่เป็น อายุ 10 – 12 ปี โดยใช้ระยะเวลาในการฝึกทักษะเป็นเวลา 6 สัปดาห์ พบว่าการฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท ให้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งมีอายุน้อยกว่า ใช้เวลาในการเรียนมากกว่าเพียง 2 สัปดาห์ หรือ 4 ชั่วโมงเท่านั้น

การศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการฝึกทักษะว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท สำหรับนักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ในครั้งนี้เป็นนวัตกรรมการเรียนการสอนรูปแบบใหม่ซึ่งยังไม่เคยมีใครศึกษาวิจัยมาก่อน ซึ่งเห็นได้จากผลวิจัยว่านักเรียนกลุ่มทดลองตามแบบฝึกทักษะการว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท มีผลของทักษะในการเรียนว่ายน้ำสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมตามแบบฝึกทักษะการว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบปกติ โดยมีผลการวิจัยเป็นไปตามสมมุติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้ และแสดงให้เห็นว่าสามารถใช้รูปแบบการสอนแบบเอ็กซ์พลิซิทในการพัฒนาทักษะว่ายน้ำแก่นักเรียนที่ว่ายน้ำไม่เป็นให้สามารถว่ายน้ำเป็นในระยะเวลาเพียง 8 สัปดาห์ แม้ว่านักเรียนจะไม่เคยมีทักษะการว่ายน้ำมาก่อนก็ตาม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาผลการฝึกทักษะ ว่ายน้ำด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท กับทักษะการว่ายท่ากบท่ากรรเชียง และท่าผีเสื้อเพื่อประเมินผลสัมฤทธิ์การฝึกทักษะการว่ายน้ำของแต่ละท่าว่าย ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนมีความสามารถในทักษะการว่ายน้ำที่ถูกต้องครบทุกท่าว่ายน้ำดังกล่าว

2. ควรมีการศึกษาผลการฝึกทักษะในรายวิชาพลศึกษาอื่น ๆ ด้วยวิธีสอนแบบเอ็กซ์พลิซิท เพื่อประเมินผลสัมฤทธิ์การฝึกทักษะ ทางกีฬาของแต่ละรายวิชา เช่น แชร์บอล แฮนด์บอล เทเบิลเทนนิส เป็นต้น

References

Bureau of Non-Communicable Diseases. (2017). *Survival Swimming Curriculum and Handbook***.** Nonthaburi: Affairs Office Printing the War Veterans Organization of Thailand (WVO).

Jiramat Tanakunatirot, Krittapon Pitthachai and Jirawat Kajornsilp. (2018). The Effect of swimming training with elastic and paddles upon swimming speed butterfly stroke 50 meters. *Academic Journal Institute of Physical Education, 10*(2), 161- 172.

Sirichai Chomwattana, (2009). *The construction of the front crawl stroke rating scales and norms for Prathomsuksa 3 of Sangsom School.* (Master's thesis), Kasetsart University.

Somkual Pothong. (1989). *Effects of two teaching program upon the crawl stroke swimming ability.* (Master's thesis). Srinakharinwirot University.

Sukol Ariyasajsiskul and Kritsana Arunchote. (2018). The effect of pneumatic resistance weight training on 50 meters crawl swimming speed. *Academic Journal Institute of Physical Education, 10*(2), 203-220.

Suwat Klinkesorn. (2016). *Swimming***.** Bangkok: Center for Innovations Textbooks and Academic Papers, Faculty of Education, Chulalongkorn University.

Tissana Khemmani. (2008). *The Science of Teaching: Knowledge for Organizing Effective Learning Process.* (7th ed.). Bangkok: Chulalongkorn University.

Received : 26 September, 2018
Revised : 31 October, 2018
Accepted : 7 November, 2018

ผลของการแช่ในน้ำเย็นที่มีต่อการฟื้นสภาพร่างกายจากกรดแลคติกหลังการฝึกของนักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี

สุกัญญา ฤทธิ์งาม
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการแช่ในน้ำเย็นต่อการฟื้นสภาพของร่างกายของนักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี และเปรียบเทียบจากการแช่ในน้ำเย็น เพื่อดูการฟื้นสภาพร่างกายและกรดแลคติกในเลือดหลังจากการฝึกซ้อมหรือออกกำลังกาย ที่ร่างกายทำงานอย่างหนักแล้วสามารถหาวิธีทำให้กล้ามเนื้อกลับมาใช้งานได้อย่างรวดเร็วอีกครั้ง นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (Mean) ของกรดแลคติกของการฟื้นตัวแบบปกติและแบบใช้น้ำเย็น และใช้การทดสอบค่าที (Pairs-Sample t-test) ได้มาจากการทำงานแบบไม่ใช้ออกซิเจน ในขณะเดียวกันผลของการทำงานหนักก่อให้เกิดของเสียขึ้นในร่างกาย เพราะกระบวนการสร้างพลังงาน ด้วยการแยกกลูโคสที่ยังไม่สมบูรณ์ ทำให้ไม่สามารถนำออกซิเจนไปใช้ได้ทัน ของเสียสำคัญที่เกิดขึ้น คือ กรดแลกติก เกิดขึ้นหลังจากการฝึกซ้อมทันที ซึ่งจะถูกสะสมอยู่ในกล้ามเนื้อและเลือด โดยมีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการวิจัยพบว่า ผลการเปรียบเทียบผลต่างค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ศึกษาระหว่างก่อนการฟื้นตัวปกติกับหลังฟื้นตัวจากการพัก 15 นาที และระหว่างก่อนการฟื้นตัวจากการใช้น้ำเย็นกับหลังฟื้นตัวจากการใช้น้ำเย็น 15 นาที พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของกลุ่มอย่างหลังการฟื้นตัวแบบนั่งพัก 15 นาที และหลังการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ประชากรที่ศึกษาที่ทำการทดลองตามแบบฝึกซ้อมของนักกีฬาฟุตบอลทีมชาติไทย ที่ใช้วิธีการใช้ความเย็นเพื่อการฟื้นฟูหรือ คืนสภาพร่างกายหลังจากการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาอย่างหนักนี้ ได้มีการใช้ในวงการกีฬามานาน และได้มีการนำมาประยุกต์ในการใช้ความเย็นด้วยวิธีต่าง ๆ เพื่อหาวิธีที่ให้ประโยชน์ต่อการฟื้นสภาพของร่างกายไม่ว่าก่อนหรือหลังจากการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายอย่างหนักการฟื้นสภาพร่างกายแบบการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที ฟื้นสภาพได้เร็วกว่าการนั่งพัก 15 นาที

คำสำคัญ: การฟื้นสภาพร่างกาย น้ำเย็น

Corresponding Author: นางสาวสุกัญญา ฤทธิ์งาม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี
E-mail: lekker-007@hotmail.com

THE EFFECTS OF COLD WATER IMMERSION ON BODY RECOVERY IN RELATION TO LACTIC ACID AFTER THE TRAINING OF UNDER-16-YEAR THAILAND WOMEN'S NATIONAL FOOTBALL TEAM

Sukanya Ritngam
Faculty of Education, Thailand National Sports University, Chon Buri Campus

Abstract

The purposes of this research were 1) to study the effects of cold water immersion on body recovery, and 2) to compare between the effects of cold water immersion and the normal body recovery of under-16-year Thailand women's national football team by considering the difference of lactic acid level in blood between the normal recovery and the cold water immersion. The results were analyzed in the form of mean scores of lactic acid level of the normal recovery and the cold water immersion. The researcher also applied Pairs-Sample t-test with the statistical significance at the level of .01 The results showed that the mean scores of lactic acid level of samples between before and after the normal recovery for 15 minutes and before and after cold water immersion recovery for 15 minutes were different with the statistical significance at the level of .01 The mean scores of lactic acid level of samples between after the normal recovery for 15 minutes and the cold water immersion recovery for 15 minutes were different with the statistical significance at the level of .01 In addition, the 15-minute cold water immersion recovery was more effective than 15 minute normal recovery for training football players.

Keywords: Cold water immersion, Body recovery

.

Corresponding Author: Miss Sukanya Ritngam Faculty of Education, Thailand National Sports University, Chonburi Campus E-mail: lekker-007@hotmail.com

บทนำ

ปัจจุบันวงการกีฬาได้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง และสามารถรับรู้ข่าวสารจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ที่ทันสมัยขึ้น การพัฒนาทางด้านการเรียนรู้ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย จิตใจ ทักษะ เทคนิค ความคิดสร้างสรรค์ และไม่ว่าจะเป็นการคิดค้นวิธีการฝึกซ้อม แนวทางหรือวิธีการวางแผนทางด้านกลยุทธ์ใหม่ ๆ ที่นำมาใช้ให้นักกีฬาเยาวชนและประชาชนได้พัฒนา และเป็นการวางแผนให้นักกีฬาทั้งบุคคลและทีมได้มีความพร้อมในการแข่งขันเพื่อชัยชนะในอนาคตต่อไป การพัฒนารูปแบบวิธีการฝึกของนักกีฬาอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันก็ตามการที่จะทำให้นักกีฬา มีสมรรถภาพทางกายด้านต่าง ๆ สูง โดยเฉพาะด้านความแข็งแรง ความเร็ว ความอดทน ความยืดหยุ่น ความสัมพันธ์ และความคล่องแคล่วว่องไวดีขึ้นนั้น สิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างมากจะขาดไม่ได้ คือ การฝึกซ้อม ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาอย่างไร โยงไปหากรดแลคติก การกำจัดกรดแลคติก ความเย็น การแช่ตัวในน้ำเย็น การวิจัยประเด็นนี้จะทำให้เกิด ผลผลิต ผลกระทบ และผลลัพธ์ อะไรตามมา ที่นับเป็นความสำคัญของการวิจัยทำให้นักกีฬาสามารถเล่นกีฬาฟุตบอลได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีการพัฒนาทักษะในด้านต่างๆ เช่น การเลี้ยง การส่ง การโหม่ง และการยิงการเลี้ยงลูกฟุตบอลเป็นการพลิกแพลงหลอกล่อคู่ต่อสู้ ผู้ที่จะเป็นผู้เลี้ยงลูกฟุตบอลได้ดีต้องมีความรวดเร็ว ความว่องไว สามารถบังคับลูกได้ดี หมุนตัวได้อย่างคล่องแคล่ว การส่งไปตามทิศทางที่ต้องการ การโหม่งเพื่อทำประตูและสกัดกลั่นคู่ต่อสู้ การยิงให้แม่นยำและแรง ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการเล่นและช่วยเพิ่มความสนุกสนานในการเล่นยิ่งขึ้น

ในขณะที่นักกีฬากำลังแข่งขันกีฬา ร่างกายต้องทำงานอย่างหนักเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ติดต่อกันหลายๆ ครั้ง ส่งผลให้นักกีฬาเกิดความเมื่อยล้าของกล้าเนื้อ ร่างกายไม่สามารถทำงานต่อได้เหมือนเดิม สอดคล้องกับชูศักดิ์ เวชแพทย์ และกันยา ปาละวิวัธน์ (Chusak Vejbaesya and Kanya Palavivat, 1993, p. 443) ได้กล่าวว่า กรดแลกติก เกิดขึ้นหลังจากการฝึกซ้อมทันที ซึ่งจะถูกสะสมอยู่ในกล้ามเนื้อและเลือด โดยเกิดที่เซลล์กล้ามเนื้อแล้วแพร่ไปสู่กระแสเลือด ในกล้ามเนื้อที่ใช้ทำงานจะมีปริมาณกรดแลกติกมากกว่าในกระแสเลือด และขัดขวางการทำงานของกล้ามเนื้อ ทำให้ความสามารถในการทำงานของกล้ามเนื้อลดลง และเป็นที่ยอมรับกันในวงการสรีรวิทยาการออกกำลังกายว่ากรดแลกติกเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการเมื่อยล้า ซึ่งสอดคล้องกับ Bruce (2000) ได้กล่าวไว้ว่า กรดแลคติกเป็นปัจจัยแรกที่ทำให้ความเมื่อยล้าของกล้ามเนื้อ (Muscle fatigue) ทำให้เกิดอาการเจ็บกล้ามเนื้อ (Muscle Soreness) เพิ่มมากขึ้นร่างกายเกิดการเมื่อยล้าเร็วขึ้น ประสิทธิภาพและสมรรถภาพของนักกีฬาก็จะลดลง ดังนั้น จึงได้มีการศึกษาค้นคว้ากันอย่างมากมายถึงวิธีการที่ทำให้กรดแลกติกมีการเคลื่อนย้ายออกจากกล้ามเนื้อและเลือดได้เร็วที่สุด เพื่อที่จะทำให้ร่างกายของนักกีฬามีการฟื้นสภาพได้เร็วที่สุด มีอาการเมื่อยล้าอาการเจ็บกล้ามเนื้อน้อยลง ซึ่งส่งผลทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถได้อย่างเต็มที่และมีประสิทธิภาพ

วิธีกำจัดกรดแลคติกออกจากร่างกายสามารถทำได้หลายวิธีโดยการให้ความเย็นส่วนปลายของร่างกาย ซึ่งนอกจากจะช่วยลดระดับกรดแลคติกในเลือดและยังสามารถลดอัตราการเต้นของหัวใจได้ด้วย (Jitrada Phongkularb, 2009) นอกจากนี้ หากนักกีฬาออกกำลังกายเบาๆ หลังจากการออกกำลังกายหนักจะทำให้ปริมาณของกรดแลคติกลดลงเร็วยิ่งขึ้น เนื่องจากในขณะที่ออกกำลังกายเบาๆ กระแสเลือดจะไหลเวียนเร็วกว่าขณะอยู่นิ่งๆ จึงทำให้มีปริมาณออกซิเจนไปเผาผลาญกรดแลคติกได้มากขึ้น นอกจากนั้นยังทำให้กรดแลคติกถูกเคลื่อนย้ายไปยังตับ ไต หรือหัวใจได้เร็วขึ้น และทำให้ปริมาณของกรดแลคติกในร่างกายลดลงสู่ปริมาณปกติได้เร็วขึ้น (Issariya Thongho, 2016) การรับประทานอาหารบางชนิดสามารถช่วยลดการเกิดกรดแลคติกได้ เช่น การเพิ่มการรับประทานโพแทสเซียมจากอาหารจำพวกบีทรูท ผักโขม คะน้า หัวไชเท้า ถั่วแขก ถั่วเมล็ดแห้ง และเต้าหู้ การรับประทานอาหารที่อุดมไปด้วยกรดไขมันที่ดีจะได้จากแซลมอน ทูนา และแมคเคอเรล ถั่ววอลนัท เมล็ดเชีย น้ำมันข้าวโพด น้ำมันดอกทานตะวัน และน้ำมันถั่วเหลือง การดื่มเบกกิ้งโซดาละลายน้ำ และ

การรับประทานอาหารที่อุดมไปด้วยวิตามินบีซึ่งพบในอาหารจำพวกผักใบเขียว เมล็ดธัญพืช ถั่วจำพวกฝักและถั่วเมล็ดแห้ง ปลา เนื้อวัว สัตว์ปีก ไข่ และผลิตภัณฑ์จากนม (Martinez, n.d.) ในการศึกษาของ Foss and Keteyian (1998 cited in Issariya Thongho, 2016) กล่าวเช่นเดียวกันว่า การออกกำลังกายเบาๆ จะทำให้การเคลื่อนย้ายกรดแลคติกจากเลือดและกล้ามเนื้อเกิดได้เร็วขึ้น การออกกำลังกายเบาๆ นี้เรียกว่า “การฟื้นตัวโดยการออกกำลังกาย” (Exercise recovery) หรือ “การฟื้นตัวแบบมีกิจกรรมการเคลื่อนไหว” (Active recovery) ซึ่งจะมีวิธีการเหมือนกับการคลายอุ่นร่างกาย (Cool down) โดยเมื่อกรดแลคติกลดระดับลงหรือได้เคลื่อนย้ายออกไปแล้วจะช่วยให้กล้ามเนื้อฟื้นสภาพจากอาการเมื่อยล้าได้เร็วขึ้น และยังช่วยลดสภาวะที่อาจจะนำไปสู่การบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ เอ็น และข้อต่อในระหว่างการฝึกซ้อมหรือออกกำลังกาย

การใช้ความเย็นเป็นวิธีการหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการลดความเจ็บปวดของกล้มเนื้อที่เกิดจากการเมื่อยล้าจากการแข่งขันสามารถทำได้หลายวิธี เช่น การแช่น้ำเย็น การถูนวดด้วยน้ำแข็ง การใช้ผ้าเย็น การประคบถุงน้ำแข็ง และการใช้เจลแช่เย็น เป็นต้น การใช้ความเย็นเพื่อการฟื้นฟูหรือคืนสภาพร่างกายหลังจากการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาอย่างหนักนี้ ได้มีการใช้ในวงการกีฬามานานและได้มีการนำมาประยุกต์ในการใช้ความเย็นด้วยวิธีต่างๆ เพื่อหาวิธีที่ให้ประโยชน์ต่อการฟื้นสภาพของร่างกายไม่ว่าก่อนหรือหลังจากการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายอย่างหนัก (Vaile, 2008) จากการศึกษายังพบอีกว่า การใช้ความเย็นเพื่อฟื้นสภาพร่างกายหลังการออกกำลังกาย โดยการแช่หรือจุ่มตัวลงในน้ำเย็น (cold water immersion) นอกจากจะมีผลช่วยลดความเจ็บปวด ลดการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อ ความเย็นยังส่งผลทำให้อัตราการไหลเวียนของเลือดบริเวณหลอดเลือดส่วนปลาย (peripheral blood flow) มีอัตราลดลง แต่ด้วยเหตุนี้ทำให้อัตราการไหลเวียนโลหิตกลับเข้าสู่หัวใจ (cardiac preload) เพิ่มขึ้น คือ ทำให้ระดับการไหลเวียนเลือดส่วนกลาง (central blood volume) เพิ่มขึ้น จึงทำให้ปริมาณเลือดที่ออกจากหัวใจในขณะบีบตัว (stroke volume) และปริมาณเลือดที่ออกจากหัวใจใน 1 นาที (cardiac output) เพิ่มขึ้นด้วย (Wilcock et al., 2006)

จากการศึกษาปัญหาเรื่องนี้ ผู้วิจัยต้องการศึกษาเรื่องการฟื้นสภาพของนักกีฬาฟุตบอลหญิง ศึกษาประโยชน์จากการแช่ในน้ำเย็น เพื่อดูการฟื้นสภาพร่างกายและกรดแลคติกในเลือดหลังจากการฝึกซ้อมหรือออกกำลังกาย ที่ร่างกายทำงานอย่างหนักแล้วสามารถหาวิธีทำให้กล้ามเนื้อกลับมาใช้งานได้อย่างรวดเร็วอีกครั้ง โดยการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกกิจกรรรม 2 ชนิด มาใช้กับวิธีฟื้นสภาพร่างกาย ได้แก่ การฟื้นสภาพร่างกายแบบนั่งพักและการฟื้นสภาพร่างกายโดยการแช่น้ำเย็น ซึ่งผลของการกีฬาวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ฝึกสอนและนักกีฬา โดยสามารถนำไปประยุกต์ใช้ ให้เกิดประโยชน์ต่อการฝึกซ้อมและออกกำลังกาย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการแช่ในน้ำเย็นต่อการฟื้นสภาพร่างกายของนักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี
2. เพื่อเปรียบเทียบระหว่างผลการใช้น้ำเย็นและการนั่งพักฟื้นสภาพร่างกายนักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี

สมมติฐานของการวิจัย

ผลของการฟื้นสภาพร่างกายของนักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี ด้วย การแช่ในน้ำเย็นสามารถฟื้นตัวได้เร็วกว่าการนั่งพัก

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นที่ 1. ประชากรที่ศึกษา จำนวน 20 คน เป็นประชากรชุดเดียวกัน ปฏิบัติการทดลองทั้ง 2 รูปแบบ แต่เว้นระยะห่างกัน 1 สัปดาห์ มีค่าเฉลี่ยอายุ เท่ากับ 14.35 ± 0.745 ปี มีค่าเฉลี่ยน้ำหนัก เท่ากับ 48.00 ± 4.823 กิโลกรัม และมีค่าเฉลี่ยส่วนสูง เท่ากับ 158.20 ± 4.938 เมตร ตามลำดับ

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ นักฟุตบอลทีมชาติหญิง รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี ประจำปี 2561 จำนวน 20 คน

ขั้นที่ 2 เครื่องมือที่ใช้

2.1 โปรแกรมการฝึกซ้อมของนักฟุตบอล (Witthaya Laohakul, 2016)

2.2 ใบกรอกข้อมูล

- รหัส อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง โรคประจำตัว
- ค่ากรดแลคติกในเลือดจากการทดลองทั้ง 2 ครั้ง หลังฝึกเสร็จ หลังนั่งพัก 15 นาที และหลังแช่น้ำเย็น 15 นาที

ทำการทดลองครั้งที่ 1 ทำการฝึกโดยแบบฝึกซ้อมสำหรับนักกีฬาฟุตบอล

1) เจาะเลือด ครั้งที่ 1 หลังจากฝึกเสร็จ

2) เจาะเลือด ครั้งที่ 2 หลังจากนั่งพัก 15 นาที

ทำการทดลองครั้งที่ 2 ทำการฝึกโดยแบบฝึกซ้อมสำหรับนักกีฬาฟุตบอล

1) เจาะเลือด ครั้งที่ 1 หลังจากฝึกเสร็จ

2) เจาะเลือด ครั้งที่ 2 หลังจากแช่ในน้ำเย็น 15 นาที

(รักษาอุณหภูมิของน้ำเย็น โดยการเติมน้ำแข็งในช่วงนาทีที่ 7.5)

2.3 น้ำประปาและน้ำแข็งเพื่อใช้ในการทำความเย็น

2.4 ถังใส่น้ำและน้ำแข็ง ขนาดบรรจุ 500 ลิตร

2.5 เครื่องวัดอุณหภูมิ (Thermometer)

2.6 เครื่องวิเคราะห์ปริมาณกรดแลคติกในเลือด ยี่ห้อ Lactate Scout

2.7 เข็ม เบอร์ 24 ยี่ห้อ NIPRO

2.8 นาฬิกาจับเวลา

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ทำหนังสือขอความร่วมมือในการใช้กลุ่มตัวอย่างและสถานที่ในการทดลอง จากสมาคมกีฬาฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

2. ทำหนังสือขออนุญาตการทำวิจัยในมนุษย์ไปยังคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโดยโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ นักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติ รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี ซึ่งได้รับการตรวจจากกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์แล้วดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลผลการทดลองของนักฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี เป็นประชากรกลุ่มเดียวกันตั้งแต่วันที่ 21 กุมภาพันธ์ สิ้นสุด 4 เมษายน 2561

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำผลที่ได้จากการทดลองมาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน น้ำหนัก ส่วนสูง อายุ และกรดแลคติกของการฟื้นตัวแบบนั่งพักปกติและแบบแช่ในน้ำเย็น

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (Mean) ของค่ากรดแลคติกของโปรแกรมการฟื้นสภาพแบบนั่งพักปกติและแบบแช่ในน้ำเย็น ทั้งก่อนและหลังทำกิจกรรม โดยการทดสอบค่าที (Pairs-Sample t-test)

ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ของประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปร	ประชากร จำนวน 20 คน	
	$\bar{X}$	S.D.
อายุ (ปี)	14.35	0.745
น้ำหนัก (กิโลกรัม)	48.00	4.823
ส่วนสูง (เมตร)	158.20	4.938

จากตารางที่ 1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัย จำนวน 20 คน มีค่าเฉลี่ยอายุ เท่ากับ 14.35±0.745 ปี มีค่าเฉลี่ยน้ำหนักเท่ากับ 48.00±4.823 กิโลกรัม มีค่าเฉลี่ยส่วนสูงเท่ากับ158.20±4.938 เมตร ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการวิจัยก่อนการฟื้นตัวจากการนั่งพักและหลังจากการนั่งพัก 15 นาที

ตัวแปร	ก่อนฟื้นตัว		นั่งพัก 15 นาที		ผลต่างกรดแลคติก
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
กรดแลคติก	4.08	1.323	2.64	0.827	1.44

จากตารางที่ 2 กรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการวิจัยก่อนการฟื้นตัวจากการนั่งพัก เท่ากับ 4.08 ± 1.323 และค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการศึกษาหลังฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาที เท่ากับ 2.64 ± 0.827 ซึ่งผลของกรดแลคติกมีค่าแตกต่างกัน เท่ากับ 1.44

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการวิจัยก่อนการฟื้นตัวจากการใช้น้ำเย็นและหลังจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที

ตัวแปร	ก่อนฟื้นตัว		ใช้น้ำเย็น 15 นาที		ผลต่างกรดแลคติก
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
กรดแลคติก	4.41	1.094	1.80	0.466	2.61

จากตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการศึกษาก่อนการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น เท่ากับ 4.41 ± 1.094 และค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการศึกษาหลังฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที เท่ากับ 1.80 ± 0.466 ซึ่งผลของกรดแลคติกมีค่าแตกต่างกัน เท่ากับ 2.61

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบผลต่างค่าเฉลี่ยกรดแลคติกก่อนการฟื้นตัวจากการนั่งพักกับหลังการฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาทีและก่อนการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็นกับหลังการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที

ตัวแปร	ผลต่างกรดแลคติก		t	df	Sig
	$\bar{X}$	S.D.			
การฟื้นตัวปกติ	1.44	0.837	5.33	19	.000
การฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น	2.61	1.124			

*p < .05

จากตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบผลต่างค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของกลุ่มตัวอย่างระหว่างก่อนการฟื้นตัวจากการนั่งพักกับหลังฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาที และระหว่างก่อนการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็นกับหลังฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 5 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยกรดแลคติกหลังการฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาทีและหลังการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที

ตัวแปร	15 นาที		t	df	Sig
	$\bar{X}$	S.D.			
การนั่งพัก	2.64	0.827	4.14	19	.001
การแช่ในน้ำเย็น	1.80	0.466			

*p < .05

จากตารางที่ 5 การเปรียบเทียบค่ากรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการวิจัยหลังการฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาทีและหลังการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การอภิปรายผลการวิจัย

ผลของการใช้ความเย็นที่มีต่อการฟื้นสภาพร่างกายจากกรดแลคติกหลังการฝึกของนักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี พบว่า ประชากรที่ใช้ในการวิจัยตามแบบฝึกซ้อมของนักกีฬาฟุตบอล หลังฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาที แตกต่างกับการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการวิจัยก่อนการฟื้นตัวจากการนั่งพักมีค่ามากกว่าหลังฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาที เท่ากับ 1.44 หมายถึง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยตามแบบฝึกนักกีฬาฟุตบอลหลังฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาที ร่างกายมีการฟื้นสภาพได้ดีกว่าก่อนทำการฟื้นตัวจากการนั่งพัก

ค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการวิจัยก่อนการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็นมี ค่ามากกว่าหลังฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที เท่ากับ 2.61 หมายถึง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยตามแบบฝึกนักกีฬาฟุตบอลหลังฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที ร่างกายมีการฟื้นสภาพได้ดีกว่าก่อนทำการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น

การเปรียบเทียบผลต่างค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการวิจัยระหว่างก่อนการฟื้นตัวจากการนั่งพักกับหลังฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาที มีค่าน้อยกว่า ผลต่างค่าเฉลี่ยกรดแลคติกของประชากรที่ใช้ในการวิจัยระหว่างก่อนฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็นกับหลังฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที หมายถึง ประชากรที่

ใช้ในการวิจัยตามแบบฝึกนักกีฬาฟุตบอลที่ใช้การฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที ร่างกายมีค่ากรดแลคติกมีน้อยกว่าการฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาที

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยกรดแลคติกหลังการฟื้นตัวจากการนั่งพัก 15 นาที แตกต่างกับหลังการฟื้นตัวจากการแช่ในน้ำเย็น 15 นาที อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หมายถึง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยตามแบบฝึกนักกีฬาฟุตบอล ที่ใช้วิธีการฟื้นสภาพร่างกายแบบการใช้น้ำเย็น 15 นาที ได้ผลดีกว่าการพักปกติ 15 นาที ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของวรวิทย์ รัตนเสถียรกิจ (Worrawit Rattanasateankij, 2009) ศึกษาเรื่อง ผลของการแช่น้ำเย็นที่มีผลต่อการฟื้นสภาพและความสามารถทางกาย มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของการแช่น้ำเย็นที่มีต่อการฟื้นสภาพร่างกายและเปรียบเทียบผลของการฟื้นสภาพของร่างกายที่มีต่อสมรรถภาพทางกาย สรุปได้ว่า การฟื้นสภาพโดยการแช่น้ำเย็นนอกจากจะใช้ในการลดการบาดเจ็บ และการอักเสบของกล้ามเนื้อแล้วยังมีประสิทธิภาพในการฟื้นสภาพร่างกายภายหลังจากการออกกำลังกายอย่างหนักได้ดีทั้งยังช่วยในการลดกรดแลคติกในเลือดได้เร็วขึ้นด้วย และการศึกษาวิจัยของ Ascensão; et al. (2011) ศึกษาเรื่องผลของการแช่น้ำเย็นที่มีต่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายและความเสียหายของกล้ามเนื้อหลังการแข่งขันฟุตบอลแบบเพลย์ออฟ สรุปได้ว่าการแช่น้ำเย็นทันทีหลังจากที่การแข่งขันฟุตบอลแบบเพลย์ออฟช่วยลดความเสียหายของกล้ามเนื้อและความรู้สึกไม่สบายซึ่งอาจมีผลให้การฟื้นฟูกลไกด้านระบบประสาทเป็นไปได้เร็วขึ้น รวมถึงสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของเจษฎา ไตรเพิ่ม (Jedsada Triphoem, 2011) ศึกษาเรื่อง ผลของการใช้ความเย็นที่มีต่อการฟื้นตัวของนักกีฬามวยไทยสมัครเล่น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของการใช้ความเย็นที่มีต่อการฟื้นตัวของนักกีฬา สรุปได้ว่าค่ากรดแลกติกของการฟื้นตัวแบบปกติและแบบใช้ความเย็นภายในกลุ่ม ก่อนทำกิจกรรม หลังชกยกที่หนึ่ง หลังชกยกที่สอง และหลังพักยกที่สอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 วิธีการฟื้นตัวแบบปกติและการฟื้นตัวแบบใช้ความเย็นในนักกีฬามวยไทยสมัครเล่น ทั้งสองวิธีให้ผลในการลดอัตราการเต้นของหัวใจและลดระดับกรด แลกติกในเลือดได้ใกล้เคียงกัน สามารถเลือกใช้ตามความเหมาะสมของนักกีฬาและผู้ฝึกสอน

การศึกษาการใช้น้ำเย็นที่มีต่อการฟื้นสภาพร่างกายจากกรดแลคติกหลังจากการฝึกของนักกีฬาฟุตบอลหญิงทีมชาติไทย รุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี สรุปได้ว่า การแช่น้ำเย็นหลังจากการฝึกซ้อมสามารถลดระดับกรดแลคติกในเลือดได้เร็วกว่าการนั่งพัก ทำให้ร่างกายฟื้นสภาพได้ดี

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบค่ากรดแลคติกของกลุ่มตัวอย่างที่แยกออกจากกันตั้งแต่ 2 กลุ่มขึ้นไป
2. ควรทำการศึกษาเกี่ยวกับระยะเวลาการฟื้นสภาพร่างกายที่ทำให้ค่ากรดแลคติกลดลงเท่ากับ 0 ในการฟื้นตัวแต่ละรูปแบบ

References

Ascensão, A.; et al. (2011). Effects of cold water immersion on the recovery of physical performance and muscle damage following a one-off soccer match. *Journal of Sports Sciences, 29*(3), 217-225.

Bruce. (2000). The role of skeletal muscle in lactate exchange during exercise. *Medicine & Science in Sport & Exercise, 32*(4), 753-755.

Chusak Vejbaesya and Kanya Palavivat. (1993). *Physiology of Exercise*. Bangkok: Thaiwattanapanich.

Issariya Thongho. (2016). *Effect of recovery after exercise methods on lactic acid in the blood, heart rate and anaerobic performance in athletes*. (Master's thesis). Burapha University.

Jedsada Triphoem. (2011). *The effect of cold treatment on recovery of Thai amateur boxers*. (Master's thesis). Srinakharinwirot University.

Jitrada Phongkularb (2009). *Effects of central and peripheral body cooling after exercise on blood Lactate level in male taekwondo players*. (Master's thesis). Kasetsart University

Vaile, J.; et al. (2008). Effect of cold water immersion on repeat cycling performance and thermoregulation in the heat. *Journal of Sports Science, 26*(5), 431-440.

Wilcock, I. (2006). *The effect of water immersion, active recovery and passive recovery on repeated bouts of explosive exercise and blood plasma*. (Master's thesis). Auckland University of Technology.

Witthaya Laohakul. (2016). *Manual of Best Practices*. Bangkok: Patouch Co., Ltd.

Worrawit Rattanasateankij. (2009). *Effect of cold water immersion on recovery and performance*. (Master's thesis). Srinakharinwirot University.

Received : 1 October, 2018
Revised : 7 November, 2018
Accepted : 14 November, 2018

ผลของโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจของนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางแก้วประชาสรรค์

พัศทร ชัยปัญหา และ จิราวัฒน์ ขจรศิลป์
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการกระโดดเชือกที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด และระบบหายใจของนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และ 2) เปรียบเทียบผลของโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด และระบบหายใจ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางแก้วประชาสรรค์ จำนวน 90 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบทดสอบวิ่งระยะไกล 1,600 เมตร ในการวัดความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด และระบบหายใจ โดยนำมาจากแบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี กรมพลศึกษา และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยนำหลักของ FITT มาใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการฝึกในครั้งนี้คือ ทำการฝึกเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 วัน ผู้วิจัยได้มีการกำหนดความหนัก โดยมีการเพิ่มความหนักของโปรแกรมการฝึกการกระโดดเชือกทั้ง 2 แบบ จากเบาไปหาหนัก สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าทดสอบ t-test และค่าทดสอบ F-test (one-way analysis of variance)

ผลการวิจัยพบว่า 1) ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด และระบบหายใจของกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 มีพัฒนาการสูงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ระหว่าง กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : โปรแกรมการกระโดดเชือก ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

Corresponding Author: นายพัศทร ชัยปัญหา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตชลบุรี
E-mail: sitkondee.1979@gmail.com

Academic Journal of Thailand National Sports University
Vol.12 No.1 (January - April 2020)
Online Journal 2697-5793

EFFECTS OF DOUBLE FOOT JUMP ROPE AND SWITCHING FOOT JUMP ROPE PROGRAMS TOWARDS THE ENDURANCE OF THE CIRCULATORY AND RESPIRATORY SYSTEMS OF FEMALE HIGH SCHOOL STUDENTS AT BANGKAEW PRACHASAN SCHOOL

Patsatorn Chaipanha and Jirawat Khajornsilp
Faculty of Education National Sports University Chonburi Campus

Abstract

This research aimed to 1) study the effects of the jump rope program on endurance of circulatory and respiratory systems of high school female students and 2) compare the results of the double foot jump rope and switching foot jump rope program on the endurance of circulatory and respiratory systems. The sample group was 90 female high school students at Bangkaew Prachasan School. The research tool was a 1,600 meter long distance test taken from the physical fitness norms and test for Thai children aged 7- 18 years, Department of Physical Education, to measure endurance of the circulatory and respiratory systems. The double foot jump rope and switching foot jump rope programs created by the researcher were based on the principles of FITT as a guideline to create the training program. The training took 8 weeks, 3 days a week. The intensity of the training program was set up and gradually increased for, both jump ropes from light to heavy. The data analysis was conducted in percentage, mean, standard deviation, t-test and F-test (one-way analysis of variance). The results were found that 1) endurance of the circulatory and respiratory systems of the group trained with the double foot jump rope program and the group trained with the switching foot jump rope program after the 8th week of training was significantly higher than that before training at the level of .05; 2) endurance of the circulatory and respiratory systems after the 8th week if training between the group trained with the double foot jump rope program and the group trained with the switching foot jump rope program was not significantly different at .05 level.

Keywords: jump rope program, endurance of the circulatory and respiratory systems

Corresponding Author: Mr.Paysatorn Chaipanha Faculty of Education National Sports University Chonburi Campus E-mail: sitkondee.1979@gmail.com

บทนำ

ปัจจุบันเทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์มากขึ้น โดยเฉพาะเทคโนโลยีที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสาร เช่น สื่อทางอินเตอร์เน็ต สื่อทางสังคมออนไลน์ สื่อทางโทรทัศน์ รวมถึงเทคโนโลยีทางด้านคมนาคมก็มีความสะดวกสบายมากขึ้น มีทั้งรถยนต์ รถจักรยานยนต์ ซึ่งเทคโนโลยีต่างๆ เหล่านี้จะเป็นส่วนหนึ่งที่ลดบทบาทในการเคลื่อนไหว และการออกกำลังกายของมนุษย์ เพราะการเคลื่อนไหว และการออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่สำคัญอย่างหนึ่งในการดำรงชีวิต ซึ่งการออกกำลังกายจะช่วยในการพัฒนาศักยภาพและคุณภาพชีวิตของทุกคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กวัยรุ่นที่ต้องการการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกายเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งจะช่วยให้มีการพัฒนาการและการเจริญเติบโต ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มีเป้าหมายว่า พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนา โดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพและกีฬา (Ministry of Education. 2009)

วัยรุ่นก่อนที่จะออกกำลังกายมักจะหาเหตุผลต่างๆ นานา เพื่อที่จะหลีกเลี่ยงไม่ยอมออกกำลังกาย เช่น ไม่มีเวลา ไม่มีสถานที่ ปัญหาของสภาพอากาศ เป็นต้น แต่การออกกำลังกายเพื่อให้สุขภาพดีนั้นไม่จำเป็นต้องใช้เวลามากมาย เพียงแค่ใช้วันละครึ่งชั่วโมงก็พอ และไม่จำเป็นจะต้องไปหาสถานที่กว้างๆหรือสถานที่สำหรับออกกำลังกายโดยเฉพาะหรือเครื่องมือต่างๆให้เสียเวลา มีเพียงพื้นที่ให้เดินก็เพียงพอแล้ว ซึ่งการออกกำลังกายจะทำให้มีรูปร่างที่ดูดี มีสุขภาพที่แข็งแรง ปลอดภัยจากโรคต่างๆ เช่น โรคหัวใจ โรคกระดูกพรุน โรคอ้วน โรคมะเร็ง เป็นต้น อีกทั้งการออกกำลังกายจะทำให้ร่างกายสดชื่น มีพลังงานที่จะนำไปใช้ในการทำงานหรือใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน และยังสามารถช่วยลดความตึงเครียดได้อีกด้วย

วัยรุ่น ร่างกายจะเคลื่อนไหวได้อย่างสมบูรณ์แบบ และไม่จำกัด แต่สมรรถภาพทางร่างกายของแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับว่าได้รับการดูแลอย่างไรในวัยเด็ก ผู้ที่ต้องการเป็นนักกีฬาสามารถฝึกร่างกาย และทักษะทางกีฬาได้อย่างเต็มที่ทุกรูปแบบในช่วงวัยนี้

ผู้ชายจะออกกำลังกายเพื่อให้เกิดกำลัง ความแข็งแรง รวดเร็ว และฝึกความอดทน เช่น การวิ่ง ว่ายน้ำ ถีบจักรยาน เล่นบาสเกตบอล วอลเลย์บอล โปโลน้ำ ฟุตบอล กระโดดสูง กรรเชียง เป็นต้น ส่วนผู้หญิงจะเน้นการออกกำลังกายประเภทที่ไม่หนัก แต่จะทำให้ร่างกายแข็งแรงและเสริมสร้างรูปร่างทรวดทรง เช่น ว่ายน้ำ ยิมนาสติก และวอลเลย์บอล เป็นต้น ให้ปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวัน วันละ 1 ชั่วโมง โดยใช้การออกแบบแบบหนักและเบาสลับกัน (Phimwipa Srichan, 2014)

การออกกำลังกายเป็นกลไกการเคลื่อนไหวของร่างกาย โดยมีกระดูก กล้ามเนื้อ ข้อต่อ และเส้นเอ็นทำหน้าที่ในการเคลื่อนไหวร่างกาย เมื่อมีการปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ก็จะทำให้กระดูกและกล้ามเนื้อมีการเจริญเติบโต จะมีพัฒนาการทั้งความยาวและความหนาของมวลกระดูก เนื่องจากจะมีการเพิ่มการสะสมของแร่ธาตุแคลเซียมในกระดูก ทำให้กระดูกมีความแข็งแรงมากขึ้น ซึ่งจะช่วยให้เด็กวัยรุ่นมีร่างกายที่เจริญเติบโตสมวัย นอกจากนี้การออกกำลังกายเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ก็จะช่วยการสร้างเสริมองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วยความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด และระบบหายใจ ความอ่อนตัว ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ส่วนประกอบของร่างกาย (Korawee Boonchai. 2014)

ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ เป็นสมรรถภาพพื้นฐานที่สำคัญ สำหรับการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นความสามารถในการนำออกซิเจนไปยังกล้ามเนื้อ โดยการทำงานของหัวใจ ปอด และหลอดเลือด ในช่วงระหว่างการออกกำลังกาย เพื่อที่จะสร้างเสริมองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายด้านความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจโดยรูปแบบการออกกำลังกาย ที่จะสามารถสร้างเสริม

สมรรถภาพทางกายด้านความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ คือ การออกกำลังกายแบบแอโรบิก สอดคล้องกับเจริญ กระบวนรัตน์ (Charoen Krabuanrat, 2007) กล่าวว่า การออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพความแข็งแรงอดทนของหัวใจและปอด จึงเป็นหนึ่งในการออกกำลังกายที่มีความสำคัญและเป็นสิ่งที่ไม่ควรละเลย รูปแบบและกิจกรรมการออกกำลังกายที่ช่วยในการพัฒนาสมรรถภาพด้านนี้เรียกว่า การออกกำลังกายแบบแอโรบิก (aerobic exercises) ซึ่งหมายถึงการออกกำลังกายหรือการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่กล้ามเนื้อได้รับอากาศหรือออกซิเจนอย่างเพียงพอสำหรับการผลิตพลังงานให้กล้ามเนื้อใช้ในการหดตัวออกแรง เพื่อปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวในระหว่างที่ออกกำลังกายรูปแบบและกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบต่อเนื่องที่จัดอยู่ในการออกกำลังกายประเภทแอโรบิกนี้ ได้แก่ การเดิน การวิ่งเหยาะ การขี่จักรยาน การว่ายน้ำ การกระโดดเชือก การฝึกโยคะ การรำมวยจีน การฝึกด้วยไม้พลอง การเต้นรำลีลาศ ไท้เก๊ก และการเต้นรำแอบิก เป็นต้น

การกระโดดเชือก เป็นการออกกำลังกายระบบหนึ่งที่จัดอยู่ในประเภทของการออกกำลังกายแบบแอโรบิก ที่จะสามารถช่วยพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ การกระโดดเชือกไม่ต้องใช้อุปกรณ์มาก ใช้เพียงเชือกกระโดด มีความยาวเหมาะสมกับผู้กระโดด และที่สำคัญการกระโดดเชือกไม่จำเป็นจะต้องมีทักษะทางด้านกีฬา ก็สามารถเล่นหรือออกกำลังกายได้อย่างสนุกสนาน

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำการกระโดดเชือก มาทำการทดลองเพื่อที่จะศึกษาผลและเปรียบเทียบการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ นำไปสู่การส่งเสริมให้วัยรุ่นได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการออกกำลังกายหรือประกอบกิจกรรมทางกาย ตามเป้าหมายของหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการกระโดดเชือกที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ของนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

ขอบเขตการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางแก้วประชาสรรค์ จำนวนทั้งสิ้น 217 คน

กลุ่มตัวอย่างและกลุ่มควบคุมที่ใช้ในการวิจัย

นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางแก้วประชาสรรค์ จำนวน 90 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น (independent variables) คือ โปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า
2. ตัวแปรตาม (dependent variables) คือ ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ เป็นนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางแก้วประชาสรรค์ จำนวน 217 คน

กลุ่มตัวอย่างและกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนหญิง จำนวน 90 คน ได้มาโดยมีวิธีดำเนินการดังนี้

1. นำกลุ่มประชากรทั้งหมด จำนวน 217 คน มาทดสอบความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ด้วยแบบทดสอบ วิ่งระยะไกล 1,600 เมตร ในการวัดความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ โดยนำมาจาก แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7 - 18 ปี กรมพลศึกษา (Samahito Supitr, et al., 2012)

2. นำผลของการใช้เวลาในการทดสอบของกลุ่มประชากรทั้งหมด จำนวน 217 คน มาเรียงลำดับเวลาจากน้อยไปหามาก จะได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 90 คน

3. ใช้การสุ่มแบบง่าย (simple random sampling) โดยการจับฉลากเข้าโปรแกรมการฝึกนำกลุ่มตัวอย่างที่คัดเลือกแล้ว มาเรียงลำดับเวลาจากน้อยไปหามาก จัดออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 30 คน จัดสลับลำดับของเวลา ด้วยการจับฉลากเข้ากลุ่มที่ 1) กลุ่มทดลองกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ จำนวน 30 คน กลุ่มที่ 2) กลุ่มทดลองกระโดดเชือกแบบสลับเท้า จำนวน 30 คน และ กลุ่มที่ 3) กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ฝึกกับโปรแกรม จำนวน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ผู้วิจัยใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบทดสอบวิ่งระยะไกล 1,600 เมตร ในการวัดความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ โดยนำมาจากแบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7 - 18 ปี กรมพลศึกษา (Samahito Supitr, et al., 2012)

2. โปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

2.1 ศึกษาทฤษฎีและหลักการสร้างของโปรแกรมการฝึก ลักษณะของการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า โดยศึกษาจากตำรา สอบถามผู้ที่เคยฝึกการกระโดดเชือก สอบถามจากอาจารย์ที่ปรึกษาหลัก เพื่อนำมาสร้างโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า

2.2 สร้างโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า ซึ่งทั้งสองโปรแกรมใช้หลักการ FITT

Frequency คือ จำนวนครั้งของการออกกำลังกายต่อสัปดาห์

Intensity คือ ระดับความหนัก ความยาก หรือความกดดันของการออกกำลังกายแต่ละครั้ง

Time /Duration คือ ระยะเวลาหรือความยาวนานของการออกกำลังกายแต่ละครั้ง

Type คือ รูปแบบที่นำมาใช้ในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง

ประกอบด้วย 3 ช่วง ดังนี้

2.2.1 ช่วงอบอุ่นร่างกายใช้เวลา 10 นาที โดยใช้ท่าการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ

2.2.2 ช่วงการออกกำลังกายด้วยการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และช่วงการออกกำลังกายด้วยการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า ใช้เวลากระโดดเชือก 15-30 นาที ไม่รวมเวลาพัก (เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ โดยสัปดาห์ที่ 1-2 ใช้เวลากระโดดเชือก 15 นาที, สัปดาห์ที่ 3-4 ใช้เวลากระโดดเชือก 20 นาที,

สัปดาห์ที่ 5-6 ใช้เวลากระโดดเชือก 25 นาที, สัปดาห์ที่ 7-8 ใช้เวลากระโดดเชือก 30 นาที)

2.2.3 ช่วงคลายอุ่น ใช้เวลา 10 นาที โดยใช้ท่าการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ

2.3 นำโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าไปปรึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

2.4 นำโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง อาสาสมัครที่เป็นนักเรียนที่ไม่ได้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา จำนวน 12 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง

2.5 นำโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้ากลับมาหาอาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

2.6 นำโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าไปหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาตรวจสอบการสร้าง โปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า ว่าสามารถใช้ในการทดลองได้ ตรงตามวัตถุประสงค์หรือไม่

2.7 นำโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า ที่ผ่านผู้เชี่ยวชาญแล้ว ให้อาจารย์ที่ปรึกษาหลักพิจารณาอีกครั้งหนึ่ง แล้วนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ทดสอบวิ่งระยะทาง 1,600 เมตร กับนักเรียน จำนวน 217 คน (pre - test) ในการวัดความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ โดยนำมาจาก แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทย อายุ 7 - 18 ปี กรมพลศึกษา เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 90 คน (Supitr Samahito et al., 2012)

2. อธิบายสาธิตและชี้แจงรายละเอียดขั้นตอนการฝึกของโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า

3. ทดลองฝึกการกระโดดเชือกและฝึกการจับชีพจร

4. เริ่มฝึกตามโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า เป็นเวลา 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เวลา 15.30 -16.30 น.

5. เมื่อครบสัปดาห์ที่ 8 ทดสอบวิ่งระยะทาง 1,600 เมตร (post - test) เพื่อวัดความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ โดยนำมาจาก แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7 - 18 ปี กรมพลศึกษา (Supitr Samahito et al., 2012)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ เพื่อวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. หาค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ผลการทดสอบ

2. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ก่อนการฝึกเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า และกลุ่มควบคุมของนักเรียนหญิง ด้วยการทดสอบ F-test (One-Way Analysis of Variance)

3. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ระหว่างกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า และกลุ่มควบคุมของนักเรียนหญิง ด้วยการทดสอบ F-test (One-Way Analysis

of Variance) หากพบความแตกต่างก็จะทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีการของ Scheffe

4. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ก่อนการฝึกและหลังการฝึก ระหว่างกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ กับกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า ด้วยการทดสอบค่าที (dependent t - test)

5. ทดสอบความมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและ ระบบหายใจก่อนการฝึก 8 สัปดาห์ พบว่า กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ มีค่าเฉลี่ยเวลาเท่ากับ 17.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.79 กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า มีค่าเฉลี่ยเวลาเท่ากับ 17.22 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.74 และกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยเวลาเท่ากับ 17.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.50

2. ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 พบว่า กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ มีค่าเฉลี่ยเวลาเท่ากับ 13.08 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.02 กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า มีค่าเฉลี่ยเวลาเท่ากับ 13.22 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.09 และกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยเวลาเท่ากับ 16.42 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.40

3. ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ก่อนการฝึก 8 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า และกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ระหว่างกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาแล้วกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าทำเวลาได้ดีกว่ากลุ่มควบคุม

5. ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ของกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 มีพัฒนาการสูงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ระหว่างกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่ และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด และระบบหายใจก่อนการฝึกและหลังการฝึกกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แสดงให้เห็นว่า ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ เมื่อสิ้นสุดการฝึก 8 สัปดาห์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ 1 ที่ว่า โปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า สามารถพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจดีขึ้น เนื่องมาจากโปรแกรมการฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยนำหลักของ FITT มาใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการฝึกในครั้งนี้คือ ทำการฝึก 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ผู้วิจัยได้มีการกำหนด ความหนัก (intensity) โดยมี

การเพิ่มความหนักของโปรแกรมการฝึกการกระโดดเชือกทั้ง 2 แบบ จากเบาไปหาหนัก สอดคล้องกับเจริญ กระบวนรัตน์ (Charoen Krabuanrat, 2014) ที่กล่าวว่า การออกกำลังกายหรือการฝึกซ้อมกีฬาที่ดี หากต้องการให้บรรลุผลตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายที่ต้องการ ควรนำหลักการพื้นฐานในการฝึกซ้อมหรือหลักการของฟิต (FITT) มาใช้เป็นแนวทางในการกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสถานภาพและสุขภาพของตนเอง

ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ก่อนการฝึกและหลังการฝึก กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

รูปแบบการกระโดดเชือกที่ต่อเนื่องกัน ซึ่งเป็นรูปแบบของการออกกำลังกายแบบแอโรบิก ยังส่งผลต่อการทำงานของหัวใจ สามารถทำให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรงขึ้น มีประสิทธิภาพในการสูบฉีดเลือดไปยังกล้ามเนื้อมัดต่างๆ ของร่างกายได้ในปริมาณที่มากขึ้น มีผลทำให้อัตราการเต้นของหัวใจลดลง และระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจมีการพัฒนาที่ดีขึ้น ทำให้เกิดความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ สอดคล้องกับสมพล สงวนรังศิริกุล (Sompol Sanguanrungsirikul, 2005) กล่าวว่า ขณะที่มีการเคลื่อนไหวออกแรงออกกำลังกาย กล้ามเนื้อต้องการพลังงานทำให้เกิดการเคลื่อนไหว ระบบหัวใจและหลอดเลือดจึงมีความสำคัญในการขนส่งสารอาหารและออกซิเจน ในเลือดไปยังกล้ามเนื้อที่ทำงาน พบว่าการออกกำลังกาย โดยเฉพาะการออกกำลังกายแบบแอโรบิกอย่างสม่ำเสมอ จะมีผลทำให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรงขึ้น มีขนาดใหญ่ขึ้น ทำให้มีความสามารถในการบีบตัว ให้มีปริมาณเลือดที่ออกจากหัวใจแต่ละครั้งมากขึ้น มีการเพิ่มปริมาณหลอดเลือดแดงขนาดเล็กและหลอดเลือดฝอย ในกล้ามเนื้อลายและกล้ามเนื้อหัวใจ การเพิ่มปริมาณของหลอดเลือดนี้จะมีผลต่อการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจ ทำให้อัตราการเต้นของหัวใจขณะพักของผู้ที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะต่ำกว่าผู้ที่ไม่ได้เคยออกกำลังกายหรือออกกำลังกายแต่ไม่สม่ำเสมอ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับเจริญ กระบวนรัตน์ (Charoen Krabuanrat, 2014) กล่าวว่า ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ เป็นรากฐานสำคัญของการมีสุขภาพดี การออกกำลังกายประเภทที่ใช้อากาศเป็นพลังงานหรือประเภทแอโรบิก จึงมีบทบาทสำคัญในการเพิ่มประสิทธิภาพการใช้ออกซิเจนสูงสุดของร่างกายหรือกล้ามเนื้อ ลดการเกิดกรดแลคติกซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการเคลื่อนไหวของร่างกาย การออกกำลังกายประเภทแอโรบิกที่มีระดับความหนักปานกลางถึงค่อนข้างหนัก ยังช่วยเพิ่มจำนวนเส้นเลือดฝอยในกล้ามเนื้อ เพิ่มการเผาผลาญไขมัน เพิ่มการสะสมกลัยโคเจนไว้ในกล้ามเนื้อ ลดการใช้กลัยโคเจน และการเกิดกรดแลคติกของร่างกาย เพิ่มปริมาณของพลาสมาและเม็ดเลือดแดง รวมทั้งช่วยปรับสมดุลและควบคุมอุณหภูมิของร่างกายให้อยู่ในสภาวะปกติ

2. การเปรียบเทียบความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ หลังการฝึก 8 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ เมื่อสิ้นสุดการฝึก 8 สัปดาห์ ระหว่างโปรแกรมทั้ง 2 แบบไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ 2 ที่ว่า โปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าสามารถพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจได้แตกต่างกัน ทั้งนี้เกิดจากรูปแบบของการกระโดดเชือก ทั้ง 2 แบบ เป็นการออกกำลังกายแบบแอโรบิกเหมือนกัน มีการกระโดดที่ต่อเนื่องกัน และมีระยะเวลารวมในการกระโดด 30 นาที ประกอบกับลักษณะของการกระโดดเชือกของทั้ง 2 แบบ เป็นการทำงานของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ซึ่งรูปแบบการกระโดดเชือกทั้ง 2 รูปแบบนี้ จะมีผลให้เกิดการพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ สอดคล้องกับอรอนงค์ กุละพัฒน์ (Onanong Kulaputana, 2005) กล่าวว่า การออกกำลังกายแบบแอโรบิกเพื่อให้ได้ผลดีจะต้องประกอบด้วยการเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่หลายๆ มัดในการเคลื่อนไหวออกแรงที่ทำติดต่อกันเป็นเวลานานพอสมควร

นอกจากวิธีการกระโดดเชือกที่มีลักษณะที่ไม่แตกต่างกัน โปรแกรมการกระโดดเชือกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้หลักการของ FITT คือ การกำหนดความถี่ ความหนัก ระยะเวลา และประเภทของกิจกรรม ที่เหมือนกัน จึงเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผลของการเปรียบเทียบระหว่าง กลุ่มที่ฝึกด้วยโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้าไม่แตกต่างกัน เพราะหลักการของการสร้างโปรแกรม FITT เป็นการกำหนดรูปแบบของโปรแกรมการฝึก เพื่อที่จะให้เกิดการพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ สอดคล้องกับเจริญ กระบวนรัตน์ (Charoen Krabuanrat, 2014) กล่าวว่า การออกกำลังกายหรือการฝึกซ้อมกีฬาที่ดี หากต้องการให้บรรลุผลตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายที่ต้องการ ควรนำหลักการพื้นฐานในการฝึกซ้อมหรือหลักการของฟิต FITT มาใช้เป็นแนวทางในการกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสถานภาพและสุขภาพของตนเอง

จากผลการวิจัยสามารถสรุปได้ว่า โปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า สามารถพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจได้

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากการพัฒนาโปรแกรมการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า เพื่อสร้างเสริมความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้ คือ

1. ควรพยายามกระตุ้นกลุ่มทดลอง ให้ทำการฝึกอย่างเต็มความสามารถ

2. ความสามารถของกลุ่มทดลอง ในการปฏิบัติการฝึกตามโปรแกรมนั้นแตกต่างกัน ควรแนะนำอธิบายสาธิตให้กลุ่มทดลองเข้าใจ และควบคุมดูแลการฝึกของกลุ่มทดลอง อย่างใกล้ชิด เพื่อที่กลุ่มทดลอง จะได้ปฏิบัติท่าการฝึกได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ และช่วยป้องกันการบาดเจ็บด้วย

3. ก่อนการฝึกควรให้กลุ่มทดลองได้นั่งพัก เพื่อปรับสภาพร่างกาย ให้ชีพจรของกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึกลดลงสู่สภาวะปกติมากที่สุด

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการนำจังหวะของเสียงเพลงที่มีจังหวะความเร็วมาแทนเครื่องให้จังหวะเมโทรนอม (metronome) เพื่อพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

2. ควรสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพโดยใช้รูปแบบการกระโดดเชือกแบบเท้าคู่และการกระโดดเชือกแบบสลับเท้า เพื่อวัดความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

3. ควรปรับจังหวะความเร็วในการกระโดดให้เร็วขึ้นเพื่อเปรียบเทียบระดับความหนักที่มีผลต่อความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

Reference

Charoen Krabuanrat. (2007). *Health Circle Rubber Chain.* Bangkok: Pimdee Co.,LTD.

Charoen Krabuanrat. (2014). The application of basic training (FITT). *Health Education Journal Physical Education and Recreation, 40*(2), 5-12.

Korawee Boonchai. (2014). *Measurement for Evaluation in Physical Education***.** Bangkok: Physical Education Program, Faculty of Education, Kasetsart University.

Ministry of Education. (2009). *Basic Education Core Curriculum 2008***.** Bangkok: The Agriculture Co-operative Federation of Thailand, Ltd Publishing.

Onanong Kulaputana. 2005. *Suggestion in Exercise for Lung and Heart***.** Bangkok: Printing and Shipping Organization Publication.

Phimwipa Srichan. (2014). *Exercise.* Retrieved July 2, 2019, form http://tawekak.wordpress.com

Sompol Sanguanrungsirikul. (2005). *Suggestion in Exercise for Children (Age 2 - 12).* Bangkok: Printing and Shipping Organization Publication.

Supitr Samahito, et al. (2012). *The Standardization of Physical Fitness Test for Thai children aged 7-18 years*. Retrieved 15 December 2018, from http://ft.dpe.go.th/app/public/download/Test_7-18.pdf.

Received : 19 September, 2018
Revised : 10 December, 2018
Accepted : 23 January, 2019

พฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์

กฤษณา แก้วพิพัฒน์ วัฒน์ บุญกอบ จันทร์จารี เกตุมาโร และ เกษม ชูรัตน์
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ดังนี้ คือ 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ 2) เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบกกับพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-4 มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 327 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ค่าร้อยละ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความแตกต่างระหว่างตัวแปร 2 กลุ่มด้วย t-test ทดสอบความแตกต่างระหว่างตัวแปร 3 กลุ่มด้วย F-test (One-way ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษาที่มีเพศ ระดับชั้นปีต่างกัน มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักศึกษาที่มีประสบการณ์ในการขับขี่รถจักรยานยนต์ จำนวนครั้งในการเกิดอุบัติเหตุต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ไม่แตกต่างกัน

3. นักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบกต่างกัน มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : พฤติกรรมความปลอดภัย การขี่รถจักรยานยนต์ กฎจราจรทางบก

Corresponding Author: นางกฤษณา แก้วพิพัฒน์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
E-mail: Pongmalee.k@gmail.com

SAFETY BEHAVIORS OF RAJABHAT RAJANAGARINDRA UNIVERSITY STUDENTS IN RIDING MOTORCYCLES

Kritsana Kaewphiphat Wat Bhungob Chanjaree Getmaro and Kasem Chooratna
Faculty of Education Ramkhamhaeng University

Abstract

The purposes of this research were to (1) examine the safety behaviors of students at Rajabhat Rajanagarindra University in riding motorcycles; and (2) compare knowledge factors concerning land traffic regulations and safety behaviors of the students in riding motorcycles. The samples consisted of 327 first-to-fourth year students in the bachelor's degree in the Faculty of Education at Rajabhat Rajanagarindra University, in the first semester of the academic year 2016. The research instrument was a questionnaire constructed by the researcher. Using techniques of descriptive statistics, the researcher analyzed the data in terms of percentage, frequency, mean ($\overline{X}$), and standard deviation (S.D.). Moreover, the differences between two groups of variables were tested using the independent sample t-test. Furthermore, the differences among three groups of variables were tested by one-way analysis of variance [ANOVA]).

Findings revealed as follows:

1. Significant differences of safety behaviors in riding motorcycles were found in different genders and years of study at the level of 0.05.

2. No significant differences of safety behaviors in riding motorcycles were found in different motorcycle riding experience and number of accidants at the level of 0.05.

3. Significant differences of safety behaviors in riding motorcycles were found in different knowledge about land traffic regulations at the level of 0.05.

Keywords: Safety Behavior, Riding Motorcycles, Land traffic regulations

Corresponding Author: Mrs. Kritsana Kaeophiphat Faculty of Education Ramkhamhaeng University
E-mail: Pongmalee.k@gmail.com

บทนำ

สถานการณ์อุบัติเหตุทางถนนของประเทศไทยในช่วงปี พ.ศ. 2552-2557 โดยในปี พ.ศ. 2557 มีจำนวนครั้งของการเกิดอุบัติเหตุ 62,769 ครั้ง และมีสถานการณ์จำนวนผู้เสียชีวิตและผู้บาดเจ็บที่สูงในปี พ.ศ. 2557 มีผู้เสียชีวิต 6,374 คน (ร้อยละ 21.37) และผู้บาดเจ็บ 23,448 คน (ร้อยละ 78.63) เพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2556 ร้อยละ 12.16 (Office of Transport and Traffic Policy and Planning, 2015) ยานพาหนะที่เกิดอุบัติเหตุสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ รถจักรยานยนต์ ร้อยละ 74.20 รองลงมาเป็นรถยนต์ส่วนบุคคล ร้อยละ 18.30 รถบรรทุกร้อยละ 2.50 รถโดยสารสาธารณะ ร้อยละ 1.80 กลุ่มและพาหนะอื่น ๆ อีกร้อยละ 3.20 ตามลำดับ ซึ่งพบว่า ร้อยละ 80.00 ของผู้ใช้จักรยานยนต์ในเมืองใหญ่เป็นประชากรอายุ 18 ปีขึ้นไป ส่งผลให้ประชากรในประเทศไทยมีความเสี่ยงสูงต่อการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุจราจรทางบกมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในแต่ละปี ซึ่งถือว่าค่อนข้างวิกฤติมีคนเจ็บคนตาย เฉลี่ยชั่วโมงละ 2 คน และทุกคนมีความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุบนท้องถนนเหมือนกัน (National Statistical Office, 2015)

รถจักรยานยนต์นับว่าเป็นยานพาหนะที่ประชาชนนิยมใช้ จะเห็นได้จากสถิติจำนวนรถที่จดทะเบียน ณ วันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2557 พบว่า มีการจดทะเบียนรถจักรยานยนต์ทั่วประเทศ จำนวน 20,141,213 คัน ซึ่งเป็นยานพาหนะที่จดทะเบียนมากที่สุด (Ministry of Transport, 2015)

สถิติในการเกิดอุบัติเหตุตั้งแต่ปี พ.ศ. 2551-2557 สถิติของความรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตในการเกิดเหตุเพิ่มมากขึ้นถึง ร้อยละ 12 ซึ่งเป็นข้อมูลของการสูญเสียที่น่ากังวลเป็นอย่างมาก โดยสาเหตุของความรุนแรงในการสูญเสียนั้นมี 3 ส่วนด้วยกัน อาทิ การไม่ใช้อุปกรณ์นิรภัยในขณะโดยสารหรือขับรถยนต์หรือการไม่สวมหมวกนิรภัยในขณะขับขี่รถจักรยานยนต์ การขับรถด้วยความเร็วสูง และอันตรายจากสิ่งกีดขวางข้างทาง อาทิ ป้าย ต้นไม้ เกาะกลางหรือคูไหล่ทาง เป็นต้น (Medical Institute for Accidents and Public Disasters, 2002)

มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์เป็นสถาบันการศึกษาที่รับนักศึกษาเข้าเรียนในระดับอุดมศึกษาสถาบันหนึ่ง จากรายข้อมูลสรุปกองพัฒนานักศึกษา และการให้บริการรักษาพยาบาลของงานอนามัยและสุขาภิบาล มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ ปีการศึกษา 2558 พบว่ามีนักศึกษาเสียชีวิตโดยอุบัติเหตุ จำนวน 2 ราย นักศึกษาเบิกค่าสินไหมประกันอุบัติเหตุ จำนวน 48 ราย นักศึกษาเสียชีวิตโดยไม่ใช่อุบัติเหตุ จำนวน 1 ราย เข้ารับบริการทำแผล จำนวน 214 ราย ซึ่งในจำนวนนักศึกษาที่เข้ารับบริการทำแผลนี้มีนักศึกษาจำนวนหนึ่งมาใช้บริการเนื่องจากอุบัติเหตุรถล้ม รถเฉี่ยวและรถชนกันทั้งภายในและภายนอกบริเวณมหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ (Rajanagarindra Rajabhat University, 2015)

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาวิจัยมาเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการวางแผนการจัดการความปลอดภัย ตลอดจนเป็นแนวทางในการจัดการศึกษาโครงการต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างศักยภาพของบุคคลในสถานศึกษาในโอกาสต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์
2. เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบกกับพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์

สมมติฐานของการวิจัย

1. นักศึกษาที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกัน

2. นักศึกษาที่มีปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบกต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกัน

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมด้านความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-4 ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2559 มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ จำนวน 2,100 คน คำนวณโดยใช้สูตรของเครซี่และมอร์แกน ได้ขนาดตัวอย่าง จำนวน 327 คน (ดังตาราง 1)

ตารางที่ 1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ ในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2559 มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ จำแนกตามระดับชั้นปี

สาขาวิชา	ชั้นปีที่ 1		ชั้นปีที่ 2		ชั้นปีที่ 3		ชั้นปีที่ 4		กลุ่มตัวอย่าง
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	
ปฐมวัยฯ	3	5	7	8	3	8	6	5	45
จิตวิทยาฯ	-	-	-	-	2	5	4	4	15
เทคโนโลยีฯ	-	-	-	-	6	2	4	4	16
คอมพิวเตอร์ฯ	2	5	3	4	7	7	3	2	33
ภาษาอังกฤษฯ	5	4	4	4	3	2	4	6	32
ภาษาไทยฯ	8	5	7	3	5	8	6	4	46
สังคมศึกษาฯ	5	4	7	4	3	8	2	9	42
คณิตศาสตร์ฯ	2	6	5	8	4	5	2	4	36
วิทยาศาสตร์ฯ	4	7	2	7	2	5	1	4	32
ภาษาจีนฯ	1	4	4	4	3	5	2	7	30
รวม	30	40	39	42	38	55	34	49	327

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ข้อมูลด้านคุณลักษณะประชากรของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ ระดับปริญญาตรี ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสำรวจรายการ (check list) จำนวน 4 ข้อ มีรายละเอียด

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบก จำนวน 20 ข้อ ซึ่งผู้วิจัยนำแบบสอบถามจากสำนักงานขนส่งทางบกในการสอบใบขับขี่รถจักรยานยนต์ ประกอบด้วยคำถามด้านบวก 17 ข้อ และข้อคำถามในด้านลบ 3 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) แบ่งออกเป็น 2 ระดับ คือ ถูก ผิด โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือก และข้อคำถามที่สร้างขึ้นจะมีลักษณะข้อความในด้านบวก (positive statement) และลักษณะข้อความด้านลบ (negative statement)

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ จำนวน 40 ข้อ ประกอบด้วย คำถามด้านบวก 21 ข้อ และข้อคำถามในด้านลบ 19 ข้อ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 3 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ ข้อคำถามที่สร้างขึ้นจะมีลักษณะข้อความในด้านบวก (positive statement) และลักษณะข้อความด้านลบ (negative statement)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยเข้าพบอาจารย์ประจำวิชาที่สอน เพื่อขออนุญาตและขอเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการดำเนินการวิจัยและขอความร่วมมือ พร้อมชี้แจงรายละเอียดในการตอบแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง

3. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามให้กับนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ชั้นปีที่ 1-4 จากคณะครุศาสตร์ จำนวน 327 ชุด ตามสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่าง โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง

4. ผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถามจากนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยเก็บแบบสอบถามพร้อมตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูล เพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี ประสบการณ์ในการขับขี่รถจักรยานยนต์ จำนวนครั้งของการเกิดอุบัติเหตุ โดยใช้จำนวน (n) ร้อยละ (percentage)

2. วิเคราะห์ข้อมูลความรู้เรื่องกฎจราจรในแต่ละข้อ โดยใช้จำนวน (n) และร้อยละ (percentage)

3. วิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ รายด้านและโดยรวม ใช้ค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

4. วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตาม เพศ ระดับชั้นปี ประสบการณ์ในการขับขี่รถจักรยานยนต์ จำนวนครั้งของการเกิดอุบัติเหตุ การมีใบอนุญาตขับขี่ ความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบก โดยใช้สถิติ *t* test independent และสถิติ One-way ANOVA

5. การวิจัยครั้งนี้กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

1.1 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาของมหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ จำนวน 327 คน นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 50.5 ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาระดับชั้นปีที่ 1 ร้อยละ 37.3 ส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการขับขี่รถจักรยานยนต์น้อยกว่า 5 ปี ร้อยละ 52.0 จำนวนครั้งในการเกิดอุบัติเหตุตั้งแต่เริ่มขับขี่จนถึงปัจจุบันของนักศึกษาส่วนใหญ่ เคยเกิดอุบัติเหตุ 1-3 ครั้ง ร้อยละ 60.90

1.2 นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบกที่ผ่านเกณฑ์ของสำนักงานขนส่งทางบกในการสอบใบขับขี่รถจักรยานยนต์ ($\geq$ 90% หรือ 19 คะแนนจากข้อสอบ 20 ข้อ) เพียงร้อยละ 1.8 นอกนั้นมีความรู้ในเรื่องกฎจราจรไม่ผ่านเกณฑ์ถึงร้อยละ 98.2

1.3 นักศึกษามีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์โดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับปานกลาง

1.4 นักศึกษามีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ ได้แก่ ด้านการดูแลรักษารถจักรยานยนต์ อยู่ในเกณฑ์ระดับมาก ด้านระมัดระวังในการขับขี่รถจักรยานยนต์อยู่ในเกณฑ์ระดับปานกลาง สำหรับด้านการปฏิบัติตามกฎจราจรขณะขับขี่อยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย

2. ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

2.1 นักศึกษาที่มีเพศ ระดับชั้นปี ต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 นักศึกษาที่มีประสบการณ์ในการขับขี่รถจักรยานยนต์ จำนวนครั้งในการเกิดอุบัติเหตุต่างกัน มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ไม่แตกต่างกัน

2.3 นักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบก ต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้เรื่องกฎจราจรทางบกของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบก

ระดับความรู้	ระดับคะแนน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับน้อย (ไม่ผ่าน)	ต่ำกว่า 19 คะแนน	321	98.20
ระดับสูง (ผ่าน)*	19-20 คะแนน*	6	1.80
รวม		327	100.00

*ใช้เกณฑ์คะแนนผ่าน $\geq$ 90% ของสำนักงานขนส่งทางบกในการสอบใบขับขี่รถจักรยานยนต์

จากตารางที่ 2 พบว่า นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบก ส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับน้อย (ไม่ผ่าน) จำนวน 321 คน คิดเป็นร้อยละ 98.20 รองลงมามีความรู้อยู่ในระดับสูง (ผ่าน) จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 1.80

การวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์จำแนกตามพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์

ระดับพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์	ระดับคะแนน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
มาก	64-80	26	8.00
ปานกลาง	48-63	156	47.70
น้อย	32-47	145	44.30

$\overline{X}$ = 50.241, S.D. = 10.003

จากตารางที่ 3 พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง มีจำนวน 156 คน คิดเป็นร้อยละ 47.70 รองลงมาพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์อยู่ในระดับน้อย มีจำนวน 145 คน คิดเป็นร้อยละ 44.30 และพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์อยู่ในระดับมาก มีจำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 8.00

การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษา

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษา ระหว่างเพศชายและเพศหญิง (n = 327)

พฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์	เพศ				t	p value
	ชาย		หญิง			
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
1. ด้านการระมัดระวัง	17.90	3.98	19.76	4.36	–4.01	0.00*
2. ด้านการดูแลรักษารถ	13.13	5.43	14.26	5.02	–1.94	0.53
3. ด้านการปฏิบัติตามกฎจราจร	16.95	3.76	18.49	4.12	–3.53	0.00*
รวม	48.00	9.89	52.52	9.61	–4.19	0.00*

* $p < 0.05$

จากตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ระหว่างนักศึกษาชายและหญิง พบว่า นักศึกษาชายและหญิงมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์โดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า พฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ ด้านการระมัดระวังและด้านการปฏิบัติตามกฎจราจรมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ โดยพบว่า เพศหญิงมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ ด้านการระมัดระวังและด้านการปฏิบัติตามกฎจราจร สูงกว่าเพศชาย นอกนั่นไม่พบความแตกต่าง

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษา ระหว่างความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรที่ต่างกัน (n = 327)

พฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์	ความรู้เกี่ยวกับกฎจราจร				t	p value
	ต่ำกว่า 19 คะแนน (ไม่ผ่าน 90 %)		19-20 คะแนน (ผ่าน 90 %)			
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
1. ด้านการระมัดระวัง	18.63	4.06	29.00	2.44	-6.21	0.00*
2. ด้านการดูแลรักษารถ	13.61	5.24	18.33	4.08	-2.19	0.02*
3. ด้านการปฏิบัติตามกฎจราจร	17.53	3.74	27.50	6.12	-6.37	0.00*
รวม	49.78	9.37	74.83	12.65	-6.44	0.00*

* $p < 0.05$

จากตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ พบว่า นักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรต่างกัน มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์โดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิตที่ระดับ $p < 0.05$ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรสูง (ผ่าน 90%) มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่

รถจักรยานยนต์ ด้านระมัดระวัง ด้านการดูแลรักษารถจักรยานยนต์ และด้านการปฏิบัติตามกฎจราจร ดีกว่านักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรต่ำ (ไม่ผ่าน 90%) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$

การอภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง พฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ-ราชนครินทร์ สามารถอภิปรายผล ดังนี้

เพศ ต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าเพศหญิงมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ ดีกว่าเพศชาย ทั้งนี้เนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศชายมีความกล้าเสี่ยงมากกว่าเพศหญิงและเพศชายมักมีอารมณ์หุนหันพลันแล่น ใจร้อน วู่วาม ชอบกิจกรรมที่ท้าทาย ตื่นเต้น ชอบขับขี่รถจักรยานยนต์ด้วยความเร็ว และมีความเชื่อมั่นในการขับขี่สูงกว่าเพศหญิงจึงทำให้พฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์มีความแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของบุปผา ทิมสุนทร (Buppa Tisuntorn, 1999) แต่ไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยของกุลวดี เข่งวา (Kulwadee Khengwa, 2010) และ ดาวนภา บุญวาล (Dawnapa Bunwal, 2015) ที่พบว่า เพศต่างกันพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ไม่แตกต่างกัน **ระดับชั้นปี** ต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องมาจากนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ ด้านการปฏิบัติตามกฎจราจร ดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2 เนื่องจากนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีประสบการณ์ มีความชำนาญและเจอกับเหตุการณ์ต่างๆ ในการขับขี่รถจักรยานยนต์จึงมีความระมัดระวังมากกว่า ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของกุลวดี เข่งวา (Kulwadee Khengwa, 2010); ดาวนภา บุญวาล (Dawnapa Bunwal, 2015) และอลิสา จันทร์เรือง (Alisa Junrueang, 2002)แต่ไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยของบุปผา ทิมสุนทร (Buppa Tisuntorn, 1999) ที่พบว่า นักศึกษาที่มีระดับชั้นเรียนต่างกันพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ไม่แตกต่างกัน

ประสบการณ์ในการขับขี่รถจักรยานยนต์ ต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อธิบายได้ว่าถึงแม้นักศึกษาจะมีประสบการณ์ในการขับขี่ที่ต่างกัน แต่ต่างคนก็มีความตระหนักในเรื่องพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์เหมือนกัน ดังนั้นประสบการณ์ในการขับขี่รถจักรยานยนต์ต่างกัน พฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ จึงไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของบุปผา ทิมสุนทร (Buppa Tisuntorn, 1999) แต่ไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยของวาสนา สายเสมา (Wasana Saisama, 2005) กุลวดี เข่งวา (Kulwadee Khengwa, 2010); ดาวนภา บุญวาล (Dawnapa Bunwal, 2015) และ อลิสา จันทร์เรือง (Alisa Junrueang, 2002)ที่พบว่า นักศึกษาที่มีประสบการณ์ในการขับขี่รถจักรยานยนต์ต่างกันมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จำนวนครั้งในการเกิดอุบัติเหตุ ต่างกัน มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์โดยภาพรวมไม่แตกต่าง ทั้งนี้เนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 60.90 เคยเกิดอุบัติเหตุมา 1-3 ครั้ง ซึ่งเป็นอุบัติเหตุที่ไม่รุนแรงจึงไม่ได้ตระหนักถึงอันตรายหรือการสูญเสียที่จะเกิดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของวาสนา สายเสมา (Wasana Saisama, 2005) แต่ไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยของดาวนภา บุญวาล (Dawnapa Bunwal, 2015) ; อลิสา จันทร์เรือง (Alisa Junrueang, 2002) และบุปผา ทิมสุนทร (Buppa Tisuntorn, 1999) ที่พบว่า นักศึกษาที่มีจำนวนครั้งในการเกิดอุบัติเหตุต่างกันพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรต่างกัน มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์โดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากการวิจัยกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับกฎ

จราจรทางบกอยู่ในระดับน้อย (ผ่านเกณฑ์) เพียงร้อยละ 1.80 มีพฤติกรรมความปลอดภัยอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 47.70 และระดับน้อยร้อยละ 44.30 ซึ่งไม่ได้แตกต่างกันมากนัก หากนักศึกษามีความรู้อยู่ในระดับมาก (ผ่านเกณฑ์) การปฏิบัติพฤติกรรมความปลอดภัยรถจักรยานยนต์ก็จะอยู่ในระดับที่ดีไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของดาวนภา บุญวาล (Dawnapa Bunwal, 2015) แต่ไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยของวาสนา สายเสมา (Wasana Saisama, 2005) ที่พบว่า นักศึกษาที่มีความรู้ต่างกันพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. จากงานวิจัย พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ มีความรู้ในเรื่องกฎจราจรทางบกอยู่ในระดับน้อย (ไม่ผ่าน) ร้อยละ 98.20 และพบว่านักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับกฎจราจรทางบกต่างกัน มีพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ เพราะฉะนั้น สถาบันการศึกษาจึงควรมีการจัดกิจกรรม หรือการรณรงค์ประชาสัมพันธ์ ให้ความรู้เกี่ยวกับพระราชบัญญัติการจราจรทางบก และความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการระมัดระวังของผู้ขับขี่ ด้านการดูแลรักษารถจักรยานยนต์ และด้านการปฏิบัติตามกฎจราจร เพื่อเสริมสร้างความรู้และความเข้าใจในการขับขี่รถจักรยานยนต์ที่ปลอดภัย และเพื่อเพิ่มการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดอุบัติเหตุ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์อันเกิดจากการขับขี่รถจักรยานยนต์ที่ปลอดภัยและถูกต้องมากยิ่งขึ้น

2. สถาบันการศึกษา ควรตรวจสอบสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการคมนาคมสัญจรภายในสถาบันการศึกษา เช่น ถนน ทางเท้า ไฟฟ้าแสงสว่าง ป้ายสัญญาณต่าง ๆ เป็นต้น ให้อยู่ในสภาพที่ใช้งานได้ดี มีความเหมาะสม ไม่เป็นจุดเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุในการจราจร ควรจัดเส้นทางเดินรถภายในให้เป็นระบบ โดยการขีดเส้นจราจร ติดตั้งป้ายจราจรให้ชัดเจน เพื่อเป็นการป้องกันอุบัติเหตุอีกวิธีหนึ่ง

3. ควรมีการวิจัยและพัฒนาเพื่อศึกษารูปแบบ หรือวิธีในการส่งเสริมพฤติกรรมความปลอดภัยในการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักศึกษา บรรจุใจระบบการเรียนการสอน เพื่อให้นักศึกษาได้ตระหนักถึงอันตรายจากการขับขี่รถจักรยานยนต์ ที่ไม่ปลอดภัยอย่างต่อเนื่องและยั่งยืนต่อไป

References

Alisa Junrueang. (2002). *Factors influencing motorcycle accident prevention behavior of technical college students Suphanburi Province*. (Master's thesis). Silpakorn University.

Buppa Tisuntorn. (1999). *Motorcycle riding safety behavior of vocational certificate Students, Ayutthaya Province*. (Master's thesis). Srinakharinwirot University.

Dawnapa Bunwal. (2015). *Factors influencing accident prevention behavior of students of Institute of Physical Education, Chon Buri Campus*. (Master's thesis). Ramkhamhaeng University.

Kulwadee Khengwa. (2010). *A study of the safety behavior of motorcyclists of students in Phetchaburi Rajabhat University*. (Master's thesis). Phetchaburi Rajabhat University.

Medical Institute for Accidents and Public Disasters. (2002). *Driving Your Motorcycle Safely*. Bangkok: Author.

Ministry of Transport. (2015). *Statistical Data from the Department of Land Transport*. Retrieved June 3, 2015, from http://apps.dlt.go.th/statistics_web/vehicle.html Ramkhamhaeng University.

National Statistics Office. (2015). *Road Safety Survey Rsults*. Retrieved January 12, 2015, from http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/pubs/pubsfiles/safeJourney.pdf

Office of Transport and Traffic Policy and Planning. (2015). *Road Accident Situation Analysis Report*. Bangkok: Author.

Rajanagarindra Rajabhat University. (2015). *Student Development Division*. Chachoengsao: Author.

Wasana Saisama. (2005). *Accident prevention behavior for motorcyclists, Mueang District, Nakhon Pathom Province*. (Master's thesis). Silpakorn University.

Received : 12 December, 2018
Revised : 28 March, 2019
Accepted : 3 April, 2019

มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้

รายาศิต เต็งกูสุลัยมาน ภานุ ศรีวิสุทธิ์ เจนวิทย์ ดิษขนาน
นฤณัฐ ไชยเจริญ เอกชัย พูลแก้ว และสุขสวัสดิ์ แย้มศรี
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตกระบี่

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินมโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพ สังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ 5 ด้าน คือ ด้านร่างกายและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจและสังคม ด้านการศึกษา ด้านคุณธรรม จริยธรรม และด้านศาสนาอิสลาม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วยนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ สังกัดสโมสรฟุตบอลใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ ได้แก่จังหวัดปัตตานี จังหวัดยะลา และจังหวัดนราธิวาส ซึ่งได้มาโดยการสุ่มด้วยวิธีหลายขั้นตอนแบบประสมตามสัดส่วน จำนวน 94 คน จากประชากรทั้งสิ้น 103 คน เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้คือแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ สำหรับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ประกอบด้วยสถิติพื้นฐานอันได้แก่ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติอ้างอิงคือการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว โดยกำหนดระดับความมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า 1) นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ทั้ง 5 ด้าน ประกอบด้วยด้านร่างกายและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจและสังคม ด้านการศึกษา ด้านคุณธรรมและจริยธรรม และด้านศาสนาอิสลาม ในระดับมาก 2) ค่าเฉลี่ยมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาดังกล่าวในภาพรวม 4 ด้าน จำแนกตามสโมสรที่สังกัด ไม่แตกต่างกัน 3) ค่าเฉลี่ยมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาดังกล่าวทางด้านศาสนาอิสลาม จำแนกตามสโมสรที่สังกัด ไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ: มโนมติ นักกีฬาอาชีพ สโมสรกีฬาฟุตบอล สามจังหวัดชายแดนใต้

Corresponding Author: ผู้ช่วยศาตราจารย์ ดร.รายาศิต เต็งกูสุลัยมาน มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตกระบี่
E-mail: rayasit8688@gmail.com

Academic Journal of Thailand National Sports University
Vol.12 No.1 (January - April 2020)
Online Journal 2697-5793

CONCEPTION OF PROFESSIONAL ATHLETES PARTICIPATING IN THE THREE SOUTHERN BORDER PROVINCIAL FOOTBALL CLUB TRAINING AFFAIRS

Raja Syed Tengku Sulaiman, Panu Sriwisut, Janwit Disakhanan,
Narunat Chaijarern, Akachai Pulkeaw and Suksawas Yamsri
Faculty of Education, Thailand National Sports University, Krabi campus

Abstract

The purpose of this study was to determine the conceptions of professional athletes participating in the three southern border provincial football club training affairs. The five areas such as physical and mental, economic and social, education, moral and ethics, and Islamic religion were assessed. Conception level of the athletes was determined and tested for significant difference. The descriptive survey method of research with the 5-point scales questionnaire as the main data gathering instrument was used. Ninety-four respondents were used as samples from a total population of 103. Statistical treatment used were frequency distribution, percentage, mean, standard deviation, and One Way Analysis of Variance. Significant difference level was set at 0.05.

Based on the analysis of the gathered data, the following are the findings: 1) The overall conception level consisted of five areas such as physical and mental, economic and social, education, moral and ethics, and Islamic religion of the three southern border provincial football club athletes was rated at a high level; 2) no significant difference was found among the conception level of the three southern border provincial football club athletes; 3) no significant difference was found among the conception level of the three southern border provincial football club athletes in Islamic religion area.

Keywords: Conception, Professional Athlete, Football Club, Three Southern Border Provinces

Corresponding Author: Asst. Prof. Raja Syed Tengku Sulaiman,Ph.D. Faculty of Education, Thailand National Sports University, Krabi Campus, E-mail: rayasit8688@gmail.com

บทนำ

เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปแล้วว่า การพัฒนาคนเป็นบทบาทหน้าที่ของรัฐที่พึงกระทำอย่างต่อเนื่องและจริงจัง ทั้งนี้ก็เพราะการที่ทุกคนมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีก็จะทำให้ครอบครัวดี ชุมชนเข้มแข็ง และท้องถิ่นสงบร่มเย็น ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นรากฐานสำคัญในการเสริมสร้างความมั่นคง ความมั่งคั่ง และความเจริญรุ่งเรืองให้ชาติบ้านเมืองอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ด้วยเหตุนี้จึงทำให้รัฐบาลของทุกประเทศในโลกต่างตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ดังกล่าวโดยได้ตราแนวความคิดนี้ไว้อย่างชัดเจนในกฎหมายสูงสุดของประเทศ สำหรับรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ฉบับที่ 20 พุทธศักราช 2560 ได้กำหนดบทบาทหน้าที่ของรัฐที่จะต้องดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีตามวิถีชีวิตดั้งเดิมของประชาชนไว้อย่างชัดเจนในกฎหมายสูงสุดดังกล่าว โดยได้บัญญัติไว้ในหมวด 6 แนวนโยบายพื้นฐานแห่งรัฐ มาตรา 70 รัฐพึงส่งเสริมและคุ้มครองชาวไทยกลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ ให้มีสิทธิดำรงชีวิตในสังคมตามวัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิตดั้งเดิมตามความสมัครใจได้อย่างสงบสุข ไม่ถูกรบกวน ทั้งนี้เท่าที่ไม่เป็นการขัดต่อความสงบเรียบร้อยหรือศีลธรรมอันดีของประชาชน หรือเป็นอันตรายต่อความมั่นคงของรัฐ หรือสุขภาพอนามัย นอกจากนี้มาตรา 71 ยังได้กำหนดไว้อย่างชัดเจนว่า รัฐพึงเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวอันเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของสังคม จัดให้ประชาชนมีที่อยู่อาศัยอย่างเหมาะสม ส่งเสริมและพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงและมีจิตใจเข้มแข็ง รวมตลอดทั้งส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาให้ไปสู่ความเป็นเลิศ และเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชน รัฐพึงส่งเสริมและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นพลเมืองที่ดี มีคุณภาพและความสามารถสูงขึ้น รัฐพึงให้ความช่วยเหลือ เด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ ผู้ยากไร้ และผู้ด้อยโอกาส ให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ และคุ้มครองป้องกันมิให้บุคคลดังกล่าวถูกใช้ความรุนแรงหรือถูกปฏิบัติอย่างไม่เป็นธรรม รวมตลอดทั้งให้การบำบัด ฟื้นฟู และเยียวยาผู้ถูกกระทำการดังกล่าว ในการจัดสรรงบประมาณรัฐพึงคำนึงถึงความจำเป็น และความต้องการที่แตกต่างกันของเพศ วัย และสภาพของบุคคล ทั้งนี้เพื่อความเป็นธรรม นอกจากนี้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 พุทธศักราช 2560-2564 ยังได้กำหนดประเด็นการพัฒนาหลักที่สำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งได้เตรียมความพร้อมในการพัฒนากำลังคน และการเสริมสร้างสุขภาพของประชากรในทุกช่วงวัย มุ่งเน้นการยกระดับคุณภาพทุนมนุษย์ของประเทศ โดยพัฒนาคนให้เหมาะสมกับช่วงวัย เพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ การหล่อหลอมให้คนไทยมีค่านิยมตามบรรทัดฐานที่ดีของสังคม เป็นคนดี มีสุขภาวะที่ดี มีคุณธรรมจริยธรรม มีระเบียบวินัย และมีจิตสำนึกที่ดีต่อสังคมส่วนรวม การพัฒนาทักษะที่สอดคล้องกับความต้องการในตลาดแรงงาน และทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ 21 ของคนในแต่ละช่วงวัยตามความเหมาะสม การเตรียมความพร้อมของกำลังคนด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่จะเปลี่ยนแปลงโลกในอนาคต ตลอดจนการยกระดับคุณภาพการศึกษาสู่ความเป็นเลิศ การส่งเสริมให้คนมีสุขภาพดีที่เน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพ และการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพ

จากแนวนโยบายพื้นฐานแห่งรัฐ มาตรา 70 ว่าด้วยเรื่องการส่งเสริมและคุ้มครองชาวไทยกลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ ให้มีสิทธิดำรงชีวิตในสังคมตามวัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิตดั้งเดิมตามความสมัครใจได้อย่างสงบสุข ซึ่งชาวมุสลิมในประเทศไทยก็เป็นชนกลุ่มหนึ่งที่อยู่ในขอบข่ายดังกล่าว เนื่องจากสืบเชื้อสายมาจากชาวมลายู และใช้ภาษาออสโตนีเซีย กระจายอยู่ในถิ่นฐานต่าง ๆ ทั้งเอเชีย โดยเฉพาะในพื้นที่เขตเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นอกจากนี้ยังมีอยู่ในแถบโอโซเนีย และแอฟริกา อีกด้วย และเมื่อพูดถึงชาวมุสลิมคนส่วนใหญ่มักจะนึกถึงชาวไทยมุสลิมที่อาศัยอยู่ใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ คือ จังหวัดยะลา จังหวัดปัตตานี และจังหวัดนราธิวาส แต่จากการศึกษาของกระทรวงการต่างประเทศได้ชี้ให้เห็นว่ามุสลิมทั้งหมดในประเทศไทยมีเพียงร้อยละ 20 เท่านั้นที่อาศัยอยู่ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ส่วนที่เหลือเป็นชาวมุสลิม ที่กระจัดกระจายอยู่ทั่วประเทศไทย ทั้งกรุงเทพมหานคร ภาคใต้ ภาคเหนือ และภาคอีสานของประเทศ อย่างไรก็ตามถ้าพิจารณาถึงความหนาแน่น

ของประชากรมุสลิมในประเทศไทยแล้ว 3 จังหวัดชายแดนใต้ยังคงเป็นพื้นที่ที่มีชาวไทยมุสลิมอยู่หนาแน่นที่สุด กล่าวคือ อาศัยอยู่ในพื้นที่จังหวัดนราธิวาสถึงร้อยละ 82.0 จังหวัดปัตตานีร้อยละ 80.2 จังหวัดยะลาร้อยละ 68.9 ตามลำดับ ส่วนที่เหลือเป็นชาวไทยพุทธ และผู้นับถือศาสนาอื่น ขณะที่ภาพรวมของประเทศมีชาวไทยมุสลิมอาศัยอยู่ในประเทศไทยเพียงร้อยละ 4.6 โดยอาศัยในพื้นที่ภาคใต้ร้อยละ 27.9 ถือว่ามากที่สุด กรุงเทพมหานครร้อยละ 4.1 พื้นที่ภาคกลางร้อยละ 1.6 พื้นที่ภาคเหนือร้อยละ 0.3 และพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือเพียงร้อยละ 0.1 เท่านั้น (National Statistical Office, 1975) ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะว่า คนไทยติดต่อกับชาวมุสลิมมาตั้งแต่สมัยสุโขทัยมาจนถึงสมัยพระนครศรีอยุธยา โดยพ่อค้าชาวมุสลิมจากคาบสมุทรเปอร์เซีย เข้ามาค้าขายบริเวณแหลมมลายู คือประเทศอินโดนีเซียและมาเลเซียในปัจจุบัน และได้นำศาสนาอิสลามเข้ามาด้วย ต่อมาภายหลังคนพื้นเมืองใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ และจังหวัดใกล้เคียงบางพื้นที่ ซึ่งมีพื้นที่ติดต่อกับแหลมมลายูดังกล่าว ก็เปลี่ยนมานับถือศาสนาอิสลามและบางคนได้ถวายตัวเข้ารับราชการมีบรรดาศักดิ์เป็นขุนนางในราชสำนัก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงรัตนโกสินทร์ปรากฏว่ามีชาวมุสลิมจากมลายูมาเปลี่ยนสัญชาติจำนวนมากจนกระทั่งปัจจุบัน

อย่างไรก็ตาม เนื่องจากชาวไทยมุสลิมซึ่งนับถือศาสนาอิสลามมีหลักคิดในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างไปจากคนไทยโดยทั่วไป กล่าวคือ ชาวมุสลิมถือว่าอิสลามเป็นชีวิต จิตใจ และบทบัญญัติต่าง ๆ ในคัมภีร์อัลกุรอาน (Al-Quran) คือ คำบัญชาของอัลลอฮ์ (Allah) ที่มิอาจหลีกเลี่ยงได้ ผู้ที่ปฏิบัติตามและเชื่อฟังจะได้รับความเมตตาปรานี และกลับไปสู่โลกอาคีเราะฮ์ คือโลกแห่งสวรรค์ตลอดกาล ซึ่งบางครั้งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ดูเหมือนจะเป็นเครื่องพันธนาการให้ชาวไทยมุสลิมต้องนิ่งสงบ และใช้ชีวิตหมุนวนไปอย่างที่เคยเป็น รวมถึงเรื่องการกีฬาและการออกกำลังกายด้วย ดังนั้นความมีสุขภาพ และสุขภาวะที่ดีจึงกลายเป็นเรื่องไกลตัวไปโดยปริยาย ขณะที่สังคมรอบข้างซึ่งหมายรวมถึงสถานการณ์ทางด้านกีฬาและการออกกำลังกายในสังคมไทยและสังคมโลกได้เปลี่ยนแปลงไปตามวิถีโลกาภิวัฒน์อย่างไม่หยุดยั้ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกีฬาฟุตบอลกลายเป็นกีฬาอาชีพที่ผู้ชายทุกชาติทุกภาษาใฝ่ฝันและปรารถนาที่จะมีจะเป็นทั้งในแง่ของเกียรติยศชื่อเสียง และรายได้ที่เข้ามาสู่ครอบครัวอย่างเป็นกอบเป็นกำ ด้วยเหตุนี้จึงสนใจทำโครงการวิจัยเรื่อง “มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้” ทั้งนี้เพื่อแสวงหาข้อความจริงที่แฝงเร้นอยู่ในวิถีการดำเนินชีวิตของนักกีฬาดังกล่าว ซึ่งมีชีวิตผูกพันกับศาสนาอิสลามอย่างเหนียวแน่นตั้งแต่แรกเกิด ว่าแท้ที่จริงแล้วเขาเหล่านั้นมีอะไรเป็นแรงผลักดันและกระตุ้นให้เกิดกระบวนการคิดไตร่ตรองจนตกผลึกเป็นมโนมติ (Concept) ในการตัดสินใจเข้าร่วมฝึกซ้อมฟุตบอลในฐานะกีฬาอาชีพ ทั้ง ๆ ที่วิถีการดำเนินชีวิตของนักกีฬาอาชีพบางแง่มุม เป็นเส้นทางเดินคู่ขนานกับวิถีชีวิตอิสลามอย่างยากที่จะหลีกเลี่ยงได้ และบางครั้งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ก็กลับกลายเป็นแรงกระทบที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจครั้งยิ่งใหญ่ ระหว่างโลกแห่งความเป็นจริง กับโลกแห่ความเชื่อในพระผู้เป็นเจ้า ซึ่งข้อค้นพบที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ จะเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนวิธีการสนับสนุน และส่งเสริมกีฬาฟุตบอลอาชีพ ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชาวไทยมุสลิมใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ ซึ่งเป็นแหล่งที่มาของนักกีฬาฟุตบอลที่มีชื่อเสียงแหล่งใหญ่แหล่งหนึ่งของประเทศไทยในโอกาสต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัยเรื่อง มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ มี 2 ประการ ดังนี้

1. เพื่อศึกษามโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้
2. เพื่อเปรียบเทียบมโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้จำแนกตามสโมสรที่สังกัด

สมมุติฐานของการวิจัย

สมมุติฐานของการวิจัยเรื่อง มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ มีดังนี้

มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ จำแนกตามสโมสรที่สังกัด แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

วิธีดำเนินงานวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอลใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีประชากรชาวไทยมุสลิมอาศัยอยู่หนาแน่นมากที่สุด จำนวนทั้งสิ้น 103 คน ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ มีจำนวนทั้งสิ้น 94 คน ประกอบด้วย นักกีฬาสังกัดสโมสรฟุตบอลจังหวัดปัตตานี 36 คน สังกัดสโมสรฟุตบอลจังหวัดยะลา 28 คน และสังกัดสโมสรฟุตบอลจังหวัดนราธิวาส 30 คน

ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอลใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ ประกอบด้วยจังหวัดปัตตานี จังหวัดยะลา และจังหวัดนราธิวาส ซึ่งได้มาโดยการสุ่มด้วยวิธีหลายขั้นตอนแบบประสม (Multi-State Mix Random Sampling and Selection) ตามสัดส่วน และได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างตามหลักการของเครซีและมอร์แกน (Krejiec & Morgan, 1970, pp. 607-610) ที่ประชากร 110 คน ต้องสุ่มตัวอย่างให้ได้อย่างน้อย 86 คน สำหรับการวิจัยครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น จำนวน 94 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ในการเก็บรวมรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วยข้อคำถามย่อย 2 ตอน ตามลำดับต่อไปนี้

ข้อคำถามตอนที่ 1 เป็นแบบตรวจคำตอบ (Check Lists) สำหรับรวบรวมข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อคำถามตอนที่ 2 เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) สำหรับประเมินมโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ด้าน รวมทั้งสิ้น จำนวน 24 ข้อ (สำหรับด้านที่ 5 ด้านศาสนาอิสลาม จำนวน 5 ข้อ ให้ตอบเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่นับถือศาสนาอิสลามเท่านั้น) ดังนี้

1. ด้านร่างกายและจิตใจ จำนวน 5 ข้อ
2. ด้านเศรษฐกิจและสังคม จำนวน 6 ข้อ
3. ด้านการศึกษา จำนวน 4 ข้อ
4. ด้านคุณธรรมจริยธรรม จำนวน 4 ข้อ
5. ด้านศาสนาอิสลาม จำนวน 5 ข้อ

เพื่อให้การศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นไปอย่างถูกต้อง และสมบูรณ์ ผู้วิจัยจึงได้นำแบบสอบถามดังกล่าวข้างต้นไปดำเนินการหาคุณภาพ ตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. สร้างแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ
3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งมีความรู้ความสามารถทั้งทางศาสนาอิสลาม การศึกษาและกีฬาฟุตบอล จำนวน 3 คน ตรวจแก้ไขเพื่อหาความเที่ยงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยใช้ดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์กับข้อคำถาม (Item Objective Congruence Index : IOC) ตามวิธีการของ โรวิลเนลลี

และ แฮมเบิลตัน (Rovilnelli & Hambleton, 1977, pp. 49-60) เลือกเฉพาะข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับและมากกว่า .50 ขึ้นไป ส่วนข้อคำถามบางข้อที่มีค่าต่ำกว่าเกณฑ์ แต่ผู้ทรงคุณวุฒิได้แนะนำว่าเป็นเรื่องสำคัญควรแก่การนำไปใช้ประโยชน์ ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการปรับปรุงข้อคำถามดังกล่าว แล้วส่งไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบซ้ำอีกครั้งหนึ่ง จนกว่าจะได้ค่าดัชนีตามเกณฑ์ที่กำหนด ปรากฏว่าข้อคำถามของแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ มีค่าดัชนีความสอดคล้องดังกล่าวมากกว่า .50 ทุกข้อ คิดเป็นค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์กับข้อคำถามทั้งฉบับเท่ากับ .76 โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามด้านร่างกายและจิตใจ เท่ากับ .86 ด้านเศรษฐกิจและสังคม เท่ากับ .83 ด้านการศึกษา เท่ากับ .75 ด้านคุณธรรมจริยธรรม เท่ากับ .67 และด้านศาสนาอิสลาม เท่ากับ .73

4. นำแบบสอบถามที่ผ่านการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิ และได้รับการปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับนักกีฬาฟุตบอลอาชีพซึ่งไม่ได้รับเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา (α-Coefficient) ตามวิธีการของครอนบัค (Cronbach) ปรากฏว่าได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.79

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ประสานกับผู้ทรงคุณวุฒิในท้องถิ่น เพื่อขอความอนุเคราะห์ช่วยเก็บรวบรวมข้อมูล

2. เก็บข้อมูลเกี่ยวกับมโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ โดยนำส่งแบบสอบถามไปจำนวนทั้งสิ้น 103 ชุด และได้แบบสอบถามกลับคืนมา 98 ชุด คิดเป็นร้อยละ 95.14 ของแบบสอบถามที่นำส่งไปทั้งหมด

3. นำแบบสอบถามที่รวบรวมได้มาตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของข้อมูล ปรากฏว่าเป็นแบบสอบถามที่ขาดความสมบูรณ์ 4 ชุด ผู้วิจัยจึงตัดแบบสอบถามดังกล่าวออก คงเหลือแบบสอบถามที่ใช้ประโยชน์ได้จริง จำนวน 94 ชุด

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้ต่อไปนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามวิเคราะห์ด้วยการหาค่าร้อยละ (Percentage Distribution) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2. ข้อมูลเกี่ยวกับมโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ วิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) แล้วนำค่าเฉลี่ยที่ได้มาตีความหมายโดยใช้เกณฑ์การประเมินดังต่อไปนี้ (Boonchom Srisa-ard, 1996, pp. 64-70)

ค่าเฉลี่ย	4.21–5.00	หมายถึง	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	3.41–4.20	หมายถึง	มาก
ค่าเฉลี่ย	2.61–3.40	หมายถึง	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ย	1.81–2.60	หมายถึง	น้อย
ค่าเฉลี่ย	1.00–1.80	หมายถึง	น้อยที่สุด

3. ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยมโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ จำแนกตามสโมสรที่สังกัด โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA: One-Way Analysis of Variance)

ผลการวิจัย

จากการสำรวจความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ สังกัดสโมสรจังหวัดปัตตานี สโมสรจังหวัดยะลา และสโมสรจังหวัดนราธิวาส รวมทั้งสิ้น 94 คน โดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ปรากฏผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

1.1 นักกีฬาฟุตบอลอาชีพ 3 จังหวัดชายแดนใต้ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ส่วนใหญ่สังกัดสโมสรจังหวัดปัตตานี คิดเป็นร้อยละ 38.30 รองลงมาคือสังกัดสโมสรจังหวัดนราธิวาส คิดเป็นร้อยละ 31.91 และสังกัดสโมสรจังหวัดยะลา คิดเป็นร้อยละ 29.79 ตามลำดับ

1.2 นักกีฬาฟุตบอลอาชีพ 3 จังหวัดชายแดนใต้ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม คิดเป็นร้อยละ 92.55 รองลงมาคือนับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 06.38 และศาสนาคริสต์ คิดเป็นร้อยละ 01.07 ตามลำดับ

1.3 นักกีฬาฟุตบอลอาชีพ 3 จังหวัดชายแดนใต้ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 21-25 ปี คิดเป็นร้อยละ 59.58 รองลงมาคือ อายุต่ำกว่า 21 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.40 อายุ 26-30 คิดเป็นร้อยละ 14.89 ปี และอายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 02.13 ตามลำดับ

2. มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพของนักกีฬาสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ทั้ง 5 ด้าน

2.1 ด้านที่ 1 ด้านร่างกายและจิตใจ: นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อประโยชน์ด้านร่างกายและจิตใจ ในระดับมาก อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพที่ดี และป้องกันโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ตลอดจนคลายเครียดเนื่องจากสถานการณ์แวดล้อมที่เป็นอยู่ ตามลำดับ

2.2 ด้านที่ 2 ด้านเศรษฐกิจและสังคม: นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อประโยชน์ด้านเศรษฐกิจและสังคมในระดับมาก อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาเพื่อใช้เป็นเกราะป้องกันภัยคุกคาม เช่น ภัยจากสารเสพติด รองลงมาคือ เพื่อเลี้ยงชีพและนำเงินไปใช้จ่ายจุนเจือครอบครัว ตลอดจนเพื่อพัฒนาฝีมือเพื่อก้าวสู่ทีมชาติ และกีฬาอาชีพทั้งในและต่างประเทศ ตามลำดับ

2.3 ด้านที่ 3 ด้านการศึกษา: นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อประโยชน์ด้านการศึกษาในระดับมาก อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬา เพื่อเพิ่มพูนทักษะกีฬาที่ได้รับความนิยมทั่วโลกเป็นส่วน

2.4 ด้านที่ 4 ด้านคุณธรรมจริยธรรม: นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อดำรงไว้ซึ่งคุณธรรมและจริยธรรม ในระดับมาก อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬา เพื่อตอบแทนบุญคุณผู้ฝึกสอน และผู้บริหารทีมเป็นส่วนใหญ่

2.5 ด้านที่ 5 ด้านศาสนาอิสลาม: นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อสนองความคิดความเชื่อด้านศาสนาอิสลามในระดับมาก โดยที่นักกีฬาฟุตบอลสังกัดสโมสรจังหวัดปัตตานี มีมโนมติคิดเป็นค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.10 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .588 นักกีฬาสโมสรจังหวัดยะลา มีมโนมติคิดเป็นค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.23 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .616 และนักกีฬาสโมสรจังหวัดยะลา มีมโนมติคิดเป็นค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .593

(N = 87) อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬา เพื่อให้ได้มาซึ่งความเมตตา ความปรานี และความผาสุกจากพระผู้เป็นเจ้า รองลงมา คือ เตรียมร่างกายให้พร้อมปฏิบัติกิจทางศาสนาตามบัญชาของพระผู้เป็นเจ้าให้สมบูรณ์และเกิดบารอกัต

อย่างไรก็ตามเพื่อให้เกิดภาพฉายที่ชัดเจน จึงขอนำเสนอมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาฟุตบอลอาชีพสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ในภาพรวม 4 ด้าน ประกอบด้วยด้านร่างกายและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจและสังคม ด้านการศึกษา และด้านคุณธรรมและจริยธรรม ซึ่งมีค่าตามเกณฑ์ที่กำหนดในระดับมาก (ด้านที่ 5 เป็นข้อมูลเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่นับถือศาสนาอิสลามเท่านั้น จึงไม่นำมาวิเคราะห์ในภาพรวม แต่จะแยกวิเคราะห์และนำเสนอในตารางถัดไป) ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ ในภาพรวม 4 ด้าน

(N = 94)

ด้าน	รายการ	ปัตตานี		ยะลา		นราธิวาส		รวม	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1	ด้านร่างกายและจิตใจ	4.05	.625	4.11	.681	4.02	.604	4.06	.493
2	ด้านเศรษฐกิจและสังคม	4.03	.603	4.16	.551	4.07	.587	4.08	.578
3	ด้านการศึกษา	3.89	.523	3.97	.511	3.98	.522	3.94	.515
4	ด้านคุณธรรมและจริยธรรม	3.95	.603	4.06	.594	4.08	.621	4.03	.601
	รวม	**3.98**	**.617**	**4.07**	**.491**	**4.03**	**.549**	**4.02**	**.469**

จากตารางที่ 1 แสดงว่า โดยภาพรวมนักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ ในภาพรวม 4 ด้าน ประกอบด้วยด้านร่างกายและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจและสังคม ด้านการศึกษา และด้านคุณธรรมและจริยธรรม ในระดับมาก ($\bar{X}$ =4.02 และ S.D.=.469)

3. การเปรียบเทียบมโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ จำแนกตามสโมสรที่สังกัด

3.1 มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพของนักกีฬาสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ โดยภาพรวม 4 ด้าน จำแนกตามสโมสรที่สังกัด ไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยมโนมติของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพที่เข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬา สังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ โดยภาพรวม 4 ด้าน

(N = 94)

Source of Variation	DF	SS	MS	F	P-value
Between-groups	2	.181	.090	.407	.667
Within-groups	91	18.871	.022		
Total	**93**	**19.052**			

P> .50

จากตารางที่ 2 แสดงว่า นักกีฬาฟุตบอลอาชีพสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ มีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาดังกล่าวโดยภาพรวม 4 ด้าน ประกอบด้วยด้านร่างกายและจิตใจ ด้านเศรษฐกิจและสังคม ด้านการศึกษา และด้านคุณธรรมและจริยธรรม ไม่แตกต่างกัน

3.2 มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพของนักกีฬาสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ ด้านศาสนาอิสลาม จำแนกตามสโมสรที่สังกัด ไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยมโนมติของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพที่เข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬา สังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ ด้านศาสนาอิสลาม

(N = 87)

Source of Variation	DF	SS	MS	F	P-value
Between-groups	2	.263	.131	.281	.755
Within-groups	84	41.074	.464		
Total	**86**	**41.337**			

P> .50

จากตารางที่ 3 แสดงว่า นักกีฬาฟุตบอลอาชีพสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ มีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาดังกล่าว ด้านศาสนาอิสลาม ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผลการวิจัย

จากข้อค้นพบดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยขอนำประเด็นสำคัญที่ควรแก่การนำมาอภิปรายเพื่อประโยชน์ในการศึกษา ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพของนักกีฬาสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ทั้ง 5 ด้าน

1.1 นักกีฬาฟุตบอลอาชีพ มีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อประโยชน์ด้านร่างกายและจิตใจ ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาเพื่อสร้างเสริมสุขภาพที่ดี และป้องกันโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ตลอดจนคลายเครียด เนื่องจากสถานการณ์แวดล้อมที่เป็นอยู่ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากีฬาฟุตบอลเป็นกีฬายอดนิยม และเป็นที่ใฝ่ฝันของผู้ชายทุกคนที่อยากจะเล่นฟุตบอลเป็น และเป็นส่วนหนึ่งของทีมฟุตบอล ตั้งแต่อยู่ในระบบโรงเรียน สำเร็จการศึกษา และออกมาใช้ชีวิตปกติทั่วไป คือแต่งงานมีครอบครัวแล้วก็ยังหาโอกาสที่จะเล่นฟุตบอล และหากเป็นไปได้ก็มีความประสงค์จะประกอบวิชาชีพที่เกี่ยวข้องกับฟุตบอล เช่น นักกีฬาฟุตบอลอาชีพ ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม ตลอดจนกรรมการตัดสินฟุตบอลอาชีพ เป็นต้น และปรากฏการณ์อย่างหนึ่งที่เน้นย้ำให้เห็นว่า กีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาของโลกก็คือ ทุกครั้งที่มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลนัดสำคัญของโลก จะมีผู้สนใจเข้าร่วมอย่างแพร่หลาย ไม่จำกัดเฉพาะเพศชายและผู้ใหญ่เท่านั้น เด็กและผู้หญิงก็สนใจพอ ๆ กัน จึงทำให้กีฬาฟุตบอลกลายเป็นธุรกิจทางการกีฬา ก่อเกิดรายได้อย่างมากมายมหาศาล สมกับที่เป็นกีฬาอาชีพประเภทแรกของโลก ที่สำคัญคือการเล่นฟุตบอล นอกจากจะได้รับความสนุกสนานและคลายเครียดแล้ว ยังเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้คนได้ออกกำลังกาย มีผลทำให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ สามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ตลอดจนฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างดี มีประสิทธิภาพอีกด้วย (Kittisak Auapipattanakul & Chutha Tingsapat, 2012, p. 63)

1.2 นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อประโยชน์ด้านเศรษฐกิจและสังคมในระดับมาก และเมื่อหยิบยกขึ้นมาพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาเพื่อใช้เป็นเกราะป้องกันภัยคุกคาม เช่น ภัยจากสารเสพติด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ปัจจุบันสภาพเศรษฐกิจและสังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วจากสังคมเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และแบ่งปันไปเป็นสังคมแห่งเงินตรา คือ ทุกสิ่งอย่างจะต้องแลกมาด้วยเงิน ผลที่ตามมา คือ การแก่งแย่งทำมาหากิน ถึงกระนั้น เงินที่หามาได้ก็ไม่พอใช้พอจ่ายในครอบครัว บางพื้นที่ไม่มีแหล่งที่มาของรายได้ ต้องอพยพเพื่อ

ย้ายถิ่นฐานที่ทำกิน หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือรายได้กระจายไม่ทั่วถึง (Sheikhul Islam Office, 2012) ด้วยเหตุนี้จึงทำให้คนพยายามที่จะแสวงหาช่องทาง เพื่อให้ได้มาซึ่งรายได้สำหรับจุนเจือครอบครัว ซึ่งนักฟุตบอลอาชีพก็เป็นอีกอาชีพหนึ่งที่ยังมีพื้นที่เหลืออยู่ และที่มาของรายได้ค่อนข้างชัดเจนและเป็นกอบเป็นกำ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ ตลอดจนความเอาจริงเอาจังและการใฝ่ใจเพื่อเพิ่มพูนความรู้ของนักกีฬา และเนื่องจากสโมสรกีฬาฟุตบอลเป็นนิติบุคคล กล่าวคือ มีระบบบริหารจัดการที่ดีเป็นไปตามที่การกีฬาแห่งประเทศไทยกำหนด โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีที่มาของบุคลากรไม่ว่าจะเป็นนักกีฬา ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีมและอื่น ๆ ชัดเจน กล่าวคือได้รับการเลือกสรรมาอย่างดีเป็นที่ยอมรับของสังคม สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะเป็นเสมือนเกราะที่ช่วยคุ้มครองภัยทางสังคมต่าง ๆ ไม่ให้กล้ำกราย และเป็นอุปสรรคในการฝึกซ้อมกีฬาตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

1.3 นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อประโยชน์ด้านการศึกษา ในระดับมาก และเมื่อนำประเด็นต่าง ๆ มาพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬา เพื่อเพิ่มพูนทักษะกีฬาที่ได้รับความนิยมทั่วโลก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าการศึกษาเป็นกระบวนการที่ดีที่สุดในการพัฒนาและยกระดับคุณภาพชีวิตของคนในสังคม และสโมสรกีฬาฟุตบอลก็เป็นองค์กรที่มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมและพัฒนาคนทางด้านการกีฬา ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพลศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นองค์กรที่มีคุณสมบัติพิเศษคือ เป็นองค์กรที่กระจัดกระจายครอบคลุมทั่วทุกพื้นที่ของประเทศไทย แม้กระทั่งในพื้นที่ที่องค์กรอื่น ๆ เข้าไม่ถึง ที่สำคัญคือเป็นเสมือนองค์กรการศึกษาเฉพาะทางด้านฟุตบอลที่ให้โอกาสคนในภูมิภาคได้เข้าไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้ หาประสบการณ์ ตลอดจนเพิ่มพูนความรู้ด้านฟุตบอลในฐานะที่เป็นกีฬาแนวหน้ายอดนิยมของโลก

1.4 นักกีฬาฟุตบอลอาชีพ มีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อดำรงไว้ซึ่งคุณธรรมและจริยธรรม ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬา เพื่อตอบแทนบุญคุณผู้ฝึกสอนและผู้บริหารทีม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าศาสนาอิสลามได้บัญญัติเรื่องความกตัญญูรู้คุณต่อบิดา มารดา บุพการี และผู้มีพระคุณไว้ในคำสอนสืบต่อกันมา ดังนั้นผู้ที่เกิดมาในโลกอิสลามจะได้รับการปลูกฝังเรื่องดังกล่าวตั้งแต่เด็ก ชาวอิสลามถือว่าการทำดีและกตัญญูรู้คุณต่อบรรพชนเป็นหน้าที่รองลงมาจากการภักดีและเคารพต่ออัลลอฮ์ หากผู้ใดฝ่าฝืนไม่ปฏิบัติตามก็จะได้รับการลงโทษอย่างหนักในวันอาคิเราะฮ์ หรือที่ชาวมุสลิมเรียกกันโดยทั่วไปว่าวันปรโลก (Supum Usman, n.d.: Online) ที่สำคัญคือ ศาสนาอิสลามได้กำหนดแนวทางการปฏิบัติ เพื่อตอบแทนบุญคุณบุพการีไว้อย่างชัดเจน สามารถสรุปสั้น ๆ ได้ว่า ผู้ที่จะได้รับความเมตตาจากอัลลอฮ์ จะต้องแสดงความกตัญญูต่อบรรพชน 5 สถาน อันได้แก่ 1) เคารพรัก 2) ยกย่องให้เกียรติ 3) ตอบแทน 4) ขอพรและขออภัย และ 5) ให้แต่สิ่งที่ดีและเป็นมงคล (Academic Pathumthani Club, n.d.)

1.5 นักกีฬาฟุตบอลอาชีพมีมโนมติในการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ เพื่อสนองความคิดความเชื่อด้านศาสนาในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬาดังกล่าวมีแนวโน้มเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬา เพื่อให้ได้มาซึ่งความเมตตา ความปรานี และความผาสุกจากพระผู้เป็นเจ้า และเตรียมร่างกายให้พร้อมปฏิบัติกิจทางศาสนาตามบัญชาของพระผู้เป็นเจ้าให้สมบูรณ์และเกิดบารอกัต ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า

1) ความหวังอันสูงสุดของคนที่เกิดมาใต้ร่มธงมุสลิมก็คือ การได้รับความเมตตาปรานีจากอัลลอฮ์ เพราะพระองค์เป็นผู้สร้างสรรค์ทุกสิ่งอย่างบนโลกใบนี้ สร้างชั้นฟ้า สร้างดวงดาว สร้างสรรพชีวิต และกำหนดแม้กระทั่งความตาย และการมีชีวิตอยู่ พระองค์ทรงไว้ซึ่งอำนาจเด็ดขาดที่จะลงโทษ และให้อภัยต่อพฤติกรรมของมนุษย์อย่างสมเหตุสมผล (Abdulrahman, n.d.: Online) ดังนั้น คนที่ศรัทธาปฏิบัติตามคำสั่งสอนตาม

บทบัญญัติ และหลักการของศาสนา ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นคุณงามความดีที่กล่าวไว้ในอัลกุรอาน และอัลหะดิด ก็จะได้รับความโปรดปราณ และประทานความสำเร็จ ตลอดจนความสุขให้ผู้นั้นชั่วนิจนิรันดร์ (Adh-shkhowi et al., 2013, pp. 3-5)

2) ศาสนาอิสลามเป็นศาสนาแห่งการปฏิบัติ ดังนั้นการปฏิบัติศาสนกิจทางศาสนา ไม่ว่าจะเป็นการกล่าวคำปฏิญาณตน การละหมาด การถือศีลอด การจ่ายซะกาฮ์ และการประกอบพิธีฮัจย์ ถือเป็นหลักบัญญัติแห่งศาสนาอิสลาม ที่ชาวมุสลิมจะต้องปฏิบัติ จะขาดเสียมิได้ และต้องไปให้ถึง ยกเว้นการประกอบพิธีฮัจย์ไม่บังคับ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความพร้อมของจิตใจ ร่างกาย และงบประมาณของชาวมุสลิมแต่ละคน และด้วยความรักความศรัทธาที่ชาวมุสลิมมีต่ออัลลอฮ์ ชาวมุสลิมทุกคนจึงพยายามที่จะปฏิบัติตามหลักบัญญัติดังกล่าว โดยถือเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน (Sarina Hawae, 2014: Online) และด้วยศรัทธาอย่างแรงกล้าที่จะมุ่งไปสู่โลกอาคิเราะฮ์ ซึ่งถือเป็นโลกที่ยั่งยืน (Department of South Asian Middle East and African Affairs, n.d., p. 57) ประกอบกับให้เกิดความเจริญรุ่งเรือง “บารอกัต” ในชีวิตจึงทำให้ชาวมุสลิมยึดมั่นถือมั่นในหลักบัญญัติอย่างเหนียวแน่นไม่เสื่อมคลาย

2. การเปรียบเทียบมโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ จำแนกตามสโมสรที่สังกัด

มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพของนักกีฬาสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ จำแนกตามสโมสรที่สังกัด ทั้งโดยภาพรวม 4 ด้าน และด้านศาสนาอิสลาม ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักกีฬาฟุตบอลอาชีพสังกัดสโมสร 3 จังหวัดชายแดนใต้ ทั้งสโมสรฟุตบอลจังหวัดปัตตานี สโมสรฟุตบอลจังหวัดยะลา และสโมสรฟุตบอลจังหวัดนราธิวาส เป็นชาวไทยมุสลิมนับถือศาสนาอิสลามเป็นส่วนใหญ่ กล่าวคือ มีถึงร้อยละ 92.55 ส่วนผู้นับถือศาสนาพุทธ มีเพียงร้อยละ 06.38 และนับถือศาสนาคริสต์ มีเพียงร้อยละ 1.07 เท่านั้น ดังนั้นกระบวนการสังคมประกิต (Socialization) ทางด้านศาสนาที่หล่อหลอมให้ชาวมุสลิมคิดและเชื่อมั่นในสิ่งเดียวกัน ซึ่งหมายรวมถึงแนวความคิดทางด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาด้วยที่ว่า การออกกำลังกายไม่ใช่ข้อห้ามทางศาสนา แต่ทั้งนี้จะต้องไม่เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติศาสนกิจ (Kariya Yurea, Savitree Limchaiarunruang & Petnoy Singchangchai, 2010, p. 84) ที่สำคัญคือกฎกติกาของกีฬานั้นต้องอยู่ภายใต้ข้อบัญญัติของศาสนา (Sukree Salea, 2009, p. 220) ซึ่งเป็นหลักการที่ชาวมุสลิมทุกคนจะต้องถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด จึงมีผลทำให้มโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพของนักกีฬาสังกัดสโมสรฟุตบอลทั้ง 3 จังหวัดชายแดนใต้ ไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย

จากประสบการณ์ในการทำวิจัยครั้งนี้ ได้ค้นพบแนวทางในการทำวิจัยให้ประสบความสำเร็จ ตลอดจนการแก้ปัญหา และอุปสรรค ที่เกิดขึ้นขณะดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. การเก็บข้อมูลในพื้นที่ 3 จังหวัด ซึ่งส่วนใหญ่เป็นมุสลิม ต้องไม่ตรงกับการถือศีลอดในช่วงเดือนรอมฎอน เพราะจะทำให้การเก็บเป็นไปอย่างล่าช้า

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลจะต้องใช้คนในพื้นที่เป็นผู้ดำเนินการ เพราะสามารถสื่อสารด้วยภาษามลายูดีกว่า เข้าใจซึ่งกันและกันมากกว่า

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยเฉพาะแบบสอบถามหรือแบบทดสอบ บางครั้งจำเป็นต้องทับศัพท์ด้วยภาษาถิ่น หรือภาษาทางศาสนาอิสลาม ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

เพื่อให้ผลจากการดำเนินงานวิจัยครั้งนี้เป็นประโยชน์ต่อนักเรียน นักศึกษา และผู้สนใจอย่างกว้างขวาง จึงขอเสนอแนะประเด็นการวิจัยที่ควรแก่การนำไปศึกษา เพื่อต่อยอดจากการทำวิจัยครั้งนี้ ดังต่อไปนี้

1. ควรมีการศึกษามโนมติการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอลในจังหวัดใกล้เคียง

2. ควรมีการศึกษาประเด็นอื่น ๆ เช่น ปัญหาการเข้าร่วมฝึกซ้อมกีฬาอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดภาคใต้

ข้อเสนอแนะสำหรับสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้

เนื่องจากการดำเนินงานในการทำวิจัยครั้งนี้ ได้รับความอนุเคราะห์ให้ใช้กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักกีฬาฟุตบอลอาชีพสังกัดสโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ ดังนั้นผลประโยชน์ใด ๆ ที่เกิดขึ้นจากการทำวิจัยจึงมีผลกระทบ (Impact) โดยตรงต่อสโมสรฟุตบอลดังกล่าว และเพื่อให้เกิดการนำประโยชน์ไปใช้อย่างเป็นรูปธรรม ผู้วิจัยจึงใคร่ขอเสนอข้อคิดเห็น ดังนี้

1. ปัจจัยนำเข้า คือ นักกีฬาของสโมสรกีฬาฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ เป็นนักกีฬาที่มีคุณภาพโดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นผู้ที่มีทักษะการเล่นฟุตบอลชัดเจนลีลางดงาม เพราะได้รับการฝึกมาอย่างดีจากรุ่นพี่สู่รุ่นน้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งครอบครัวมุสลิมในพื้นที่จะให้การสนับสนุนบุตรชายให้เล่นกีฬาฟุตบอลตั้งแต่เด็ก เพื่อฝึกให้เป็นผู้นำครอบครัวตามหลักการของศาสนา อย่างไรก็ตามเพื่อให้การฝึกซ้อมสมบูรณ์ขึ้นควรมีการเติมเต็มเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพ โภชนาการ การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย ตลอดจนชีวิตความเป็นอยู่ตามวิถีอิสลาม เช่น การจัดเตรียมห้องละหมาด และสิ่งอำนวยความสะดวกไว้ในสนามฝึกซ้อม เป็นต้น

2. สโมสรฟุตบอล 3 จังหวัดชายแดนใต้ ได้เปรียบในแง่ของยุทธศาสตร์ในเชิงพื้นที่ กล่าวคือ นักกีฬาส่วนใหญ่เป็นคนในพื้นที่ และหมุนเวียนเปลี่ยนกันไปเพื่อหาประสบการณ์ภายใน 3 จังหวัด ที่สำคัญ คือ อยู่ภายใต้ร่มธงศาสนาเดียวกัน คือ ศาสนาอิสลาม มีความรู้สึกนึกคิดไปในทางเดียวกัน และเนื่องจากศาสนาอิสลามเป็นศาสนาแห่งการปฏิบัติ โดยเฉพาะการปฏิบัติตามหลักบัญญัติ ทั้ง 5 ประการ ซึ่งเป็นเหมือนกรอบชีวิตที่ลิขิตไว้ชัดเจนโดยอัลลอฮ์ มีผลทำให้ปกครองและบริหารจัดการทีมได้ง่าย เพียงแต่เพิ่มเติมสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น สถานที่ละหมาด ปรับระบบการฝึกซ้อมให้สอดคล้องกับหลักศาสนา เช่น จัดทำตารางและรูปแบบการฝึกซ้อมเป็นกรณีพิเศษในช่วงเดือนรอมฎอน เป็นต้น

References

Abdulrahman, A. (n.d.). *Allah is all Powerful*. Retrieved July 21, 2018, from http://www.islammore.com.

Academic Pathumthani Club. (n.d.). *Parent and Manners: Islamic Foundation*. Retrieved July 20, 2018, from http://www.islammore.com.

Adh-shkhowi, A., Jongraksak, S., & Usman, S. (2013). *Ad-taofik and Allah Giving*. Retrieved July 20, 2018, from http://www.islammore.com.

Boonchom Srisa-ard. (1996). Interpretation of ratting scales data collection. *Journal of Measurement Mahasarakham University, 2*(1), 64-70.

Department of South Asian Middle East and African Affairs. (n.d.). *Introduction to Islamic Religion*. Bangkok: Ministry of Foreign Affairs.

Kariya Yurea, Savitree Limchaiarunruang & Petnoy Singchangchai. (2010). Exercise promotion undering Islamic principles of Pattani Province Housewife Group. *Al-Noor Journal of Yala Islamic University, 5*(9), 83-96.

Kittisak Auapipattanakul & Chutha Tingsapat. (2012). Study of 2010 football Thai premier league sponsors competition. *Sports Science and Health Journal, 13*(1), 63.

Krejcie, R.V. & Morgan, D.W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement, 30*, 607-610.

National Statistical Office. (2018). *Islamic Population*. Retrieved May 18, 2019, from Service.nos.go.th>census>indPop43.

Rovilnelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1977). On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test in item validity. *Dutch Journal of Education Research, 2*, 49-60.

Sarina Hawae. (2014). *Islamic Principles and Exercise*. [Brochures]. Princess of Naradhiwas University.

Sheikhul Islam Office. (2012). *Islamic Economy and Happy Society Construction*. Retrieved July 19, 2018, from www.skthai.org

Sukree Salea. (2009). *Islamic canon principles of sport* (Master's thesis). Postgraduate School, Prince of Songkla University.

Supum Usman. (n.d.). *Islamic Parental Treatment*. Islamic Foundation. Retrieved July 19, 2018, from http://www.islammore.com.

Received : 2 May, 2019
Revised : 8 July, 2019
Accepted : 11 August, 2019

ศักยภาพของค่ายมวยไทยในการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว ในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ

ชาญชัย ยมดิษฐ์
วิทยาลัยมวยไทยศึกษาและการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาศักยภาพของค่ายมวยไทยในการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ 2) ศึกษาปัญหาและอุปสรรคของค่ายมวยไทย ในการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในครั้งนี้ เป็นนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มาเรียนมวยไทยในทุกภูมิภาคของประเทศไทย จำนวน 449 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามศักยภาพของค่ายมวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว คำนวณค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ได้ค่าความเชื่อมั่น .91 และแบบสัมภาษณ์หัวหน้าค่ายมวยไทย จำนวน 20 คน ผลการวิจัยเชิงปริมาณพบว่า ศักยภาพของค่ายมวยไทยสำหรับสอนนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\overline{X}$=4.18) รายด้านพบว่า ศักยภาพสูงสุด ได้แก่ ด้านคุณค่า ชื่อเสียง และสิ่งดึงดูดใจของมวยไทย ($\overline{X}$=4.28) รองลงไป ได้แก่ ด้านการตลาด ($\overline{X}$=4.21) ด้านการบริหารจัดการ ($\overline{X}$=4.18) ด้านความสะดวกในการเข้าถึง ($\overline{X}$=4.17) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายภาคพบว่า ทุกภาคมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่ายมวยไทยในกรุงเทพฯ มีความแตกต่างกับภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคตะวันออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และภาคตะวันออกแตกต่างจากภาคตะวันออกเฉียงเหนืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยเชิงคุณภาพพบว่า ปัจจัยการผลิตด้านเสน่ห์ของมวยไทยเป็นสิ่งดึงดูดใจนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ ค่ายมวยมีอุปทานสำหรับรองรับนักท่องเที่ยว มีกลยุทธ์ในการทำธุรกิจค่ายมวยต่างกัน รวมทั้งมีปัจจัยเกื้อหนุนด้านธุรกิจที่เกี่ยวข้องรองรับการตลาดของธุรกิจค่ายมวย และหน่วยงานของภาครัฐยังขาดการประสานงานกันระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว ส่วนใหญ่อุปสรรคที่พบ ได้แก่ 1) การต่ออายุหนังสือตราพำนักในประเทศไทยเพื่ออยู่เรียนมวยไทย 2) ปัญหาผู้ฝึกมวยอยู่สอนไม่นาน 3) ปัญหาด้านพื้นที่ที่มีจำกัด และ 4) ปัญหาเสียงดังรบกวนเพื่อนบ้าน

คำสำคัญ: ศักยภาพ ค่ายมวยไทย นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ

Corresponding Author: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชาญชัย ยมดิษฐ์ สาขาวิชามวยไทยศึกษาและพลศึกษา วิทยาลัยมวยไทยศึกษาและการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง Email: dryomdit_mcru@hotmail.com

THE POTENTIAL OF MUAYTHAI CAMPS TO SUPPORT TOURISM FOR FOREIGN TOURISTS

Chanchai yomdit
College of Muaythai Study and Thai Traditional Medicine,
Muban Chombueng Rajabhat University

Abstract

The purposes of this research were 1) to study the potential of Muaythai camps on using Muaythai to promote tourism for foreign tourists who had trained Muaythai in Thailand, 2) to study the obstacles of Muaythai camps to support foreign tourists. The samples used in this research were 449 foreign tourists who had trained Muaythai in 6 regions of Thailand and 20 people of Muaythai camp managers. The instruments used were questionnaire and Semi - Instructor interview questions with Pearson's product moment correlation coefficients test at .91. The results were found as follows: The quantitative results were found that the overall potential of Muaythai camps on using Muaythai to promote tourism for foreign tourists who had trained Muaythai in Thailand was at a high level ($\overline{X}$=4.18). As each aspect, it was found that value, reputation and attraction were at a high level ($\overline{X}$=4.28), marketing ($\overline{X}$=4.21), accessibility ($\overline{X}$=4.17). Statistical significant difference was found when comparing in each region at the level .05. Muaythai camp in Bangkok was different from the Central region, North Eastern region and Eastern region at the statistical significant level of .05. Eastern region was different from North Eastern region at the statistical significant level of .05. The qualitative results were found that Muaythai products convinced foreign tourists to come to train Muaythai. There were many supplies for supporting foreign tourists who wanted to train Muaythai. Muaythai camps had various strategies for managing and supporting Muaythai camp business. Moreover, lack of coordination with government organization was found to promote Muaythai for Thailand tourism. The obstacles of Muaythai camps for foreign tourists were 1) Visa permission, 2) short time training by a trainer, 3) limited space and 4) loud noise interrupting the neighborhood.

Keywords: potential, Muaythai camps, foreigner tourism

Corresponding Author: Asst. Prof. Chanchai Yomdit, Ph.D. Muaythai and Physical Education Program College of Muaythai Study and Thai Traditional Medicine, Muban Chombueng Rajabhat University Email: dryomdit_mcru@hotmail.com

บทนำ

ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีความโดดเด่นทางด้านศิลปะและวัฒนธรรม โดยมีศิลปะการต่อสู้มวยไทยเป็นหนึ่งในต้นทุนทางวัฒนธรรมที่สามารถนำมาต่อยอดสร้างสรรค์เป็นผลิตภัณฑ์การท่องเที่ยว ที่สอดรับการท่องเที่ยววิถีไทย สามารถใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาการท่องเที่ยวเชื่อมโยงในกลุ่มภูมิภาคอาเซียน และมีความโดดเด่นในฐานะผลิตภัณฑ์การท่องเที่ยวเชิงกีฬา เป็นผลิตภัณฑ์การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ในกลุ่มที่สามารถตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยวที่มีความต้องการแตกต่างกัน (Functional creation) เน้นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์โดยมีการจัดการไว้ล่วงหน้า มีครูผู้สอนที่ชำนาญ และมีการฝึกปฏิบัติ (Workshop) มวยไทยเป็นทั้งวัฒนธรรมและการกีฬา ดังที่ พจนานุกรมไทยสำหรับเยาวชนฉบับพระเกียรติ พ.ศ. 2553 (Royal Academy, 2013, p. 883) ให้ความหมายของมวยไทยว่า มวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้ของชนชาติไทยที่ใช้หมัด เท้า เข่า และศอก ต่อสู้กันโดยมีกติกาการแข่งขันบนเวที

จากภูมิปัญญาของบรรพบุรุษมวยไทยจึงเป็นสื่อวัฒนธรรมที่บ่งบอกถึงเอกลักษณ์ และอัตลักษณ์ไทยในสายตาชาวโลก สามารถนำมาเป็นเครื่องมือท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้วัฒนธรรมและประสบการณ์ท้องถิ่น (Local experience) ถือเป็นโอกาสของประเทศไทยที่เป็นเจ้าของวัฒนธรรม จะใช้ศิลปะการต่อสู้มวยไทยเผยแพร่วัฒนธรรมไทยสู่สายตาชาวโลก เป็นธงนำในการสร้างรายได้ผ่านการผสานความร่วมมือกับทุกภาคส่วนทั้งในประเทศและต่างประเทศอย่างเป็นองค์รวม พร้อมทั้งสร้างสมดุลในทุกมิติไม่ว่าจะเป็นโครงสร้างการตลาดศักยภาพของค่ายมวยไทยภูมิภาคต่าง ๆ เช่น กรุงเทพมหานคร ภาคตะวันออก ภาคใต้ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคเหนือ พื้นที่ท่องเที่ยวตามฤดูกาลเพื่อให้อุตสาหกรรมท่องเที่ยวไทยยังคงสามารถสร้างรายได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืนในระยะยาว เป็นนโยบายเชิงรุกเจาะกลุ่มนักท่องเที่ยวคุณภาพ สร้างตลาดนักท่องเที่ยวกลุ่มใหม่ได้หลากหลาย อาทิ กลุ่มนักท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้มวยไทย มีทั้งกลุ่มที่มาเรียนเพื่อเป็นนักกีฬา เพื่อสุขภาพและการออกกำลังกายเพื่อเรียนรู้วัฒนธรรมไทย เพื่อกิจกรรมนันทนาการ เพื่อสุนทรียศาสตร์ทางด้านดนตรี เป็นต้น

จากการศึกษาวิจัยโครงการมวยไทย: นวัตกรรมเชิงพาณิชย์นอกฤดูการท่องเที่ยวพื้นที่อันดามัน รายาศิต เต็งกูสุลัยมาน วรรณา พิทักษ์ศานต์ และกานตินุช สถิรมนัส (Raja Syed Tengku Sulaiman, Wanna Pitaksan, and Kantinut Satiramanus 2011, abstract) พบว่า พื้นที่อันดามันมีปัญหาในการดำเนินธุรกิจเกี่ยวกับมวยไทยเพื่อการท่องเที่ยวระดับมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาเกี่ยวกับคู่แข่งทางธุรกิจที่มีจำนวนมาก ค่าเช่าที่ดินและอุปกรณ์สิ่งก่อสร้างราคาแพง บุคลากรขาดทักษะการใช้ภาษาอังกฤษและภาษาที่จำเป็น การขอวีซ่านักท่องเที่ยว มัคคุเทศก์ขาดความรู้สำหรับเล่าเรื่องมวยประกอบการนำเที่ยว และการกำหนดราคาไม่เป็นมาตรฐานเดียวกัน นอกจากลักษณะดังกล่าวแล้ว ค่ายมวย ผู้จัดทำหลักสูตร ครูมวยยังขาดทักษะ ความรู้ และทราบปัจจัยที่จะส่งผลต่อความสำเร็จในการมาฝึกมวยไทยของนักท่องเที่ยวต่างประเทศ ความปลอดภัยของนักท่องเที่ยว ข้อมูลพื้นฐานด้านความต้องการในการรองรับจำนวนนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะสิ่งอำนวยความสะดวก การจัดหลักสูตร การจัดสภาพการจัดการเรียนการสอนที่สอดรับกับสภาพและความต้องการของนักท่องเที่ยวที่จะนำมาใช้ประกอบการส่งเสริมสนับสนุนนโยบายการใช้มวยไทยส่งเสริมการท่องเที่ยวของประเทศ

จากสภาพปัญหาดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยซึ่งเป็นบุคลากรในหน่วยงานของวิทยาลัยมวยไทยศึกษาและการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง จึงศึกษาศักยภาพของค่ายมวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มาเรียนมวยไทยเพื่อนำข้อมูลเสนอให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้นำไปใช้วางนโยบายในการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวต่อไป

วัตถุประสงค์

1. ศึกษาปัญหาและอุปสรรคของค่ายมวยไทยในการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ

2. ศึกษาศักยภาพของค่ายมวยไทยในการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ

ขอบเขตของการวิจัย

การดำเนินงานวิจัยครั้งนี้กำหนดขอบเขตของการศึกษาในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านเนื้อหาสาระ

ศักยภาพค่ายมวยไทยในการใช้มวยไทยส่งเสริมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ

2. ด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มาเรียนมวยไทยในค่ายมวยไทยทั่วทุกภาคของประเทศไทยระหว่างเดือนพฤษภาคม-กรกฎาคม พ.ศ. 2560

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ภูมิภาคต่าง ๆ ที่เป็นที่ตั้งของค่ายมวยไทยประกอบด้วย ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออก ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ และกรุงเทพมหานคร

ตัวแปรตาม ได้แก่ ศักยภาพในการใช้มวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว

สมมุติฐานการวิจัย

ศักยภาพ ในการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกีฬาโดยใช้ศิลปะการต่อสู้มวยสุวรรณภูมิในภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ กลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มาเรียนมวยในประเทศไทย โดยมีเงื่อนไขในการพิจารณาเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1.1 เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

1. สามารถสื่อสารเข้าใจความหมาย ฟัง พูด อ่าน เขียน ภาษาอังกฤษหรือภาษาจีนได้
2. เข้าร่วมกิจกรรมโดยความสมัครใจ

1.2 เกณฑ์การคัดเลือกค่ายมวย

1. เป็นค่ายมวยที่รองรับนักเที่ยวชาวต่างชาติ
2. เข้าร่วมกิจกรรมโดยความสมัครใจ

2. กลุ่มตัวอย่าง

2.1 การคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง

คำนวณจากประชากรกลุ่มนักเที่ยวชาวต่างชาติที่มาเรียนมวยในประเทศไทย เนื่องจากยังไม่เคยมีการเก็บข้อมูลสถิตินักท่องเที่ยวอย่างเป็นทางการ และข้อมูลประชากรมีลักษณะไม่จำกัดจำนวน (Infinite Population) ดังนั้นการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จึงใช้สูตรการคำนวณ โดยกำหนดจากค่าเปอร์เซ็นต์ที่ต้องการสุ่มจากประชากรทั้งหมดตามสูตรของธานินทร์ ศิลป์จารุ (Thanin Slipjaru, 2011) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 449 คน

2.2 วิธีการสุ่มตัวอย่าง

ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) จากนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มาเรียนมวยในค่ายมวยในประเทศไทย ซึ่งแบ่งขั้นตอนการสุ่มได้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ทำการสำรวจค่ายมวยในประเทศไทยในภูมิภาคต่าง ๆ

ขั้นตอนที่ 2 ทำการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster sampling) ตามภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศ

ขั้นตอนที่ 3 ทำการสุ่มผู้ตอบแบบสอบถามโดยใช้วิธีการสุ่มแบบบังเอิญพบ (Accidental sampling) และเทียบบัญญัติไตรยางศ์จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามในแต่ละภูมิภาค

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีทั้งแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ โดยมีวิธีการดังต่อไปนี้

3.1 แบบสอบถาม เป็นแบบสอบถาม มีทั้งหมด 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย สถานภาพทั่วไป ดังนี้ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ประเทศที่อยู่อาศัย ทวีปที่อยู่อาศัย และพฤติกรรมของนักท่องเที่ยว

ส่วนที่ 2 ศักยภาพของค่ายมวย ประกอบด้วย ด้านความสะดวกในการเข้าถึง จำนวน 5 ข้อ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำนวน 9 ข้อ ด้านคุณค่า ชื่อเสียง สิ่งดึงดูด จำนวน 8 ข้อ ด้านการตลาด จำนวน 10 ข้อ ด้านการบริหารจัดการ จำนวน 12 ข้อ รวมทั้งหมด 44 ข้อ โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบได้ 1 ตัวเลือกจากทั้งหมด 5 ตัวเลือก ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องชัดเจนตรงตามเนื้อหา ครอบคลุมเนื้อหาตามกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของงานวิจัย และความเข้าใจของภาษาที่ใช้ในแต่ละข้อคำถาม ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร. โยธิน แสวงดี อาจารย์ ดร.อดิษฐ์ ชัยรัตนานนท์ อาจารย์ ดร.วรยุทธ์ ทิพย์เที่ยงแท้ นางสาวยุวดี นิรัตน์ตระกูล และอาจารย์ ดร.วิวัฒน์ วรวงษ์ โดยการประเมินค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ (Item Objective Congruence Index: IOC) เลือกใช้ข้อคำถามรายข้อที่มีค่า IOC เท่ากับ 1

การทดสอบความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) ทดสอบเครื่องมือโดยการนำไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มนักท่องเที่ยวที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน จากนั้นนำไปวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นในด้านศักยภาพโดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์ แอลฟ่าของครอนบาซ (Cronbach’s Alpha Coefficient) ซึ่งค่าความเชื่อมั่นได้เท่ากับ 0.91

3.2 แบบสัมภาษณ์ เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ซึ่งผ่านการตรวจสอบเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย รองศาสตราจารย์ ดร. โยธิน แสวงดี อาจารย์ ดร. อดิษฐ์ ชัยรัตนานนท์ อาจารย์ ดร. วรยุทธ์ ทิพย์เที่ยงแท้ นางสาวยุวดี นิรัตน์ตระกูล และอาจารย์ ดร. วิวัฒน์ วรวงษ์ โดยสัมภาษณ์จากผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับมวยไทยและการท่องเที่ยว จำนวน 30 คน ในเนื้อหาประกอบด้วย ศักยภาพปัจจัยด้านการผลิต ด้านอุปสงค์หรือด้านการตลาด ด้านยุทธศาสตร์โครงสร้างกลยุทธ์และบริบทการแข่งขัน ด้านอุตสาหกรรมเกี่ยวเนื่องและสนับสนุน และบทบาทภาครัฐ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีรายละเอียดในการเลือกใช้สถิติ ดังนี้

4.1 ข้อมูลเชิงปริมาณใช้การวิเคราะห์ความถี่ (frequency) ร้อยละ (percentage) ในข้อมูลที่เกี่ยวกับคุณลักษณะทั่วไป และใช้การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (mean) ของข้อมูลที่แสดงความต้องการ พฤติกรรม ศักยภาพของค่ายมวย ใช้การทดสอบความแปรปรวน (f-test) ทดสอบค่าเฉลี่ยของศักยภาพของค่ายมวยในประเทศไทยตามภูมิภาคต่าง ๆ ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์

4.2 ข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกโดยใช้คำถามปลายเปิด (open-ended questions) ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) ไปพร้อม ๆ กับการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผลการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักท่องเที่ยวที่มาเรียนมวยในประเทศไทย พบว่า เป็นเพศชายร้อยละ 57.24 เพศหญิง ร้อยละ 42.76 มีอายุระหว่าง 30-34 ปี ร้อยละ 28.95 รองลงมา คือ อายุ 25-29 ปี ร้อยละ 22.94 มีอาชีพพนักงานเอกชน/ลูกจ้างเอกชนมากที่สุด ร้อยละ 32.07 รองลงมา คือ เจ้าหน้าที่รัฐ/รัฐวิสาหกิจ 29.85 ตามลำดับ มาจากทวีปเอเชียมากที่สุด ร้อยละ 38.98 รองลงมา คือ ยุโรป ร้อยละ 36.53 ส่วนใหญ่เดินทางมาจากประเทศสหรัฐอเมริกา ร้อยละ 12.47 รองลงมา คือ จีน ร้อยละ 9.58 ตามลำดับ มีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่า $10,000 ร้อยละ 42.09 รองลงมาคือ อยู่ระหว่าง $10,000-$20,000 ต่อเดือน ร้อยละ 24.94

การวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวที่มาเรียนมวยในประเทศไทย พบว่า ลักษณะการเดินทางของนักท่องเที่ยวที่มาเรียนมวยส่วนใหญ่เดินทางคนเดียว ร้อยละ 45.21 รองลงมา คือ เดินทางมากับกลุ่มเพื่อน ร้อยละ 28.73 ยานพาหนะที่ใช้ระหว่างพำนักในประเทศไทยส่วนใหญ่ใช้รถเช่า/รถตู้ ร้อยละ 27.17 รองลงมาคือ รถโดยสารประจำทาง ร้อยละ23.60 ได้รับข้อมูลข่าวสารจาก เฟซบุ๊กมากที่สุด ร้อยละ 40.09 รองลงมาคือ เพื่อน/ญาติและบุคคลอื่น ๆ ร้อยละ 31.58 สถานที่พักในประเทศไทย พบว่า พักในโรงแรมมากที่สุด ร้อยละ 39.42 รองลงมาคือ ค่ายมวย/ยิมมวย ร้อยละ 20.29 โดยราคาที่พักในประเทศไทย ส่วนใหญ่พักราคาคืนละ 501-1,000 บาท ร้อยละ 33.18 รองลงมา คือ ต่ำกว่า 500 บาทต่อคืน ร้อยละ 29.62 ค่าใช้จ่ายทั้งหมดในระหว่างที่เรียนมวยอยู่ประเทศไทย พบว่า ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายน้อยกว่า 1,000$ ร้อยละ 34.74 รองลงมา คือ ระหว่าง 1,001$-2,000$ ร้อยละ 20.17 ความถี่ในการเดินทางมาทำกิจกรรมมวยต่อปีพบว่าเดินทางมาเรียนมวย จำนวน 2-3 ครั้งต่อปี ร้อยละ 36.97 รองลงมา คือ เดินทางมาเรียนจำนวน 1 ครั้งต่อปี ร้อยละ 22.94

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศักยภาพค่ายมวยในประเทศไทยจำแนกตามภูมิภาค ดังตารางที่ 1-3

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของศักยภาพค่ายมวยในประเทศไทยจำแนกตามภูมิภาค

ภูมิภาค	$\overline{X}$	S.D.	F	Sig
1. กรุงเทพมหานคร	4.25	0.42		
2. ภาคตะวันออก	4.24	0.50		
3. ภาคใต้	4.18	0.45	2.696	0.021*
4. ภาคกลาง	4.15	0.51		
5. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	3.98	0.59		
6. ภาคเหนือ	4.11	0.58		
รวม	**4.16**	**0.51**		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยของศักยภาพค่ายมวยในประเทศไทยเรียงลำดับจากมากไปน้อย คือ กรุงเทพมหานคร (($\overline{X}$=4.25) ภาคตะวันออก ($\overline{X}$=4.24) ภาคใต้ ($\overline{X}$=4.18) ภาคกลาง ($\overline{X}$=4.15) ภาคเหนือ (($\overline{X}$=4.11) และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ($\overline{X}$=4.01) เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของศักยภาพค่ายมวยในประเทศ

ไทยจำแนกตามภูมิภาค พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (F=2.696; p=<0.021)

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบรายคู่ ของศักยภาพค่ายมวยในประเทศไทยจำแนกตามภูมิภาค

ภูมิภาค	$\bar{x}$	1	2	3	4	5	6
		4.25	4.24	4.18	4.15	4.01	4.11
1. กรุงเทพมหานคร	4.25		-	-	-	-	-
2. ภาคตะวันออก	4.24	0.02		-	-	-	-
3. ภาคใต้	4.18	0.08	0.06		-	-	-
4. ภาคกลาง	4.15	0.13* (.016)	0.12	0.03		-	-
5. ภาค ตะวันออกเฉียงเหนือ	4.01	0.24* (.003)	0.23* (.023)	0.20	0.17		-
6. ภาคเหนือ	4.11	0.14* (.020)	0.13	0.07	0.04	-0.13	

หมายเหตุ ตัวเลขในวงเล็บ คือ ค่า p-value

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 2 เมื่อพิจารณาความแตกต่างเป็นรายคู่ พบว่า กรุงเทพมหานครมีศักยภาพค่ายมวยแตกต่างกับภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และภาคตะวันออกมีศักยภาพค่ายมวยแตกต่างกับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภาคอื่น ๆ ไม่พบความแตกต่างกัน

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบเกณฑ์ในการบ่งชี้ศักยภาพรายด้านของค่ายมวยในภูมิภาคต่าง ๆ

ภูมิภาค / เกณฑ์ในการบงชี้ศักยภาพ	กรุงเทพมหานคร			ภาคตะวันออก			ภาคใต้			ภาคกลาง			ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ			ภาคเหนือ			รวม		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับศักยภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับศักยภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับศักยภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับศักยภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับศักยภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับศักยภาพ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับศักยภาพ
ด้านความสะดวก ในการเข้าถึงค่ายมวย	4.18	0.49	มาก	4.08	0.58	มาก	4.07	0.58	มาก	4.16	0.54	มาก	4.20	0.62	มาก	4.23	0.59	มากที่สุด	4.16	0.57	มาก
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	4.20	0.49	มาก	4.22	0.49	มากที่สุด	4.12	0.51	มาก	4.11	0.47	มาก	3.84	0.55	มาก	4.34	0.59	มากที่สุด	4.14	0.51	มาก
ด้านคุณค่า ชื่อเสียง สิ่งดึงดูด	4.42	0.35	มากที่สุด	4.46	0.42	มากที่สุด	4.42	0.44	มากที่สุด	4.24	0.46	มากที่สุด	4.21	0.55	มากที่สุด	4.11	0.69	มาก	4.28	0.61	มากที่สุด
ด้านการตลาด	4.39	0.35	ปานกลาง	4.25	0.54	มากที่สุด	4.21	0.58	มากที่สุด	4.16	0.53	มาก	3.97	0.62	มาก	4.14	0.55	มาก	4.19	0.53	มาก
ด้านการบริหารจัดการ	4.31	0.40	ปานกลาง	4.15	0.50	มาก	4.06	0.55	มาก	4.07	0.55	มาก	3.81	0.65	มาก	4.03	0.65	มาก	4.07	0.55	มาก
รวม	4.25	0.42	มากที่สุด	4.24	0.50	มากที่สุด	4.18	0.45	มาก	4.15	0.51	มาก	3.98	0.59	มาก	4.11	0.58	มาก	4.17	0.55	มาก

จากตารางที่ 3 เมื่อเปรียบเทียบศักยภาพรายด้านของค่ายมวยในภูมิภาคต่าง ๆ พบว่า ภาคตะวันออก ภาคใต้ กรุงเทพมหานคร ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีศักยภาพสูงสุดในด้านคุณค่า ชื่อเสียง สิ่งดึงดูด อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$=4.46, 4.42, 4.42, 4.24 และ 4.21 ตามลำดับ) สวนภาคเหนือมีศักยภาพสูงสุดในด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$=4.34)

การวิเคราะห์ศักยภาพของค่ายมวยในประเทศไทย ผลการวิจัยมีดังนี้

1. ด้านปัจจัยการผลิต (Factor Condition) ความมีเสน่ห์ดึงดูดใจของมวยไทย มีท่วงท่าลีล่าการร่ายรำงดงาม อ่อนช้อยประทับใจแก่ผู้เรียน ความเป็นเอกลักษณ์ด้านวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ ที่ตั้งค่ายมวยเป็นจุดเด่นด้านภูมิศาสตร์เป็นศูนย์กลางในการเชื่อมโยงกับประเทศต่าง ๆ เทรนด้านสุขภาพมาแรง นักธุรกิจเปิดฟิตเนสควบคู่กับการสอนมวยไทย สินค้าและบริการที่หลากหลาย ช่องทางในการนำเสนอค่ายมวยมีหลายช่องทาง เดินทางมาค่ายมวยสะดวก การบริการที่พัก กิจกรรมมีความหลากหลาย มีสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้สอนเอาใจใส่ผู้เรียนเป็นอย่างดีเหมือนญาติมิตร และมีการสร้างความมั่นใจ

2. ปัจจัยด้านอุปสงค์หรือด้านการตลาด (Demand Conditions) อุปทานของค่ายมวยมีความพร้อมอาทิ สถานที่และอุปกรณ์ สื่อออนไลน์ การมีส่วนร่วม มีการจัดเตรียมหลักสูตรประสบการณ์ขณะมาเรียนมวยไทย การสร้างมูลค่า ความพอใจคุณภาพด้านบริการสุขภาพเป็นสำคัญ

3. ปัจจัยด้านยุทธศาสตร์ โครงสร้าง กลยุทธ์และบริบทการแข่งขัน (Strategy and Rivalry Context) การบริหารจัดการธุรกิจเกือบทุกค่ายมีการบริหารจัดการเชิงธุรกิจและมีธุรกิจร่วมลงทุน การไม่เน้นกำไร รักษาลูกค้าเดิมและเพิ่มลูกค้าใหม่ การทำกิจกรรมร่วมกับชุมชน การสร้างเครือข่าย การใช้ซุปเปอร์สตาร์ กิจกรรมท่องเที่ยวครบวงจร การใช้จุดเด่นคงเดิม การตอบสนองลูกค้า รูปธรรมในการให้บริการ การใช้แหล่งท่องเที่ยวสร้างจุดขาย การเสริมโปรโมชั่น การลงทุนร่วมกับภาคเอกชน

4. ปัจจัยด้านอุตสาหกรรมเกี่ยวเนื่องและสนับสนุน (Related and Support) การเกิดขึ้นของค่ายมวยเป็นธุรกิจตัวใหม่ที่น่าสนใจ เพื่อรองรับนักท่องเที่ยว โรงแรมที่พักมีความเพียงพอในแต่ละภูมิภาค ร้านอาหาร อุปกรณ์และสินค้าหลัก และอุตสาหกรรมเกี่ยวกับมวยไทยและสินค้ารอง เช่น ของฝาก ที่ระลึกหรือซูวีเนีย สถานบันเทิง ห้างสรรพสินค้า สถานที่ท่องเที่ยว กิจกรรมท่องเที่ยวร่วมด้วยภาพยนตร์และสื่อเกี่ยวกับมวยไทย การรักษาความปลอดภัย

5. บทบาทภาครัฐ (Government) สำนักงานคณะกรรมการกีฬามวย การกีฬาแห่งประเทศไทย ปัจจุบันยังไม่สามารถประสานงานกับการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา กระทรวงการต่างประเทศ และหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องได้อย่างเป็นระบบมากนัก โดยปัญหาอุปสรรค ได้แก่ 1) ปัญหาการต่ออายุการลงตราประทับพักภายในประเทศในการขยายเวลาเรียนมวย 2) ปัญหาครูฝึกมวยในค่ายที่มักอยู่สอนได้ไม่นาน 3) ปัญหาการขยายพื้นที่ในการรองรับนักท่องเที่ยว และ 4) ปัญหาส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนบ้านในระหว่างฝึกซ้อมมวย

สรุปผลการวิจัย

1. ศักยภาพของค่ายมวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวต่างชาติ อยู่ในระดับมาก ($\bar{x}$= 4.18) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านสูงสุด คือ ด้านคุณค่า ชื่อเสียงและสิ่งดึงดูด ($\bar{x}$=4.28) และรอง ๆ ลงไปดังนี้ ด้านการตลาด ($\bar{x}$=4.21) ด้านความสะดวกในการเข้าถึงสนามแข่งขันมวย ($\bar{x}$=4.17) ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ($\bar{x}$=4.17) และด้านการบริหารจัดการ ($\bar{x}$=4.11)

2. ผลการทดสอบความแตกต่างของศักยภาพแต่ละภูมิภาคพบว่า

2.1 ในภาพรวมกรุงเทพมหานครมีความแตกต่างกับภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ภาคตะวันออกมีความแตกต่างจากภาคตะวันออกเฉียงเหนืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภาคอื่น ๆ ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 การศึกษารายด้านพบว่า ภาคตะวันออก ภาคใต้ กรุงเทพมหานคร ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีศักยภาพสูงสุดในด้านคุณค่า ชื่อเสียง สิ่งดึงดูด อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$=4.46, 4.42, 4.42, 4.24

และ 4.21 ตามลำดับ) สวนภาคเหนือมีศักยภาพสูงสุดในด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$=4.34)

3. ศักยภาพของค่ายมวยไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวมีจุดแข็งหรือจุดเด่นมากกว่าจุดด้อย รวมทั้งมีปัญหาและอุปสรรคไม่มาก ส่วนใหญ่เป็นเรื่องการขอต่อหนังสือลงตราพำนักในประเทศไทย ครูมวยไทยมักอยู่สอนไม่นาน การขยายพื้นที่สำหรับบริการนักท่องเที่ยวที่มีจำกัด และปัญหาการส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนบ้านในขณะเรียน

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาและอุปสรรคที่พบในค่ายมวยส่วนใหญ่นั้นเกิดจากการต่ออายุหนังสือตราพำนักในประเทศไทยเพื่ออยู่เรียนมวยไทย ปัญหาของผู้ฝึกมวยที่อยู่สอนได้ไม่นาน และมีพื้นที่ที่มีจำกัดในการฝึกซ้อมมวย ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นปัญหาที่จะต้องมุ่งเน้นในการพัฒนาศักยภาพการบริหารค่ายมวยไทยให้สามารถรองรับในความต้องการและเป็นสิ่งดึงดูดใจของสินค้าและบริการมวยไทยซึ่งเป็นจุดแข็งในการประชาสัมพันธ์ส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงกีฬา

ผลการวิจัยที่พบว่า ค่ายมวยไทยทั่วประเทศมีศักยภาพในระดับมาก ($\bar{x}$=4.15) นั้น อาจเป็นเพราะว่าค่ายมวยไทยมีประสบการณ์ในด้านมวยไทย บางคนเป็นนักมวยเก่ามาก่อน แต่บางคนมีความรู้ด้านการบริหารจัดการธุรกิจ สอดคล้องกับการที่ประเทศไทยมีนโยบายการส่งเสริมการท่องเที่ยววิถีไทย เป็นวิสัยทัศน์ของแผนพัฒนาการท่องเที่ยวแห่งชาติ (พ.ศ. 2560-2564) ในขณะที่มวยไทยถือเป็นผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยวที่ได้รับความนิยมอย่างมากจากนักท่องเที่ยว เพราะเป็นการเรียนรู้ศิลปวัฒนธรรมที่สอดคล้องกับการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ โดยใช้วัฒนธรรมมวยไทย และงานวิจัยดังกล่าวยังพบว่า ผู้เรียนมวยไทยที่เป็นชาวต่างชาติมีความคาดหวังมากต่อการเรียนรู้มวยไทยในประเทศไทย สอดคล้องกับ เตชิตา ไชยอ่อน; ชาญชัย ยมดิษฐ์, บารมี ชูชัย, รุ่งนภา สิงห์สถิตย์, นัฐกร สุขเสริม และ กวิตาภัทร มงคลนำ (Techita Chai-on, 2014, p. 61; Chanchai Yomdit, Baramee Choochai, Rungnapa Singsatit, Nattakon Sukserm, and Kawitapaht Mongkamnum, 2017, p.233) ที่พบว่า ชาวต่างชาติมีความคาดหวังต่อปัจจัยทางการตลาดมวยไทยอยู่ในระดับสูง และในด้านสินค้าและบริการในภาพรวมอยู่ในระดับสูง คือ มีโปรแกรมหลากหลายการฝึกให้เลือก เช่น มวยไทยอาชีพ มวยโบราณ มวยไทยเพื่อสุขภาพ และมวยไทยเพื่อป้องกันตัว รองลงมามีความคาดหวังต่ออุปกรณ์กีฬามวยไทยที่มีคุณภาพและมาตรฐาน มีโปรแกรมการชกบนเวทีจริง รวมทั้งสถานที่ฝึกมีความทันสมัยสะดวกสบายและมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบวงจร ดังนั้น จึงทำให้ศักยภาพด้านคุณค่า ชื่อเสียง และสิ่งดึงดูดใจของสินค้าและบริการมวยไทยมีศักยภาพเป็นลำดับแรก

จากผลการวิจัยที่พบว่า ตัวมวยไทยเป็นสินค้าและบริการที่ดึงดูดใจ การใช้กลยุทธ์การสร้างธุรกิจค่ายมวยไทย การพัฒนาการตลาด จัดหาอุตสาหกรรมที่เกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงสนับสนุน และการปรับปรุงบทบาทของภาครัฐในการส่งเสริมและสนับสนุนนั้น สอดคล้องกับการวิจัยของ แกมมอน และ โรบินสัน (Gammon & Robinson, 2003, Abstracts) ที่พบว่า ควรกำหนดประเด็นต่าง ๆ เพื่อประสานงานการตลาด กิจกรรมและแพ็กเกจต่าง ๆ ที่สอดคล้องกับความต้องการที่เปลี่ยนแปลง และแรงจูงใจของนักท่องเที่ยว รูปแบบในการจำแนกผู้บริโภคที่แสดงถึงความหลากหลายของการท่องเที่ยวทางการกีฬาให้เห็นว่า มีความต้องการสิ่งใหม่ ๆ และตื่นเต้นท้าทาย โดยเฉพาะการท่องเที่ยวเชิงกีฬามีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ และสามารถสร้างโอกาสอันยิ่งใหญ่ โดยใช้มวยไทยบูรณาการกับโอกาสของแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ เช่น สถานที่ทางประวัติศาสตร์ การบำบัดรักษา แหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ เป็นต้น (Abolfazl, Namin & Niknom, 2012, pp. 895-902) ซึ่งประชาชนยังไม่ตระหนักถึงสถานที่เหล่านี้ โดยภาครัฐควรใช้ความพยายามสร้างโอกาสเหล่านี้ให้มากขึ้น

สอดคล้องกับ คมสิทธิ์ เทียนวัฒนา สุจิตรา สุคนธทรัพย์ และวิภาวดี ลี้มิ่งสวัสดิ์ (Komsit Kieanwatana, Suchitra Sukonthasab, and Wipavadee Leemingsawat, 2018 p. 167) ที่ศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในระหว่างการท่องเที่ยว คือ ราคาเหมาะสมกับบริการส่งเสริมสุขภาพและความมั่นใจในความรู้ความสามารถของบุคคลผู้ให้บริการ รูปแบบการท่องเที่ยวนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติต้องการมากที่สุดในการมาท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในประเทศไทย คือ การเดินทางท่องเที่ยวด้วยตนเอง โดยมีบรรยากาศของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ และทรัพยากรทางธรรมชาติเป็นแรงจูงใจหลัก สอดคล้องกับ ดิฏฐชัย จันทร์คุณา (Dittachai Chankuna, 2018, p. 70) ที่ศึกษารูปแบบปัจจัยของฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิผลในกรุงเทพมหานคร และปริมณฑลพบว่า ปัจจัยที่มีความสำคัญมากสำหรับการจัดการฟิตเนสเซ็นเตอร์ที่มีประสิทธิภาพมี 8 ปัจจัย ได้แก่ กลยุทธ์การตลาด พฤติกรรมผู้บริโภค การบริหารงานบุคคล ลูกค้าสัมพันธ์ การบริการและผลิตภัณฑ์ การพัฒนาองค์กร เส้นทางอาชีพ และการวางแผนและจัดองค์กร นอกจากนี้ผลการศึกษารูปแบบการพัฒนาประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในเอเชีย พบว่า ศูนย์การบริหารจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ประกอบด้วยหน่วยงานหลัก 4 หน่วยงาน คือ หน่วยจัดประชาสัมพันธ์และส่งเสริมการตลาดหน่วยส่งเสริมผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ หน่วยประสานงานเครือข่ายภาครัฐและเอกชน และหน่วยพัฒนาเครือข่ายความร่วมมือระหว่างประเทศ แต่ละหน่วยงานจัดตั้งขึ้นต้องทำงานสอดคล้องไปด้วยกันเพื่อให้การผลักดันเครือข่ายทั้งหมดที่เกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพได้ขับเคลื่อนพร้อมกัน (Kingkanok Saowapawong, Rattana Panriansaen, and Sombat Kamjanakit, 2018, p. 196)

การใช้ศักยภาพและโอกาสของมวยไทยช่วยให้การท่องเที่ยวเติบโตขึ้น เพราะดังผลวิจัยของ ทานธ์ (Thanh, 2017, Abstract) ที่พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างกีฬาและการท่องเที่ยวเป็นสิ่งที่อยู่ร่วมกันในโลกสมัยใหม่ กีฬาช่วยให้การท่องเที่ยวเติบโตขึ้นในบางช่วงเวลา จากศักยภาพและโอกาสนำไปสู่การกำหนดแนวทางการใช้ศิลปะการต่อสู้มวยไทยส่งเสริมการท่องเที่ยว โดยนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่สนใจมวยไทยสามารถแบ่งกลุ่มโดยใช้เกณฑ์ความต้องการเรียนรู้ แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม (Chanchai Yomdit, Baramee Choochai, Rungnapa Singsatit, Nattakon Sukserm, and Kawitapaht Mongkamnum, 2017, p. 231-232) ได้แก่ กลุ่มสนใจเรียนรู้ตั้งใจมาเพื่อเรียนรู้มวยไทยจริง ๆ กลุ่มมองหาประสบการณ์ชีวิต และกลุ่มชมและเชียร์ ทำให้มุ่งส่งเสริมการท่องเที่ยวไปยังกลุ่มนักท่องเที่ยวแต่ละกลุ่มได้เหมาะสม ซึ่งค่ายมวยไทยเป็นคำตอบให้นักท่องเที่ยวกลุ่มต่าง ๆ

ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย

1. กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ควรนำผลการวิจัยครั้งนี้ที่พบว่าศักยภาพและโอกาสด้านคุณค่า ชื่อเสียง และสิ่งดึงดูดใจของสินค้าและบริการมวยไทย เป็นจุดแข็งในการประชาสัมพันธ์ส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงกีฬา

2. กระทรวงการต่างประเทศ ควรนำผลการวิจัยครั้งนี้ที่พบว่า การขอต่อหนังสือลงตราพำนักในประเทศไทยส่งผลต่อการมาท่องเที่ยวเพื่อเรียนมวยไทยของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติไปแก้ไข

3. มุ่งเน้นและศึกษาศักยภาพของค่ายมวยไทยในมีประสิทธิภาพ เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการส่งเสริมการท่องเที่ยวได้อย่างดี

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษารูปแบบการบริหารจัดการค่ายมวยไทยสำหรับชาวต่างชาติที่มีประสิทธิผล
2. ควรมีการศึกษาต้นแบบค่ายมวยไทยเพื่อการท่องเที่ยว

References

Abolfazl, A., Namin, T. & Niknam, K. (2012). Sports tourism and new opportunities in developing countries: A case study of sport tourism in the province of Ardebil. *Management Science Letters, 2*(2012), 895–902.

Chanchai Yomdit, Baramee Choochai, Rungnapa Singsatit, Nattakon Sukserm, and Kawitapaht Mongkamnum. (2017). *Subproject one Thailand's Tourism Strategy in using Muaythai to Promote Tourism among Foreign Tourist.* Ratchaburi: Muban Chombueng Rajabhat University.

Dittachai Chankuna. (2018). Confirmatory factor analysis of effective fitness centers in Bangkok Metropolitan Region. *Journal of Academic Journal Institute of Physical Education, 10*(1), 65-76.

Gammon, S. & Robinson, T. (2003). Sport and tourism: A conceptual framework. *Journal of Sport & Tourism, 8*(1)**,** 21-26.

Kingkanok Saowapawong, Rattana Panriansaen, and Sombat Kamjanakit. (2018). A Development model of Thailand to become the health tourism centre of Asia. *Journal Academic Institute of Physical Education, 10*(1), 191- 200.

Komsit Kieanwatana, Suchitra Sukonthasab, and Wipavadee Leemingsawat. (2018). Situations, needs and trends of health tourism model In Thailand. *Journal Academic Institute of Physical Education, 10*(1), 167-177.

Raja Syed Tengku Sulaiman, Wanna Pitaksan, and Kantinut Satiramanus. (2011). *Full Research Reports Muay Thai: A Green Season Commercial Innovation on the Andaman Area.* Bangkok: The Thailand Research Fund.

Royal Academy. (2013). *Royal Institute Dictionary, Thursday 5 February 2011 in honor of His Majesty the King on the occasion of the auspicious ceremonies around December 5, 2011.* Bangkok: Sirivatana Interprint.

Techita Chai-on. (2014). *Expectations of foreign customers toward quality service of Muaythai camps.* (Master's thesis). Silpakorn University.

Thanh, L., Q. (2017). A study on the status of sport tourism development in Vietnam. *Journal of Sports Science, 5(2017)*, 219-226.

Thanin Slinjaru. (2011). *Research and Data Analysis Guide with SPSS***.** Nonthaburi: NIDA Printing.

Received : 1 October, 2018
Revised : 27 October, 2018
Accepted : 11 November, 2019

การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของแบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬาในนักกีฬาไทย

ธิรตา ภาสะวณิช
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการศึกษาเป็นการทดสอบองค์ประกอบของสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬาในนักกีฬาไทย โดยใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาไทยที่ได้รับบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา และได้ขึ้นทะเบียนกับการกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 248 คน เพศชาย จำนวน 162 คน และเพศหญิง จำนวน 86 คน ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 18 - 21 ปี จาก 23 ชนิดกีฬา ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ให้ได้มาซึ่งนักกีฬาที่ได้รับการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ 1) โปรแกรมการจินตภาพความอบอุ่น (Bhasavanija & Kuan, 2017) และ 2) แบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา ที่มีความเชื่อมั่นภายในของแบบประเมินทั้งฉบับ (Intraclass Correlation Cronbach's Alpha) ที่ 0.81 และทำการทดสอบซ้ำ (test – retest Reliability) ระยะเวลาห่างกัน 7 วัน ด้วยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ได้เท่ากับ r = 0.69 ได้พัฒนามาจากแบบประเมินสภาวะกายและจิตใจทางการกีฬา (the Physical and Psychological State Measure in Sports: PPSMS) (Bhasavanija, et al., 2015) ประกอบไปด้วย 5 องค์ประกอบ 18 ตัววัด คือ คุณภาพชีวิต ความเชื่อมั่น ความวิตกกังวล การรับรู้ความรู้สึกปวด และการรับรู้การเกร็งของกล้ามเนื้อ

ผลการศึกษา พบว่า องค์ประกอบที่ 1 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 14, 18, 17, 15, 16 และ 13 รวม 6 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.60 ถึง 0.81 มีค่าไอเกนเท่ากับ 4.38 ซึ่งเป็น ความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะนี้, การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะได้รับการรักษา, การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะนี้, ความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะได้รับการรักษา, การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะเล่นกีฬา และความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะเล่นกีฬา จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า การรับรู้

องค์ประกอบที่ 2 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 9, 11, 12 และ 10 รวม 4 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.64 ถึง 0.77 มีค่าไอเกนเท่ากับ 3.43 ซึ่งเป็น มั่นใจว่าสามารถเผชิญเกมการแข่งขันได้, เชื่อว่าสามารถปฏิบัติทักษะกีฬาได้, เชื่อในประสิทธิภาพของร่างกายและจิตใจ และมั่นใจว่าสามารถเข้าร่วมในการแข่งขันได้ จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความเชื่อมั่น

องค์ประกอบที่ 3 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 1, 2, 4 และ 3 รวม 4 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.51 ถึง 0.77 มีค่าไอเกนเท่ากับ 1.81 ซึ่งเป็นสามารถฝึกกีฬาได้ตามปกติ, มีความสุขและดำเนินชีวิตได้ตามปกติ, มีกำลังใจในการฝึกซ้อมกีฬา และ ยังได้รับการสนับสนุนจากทีมกีฬา จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า คุณภาพชีวิต

องค์ประกอบที่ 4 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 7 และ 6 รวม 2 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.69 ถึง 0.89 มีค่าไอเกนเท่ากับ 1.37 ซึ่งเป็น เกรงว่าจะทำพลาดในการแข่งขัน และเกรงว่าอาการจะกลับมาขณะแข่งขัน จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความวิตกกังวล (ทางจิตใจ)

องค์ประกอบที่ 5 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 8 และ 5 รวม 2 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.49 ถึง 0.66 มีค่าไอเกนเท่ากับ 1.04 ซึ่งเป็น รู้สึกปวดที่บริเวณต้นคอ และมีอาการนอนไม่หลับ จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความวิตกกังวล (ทางร่างกาย)

คำสำคัญ: การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ การบาดเจ็บทางการกีฬา สภาวะร่างกาย สภาวะจิตใจ

Corresponding Author: รองศาสตราจารย์ ดร.ธิรตา ภาสะวณิช. คณะศึกษาศาสตร์. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
E-mail: tirata.b@rumail.ru.ac.th

AN EXPLORATORY FACTOR ANALYSIS OF THE MEASURE OF PHYSICAL AND PSYCHOLOGICAL STATES FOR SPORT INJURY IN THAI ATHLETES

Tirata Bhasavanija
Faculty of Education. Ramkhamhaeng University

Abstract

The aim of current study was to examine the components of the physical and psychological states for sport injury in Thai athletes by using the Exploratory Factor Analysis Participants were 248 Thai athletes who got sport injured (male = 162, female = 86). Most of them aged between 18 – 21 years old, from 23 sports. Purposive sampling was used to particularly select the sport injured athletes to participate in this study. Equipment used in this study were 1) the warmth imagery program (Bhasavanija & Kuan, 2017), and 2) the Measure of Physical and Psychological States for Sport Injury. The Intraclass Correlation Cronbach's Alpha reliability value was .811 and the apart-7-day test-retest reliability value was .695 analysed by using the Pearson's Product Moment Correlation Coefficient. This measure was developed by the Measure of Physical and Psychological States in Sports: MPPSS, Bhasavanija, Cherathammawat, Chobthamasakul, & Poompin, 2014), consisting of five components and 18 factors (F): Quality of Life, Confidence, Anxiety, Perception of Pain, and Perception of Muscle Tension.

Results were component 1 consisted of six factors (F14, F18, F17, F15, F16, F13). Component weight value ranged from 0.60 to 0.81, and Eigen value was 4.38. This component was named the Perception, as Pain experienced now, Tension experienced during treatment, Tension experienced now, Pain experienced during treatment, Tension experienced during sport, and Pain experienced during sport.

Component 2 consisted of four factors (F9, F11, F12, F10). Component weight value ranged from 0.64 to 0.77, and Eigen value was 3.43. This component was named the Confidence, as Confidence in domination, Belief in performance, Belief in physical and mental capacities, and Confidence in competition.

Component 3 consisted of four factors (F1, F2, F4, F3). Component weight value ranged from 0.51 to 0.77, and Eigen value was 1.81. This component was named the Quality of Life, as being able to practice as usual, still living normally, retained motivation to practice, and still being team empathy.

Component 4 consisted of two factors (F7, F6). Component weight value ranged from 0.69 to 0.89, and Eigen value was 1.37. This component was named the Anxiety (mental), as Fear to be mistaking in a game, and Fear to be unable to play a game.

Component 5 consisted of two factors (F8, F5). Component weight value ranged from 0.49 to 0.66, and Eigen value was 1.04. This component was named the Anxiety (physical), as Neck pain, and sleeping trouble.

Keywords: Exploratory Factor Analysis, Sport Injury, Physical State, Psychological State

Corresponding Author: Assoc. Prof. Tirata Bhasavanija., Ph.D. Faculty of Education. Ramkhamhaeng University.
E-mail: tirata.b@rumail.ru.ac.th

บทนำ

การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis) เป็นการจัดโครงสร้างของข้อมูล ทำให้เห็นภาพของการระบุจำนวน (number of factors) และการจัดรูปแบบขององค์ประกอบ (factor loads in the model) ซึ่งเป็นการทดสอบรูปแบบ (model) ว่าเป็นไปตามสมมติฐานที่ผู้วิจัยกำหนดไว้หรือไม่ (Hu, & Li, 2015) จากการศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บทางการกีฬา ผู้วิจัยได้ค้นพบตัวแปรที่ถูกกล่าวถึงในงานวิจัยทั้งทางด้านการกีฬา และทางการแพทย์ที่หลากหลาย ที่พอจะสรุปได้ คือ ตัวแปรทางด้าน “สภาวะร่างกาย” ประกอบไปด้วย การเกร็งของกล้ามเนื้อขณะบาดเจ็บ (Siepmann, Aykac, Unterdörfer, Petrowski, Mueck-Weymann, 2008) และความรู้สึกปวดบริเวณที่บาดเจ็บ (Brewer, Cornelius, Raalte, Brickner, Tennen, Sklar, Corsetti, & Triolo, 2004) นอกจากนี้ยังพบ ตัวแปรทางด้าน “สภาวะจิตใจ” คือ ความวิตกกังวล (Diaz, Bocanegra, Teixeira, Soares, & Espindola, 2012) คุณภาพชีวิต (Bell, & Thomson, 2007; Smith et al., 2003) และความเชื่อมั่น (Bhasavanija, Cherathammawat, Chobthamasakul, & Poompin, 2014) ทั้งนี้ ในแต่ละตัวแปรยังไม่มีผู้ใดนำมาจัดเป็นโมเดลรูปแบบ และทำการทดสอบสมมติฐาน การศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงขอเสนอโมเดลเพื่อทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ และเพื่อทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันในการศึกษาครั้งต่อไป

ปัจจัยหลักที่เป็นเหตุให้เกิดการบาดเจ็บ ประกอบไปด้วย การเตรียมพร้อม (Warm-up) ของร่างกายก่อนการออกกำลังกาย เทคนิคการเล่นที่ไม่เหมาะสม (Poor technique) ความอ่อนล้าของกล้ามเนื้อ (Muscle fatigue) และการฝึกที่มีความหนักของงานเกินปกติ (Over-training) (Chottidao & Limroongreungrat, 2015) ซึ่งเป็นที่รู้กันดีว่า ประสิทธิภาพในการเล่นกีฬาขึ้นอยู่กับ 4 ปัจจัย คือ เทคนิค กลยุทธ์ ร่างกาย และจิตใจ (Moran, 2004, p.7) ทั้งนี้ “การบาดเจ็บ” ในการกีฬา เป็นปัจจัยทางด้านร่างกายที่นำมาซึ่งผลของอารมณ์ ความสามารถทางด้านร่างกาย และการดำรงชีวิตของนักกีฬาในทางลบ ในทางการแพทย์ยังได้กล่าวไว้ว่า “การบาดเจ็บ” เป็นปัจจัยที่เกิดขึ้นร่วมกับ “ความเจ็บปวด” และ “การเกร็งของกล้ามเนื้อ” (Brewer, Cornelius, Raalte, Brickner, Tennen, Sklar, Corsetti, & Triolo, 2004) ยังรวมไปถึง การทำงานของร่างกาย คุณภาพชีวิต สภาวะที่เกี่ยวกับสุขภาพ (Rohde, Bonder, & Triolo, 2012) และการพัฒนาระบบประสาทกลไก ที่สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ส่วน คือ กายพิสัย และ จิตพิสัย ดังนั้น ปัญหานี้สามารถที่จะเกิดขึ้นกับนักกีฬาประเภทใดก็ได้ และการบาดเจ็บสามารถส่งผลต่อคุณภาพชีวิต การรับรู้ความเจ็บปวด สุขภาพกายและสุขภาพจิต โดยที่งานวิจัยในอดีตยืนยันว่าการบาดเจ็บส่งผลต่อสุขสภาวะและประสิทธิภาพในการเล่นกีฬา (Smith et al., 2003)

ความมีอายุยืน โภชนาการ การออกกำลังกาย การดูแลตนเอง สิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย เป็นปัจจัยหลักของความเป็นอยู่ที่ดี (Well-being) ทั้งนี้ เป้าหมายแรกของการมีความเป็นอยู่ที่ดี คือ การป้องกันโรค เพราะโรคภัยไข้เจ็บสามารถทำให้ “คุณภาพชีวิต” ลดลงได้ (Neuhauser, Disbrow, & Margen, 1995) ในการกีฬา นักกีฬาต้องฝึกอย่างหนัก เพื่อเตรียมตัวสำหรับการแข่งขันที่กำลังจะมาถึง หรือแม้กระทั่งในขณะที่มีแข่งขัน นักกีฬาต้องการที่จะเป็นผู้ชนะจึงสู้สุดกำลังเพื่อที่จะเป็นผู้ชนะ พวกเขาจึงมีโอกาสเสมอที่จะตกอยู่ในสภาวะทางร่างกายที่ย่ำแย่ รวมทั้ง นักกีฬามักตกอยู่ภายใต้สถานการณ์ที่กดดันทั้งในขณะฝึกซ้อมและในสถานการณ์แข่งขัน ย่อมนำไปสู่สภาวะทางจิตใจที่ย่ำแย่เช่นกัน (Tirata Phasawanitch, 2016) จากหลักฐานการวิจัยทางจิตวิทยาการกีฬาจำนวนมาก ได้กล่าวถึง อาการเกร็งของกล้ามเนื้อที่เกิดจากเหตุปัจจัยทางจิต อาทิ 1) ด้านคุณภาพชีวิต (ร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ) 2) ด้านความวิตกกังวล (ร่างกายและจิตใจ) 3) ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง (ความเชื่อมั่นทั่วไป และความเชื่อมั่นเฉพาะอย่าง) 4) ด้านประสิทธิภาพในการ จินตภาพ (ความชัดเจน การควบคุม ระยะเวลา ความง่าย และความเร็วในการสร้างจินตภาพ) และ 5) ด้านแรงจูงใจ (แรงจูงใจภายใน

และแรงจูงใจภายนอก) ทั้งนี้ ปัจจัยทั้งทางจิต และทางกายสามารถส่งผลกระทบโดยตรงต่อการเข้าร่วมในกิจกรรมทางการกีฬา (Bhasavanija, Cherathammawat, Chobthamasakul, & Poompin, 2014)

คำจำกัดความ ของคำว่า “สิ่งที่ทำให้เครียด” คือ “สถานการณ์ที่ยุ่งยาก” มีความเกี่ยวข้องกับสภาวะของการเป็นอยู่ที่ดีทางกายและทางจิตใจ มากไปกว่านี้ ความเครียด รวมทั้งความวิตกกังวล ความเศร้า ความสับสน ความรู้สึกของการถูกครอบงำ และการขาดความช่วยเหลือ ล้วนเกิดจากการตอบสนองทางจิตวิทยาในทางลบต่อสิ่งที่มากระตุ้น หรือต่อความยุ่งยากใด ๆ (Kemeny, 2003) ความเครียดเกิดขึ้นบ่อย ๆ ในช่วงก่อน กับ ช่วงขณะแข่งขัน ซึ่งมีอิทธิพลโดยตรงต่อ “สภาวะทางกายและจิตใจของนักกีฬา” (Diaz, Bocanegra, Teixeira, Soares, & Espindola, 2012) ในทางทฤษฎี “ความเชื่อมั่น” ยังเป็นตัวแปรสำคัญที่เกิดขึ้นผกผันกันกับ “ความวิตกกังวล” ซึ่งเหตุที่เป็นพื้นฐานของความวิตกกังวลประกอบไปด้วย “ลักษณะนิสัย” (Characteristics) ของนักกีฬา และ “ปัจจัยที่เกี่ยวกับสถานการณ์” (Situational factors) การที่นักกีฬาเปลี่ยนสภาวะของจิตใจ จากการมี “สภาวะผ่อนคลาย” เป็น “สภาวะเครียด” นั้นขึ้นอยู่กับ “การรับรู้” (Perception) ของนักกีฬา ที่สามารถเกิดขึ้นได้ 2 ทิศทางด้วยกัน คือ ก) “ปัจจัยด้านร่างกาย” ที่ส่งผลทางร่างกาย อาทิ การเกร็งของกล้ามเนื้อ เนื่องจากการฝึกซ้อมทางร่างกายที่สะสมมานาน ที่สามารถส่งผลต่อความอ่อนล้าของกล้ามเนื้อ โดยที่ ถ้าการยืดเหยียด (Cool Down) ไม่สมบูรณ์ อาจทำให้กล้ามเนื้อด้านในสุดที่ติดกับกระดูกแกนกลางได้รับการยืดเหยียดไม่สมบูรณ์ และอาจจะเป็นสาเหตุให้เกิดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อและการสะสมของกรดแลคติค (Lactic Acid) ที่อาจทำให้เกิดการบาดเจ็บ รวมทั้งอาจทำให้เกิดอาการปวดที่กล้ามเนื้อบริเวณนั้นๆ และความเครียดทางจิตได้ ข) “ปัจจัยด้านร่างกาย” ที่ส่งผลต่อจิตใจ อารมณ์ และความคิด ที่แสดงออกมาเป็นพฤติกรรม อาทิ การรับรู้ความรู้สึกเกร็งของกล้ามเนื้อ ที่อาจส่งผลให้เกิด อารมณ์หงุดหงิด ไม่สบายตัว หรือความวิตกกังวลว่าจะลงแข่งขันไม่ได้ เป็นต้น (Tirata Phasawanitch, 2016, p.66)

“สภาวะกาย” คือ สภาพของร่างกายที่เจริญเติบโต แข็งแรง สมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ไม่ทุพพลภาพ อวัยวะต่างๆ อยู่ในสภาพที่ดีมีความสมบูรณ์ แข็งแรง สามารถทำงานได้ตามปกติ และมีความสัมพันธ์กันทุกส่วนได้เป็นอย่างดีและก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงานด้วย ส่วน “สภาวะจิตใจ” คือ สภาพที่ดีของจิตที่เกิดจากการที่บุคคลสามารถจัดการกับความกดดันต่างๆ ในการดำเนินชีวิตได้ สามารถประสบความสำเร็จ สามารถสร้างประโยชน์ให้กับสังคมและชุมชน (Ruiz, Legros, & Guell, 1990) ตามหลักฐานที่พบจาก งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บทางการกีฬา แสดงถึง “ตัวแปรด้านสภาวะจิตใจ” คือ “ความวิตกกังวล” ที่ส่งผลในทางลบต่อ “คุณภาพชีวิต” (Bell, & Thomson, 2007) “ความเชื่อมั่น” และประสิทธิภาพในการเล่นกีฬา (Bhasavanija, & Morris, 2013) นอกจากนี้ การศึกษาตัวแปรด้านสภาวะร่างกาย ในงานวิจัยทางด้านจิตวิทยาแสดงให้เห็นว่าการใช้การจินตภาพความอบอุ่น สามารถลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อและความเจ็บปวดได้ (Bhasavanija, & Kuan, 2017) ซึ่งงานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดเตรียมแบบประเมินในส่วนของ 1) องค์ประกอบด้าน “สภาวะจิตใจ” (คุณภาพชีวิต ความเชื่อมั่น และความวิตกกังวล) พร้อมกับการใช้การจินตภาพ เพื่อเพิ่มความผ่อนคลายในผู้เข้ารับการทดสอบ ขณะก่อนที่จะทำการตอบในส่วนของ 2) องค์ประกอบด้าน “สภาวะร่างกาย” (การรับรู้การเกร็งของกล้ามเนื้อ และการรับรู้ความปวด) เพื่อการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของสภาวะกาย และจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา ผลจากการศึกษาในครั้งนี้น่าจะเป็นประโยชน์ต่อนักกีฬา โค้ช นักกายภาพบำบัด หรือนักจิตวิทยาการกีฬา ในการประเมินนักกีฬาที่บาดเจ็บก่อน ขณะ และหลังการแข่งขัน หรืออาจจะใช้เป็นการประเมินร่วมกับการใช้โปรแกรมการรักษาทางกายและทางจิตได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬาในนักกีฬาไทย

สมมติฐานการวิจัย

ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสภาวะกาย และจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬาในนักกีฬาไทยที่มีความสัมพันธ์กันได้รวมกลุ่มเป็นปัจจัยเดียวกัน

ขอบเขตการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Observational Research) โดยทำการศึกษาหลักการทางด้านจิตวิทยา (Psychology) คือ “สภาวะจิตใจ” (คุณภาพชีวิต ความเชื่อมั่น และความวิตกกังวล) และทางด้านสรีรวิทยา (Physiology) คือ “สภาวะร่างกาย” (การรับรู้การเกร็งของกล้ามเนื้อ และการรับรู้ความปวด) ที่เกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บทางการกีฬา

2. การวิจัยครั้งนี้ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

2.1	นักกีฬาฟุตบอล	จำนวน 43 คน
2.2	นักกีฬาวอลเล่ย์บอล	จำนวน 43 คน
2.3	นักกีฬาบาสเกตบอล	จำนวน 25 คน
2.4	นักกีฬาเรือพาย	จำนวน 25 คน
2.5	นักกีฬาจักรยาน	จำนวน 20 คน
2.6	นักกีฬาเน็ตบอล	จำนวน 13 คน
2.7	นักกีฬาฟุตซอล	จำนวน 9 คน
2.8	นักกรีฑา	จำนวน 8 คน
2.9	นักกีฬาแฮนด์บอล	จำนวน 6 คน
2.10	นักกีฬาตะกร้อ	จำนวน 6 คน
2.11	นักกีฬาว่ายน้ำ	จำนวน 5 คน
2.12	นักกีฬาแบดมินตัน	จำนวน 5 คน
2.13	นักกีฬาเทควันโด	จำนวน 4 คน
2.14	นักกีฬาเทนนิส	จำนวน 3 คน
2.15	นักกีฬาวอลเล่ย์บอลชายหาด	จำนวน 2 คน
2.16	นักกีฬารักบี้ฟุตบอล	จำนวน 2 คน
2.17	นักกีฬาปีนหน้าผา	จำนวน 2 คน
2.18	นักกีฬาคูราช	จำนวน 2 คน
2.19	นักกีฬามวยสากล	จำนวน 1 คน
2.20	นักกีฬาปัญจสีลัต	จำนวน 1 คน
2.21	นักกีฬาลีลาศ	จำนวน 1 คน
2.22	นักกีฬายูโด	จำนวน 1 คน
2.23	นักกีฬาแชร์บอล	จำนวน 1 คน

3. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บทางการกีฬาที่นำมาใช้ในการพัฒนา“แบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา” ผู้วิจัยสังเคราะห์ตามหลักการและทฤษฎี ดังนี้

3.1 ด้านคุณภาพชีวิต (ร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ)

3.2 ด้านความวิตกกังวล (ร่างกาย และจิตใจ)

3.3 ด้านความเชื่อมั่น (ความเชื่อมั่นทั่วไป และความเชื่อมั่นเฉพาะอย่าง)

3.4 ด้านการรับรู้ความรู้สึกปวด

3.5 ด้านการรับรู้การเกร็งของกล้ามเนื้อ

4. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย

4.1. ตัวแปรแฝง (Latent Variable) หมายถึง ตัวแปรที่สร้างขึ้นมาจากตัวแปรสังเกตได้ หรือประมาณของภาวะสันนิษฐานทางทฤษฎีที่ผู้วิจัยคาดการณ์ว่ามีความเกี่ยวข้องกับตัวแปรสังเกต

4.2 ตัวแปรสังเกต (Observed Variable) หมายถึง ตัวแปรที่สามารถสังเกตได้

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร

ประชาการเป็นนักกีฬาที่ขึ้นทะเบียนสังกัดการกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 6,805 คน (Sports Authority of Thailand, 2016)

กลุ่มตัวอย่าง

เป็นนักกีฬาที่ได้รับบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ที่อยู่ในสังกัดการกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 248 คน จาก 23 ชนิดกีฬา

เครื่องมือวิจัย

แบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา

แบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นพัฒนามาจากแบบประเมินสภาวะกายและจิตใจทางการกีฬา (Bhasavanija, Cherathammawat, Chobthamasakul, & Poompin, 2014) ประกอบไปด้วย 18 ข้อคำถาม คะแนนเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Likert's scale) มี 5 อันดับ (0-4) แบ่งออกเป็น 2 ตอน มีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพ ข้อมูลทั่วไปของผู้กรอกแบบประเมิน

ตอนที่ 2 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บทางการกีฬา

1) ด้านคุณภาพชีวิต (ร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ)

2) ด้านความวิตกกังวล (ร่างกาย และจิตใจ)

3) ด้านความเชื่อมั่น (ความเชื่อมั่นทั่วไป และความเชื่อมั่นเฉพาะอย่าง)

4) ด้านการรับรู้ความรู้สึกปวด

5) ด้านการรับรู้การเกร็งของกล้ามเนื้อ

การให้คะแนน ใช้คะแนนการรับรู้กับสิ่งที่เกิดขึ้นตามความรู้สึก คือ ไม่เลย (0) น้อย (1) ปานกลาง (2) มาก (3) และมากๆ (4) โดยข้อ 1, 2, 3, 4, 9, 10, 11 และ 12 เป็นคำถามทางบวก และข้อ 5, 6, 7, 8, 13, 14, 15, 16, 17 และ 18 เป็นคำถามทางลบ โดยใช้มาตราส่วนตามแบบ 5 Likert's scale (Rae-Grant, Bethoux, & Fox, 2013) ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่เลย
1	หมายถึง	น้อย
2	หมายถึง	ปานกลาง
3	หมายถึง	มาก

4 หมายถึง มากๆ

การแปลค่า

ไม่เลย หมายถึง ไม่รับรู้ความรู้สึกนั้นเลย
น้อย หมายถึง เกือบไม่รับรู้ถึงความรู้สึกนั้น
ปานกลาง หมายถึง รับรู้ถึงความรู้สึกนั้นบ้าง
มาก หมายถึง รับรู้ถึงความรู้สึกนั้นระดับมาก
มากๆ หมายถึง รับรู้ถึงความรู้สึกนั้นมากกว่าระดับมาก

การให้คะแนนแต่ละข้อคำถามแบ่งเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

		ข้อคำถามทางบวก	**ข้อคำถามทางลบ**
ถ้าเลือก	ไม่เคย	ได้ 0 คะแนน	ได้ 4 คะแนน
	น้อย	ได้ 1 คะแนน	ได้ 3 คะแนน
	ปานกลาง	ได้ 2 คะแนน	ได้ 2 คะแนน
	มาก	ได้ 3 คะแนน	ได้ 1 คะแนน
	มากๆ	ได้ 4 คะแนน	ได้ 0 คะแนน

การหาความตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) ผู้วิจัยได้นำแบบประเมินเสนอประธานที่ปรึกษาโครงการวิจัย เพื่อตรวจสอบข้อคำถาม จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเนื้อหา โครงสร้างและความชัดเจน ความเหมาะสมของภาษาพร้อมทั้งข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไข และนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

การหาค่าความเที่ยง (Reliability) การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬามาทดลองใช้กับนักกีฬาบาดเจ็บที่มีลักษณะเช่นเดียวกับประชากรที่ใช้ในการทดลอง จำนวน 30 คน และคำนวณหาความเชื่อมั่นของแบบวัด โดยใช้วิธีการทดสอบซ้ำ (test – retest Reliability) ระยะเวลาห่างกัน 7 วัน เพื่อทดสอบค่าความเป็นปรนัยของแบบด้วยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson’s Product Moment Correlation Coefficient) ได้ r = 0.69 และหาค่าความเที่ยงภายในทั้งฉบับ ด้วยการวิเคราะห์แบบสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของ ครอนบาค (Cronbach’ s Alpha Coefficient) ค่าที่ได้ r = 0.81

โปรแกรมการจินตภาพความอบอุ่น

โปรแกรมการจินตภาพความอบอุ่น (Bhasavanija & Morris, 2014) เป็นโปรแกรมทางจิตใจที่สร้างขึ้นมาเพื่อให้ผู้ฝึกได้เกิดการเรียนรู้ถึงการรับรู้ความอบอุ่นที่สร้างขึ้นจากการจินตนาการ ประกอบไปด้วย 6 ขั้นตอน ดังนี้

1) ขั้นตอน การแนะนำวิธีการฝึกตามโปรแกรม (Introductory information session)
2) ขั้นตอน การจูงใจ (Motivational content session)
3) ขั้นตอน การผ่อนคลาย (Relaxation session)
4) ขั้นตอน การฝึกหายใจ (Breathe session)
5) ขั้นตอน การเข้าสู่สมาธิ (Concentration session)
6) ขั้นตอน การจินตภาพความอบอุ่น (Warmth imagery session)

โปรแกรมการจินตภาพนี้ได้ถูกบันทึกลงบนซอล์ฟแวร์บันทึกเสียง (MP3) ผู้เข้ารับการทดสอบได้ใช้ระยะเวลาในการฝึกประมาณ 10 นาที จากนั้นจึงทำการตอบ ข้อคำถามที่ 15 “ความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะได้รับ

การรักษา” และข้อคำถามที่ 18 “การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะได้รับการรักษา” ในแบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา

การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าความถี่ ร้อยละ และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis)

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้แบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบประเมิน

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis)

สัญลักษณ์ และความหมายที่ใช้แทนค่าสถิติและตัวแปรต่าง ๆ ในการนำเสนอ ดังต่อไปนี้

ตัวแปรแฝงภายนอก 5 ตัว มีสัญลักษณ์ ดังนี้

A	หมายถึง คุณภาพชีวิต
B	หมายถึง ความวิตกกังวล
C	หมายถึง ความเชื่อมั่น
D	หมายถึง การรับรู้ความปวด
E	หมายถึง การรับรู้การเกร็งของกล้ามเนื้อ

ตัวแปรสังเกตได้ภายนอกมี 18 ตัวแปร มีดังนี้

a1	หมายถึง สามารถฝึกกีฬาได้ตามปกติ
a2	หมายถึง มีความสุขและดำเนินชีวิตได้ตามปกติ
a3	หมายถึง ยังได้รับการสนับสนุนจากทีมกีฬา
a4	หมายถึง มีกำลังใจในการฝึกซ้อมกีฬา
b1	หมายถึง มีอาการนอนไม่หลับ
b2	หมายถึง เกรงว่าอาการจะกลับมาขณะแข่งขัน
b3	หมายถึง เกรงว่าจะทำพลาดในการแข่งขัน
b4	หมายถึง รู้สึกปวดที่บริเวณต้นคอ
c1	หมายถึง มั่นใจว่าสามารถเผชิญเกมการแข่งขันได้
c2	หมายถึง มั่นใจว่าสามารถเข้าร่วมในการแข่งขันได้
c3	หมายถึง เชื่อว่าสามารถปฏิบัติทักษะกีฬาได้
c4	หมายถึง เชื่อในประสิทธิภาพของร่างกายและจิตใจ
d1	หมายถึง ความรู้สึกปวดที่ได้รับ ขณะเล่นกีฬา
d2	หมายถึง ความรู้สึกปวดที่ได้รับ ขณะนี้
d3	หมายถึง ความรู้สึกปวดที่ได้รับ ขณะได้รับการรักษา
e1	หมายถึง การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับ ขณะเล่นกีฬา
e2	หมายถึง การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับ ขณะนี้
e3	หมายถึง การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับ ขณะได้รับการรักษา

ตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบประเมิน

ตารางที่ 1 ความถี่และร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน จำแนกตามเพศ

เพศ	ความถี่	ร้อยละ
ชาย	162	65.33
หญิง	86	34.67
รวม	248	100.0

ตาราง 1 แสดงให้เห็นว่า ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 65.33 และเพศหญิง จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 34.67

ตารางที่ 2 ความถี่และร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน จำแนกตามอายุ

อายุ	**ความถี่**	**ร้อยละ**
ต่ำกว่า 18 ปี	18	7.25
18 – 21 ปี	157	63.30
22 – 25 ปี	63	25.40
มากกว่า 25 ปี	10	4.05
รวม	248	100.0

ตาราง 2 แสดงให้เห็นว่า ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่ มีช่วงอายุระหว่าง 18 – 21 ปี จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 63.30 รองลงมามีช่วงอายุระหว่าง 22 – 25 ปี จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 25.40 และลำดับสุดท้าย คือ ช่วงอายุมากกว่า 25 ปี จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 4.05

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis)

การหาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis)

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา โดยทำการวิเคราะห์ องค์ประกอบ ค่าร่วมกัน ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน และค่าน้ำหนักองค์ประกอบโดยวิเคราะห์เมตริกซ์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ สกัดตัวประกอบเพื่อค้นหาจำนวนองค์ประกอบที่มีความสามารถเพียงพอในการอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่สังเกตได้ โดยเลือกใช้วิธีวิเคราะห์ตัวประกอบสำคัญ (Principal Component Analysis) และกำหนดจำนวนองค์ประกอบ โดยเลือกองค์ประกอบที่มีค่าไอเกน (Eigen Value) มากกว่า 1 แล้วหมุนตัวประกอบแบบออโธกอนอล (Orthogonal) โดยวิธีแวริแมกซ์ (Varimax) คัดเลือกตัวแปรจากค่าน้ำหนักองค์ประกอบโดยใช้เกณฑ์น้ำหนักองค์ประกอบตั้งแต่ 0.3 ขึ้นไป ถ้าตัวแปรใดไม่ถึงเกณฑ์จะถูกตัดออก และในการกำหนดจำนวนองค์ประกอบต้องมีตัวแปรตั้งแต่ 3 ตัวขึ้นไป จึงนับเป็น 1 องค์ประกอบ ผลปรากฏ (ดังตาราง 3)

ตารางที่ 3 จำนวนองค์ประกอบ ค่าร่วมกัน ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสมในแต่ละองค์ประกอบ

ตัวแปร	**ค่าร่วมกัน**	**องค์ประกอบ**	**ค่าไอเกน**	**ค่าร้อยละของความแปรปรวน**	**ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสม**
1	0.689	ที่ 1 การรับรู้ (ความรู้สึกปวด, การเกร็งของกล้ามเนื้อ)	4.383	24.352	24.352
2	0.664	ที่ 2 ความเชื่อมั่น	3.433	19.072	43.424

ตารางที่ 3 จำนวนองค์ประกอบ ค่าร่วมกัน ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสมในแต่ละองค์ประกอบ (ต่อ)

ตัวแปร	ค่าร่วมกัน	องค์ประกอบ	ค่าไอเกน	ค่าร้อยละของความแปรปรวน	ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสม
3	0.500	ที่ 3 คุณภาพชีวิต	1.819	10.107	53.531
4	0.575	ที่ 4 ความวิตกกังวล (ทางจิตใจ)	1.379	7.661	61.192
5	0.611	ที่ 5 ความวิตกกังวล (ทางร่างกาย)	1.046	5.813	67.005
6	0.793		0.858	4.766	71.771
7	0.843		0.746	4.144	75.915
8	0.744		0.691	3.839	79.754
9	0.726		0.612	3.399	83.153
10	0.621		0.516	2.868	86.021
11	0.719		0.496	2.754	88.776
12	0.667		0.374	2.076	90.852
13	0.593		0.344	1.913	92.765
14	0.733		0.327	1.814	94.579
15	0.630		0.292	1.624	96.203
16	0.554		0.283	1.574	97.777
17	0.702		0.228	1.267	99.044
18	0.695		0.172	0.956	100.000

จากตาราง 3 เมื่อพิจารณาค่าไอเกน (Eigen Value) ซึ่งเป็นผลรวมกำลังสองของสัมประสิทธิ์ขององค์ประกอบในแต่ละองค์ประกอบที่มีค่ามากกว่า 1 มีเพียง 5 องค์ประกอบ สามารถอธิบายความแปรปรวนสะสมได้ได้ร้อยละ 67.005 ของความแปรปรวนทั้งหมด ผู้วิจัยจึงทำการสกัดองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ (ดังตาราง 2)

ตาราง 4 น้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรที่หมุนแกนแบบออโธกอนอล โดยวิธีแวริแมกซ์

	องค์ประกอบ				
ตัวแปร	1 การรับรู้ (ความรู้สึกปวด, การเกร็งกล้ามเนื้อ)	2 ความเชื่อมั่น	3 คุณภาพชีวิต	4 ความวิตกกังวล (ทางจิตใจ)	5 ความวิตกกังวล (ทางร่างกาย)
14	0.815				
18	0.784				
17	0.776				
15	0.716				
16	0.616				
13	0.608		0.307		
9		0.774			
11		0.752			
12		0.714			
10		0.641			
1			0.776		

ตาราง 4 น้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรที่หมุนแกนแบบออโธกอนอล โดยวิธีแวริแมกซ์

ตัวแปร	องค์ประกอบ				
	1 การรับรู้ (ความรู้สึกปวด, การเกร็งกล้ามเนื้อ)	2 ความเชื่อมั่น	3 คุณภาพชีวิต	4 ความวิตกกังวล (ทางจิตใจ)	5 ความวิตกกังวล (ทางร่างกาย)
2			0.721		
4			0.556		
3			0.516		
7				0.893	
6				0.693	
8					0.661
5					0.496

จากตาราง 4 แสดงค่าน้ำหนักองค์ประกอบในแต่ละตัวแปรภายหลังการหมุนแกนแบบออโกอนอล โดยวิธีแวริแมกซ์ และเมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบ ว่าตัวแปรแต่ละตัวควรอยู่ในองค์ประกอบใด ใช้เกณฑ์การพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบตามเกณฑ์ คือ เลือกตัวแปรที่มีน้ำหนักองค์ประกอบที่มีค่ามากกว่า 0.30 (โดยไม่พิจารณาว่าเป็นจำนวนบวกหรือจำนวนลบ) เลือกรายแถวและรายคอลัมน์ แล้วจึงพิจารณาเป็นองค์ประกอบ จะเลือกตัวแปรที่มีน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุดบนองค์ประกอบนั้น ถ้าตัวแปรใดมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบใกล้เคียงกันหลายค่ามากกว่า 1 องค์ประกอบ (Chamornman, 1992) พิจารณาค่าองค์ประกอบสูงสุดที่สูงกว่าองค์ประกอบอื่นตั้งแต่ 0.10 ขึ้นไป แต่ถ้าความแตกต่างองค์ประกอบไม่ถึง 0.10 จะถือว่าเป็นตัวแปรทับซ้อนไม่พิจารณาเป็นตัวแปรในองค์ประกอบใดเลย ได้ตัวแปรที่อยู่ในองค์ประกอบทั้ง 5 ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 มี 6 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 14, 18, 17, 15, 16, 13
องค์ประกอบที่ 2 มี 4 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 9, 11, 12, 10
องค์ประกอบที่ 3 มี 4 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 1, 2, 4, 3
องค์ประกอบที่ 4 มี 2 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 7, 6
องค์ประกอบที่ 5 มี 2 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 8, 5

โดยแสดงตัวแปรในแต่ละองค์ประกอบ ดังตาราง 5

ตารางที่ 5 องค์ประกอบสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา

องค์ประกอบที่	ตัวบ่งชี้	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ
	ด้านการรับรู้ (การเกร็งกล้ามเนื้อ, ความรู้สึกปวด)	
	14. ความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะนี้	0.815
1	18. การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะได้รับการรักษา	0.784
(ค่าไอเกน	17. การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะนี้	0.776
4.383)	15. ความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะได้รับการรักษา	0.716
	16. การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะเล่นกีฬา	0.616
	13. ความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะเล่นกีฬา	0.608
2	**ด้านความเชื่อมั่น**	
(ค่าไอเกน	9. มั่นใจว่าสามารถเผชิญเกมการแข่งขันได้	0.774
3.433)	11. เชื่อว่าสามารถปฏิบัติทักษะกีฬาได้	0.752

ตารางที่ 5 องค์ประกอบสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬา

องค์ประกอบที่	ตัวบ่งชี้	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ
	12. เชื่อในประสิทธิภาพของร่างกายและจิตใจ	0.714
	10. มั่นใจว่าสามารถเข้าร่วมในการแข่งขันได้	0.641
	ด้านคุณภาพชีวิต	
3	1. สามารถฝึกกีฬาได้ตามปกติ	0.776
(ค่าไอเกน	2. มีความสุขและดำเนินชีวิตได้ตามปกติ	0.721
1.819)	4. มีกำลังใจในการฝึกซ้อมกีฬา	0.556
	3. ยังได้รับการสนับสนุนจากทีมกีฬา	0.516
4	**ด้านความวิตกกังวล (ทางจิตใจ)**	
(ค่าไอเกน	7 เกรงว่าจะทำพลาดในการแข่งขัน	0.893
1.379)	6 เกรงว่าอาการจะกลับมาขณะแข่งขัน	0.693
5	**ด้านความวิตกกังวล (ทางร่างกาย)**	
(ค่าไอเกน		
1.046)		

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นเห็นว่ามีองค์ประกอบที่ชัดเจน จำนวน 3 องค์ประกอบดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 14, 18, 17, 15, 16 และ 13 รวม 6 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.608 ถึง 0.815 มีค่าไอเกนเท่ากับ 4.383 ซึ่งเป็น ความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะนี้, การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะได้รับการรักษา, การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะนี้, ความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะได้รับการรักษา, การเกร็งของกล้ามเนื้อที่ได้รับขณะเล่นกีฬา และความรู้สึกปวดที่ได้รับขณะเล่นกีฬา จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า การรับรู้

องค์ประกอบที่ 2 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 9, 11, 12 และ 10 รวม 4 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.641 ถึง 0.774 มีค่าไอเกนเท่ากับ 3.433 ซึ่งเป็น มั่นใจว่าสามารถเผชิญเกมการแข่งขันได้, เชื่อว่าสามารถปฏิบัติทักษะกีฬาได้, เชื่อในประสิทธิภาพของร่างกายและจิตใจ และมั่นใจว่าสามารถเข้าร่วมในการแข่งขันได้ จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความเชื่อมั่น

องค์ประกอบที่ 3 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 1, 2, 4 และ 3 รวม 4 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.516 ถึง 0.776 มีค่าไอเกนเท่ากับ 1.819 ซึ่งเป็น สามารถฝึกกีฬาได้ตามปกติ, มีความสุขและดำเนินชีวิตได้ตามปกติ, มีกำลังใจในการฝึกซ้อมกีฬา และยังได้รับการสนับสนุนจากทีมกีฬา จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า คุณภาพชีวิต

องค์ประกอบที่ 4 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 7 และ 6 รวม 2 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.693 ถึง 0.893 มีค่าไอเกนเท่ากับ 1.379 ซึ่งเป็น เกรงว่าจะทำพลาดในการแข่งขัน และเกรงว่าอาการจะกลับมาขณะแข่งขัน จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความวิตกกังวล (ทางจิตใจ)

องค์ประกอบที่ 5 ประกอบด้วยตัวแปรที่ 8 และ 5 รวม 2 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.496 ถึง 0.661 มีค่าไอเกนเท่ากับ 1.046 ซึ่งรู้สึกปวดที่บริเวณต้นคอ และมีอาการนอนไม่หลับ จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความวิตกกังวล (ทางร่างกาย)

อภิปรายผล

การศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการการทดสอบสมมติฐานตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บทางการกีฬาด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ ซึ่งค้นพบว่ามี 2 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บทางการกีฬา คือ ตัวแปรทางด้าน “สภาวะร่างกาย” อยู่ใน องค์ประกอบที่ 1 “การรับรู้” การรับรู้การเกร็งของกล้ามเนื้อ (Siepmann, Aykac, Unterdörfer, Petrowski, Mueck-Weymann, 2008) และการรับรู้ความรู้สึกปวด (Brewer, Cornelius, Raalte, Brickner, Tennen, Sklar, Corsetti, & Triolo, 2004) นอกจากนี้ยังพบตัวแปรทางด้าน “สภาวะจิตใจ” คือ องค์ประกอบที่ 2 “ความเชื่อมั่น” (Bhasavanija, Cherathammawat, Chobthamasakul, & Poompin, 2014) องค์ประกอบที่ 3 “คุณภาพชีวิต” (Bell, & Thomson, 2007; Smith et al., 2003) องค์ประกอบที่ 4 ความวิตกกังวล – ทางจิตใจ และองค์ประกอบที่ 5 ความวิตกกังวล – ทางร่างกาย (Diaz, Bocanegra, Teixeira, Soares, & Espindola, 2012; Kemeny, 2003) ทำให้เห็นได้ว่า ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจยังไม่เป็นไปตามสมมติฐานในองค์ประกอบที่ 4 และองค์ประกอบที่ 5 ซึ่งผู้วิจัยกำหนดให้เป็นองค์ประกอบเดียวกัน แต่เมื่อพิจารณาในทางทฤษฎี สอดคล้องกับที่ ธิรตา ภาสะวณิช (Bhasavanija, 2016) กล่าวไว้ว่า นักกีฬาแสดงความวิตกกังวลออกมาได้ 2 ลักษณะ คือ ความวิตกกังวลทางกาย (physical symptom of anxiety) เช่น อาการนอนไม่หลับ อาการเครียดของกล้ามเนื้อ และเหงื่อออกที่ฝ่ามือ เป็นต้น และความวิตกกังวลทางจิตใจ (cognitive symptom of anxiety) เช่น นึกถึงเหตุการณ์ล่วงหน้าว่าตนเองจะทำผิดพลาดในเกมกีฬา เป็นต้น ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) เพื่อที่จะยืนยันว่าองค์ประกอบที่ 4 และองค์ประกอบที่ 5 ที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีความวิตกกังวลนั้นสามารถจัดเป็นองค์ประกอบเดียวกันของโมเดลที่เกี่ยวข้องกับการบาดเจ็บทางการกีฬาได้ในการศึกษาครั้งต่อไป

References

Bell, R.J. & Thompson, C.L. (2007). Solution-focused guided imagery for a golfer experiencing the yips: A case study. *Athletic Insight, 9*(1), p.4.

Bhasavanija, T., Chirathamawat, P., Chobthamasakul, C., & Poompin. K. (2015). Validation of the physical and psychological state measure in sport for Thai athletes. *Proceeding: The 2nd International Seminar in Exercise and Sport Psychology in Thailand.* Burapha University, Thailand.

Bhasavanija, T., & Kuan, G. (2017). The effect of warmth imagery on physiological, physical and psychological states among injured youth sepaktakraw athletes: A case study design. *International Journal of Sport, Exercise and Health Research, 1*(1), 35-40.

Bhasavanija, T., & Morris, T. (2013). Using imagery of warmth in competition on oxygen consumption and golf performance enhancement. *Proceedings: China International Congress in Sport Psychology*. Beijing, China: ISSP.

Bhasavanija, T. & Morris, T. (2014). Imagery. *In A.G. Papaioannou & Hackfort, D. Routledge Companion to sport and exercise psychology: Global perspectives and fundamental concepts*. New York: Routledge.

Brewer, B.W., Cornelius, A.E., Van Raalte, J.L., Brickner, J.C., Sklar, J.H., Corsett, J.R. et al. (2004). Rehabilitation adherence and anterior cruciate ligament outcome. *Psychology, Health, and Medicine, 9*, 163-175.

Chamornman, U. (1992). *Eduational research*. Nonthaburi: Sukhothai Thammathirach University.

Chottidao, M., & Limroongreungrat, W. (2015). The study of Thai fencers injuries in 38th national sport competition at Trang. Retrieved June, 2017. from https://www.researchgate.net/publication/280545207.

Diaz, M.M., Bocanegra, O.L., Teixeira, R.R., Soares, S.S., & Espindola, F.S. (2012). Response of salivary markers of autonomic activity to elite competition. *International Journal of Sports Medicine, 33*(9), 763-768.

Hu, Z., & Li, J. (2015). The integration of EFA and CFA: One method of evaluating the construct validity. *Global Journal of Human-Social Science: A Arts & Humanities – Psychology, 15*(6) version 1.0.

Kemeny, K. (2003). The psychobiology of stress. *Current Directions in Psychology Science, 12*(4), 124-129.

Neuhauser, L., Disbrow, D., & Margen, S. (1995). *Hunger and food insecurity in California. Technical Assistance Program Report*. California Policy Seminar, University of California.

Moran, A.P. (2004). *Sport and exercise psychology: A critical introduction*. New York: Routledge.

Rae-Grant, A.D., Bethoux, F., & Fox, R.J. (2013). *Multiple sclerosis and related disorders: Clinical guide to diagnosis medical management and rehabilitation*. New York: Demos Medical Publishing.

Rohde, L.M., Bonder, B.R., & Triolo, R.J. (2012). Exploratory study of perceived quality of life with implanted standing neuroprostheses. *Journal of Rehabilitation Res, 49*(2), 265-278.

Ruiz, R., Legros, C., & Guell, A. (1990). Voice analysis to predict the psychological or physical state of a speaker. *Aviat Space Environ Med, 61*(3), 266-271.

Siepmann, M., Aykac, V., Unterdörfer, J.,Petrowski, K., & Mueck-Weymann, M. (2008). A pilot study on the effects of heart rate variability biofeedback in patients with depression and in healthy subjects. *Applied Psychophysiological Biofeedback, 33*(4), 195-201.

Smith, A.M., Adler, C.H., Crews, D., Wharen, R.E., Laskowski, E.R., Barnes, K., Bell, C.V., Pelz, D., Brennan, R.D., Smith, J., Sorenson, M.C., & Kaufman, K.R. (2003). The “Yips” in golf-A continuum between a focal dystonia and choking. *Sports Medicine, 33*(1), 13-31.

Sport Authority of Thailand. (2016). *Sport Man Register*. Retrieved from http://www2.sat.or.th/sportmanregis/sportRegis.asp.

Tirata Phasawanitch. (2016). *PED4303 Sport Psychology.* Bangkok: Ramkhamhaeng University Press.

Received : 7 May, 2018
Revised : 29 August, 2018
Accepted : 5 September, 2018

ส่องวัฒนธรรมดินแดนเจ้าแม่นางนอน
EXPLORING CULTURAL LAND OF CHAO MAE NANG NON

กฤศนพัชญ์ บุญช่วย
วิทยาลัยการท่องเที่ยวและการบริการ มหาวิทยาลัยศรีปทุม
Krissanabhat Boonchuay
College of Tourism and Hospitality, Sripatum University

บทนำ

"เหนือสุดในสยาม ชายแดนสามแผ่นดิน ถิ่นวัฒนธรรมล้านนา ล้ำค่าพระธาตุดอยตุง" (Chawalit Kumngern, 2015) คำขวัญจังหวัดเชียงรายนี้แสดงให้เห็นถึงคุณค่า ความสำคัญอันโดดเด่นของจังหวัดเชียงรายซึ่งชวนให้นักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ แวะเวียนมาเยี่ยมเยียนเพื่อค้นหาคำตอบที่ซ่อนอยู่ในคำขวัญจังหวัดดังที่กล่าวไว้ข้างต้นอย่างไม่ขาดสาย ตลอดจนค้นหาความงดงามทั้งในด้านภูมิประเทศอันตระการตาด้วยธรรมชาติอันอุดมสมบูรณ์ปูดโปนไปด้วยเนินเขา ช่องถ้ำ และน่านน้ำ เอกลักษณ์ของจังหวัดที่อยู่เหนือสุดของสยามประเทศ เป็นเมืองเก่าแก่ที่มีประวัติศาสตร์ยาวนานตั้งแต่สมัยเชียงแสนของพญามังราย ผู้ก่อตั้งเมืองเชียงรายบนพื้นที่ราบลุ่มแม่น้ำกก อุดมสมบูรณ์ไปด้วยป่าไม้บนดอยสูงที่สลับซับซ้อน เป็นแหล่งกำเนิดต้นน้ำและน้ำตกอันงดงามหลายแห่ง และมีเทือกเขาผีปันน้ำที่เป็นพรมแดนกั้นประเทศพม่าจนถึงด้านทิศเหนือ อีกทั้งเป็นจุดแรกที่แม่น้ำโขงไหลผ่าน

นอกจากทรัพยากรทางธรรมชาติอันอุดมสมบูรณ์แล้วยังหลากลายด้วยเชื้อชาติ และวัฒนธรรม เนื่องจากจังหวัดเชียงรายเป็นพรมแดนกั้นกลางระหว่างประเทศไทยกับประเทศลาว ส่งผลให้ประชากรของจังหวัดเชียงรายประกอบด้วยชาวไทยพื้นราบ ชาวไทยภูเขา และชาวจีนฮ่อที่อพยพเข้ามาอาศัยอยู่บนดอยสูง แต่ละชนชาติจะมีประเพณี วัฒนธรรม และวิถีชีวิตที่มีเอกลักษณ์ ตลอดจนมีโบราณสถานนานัปคณาให้ผู้คนทั่วทุกสารทิศได้เรียนรู้และค้นหาความเป็นมาอย่างไม่รู้เบื่อ

ประกอบกับไม่นานมานี้ประเด็นที่ 13 นักกีฬาและโค้ชฟุตบอลเยาวชนทีมหมูป่าอะคาเดมี ติดภายในถ้ำหลวง-ขุนน้ำนางนอนนานถึง 17 วัน (BBC NEWS, 2018) ยิ่งส่งผลให้ประชาชนทั้งชาวไทย และนานาประเทศต่างให้ความสนใจที่จะรู้จักดินแดนของเจ้าแม่นางนอนหรือพื้นที่ของจังหวัดเชียงรายมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะในส่วนของถ้ำหลวง-ขุนน้ำนางนอนที่กำลังจะเปลี่ยนจากสถานที่ที่ไม่โดดเด่นในเชิงการท่องเที่ยวของจังหวัดมากนักเมื่อครั้งอดีต กลับได้รับความสนใจให้ผู้คนทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศพยายามเข้ามาแสดงหาความจริงสิ่งที่ซ่อนอยู่ภายในถ้ำหลวงไม่ว่าจะเป็นในเชิงประวัติศาสตร์ที่เล่าขานถึงตำนานความรักของหญิงสูงศักดิ์กับชายเลี้ยงม้าที่ยังคงเป็นปริศนาและเงื่อนงำรอให้นักประวัติศาสตร์และผู้สนใจไขปริศนาต่างๆ ที่ซ่อนอยู่อย่างน่าระทึก และในเชิงสภาพแวดล้อมทรัพยากรธรรมชาติเองก็เป็นที่น่าสนใจไม่น้อยที่พร้อมดึงดูดให้นักวิทยาศาสตร์หรือนักสำรวจใฝ่ฝันเข้าไปค้นหาถึงความอุดมสมบูรณ์ทั้งบริเวณภายนอกและภายในถ้ำหลวง เพื่อการอนุรักษ์และพัฒนาถ้ำหลวงแห่งนี้ให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีคุณค่าทั้งในเชิงประวัติศาสตร์และสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน ซึ่งนับว่าเป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวภายในจังหวัด และของประเทศตามยุทธศาสตร์ของรัฐบาลปัจจุบันที่ส่งเสริมการท่องเที่ยวของไทยอันเป็นธุรกิจที่สร้างรายได้หลักสำคัญต่อประเทศไทยอันเรืองชื่อในเรื่องทรัพยากรอันอุดมสมบูรณ์ มากมูลด้วยแหล่งท่องเที่ยวและอารยธรรมอันงดงาม

ดังนั้นเพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการช่วยพัฒนาการท่องเที่ยวของไทยอย่างยั่งยืน กล่าวคือ กิจกรรมการท่องเที่ยวจะต้องสามารถดำรงอยู่ได้ มีนักท่องเที่ยวมาเยี่ยมเยือนอย่างสม่ำเสมอ ทรัพยากรการท่องเที่ยวยังคง

Corresponding Author: นายกฤศนพัชญ์ บุญช่วย สาขาวิชาการจัดการการท่องเที่ยว วิทยาลัยการท่องเที่ยวและการบริการ มหาวิทยาลัยศรีปทุม Email: Krissanabhat.bo@spu.ac.th

รักษาความดึงดูดไว้ไม่เสื่อมคลาย (Sombat Karnjanakit, 2017) ผู้เขียนจึงเห็นควรมีการทำความรู้จักดินแดนเจ้าแม่นางนอนหรือจังหวัดเชียงราย โดยเฉพาะพื้นที่อำเภอแม่สายอันเป็นสถานที่ตั้งของถ้ำหลวง-ขุนน้ำนางนอนให้มากยิ่งขึ้น ผู้เขียนได้เรียบเรียงประวัติศาสตร์ของจังหวัดเชียงราย ความหลากหลายของกลุ่มชาติพันธ์ประเพณี วัฒนธรรม ความเชื่อเรื่องครูบาฯ ตลอดจนแหล่งท่องเที่ยวสำคัญของจังหวัดเชียงรายที่นอกจากจะเป็นการสร้างองค์ความรู้เกี่ยวกับจังหวัดเชียงรายให้กับผู้สนใจได้ศึกษา แล้วยังสามารถนำไปถ่ายทอดต่อบุคคลอื่นอันจะเป็นส่วนหนึ่งในการส่งเสริมการท่องเที่ยวของจังหวัดเชียงรายให้แพร่หลายอีกด้วย

เล่าขานตำนานความเป็นมา “เชียงราย” : เหนือสุดในสยาม

อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย เป็นพื้นที่ที่อยู่เหนือสุดของประเทศไทย ตั้งอยู่บนที่ราบลุ่มริมฝั่งแม่น้ำแม่กก ซึ่งมีผู้คนเข้ามาตั้งหลักแหล่งและมีความรุ่งเรืองมาหลายยุคหลายสมัยตั้งแต่ก่อนประวัติศาสตร์ จากหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่ค้นพบบริเวณที่ลุ่มริมแม่น้ำกก พอจะสันนิษฐานได้ว่าบริเวณดังกล่าวเป็นศูนย์กลางของชุมชนมาตั้งแต่ก่อนปี พ.ศ. 1800 ด้วยร่องรอยของซากเมืองที่มีความเจริญทางด้านวัตถุและศิลปะที่ค้นพบในปัจจุบัน

ประวัติศาสตร์ของเมืองเชียงรายเริ่มขึ้นตั้งแต่สมัยต้นพุทธศตวรรษที่ 19 ซึ่งตามที่ปรากฏในพงศาวดารโยนกกล่าวว่า พญามังราย ปฐมกษัตริย์แห่งราชวงศ์มังราย บุตรของพญาลาวเม็ง ผู้ครองนครหิรัญนครเงินยางหรือเชียงแสนในปัจจุบัน ได้ขึ้นครองราชย์แทนพญาลาวเม็งในปี พ.ศ. 1802 ได้ย้ายราชธานีจากเมืองหิรัญนครเงินยางมาสร้างราชธานีแห่งใหม่ที่ริมฝั่งแม่น้ำกก เมื่อ พ.ศ. 1805 โดยให้ชื่อว่า “เชียงราย” ซึ่งหมายถึง เมืองของพญามังราย

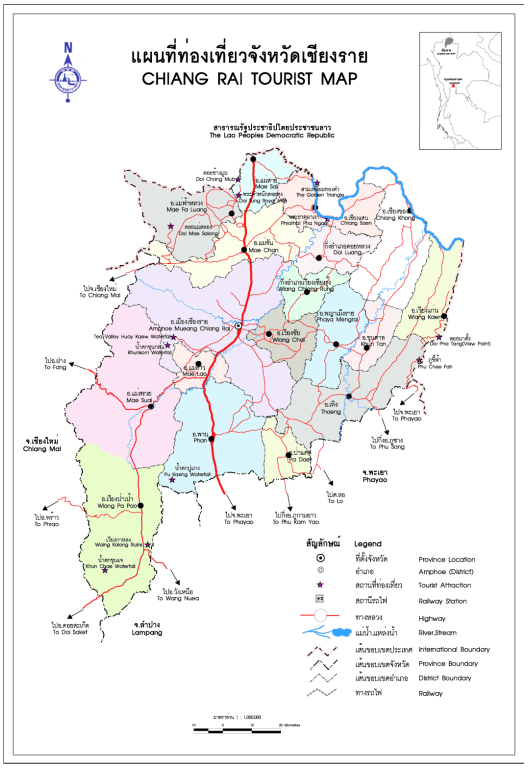
จากนั้นจึงทำการรวบรวมหัวเมืองต่างๆ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเครือญาติสายเลือดลัวะจักราช เข้ามาไว้ในอำนาจ และแผ่อำนาจเข้าไปในเขตลุ่มน้ำปิง และให้ชื่อราชธานีใหม่นี้ว่า “นพบุรีศรีนครพิงค์เชียงใหม่” และครองราชสมบัติอยู่ ณ เมืองเชียงหม่ สำหรับเมืองเชียงรายนั้น เมื่อพ่อขุนเม็งรายย้ายไปครองราชสมบัติที่เมืองเชียงใหม่แล้ว พระราชโอรส คือ พระไชยสงคราม ก็ได้ครองราชสมบัติสืบต่อมา นับแต่นั้นเมืองเชียงรายก็ขึ้นต่อเมืองเชียงใหม่

จนถึง พ.ศ. 1860 พญามังรายได้สวรรคตลง ทำให้อาณาจักรล้านนานาอันมีเมืองเชียงใหม่เป็นราชธานีเกิดความแตกแยก เจ้าผู้ครองนครต่างแย่งชิงอำนาจจนเกิดสงครามกลางเมือง ทำให้ล้านนาตกอยู่ภายใต้การปกครองของพระยาชิตวงศ์ขุนนางมอญแห่งพม่าสมัยพระเจ้าบุเรงนอง กว่า 200 ปี จนกระทั่งปี พ.ศ. 2329 พระยายองกับพระยาแพร่คิดจะสวามิภักดิ์ต่อกรุงเทพมหานคร จึงจับปะกามณี แม่ทัพที่พม่าปกครองเมืองเชียงราย เป็นเชลยแล้วนำตัวส่งลงมาถวายยังกรุงเทพมหานคร

ต่อมาสมัยรัตนโกสินทร์ รัชกาลที่ 1 ได้ส่งกำลังสนับสนุนพญากาวิละต่อสู้กับพม่าจนเป็นผลสำเร็จและสถาปนาเชียงใหม่เป็นประเทศราชของกรุงรัตนโกสินทร์ โดยแต่งตั้งพญากาวิละเป็นพระเจ้ากาวิละปกครองเมืองเชียงใหม่ ในปี 2347 พระเจ้ากาวิละยกทัพไปตีเมืองเชียงแสนกวาดต้อนผู้คนออกจากบริเวณเมืองจนหมด เมืองต่างๆรวมถึงเชียงรายจึงถูกทิ้งให้เป็นเมืองร้างจวบจนถึงสมัยรัชกาลที่ 3 ในปีพ.ศ.2386 เชียงรายได้รับการบูรณะขึ้นในฐานะเมืองบริวารของเชียงใหม่อีกครั้ง ซึ่งต่อมาในสมัยรัชกาลที่ 5 ได้มีการยกเลิกหัวเมืองประเทศราช เชียงรายจึงเป็นเมืองหนึ่งซึ่งขึ้นตรงต่อมณฑลพายัพ และต่อมาในสมัยรัชกาลที่ 6 การปกครองแบบมณฑลเทศาภิบาลได้ถูกยกเลิก เชียงรายจึงได้จัดตั้งขึ้นเป็นจังหวัดหนึ่งของไทยนับแต่นั้นมา (Kritsakorn Wongkornwut, n.d.)

ภาพที่ 1 แสดงอาณาเขตจังหวัดเชียงราย

ด้วยสภาพพื้นที่ของจังหวัดที่มีอาณาเขตทางทิศเหนือ ติดต่อกับสหภาพพม่า ทิศใต้ ติดต่อกับจังหวัดพะเยา ทิศตะวันออก ติดต่อกับสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว ทิศตะวันตก ติดต่อกับจังหวัดเชียงใหม่ (Thailand Tourism Authority of Thailand Chiang Rai Office, 2015) ดังภาพแสดงอาณาเขตของจังหวัดเชียงรายดังต่อไปนี้



Government Action Plan Budget Year 2019 (Annual budget request form)

(P.2), Chiangrai Provincial Education Office, 2018, Chiangrai

จากภาพจะเห็นว่าจังหวัดเชียงรายมีอาณาเขตติดกับประเทศเพื่อนบ้านถึงสองประเทศด้วยกันคือ สหภาพพม่า และสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว ส่งผลให้เชียงราย มีกลุ่มชนหลายชาติพันธุ์อาศัยอยู่ตามที่ราบและดอยสูง ซึ่งมีศาสนา ประเพณี และวัฒนธรรมที่แตกต่างกันไปตามวิถีดั้งเดิมที่บรรพบุรุษได้ปฏิบัติสืบทอดกันมา โดยประชากรในเชียงรายสามารถจำแนกออกเป็นชนชาติต่างๆ ดังนี้

คนเมือง เป็นกลุ่มคนส่วนใหญ่ ในอดีตเรียกว่าไทยวน หรือลาวพุงดำ ผู้ชายจะมีรูปร่างโปร่งบางกว่าคนภาคกลางเล็กน้อย ส่วนผู้หญิงมีรูปร่าง ผิวพรรณ และหน้าตางดงาม ชาวไทยวนมีภาษาพูดต่างไปจากไทยภาคกลาง และมีตัวหนังสือเฉพาะ แต่ปัจจุบันได้ใช้ภาษาไทยกลางแทน ที่อยู่อาศัยถูกสร้างให้มีการยกใต้ถุนสูง หน้าจั่วมีไม้ไขว้สลักลวดลายเรียกว่า “กาแล” โดยชาวไทยวนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม และมีฝีมือทางการช่างและหัตถกรรม

ไทยลื้อ มีถิ่นฐานเดิมบริเวณที่ราบลุ่มแม่น้ำโขง และตอนกลางของแขวงไชยบุรีในลาว

ไทยเขิน มีถิ่นฐานเดิมอยู่บริเวณลุ่มแม่น้ำขิ่น ในรัฐฉานของพม่า ซึ่งมีการอพยพมาอยู่บริวณดอยแม่สลองจังหวัดเชียงราย

ไทยใหญ่ ซึ่งเรียกตนเองว่า “ไต” คนเมืองจะเรียกว่า “เงี้ยว” และชาวพม่าเรียกว่า “ฉาน” เพราะมีถิ่นเดิมอยู่ในรัฐฉาน ผู้ชายมีลักษณะรูปร่างสูงใหญ่กว่าคนไทยภาคกลาง ผู้หญิงมีผิวคล้ำกว่าชาวพม่า ส่วนใหญ่นิยมทำเกษรตรกรรมและค้าขาย และยังมีฝีมือทางหัตถกรรมอีกด้วย

อีก้อ ซึ่งเรียกแทนตนเองว่า “อาข่า” มีรูปร่างเล็กแต่แข็งแรงล่ำสัน ผิวสีน้ำตาลอ่อนหยาบกร้าน ภาษาพูดคล้ายภาษามูเซอและลีซอ

มูเซอ ซึ่งเรียกตัวเองว่า “ลาหู่” มีรูปร่างสันทัด ผิดสีน้ำตาลอ่อน ชอบกินหมากมีภาษาพูดเฉพาะของกลุ่มตนเอง แบ่งออกเป็นกลุ่มย่อยตามลักษณะการแต่งกายของผู้หญิง อาศัยอยู่บนภูเขาสูง ปลูกบ้านยกพื้นสูง ยังชีพด้วยการทำไร่เลื่อนลอย และเป็นชนเผ่าที่ชำนาญในการล่าสัตว์เป็นอย่างมาก

เย้า ซึ่งเรียกตนเองว่า เมี่ยน เป็นชนเผ่าที่มีความขยันอดทน ได้รับอิทธิพลภาษาและตัวอักษรจากจีน มักตั้งบ้านเรือนอยู่บนไหล่เขา นิยมทำไร่ข้าวโพด ตีเหล็ก เย็บปักถักร้อย และทำเครื่องเงิน

กะเหรี่ยง มีการแบ่งย่อยออกไปหลายเผ่ามีการตั้งบ้านเรือนแบบถาวร ประอาชีพทำนาและปลูกพืชไร่ ปัจจุบันมีทั้งผู้ที่ยังคงนับถือผีและนับถือศาสนาพุทธและคริสต์

ลีซอ เป็นชนเผ่าที่มีผิวขาวกว่าชนเผ่าอื่น หน้าตากว้างกลม ผู้หญิงนิยมเกล้ามวยไว้ท้ายทอย เวลามีงานจะโพกหัวและสวมห่วงเงินไว้ที่คอ ประกอบอาชีพเกษตรกรรมและมีความชำนาญในการล่าสัตว์

แม้ว ซึ่งเรียกตนเองว่า ม้ง มีลักษระท่าทางการพูดคล้ายคนจีน นิยมสร้างบ้านติดดินอยู่บนภูเขาสูง ประกอบอาชีพเกษตรกรรม เลี้ยงสัตว์ ตีเครื่องเงิน และเย็บปักถักร้อย ซึ่งชาวแม้วส่วนใหญ่ยังคงมีการนับถือผี

จีนฮ่อ เป็นกลุ่มชาวจีนที่เป็นทหารกองพล 93 ที่หลบหนีการปราบปรามของจีนคอมมิวนิตส์ผ่านทางพม่าเข้ามาทางประเทศไทย เมื่อปี พ.ศ.2493-2499 โดยมีการใช้ภาษาจีนกลางและกวางตุ้ง ประกอบอาชีพเกษตรกรรมและค้าขายเป็นอาชีพหลัก มีการนับถือศาสนาพุทธ คริสต์ ลัทธิขงจื๊อ และศาสนาอิสลาม (Kritsakorn Wongkornwut, n.d.)

ประเพณี วัฒนธรรม ความเชื่อ “เชียงราย” : ถิ่นวัฒนธรรมล้านนา

จากความหลากหลายของกลุ่มชาติพันธุ์ในจังหวัดเชียงรายส่งผลให้เชียงราย โดยเฉพาะในส่วนของอำเภอแม่สาย อันเป็นอำเภอที่มีพื้นที่อยู่เหนือสุดของจังหวัดและของประเทศ ตลอดจนเป็นพื้นที่ทีมีอาณาเขตติดต่อกับประเทศเพื่อบ้านทั้งสองประเทศอย่างสหภาพพม่า และสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว ส่งผลให้อำเภอแม่สาย เป็นอำเภอที่มีความน่าสนใจในการศึกษาในเชิงของประเพณีวัฒนธรรมและความเชื่อ ซึ่งมีความหลากหลายให้ทำการศึกษาอย่างไม่ผิดหวังเลยทีเดียว ไม่ว่าจะเป็นทางด้านประเพณีท้องถิ่น วัฒนธรรมทางด้านอาหาร และความเชื่อเรื่องครูบาอันเป็นความเชื่อดังเดิมของชาวล้านนา ซึ่งจะได้แสดงให้เห็นถึงรายละเอียดต่อไป (Chawalit Kumngern, 2015)

ล้ำค่าประเพณี

การที่กลุ่มชาติพันธุ์ต่างๆ ที่เดินทางเข้ามายังประเทศไทย โดยเฉพาะบริเวณอำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย ดินแดนทางตอนเหนือสุด ที่มีพรมแดนที่ติดต่อและเชื่อมโยงกับประเทศเพื่อนบ้านด้วยลำน้ำหลายสาย อำนวยความสะดวกให้กลุ่มชาติพันธุ์ต่างๆ สามารถเดินทางเข้ามายังประเทศไทยโดยสะดวก ส่งผลให้ขนบธรรมเนียม ประเพณี มีแตกต่างกันออกไป (Komchadluek, 2012) ทั้งนี้ประเพณีของชาวจังหวัดเชียงรายอันแสดงถึงอารยธรรมล้านนาเมื่อครั้งอดีต และนับว่าเป็นส่วนหนึ่งในการหลอมรวมชนทุกเผ่า ทุกกลุ่มชาติพันธุ์ ให้สามารถอยู่รวมกันอย่างปกติสุขของชนชาวเชียงราย มีดังนี้

ภาพที่ 2 ประเพณีสืบชะตา



Arts, culture and customs of Mae Sai District Chiang Rai province by Chawalit kumngern, 2015, [online]. from: http://581128019.blogspot.com/2015/10/blog-.

1. ประเพณีสืบชะตา เป็นประเพณีที่นิยมถือปฏิบัติกันของชาวไทยภาคเหนือ ปัจจุบันความเชื่อและศรัทธาเริ่มแผ่ขยายไปยังภูมิภาคอื่นๆ หรือแม้แต่ในหมู่ชาวกรุงฯ หรือวัยรุ่นมากขึ้น เพื่อความเป็นสิริมงคลแก่บ้านเมืองและตัวบุคคล จึงมีการสืบชะตาบ้าน สืบชะตาเมือง และสืบชะตาคน สืบชะตาเมือง เป็นประเพณีสำคัญของทางเชียงใหม่ที่จะต้องถือปฏิบัติกันทุกปี การทำบุญเมืองนั้นเพื่อสร้างความร่มเย็นเป็นสุขให้แก่ชาวบ้านชาวเมือง เป็นการสร้างความพร้อมเพรียง ความรักสมัครสมานสามัคคีให้เกิดขึ้นในหมู่ชาวเมือง เนื่องจากในสมัยโบราณกล่าวกันว่า การสืบชะตาเมืองมักจะจัดขึ้น 2 กรณี คือ กรณีแรกจัดในยามที่บ้านเมืองเดือดร้อน ข้าวยากหมากแพง หรือเกิดศึกสงครามมีทั้งการสืบชะตาเมือง สืบชะตาเจ้าเมือง ทำบุญบูชาเซ่นไหว้ พระวิญญาณของเจ้าผู้ครองเชียงใหม่องค์ก่อนๆ ตลอดจน "พระเสื้อบ้าน พระเสื้อเมือง" เทพาอารักษ์ รวมถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และกรณีที่สองจัดในยามที่บ้านเมืองสงบสุข เพื่อให้เกิดความเป็นมงคลแก่บ้านเมือง เสริมบารมีให้รุ่งเรืองยิ่งขึ้นไป

ภาพที่ 3 ประเพณีโล้ชิงช้าบ้านผาหมี



Arts, culture and customs of Mae Sai District Chiang Rai province by Chawalit kumngern, 2015, [online]. from: http://581128019.blogspot.com/2015/10/blog-.

2. ประเพณีโล้ชิงช้าบ้านผาหมี จะมีการจัดขึ้นทุกๆ ปี ประมาณปลายเดือนสิงหาคม ถึงต้นเดือนกันยายนซึ่งจะตรงกับช่วงที่ผลผลิต กำลังงอกงาม พร้อมที่จะเก็บเกี่ยว โดยชาวอาข่าจะดายหญ้าในไร่ข้าวเป็นครั้งสุดท้าย หลังจากดายหญ้าแล้วก็รอสำหรับการเก็บเกี่ยว ตรงกับเดือนของอ่าข่าคือ “ฉ่อลาบาลา” ประเพณีโล้ชิงช้าของชาวอาข่า ถือเป็นพิธีกรรมที่มีคุณค่ามากด้วยภูมิปัญญาที่ใช้ในการส่งเสริมความรู้แล้ว ยังเกี่ยวพันกับการดำรงชีวิตประจำวันของอาข่าไปพร้อมกันด้วย

ภาพที่ 4 ตักบาตรสามแผ่นดิน



Arts, culture and customs of Mae Sai District Chiang Rai province by Chawalit kumngern, 2015, [online]. from: http://581128019.blogspot.com/2015/10/blog-.

3. ตักบาตรสามแผ่นดิน มหากุศลครั้งยิ่งใหญ่ในดินแดนล้านนา ตักบาตรพระ 3 แผ่นดิน ได้แก่ ประเทศไทย สาธารณรัฐแห่งสหภาพพม่า และ สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว จำนวน 10,000 รูป ณ บริเวณหน้าด่านพรมแดน อ.แม่สาย จ.เชียงราย (Komchadluek, 2012)

ลำขนาดอาหาร “เจียงฮาย”

อาหารมีความสำคัญลำดับแรกและมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ ถ้าเราได้รับอาหารเพียงพอ มีคุณค่าต่อการดำรงชีวิต ย่อมทำให้ร่างกายแข็งแรงต่อต้านโรคภัยไข้เจ็บได้และเป็นที่มาของสุขภาวะขั้นพื้นฐานที่มนุษย์ทุกคนพึงได้รับ (Ranida Pingmuang et al., n.d.)

จากเหตุการณ์ 13 นักกีฬาและโค้ชฟุตบอลเยาวชนทีมหมูป่าอะคาเดมี ติดภายในถ้ำหลวง-ขุนน้ำนางนอน นอกจากจะได้เห็นมิตรภาพ ความร่วมมือและแรงใจที่สำคัญจากประชาชนชาวไทย และความร่วมมือจากนานาประเทศแล้ว สิ่งหนึ่งที่เป็นความภาคภูมิใจของคนไทยชาวจังหวัดเชียงราย คือ คำชมในเรื่องของรสชาติอาหารที่ไม่ว่าชนชาติไหนได้ลิ้มลองเป็นอันต้องติดใจเสียทุกราย

โดยจากโครงการวิจัยการศึกษาและส่งเสริมวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านเพื่อสุขภาวะชุมชน จังหวัดเชียงราย ซึ่งนำทีมโดย ผศ.รณิดา ปิงเมือง รองคณบดีคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย สะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมทางด้านอาหารของชาวเชียงรายที่ไม่ได้มีเพียงแค่รสชาติที่อร่อยเลิศล้ำ แต่ยังมีความเป็นมาอันทรงคุณค่า และอุดมด้วยโภชนาการทางอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย กล่าวคืออาหารพื้นบ้านของจังหวัดเชียงรายนั้นมีความหลากหลายและยังเป็นตัวบ่งชี้อย่างหนึ่งของการถ่ายเททางวัฒนธรรมจากจีนตอนใต้และ 2 ฝั่งแม่น้ำโขง ล้วนแล้วแต่เชิญชวนให้ลิ้มลอง ดังนี้

ภาพที่ 5 ข้าวแรมฟืน



Lanna Folk Food Recipes, Chiang Rai Province. Education and promotion of local food culture for community wellness Chiang Rai province. Research in Chiang Rai Rajabhat University, Office of the Health Promotion Fund, Ranida Pingmuang. et. al., (n.d.).

ข้าวฟืน

เรียกกันติดปากว่า “ข้าวแรมฟืน” หรือ “ข้าวแรมคืน” เป็นอาหารชนิดหนึ่งที่มีรสเปรี้ยว เผ็ด หวาน เป็นทั้งอาหารว่าง และอาหารหลัก เป็นได้ทั้งอาหารคาวและหวาน แต่ทุกอย่างเป็นมังสะวิรัต หรือเป็นอาหารเจ ซึ่งเป็นที่นิยมของชาวไทยใหญ่ ไทลื้อ และไทเขิน นำเข้ามาจากทางสิบสองปันนาประเทศจีน ผ่านมาทางพม่า เข้าสู่ อ.แม่สาย จ.เชียงราย เมื่อหลายสิบปีก่อน จนกลายเป็นอาหารของชาวแม่สาย คำว่า "ข้าวแรมฟืน" คงเพี้ยนมาจาก ข้าวแรมคืน ด้วยวิธีการทำที่จะนำข้าวเจ้า หรือ ถั่วลันเตา หรือ ถั่วลิสง มาโม่จนเป็นแป้ง แล้วนำน้ำแป้งที่ตกตะกอนมาเคี่ยวกับปูนขาวจนสุก จากนั้นเทใส่ภาชนะ ทิ้งไว้ 1 คืน วันรุ่งขึ้นแป้งจะแข็งตัว ตามรูปภาชนะที่บรรจุ สามารถทานได้เลยหรือนำไปทอดทานคู่กับน้ำราดที่มีส่วนผสมของน้ำเต้าหู้ยี้ขาว น้ำมันควาเจียว กระเทียมเจียว พริกป่นคั่ว ซีอิ้วเค็มน้ำเตี้ยวเจี้ยว และน้ำสู่คือน้ำที่ทำจากการหมักจากกล้วยและข้าวคั่ว แต่ที่นิยมจะทานกับผักนานาชนิด เช่น ถั่วงอกกุยช่าย กะหล่ำปลี ถั่วฝักยาว เป็นต้น (Ranida Pingmuang et al., n.d.)

ภาพที่ 6 ข้าวซอยน้อยสูตรดั้งเดิม เวลาทานจะมีเครื่องปรุงและซอส





Lanna Folk Food Recipes, Chiang Rai Province. Education and promotion of local food culture for community wellness Chiang Rai province. Research in Chiang Rai Rajabhat University, Office of the Health Promotion Fund, Ranida Pingmuang. et al. (n.d.).

ภาพที่ 7 ข้าวซอยน้อยทรงเครื่อง



Lanna Folk Food Recipes, Chiang Rai Province. Education and promotion of local food culture for community wellness Chiang Rai province. Research in Chiang Rai Rajabhat University, Office of the Health Promotion Fund, Ranida Pingmuang. et al., (n.d.).

ข้าวซอยน้อย

ข้าวซอยน้อยเป็นอาหารของชาวไทลื้อในอำเภอแม่สาย นิยมทานกันมาหลายชั่วอายุคนแล้ว เพราะเป็นอาหารที่ทำง่าย เครื่องปรุงต่างๆ ก็หาได้ภายในครัวนั่นเอง แต่ปัจจุบันจะหายากแล้ว สาเหตุที่เรียก “ข้าวซอยน้อย” เนื่องจากเมื่อเทียบกับข้าวซอยใหญ่ ซึ่งเป็นแผ่นก๋วยเตี๋ยวที่คนไทยภาคกลางนำมาตัดเป็นเส้นราดหน้า แต่ชนชาวไทยใหญ่ ไทลื้อ ไทเขิน นิยมนำมาหั่นในลักษณะเส้นที่เล็กกว่ามาก นิยมนำเส้นที่ว่านี้มาทำเป็น “ข้าวซอยน้ำเงี้ยว” อีกอย่างหนึ่ง คือกรรมวิธีในการทำข้าวซอยน้อยนั้น เมื่อนำแป้งไปนึ่งแล้ว แผ่นก๋วยเตี๋ยวที่ได้จะมีลักษณะเล็กและบางกว่าแผ่นก๋วยเตี๋ยวที่มีขายตามท้องตลาดทั่วไป (Ranida Pingmuang et al., n.d.)

ข้าวซอยน้อย มี 2 คือ สูตรดั้งเดิม เป็นข้าวซอยน้อยธรรมดา และข้าวซอยน้อยทรงเครื่อง

ข้าวซอยน้อยสูตรดั้งเดิม จะได้แป้งเป็นบางๆอ่อนตัว เวลากินจะใช้มือจับกินกับเครื่องปรุง หรือใช้ตะเกียบคีบจิ้มเครื่องปรุง

ข้าวซอยน้อยทรงเครื่อง จะใช้ทำแป้งชั้นแรกก่อน พอสุกจึงนำมาใส่เครื่องปรุงต่างๆ เช่น หมูสับที่รวนไว้แล้ว ตอกไข่ใส่ลงไป ใส่ผักกระหล่ำผักกาดหอมซอย ใส่ใบหอม กระเทียมเจียว หรืออื่นๆตามชอบ เอาตะเกียบคลุกๆ จากนั้นเทแป้งกลบลงไปอีกรอบ แล้วนำไปนึ่งแบบลอยน้ำอีกรอบ ให้สุก แซะออกมาใส่ภาชนะลักษณะคล้ายข้าวห่อไข่ (Ranida Pingmuang et al., n.d.)

ภาพที่ 8 น้ำเงี้ยวน้ำข้น



Lanna Folk Food Recipes, Chiang Rai Province. Education and promotion of local food culture for community wellness Chiang Rai province. Research in Chiang Rai Rajabhat University, Office of the Health Promotion Fund, Ranida Pingmuang. et al., (n.d.).

น้ำเงี้ยว

ถือเป็นเมนูยอดนิยม เป็นอาหารพื้นบ้านภาคเหนือ คล้ายก๋วยเตี๋ยว แต่แตกต่างกันที่น้ำเงี้ยว มีน้ำแกงที่เข้มข้นด้วยเครื่องแกง มีเส้นก๋วยเตี๋ยว หรือขนมเส้น (ขนมจีน) เป็นส่วนประกอบหลัก และมีเนื้อสัตว์ เช่น เนื้อหมู หรือเนื้อวัว เลือดหมู หรือเลือดไก่ หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ใส่ดอกงิ้ว มะเขือเทศ และถั่วเน่า จึงมีรสชาติเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว น้ำเงี้ยวแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ น้ำเงี้ยวน้ำข้น ใส่เลือดหมูสดในน้ำแกงเหมือนก๋วยเตี๋ยวน้ำตก

ภาพที่ 9 น้ำเงี้ยวน้ำใส



Lanna Folk Food Recipes, Chiang Rai Province. Education and promotion of local food culture for community wellness Chiang Rai province. Research in Chiang Rai Rajabhat University, Office of the Health Promotion Fund, Ranida Pingmuang. et.al., (n.d.).

น้ำเงี้ยวน้ำใส (น้ำจางหรือข้าวซอยน้ำคั่ว) ซึ่งเป็นของชาวไทใหญ่ ใช้เนื้อไก่หรือเนื้อหมูสับ คั่วกับมะเขือเทศ ผัดกับเครื่องแกง ที่มีพริกแห้ง หอมแดง กระเทียม ถั่วเน่าแผ่น (ถั่วเหลืองหมัก) เหมือนน้ำพริกอ่อง แยกต่างหากจากน้ำแกง เวลารับประทาน โดยทั่วไปจะลวกเส้นก๋วยเตี๋ยว หรือใช้เส้นขนมจีนแล้วจึงตามด้วยน้ำ

แกงที่เป็นน้ำเงี้ยว รับประทานกับถั่วงอก ผักกาดดองหั่นฝอย ต้นหอม ผักชี และกระเทียมเจียว (Ranida Pingmuang et al., n.d.)

นอกจากวัฒนธรรมด้านอาหารดังกล่าวเชียงรายยังมีของดี ให้นักท่องเที่ยวแวะซื้อติดไม้ติดมือกลับไปเป็นของฝากอันขึ้นชื่อที่ห้ามพลาด ไม่ว่าจะเป็น ชา ซึ่งเป็นของขึ้นชื่อคู่เมืองเชียงราย เพราะเป็นแหล่งปลูกชาที่ใหญ่ที่สุดในประเทศ บนดอยแม่สลองและในอำเภอแม่ฟ้าหลวง โดยชาอู่หลงถือเป็นชาคุณภาพดี มีกลิ่นหอม รสชาติดีไม่แพ้ต้นตำรับจากไต้หวันเลยทีเดียว ลิ้นจี่ เป็นผลไม้ขึ้นชื่อของเมืองเชียงราย ที่นิยมปลูกกันทั่วจังหวัด โดยเริ่มนำมาปลูกครั้งแรกราวปี พ.ศ.2509 ที่ อำเภอแม่จัน ได้พันธุ์มาจากประเทศจีน ซึ่งให้ผลโต มีกลิ่นหอม และรสชาติดี จึงนิยมปลูกอย่างแพร่หลาย และสับปะรดนางแล ซึ่งมีลักษณะลูกเล็ก กลมป้อม ตาโปน เนื้อสีเหลืองเข้ม ไม่มีเส้นใย รสหวานฉ่ำ กลิ่นหอมคล้ายน้ำผึ้ง สาเหตุที่เรียกว่าสับปะรดนางแล เพราะปลูกที่ละแวกบ้านนางแล อำเภอเมือง ซึ่งเชื่อกันว่าได้พันธุ์มาจากประเทศจีน (Kritsakorn Wongkornwut, n.d.)

ความเชื่อเรื่อง ครูบา “ตนบุญแห่งล้านนา”

เหตุการณ์ที่กลุ่มเยาวชนทั้ง 13 คนทีมหมูป่าอะคาเดมี ติดภายในถ้ำหลวง-ขุนน้ำนางนอน สิ่งที่ปรากฏในข่าวซึ่งสร้างความระทึก และความหวังให้กับคนทั่วไปเป็นอย่างมาก และนับว่าเป็นเหตุการณ์ที่ปรากฏขึ้นมาท้าทายแนวคิดสมัยใหม่ในยามที่ทั่วโลกกำลังพัฒนาสู่ความทันสมัย ด้วยความคิดเชิงเหตุผล และความเป็นวิทยาศาสตร์ที่ทุกอย่างพิสูจน์ได้ ซึ่งคืบคลานมาแทนที่ความคิดความเชื่อเรื่องปรากฏการณ์ลี้ลับที่ไม่สามารถอธิบายได้ด้วยวิทยาศาสตร์ และไม่ได้มีเหตุผลรองรับที่สามารถพิสูจน์ได้เสมอไป หนึ่งในนั้นคือความเชื่อและความศรัทธาครูบาศรีวิชัยซึ่งนับเป็นบุคคลสำคัญของภาคเหนือในฐานะเป็น “ตนบุญแห่งล้านนา” และเป็นตัวแทนความหมายของคำว่า “ครูบา” ในปัจจุบัน (Nattapong Doungkaew, 2016)

จากชื่อเสียงของครูบาศรีวิชัยและภาพลักษณ์ของครูบาศรีวิชัยมีความสอดคล้องและสัมพันธ์กับความเชื่อและความคาดหวัง ของผู้คนในสังคมที่ต่างพากันแสวงหาเพื่อร่วมสร้างบุญ ดังนั้นครูบาในปัจจุบันซึ่งสร้างภาพลักษณ์ของตนเองให้สัมพันธ์กับภาพลักษณ์ของครูบาศรีวิชัย ซึ่งปัจจุบันมีทั้งหมด 5 รูปสำคัญ และมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักกันทั่วไปและถือว่าเป็นต้นแบบหรือเป็นภาพแทน (representation) ของกระแสครูบาในยุคปัจจุบัน ได้แก่ ครูบาบุญชุ่ม ญาณสังวโร, ครูบาเทือง นาถสีโล, ครูบาน้อย เตชปญฺโญ, ครูบาอริยชาติ อริยจิตฺโต และครูบาชัยยาปัถพี ชัยยรัตนจิตฺโต (Nattapong Doungkaew, 2016)

ครูบา ในปัจจุบันได้สร้างภาพลักษณ์และเรื่องราวที่สัมพันธ์กับครูบาศรีวิชัยคือ การแต่งกายและการแสดงพฤติกรรมคล้ายกับครูบาศรีวิชัย การเป็นครูบาศรีวิชัยกลับชาติมาเกิด การเชื่อมโยงผ่านวัตรปฏิบัติและพิธีกรรม และการสร้างภาพลักษณ์การเป็นพระนักพัฒนา โดยมีเรื่องเล่าการเป็นครูบาศรีวิชัยกลับชาติมาเกิดด้วยพื้นฐานความเชื่อเรื่อง “ขวัญ” ซึ่งเป็นความเชื่อ ท้องถิ่นภาคเหนือ จึงเกิดเรื่องเล่าว่าครูบาในปัจจุบันเป็นหนึ่งใน 32 ขวัญของครูบาศรีวิชัย กลับชาติมาเกิด (Teung Nat Seelow, 2014)

ครูบาปัจจุบันพยายามเชื่อมโยงผ่านวัตรปฏิบัติและพิธีกรรมที่กล่าวกันว่า สืบทอดมาจากครูบาศรีวิชัย ส่วนใหญ่มักเป็นการเชื่อมโยงจากประวัติครูบาศรีวิชัยที่ถูกดัดแปลง และสร้างขึ้นมาใหม่เช่น วัตรปฏิบัติครูบาศรีวิชัยที่ว่า“...นุ่งผ้าสามผืน ตื่นตีสี่ ฉันข้าวคาบเดียว เตียวจงกรม...”รวมถึงการกินมังสวิรัติด้วย โดยลักษณะวัตรปฏิบัติดังกล่าว ครูบาน้อย เตชปัญโญ กล่าวว่า ถือวัตรปฏิบัติเช่นนี้และทำเป็นประจำทุกวัน (Nattapong Doungkaew, 2016) ไม่เพียงแค่วัตรปฏิบัติเท่านั้น พิธีกรรมถือเป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่งที่ครูบาในปัจจุบันได้เชื่อมโยงกับครูบาศรีวิชัย โดยเฉพาะพิธีกรรม “การเข้านิโรธกรรม” ซึ่งปรากฏในเอกสารที่ชื่อว่า “กัมมัฏฐานรอม” กล่าวกันว่า เมื่อครั้งอยู่วัดพระสิงห์ จังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ. 2475 เรียกว่า “การเข้านิโรธ-สมาบัติ” (Phra Srivichai, 1932) ซึ่งสืบทอดมาจากครูบาอาจารย์ของตนเองซึ่งเคยเรียนรู้และศึกษามาจาก

ครูบาศรีวิชัย (Sor Suthipun, 2013) หรือไม่ก็กล่าวว่าเป็น การศึกษามาจากพับสาของครูบาศรีวิชัยที่สืบทอดจากครูบาอาจารย์ (Nattapong Doungkaew, 2016)

นอกจากนี้ยังมี การสร้างภาพลักษณ์การเป็น “พระนักพัฒนา” ซึ่งหมายถึง พระที่เน้นการบูรณปฏิสังขรณ์หรือสร้างพุทธสถานสำคัญจำนวนมาก และมีความยิ่งใหญ่อลังการ (Nattapong Doungkaew, 2016)โดยภาพลักษณ์การเป็น พระนักพัฒนาเป็นภาพลักษณ์สำคัญของครูบาศรีวิชัย โดยลักษณะการสร้างวัดของครูบาในปัจจุบันจะต้องยิ่งใหญ่ และสวยงามอลังการซึ่งไม่ได้เป็นเพียงการพยายามสร้างภาพลักษณ์การเป็นพระนักพัฒนา เพื่อให้สัมพันธ์กับภาพลักษณ์ของครูบาศรีวิชัยเท่านั้น การสร้างวัดในลักษณะดังกล่าวยังเป็นการ สถาปนาบารมีให้แก่ครูบาผู้เป็นเจ้าของวัดนั้น ๆ ด้วย ซึ่งคนส่วนใหญ่มักเชื่อว่าบารมีของเจ้าอาวาสวัดมักจะสะท้อนผ่านงานการก่อสร้างวัด วัดที่สร้างใหญ่และใช้เวลาในการก่อสร้างเร็วแสดงให้ เห็นว่าเจ้าอาวาสเป็นผู้มีบารมีสูง อย่างไรกตาม การเชื่อมโยงกับภาพลักษณ์ของครูบาศรีวิชัยไม่ได้เป็นเพียงปัจจัยเดียวที่ทำให้คนในสังคมให้ความสนใจและเลื่อมใสศรัทธา ครูบาในปัจจุบันยังมีการปรับตัวในแง่อื่น ๆ อีกมาก เพื่อให้สอดคล้องกับสภาวะความไม่มั่นคงทางจิตใจของผู้คนในโลกปัจจุบัน เพื่อตอบสนองความต้องการเรื่องโชคชะตา ดวง และเงินทอง ความต้องการของผู้คนในยุคแห่งการแข่งขัน ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ การงาน การเงิน รวมถึงความ ไม่มั่นคงต่าง ๆ อีกจำนวนมาก เป็นลักษณะการปรับตัวเพื่อสร้างจุดสนใจ สร้างแรงดึงดูดให้ผู้คน เกิดความสนใจคล้ายกับการนำเสนอสินค้าทางใจประเภทหนึ่ง แต่เป็นสินค้าทางความเชื่อ โดยสิ่งที่ทำให้ครูบาในปัจจุบันได้รับความเลื่อมใสศรัทธามาจากการนำเสนอผ่านการเรียบเรียงประวัติของครูบาแต่ละท่านออกมาเป็นรูปเล่มหนังสือ ประสบการณ์จากลูกศิษย์ ที่นำเสนอภาพความศักดิ์สิทธิ์และเรื่องปาฏิหาริย์ต่าง ๆ เป็นเรื่องเล่าต่อกันไปโดยใช้สื่อสังคมออนไลน์ทำให้มีการเผยแพร่ที่รวดเร็วและแพร่หลายนั่นเอง (Nattapong Doungkaew, 2016)

แหล่งท่องเที่ยวงามตา “ล้ำค่าพระธาตุดอยตุง”

นอกจากพระธาตุดอยตุงอันเป็นแหล่งท่องเที่ยวอันเลื่องชื่อคู่เมืองเชียงรายที่นักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและต่างประเทศต่างต้องไปยังสถานที่แห่งนี้เมื่อกล่าวถึงจังหวัดเชียงราย แต่ล่าสุดหลังจากคนทั่วโลกได้รู้ข่าวการติดถ้ำของกลุ่มเยาวชนทีมหมูป่าอะคาเดมี ทั้ง 13 คน ทำให้ถ้ำหลวง-ขุนน้ำนางนอน ซึ่งอยู่ในพื้นที่ ต.โป่งผา อ.แม่สาย จ.เชียงราย กลายเป็นอีกหนึ่งสถานที่ท่องเที่ยวที่กำลังได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก ด้วยลักษณะที่พรั่งพร้อมด้วยธรรมชาติอันอุดมสมบูรณ์ อยู่ในเขตป่าสงวนแห่งชาติป่าดอยนางนอน มีเนื้อที่ประมาณ 5,000 ไร่ กรมป่าไม้ได้ประกาศจัดตั้งเป็นวนอุทยานเมื่อวันที่ 1 ตุลาคม 2529 โดยหน่วยงานที่ดูแลหลักคือ สำนักบริหารพื้นที่อนุรักษ์ที่ 15 เชียงราย โดยถ้ำหลวง เป็นถ้ำหินปูนขนาดใหญ่ ปากถ้ำเป็นห้องโถงกว้างมากภายในถ้ำจะพบกับความงามของ เกล็ดหินสะท้อนแสง หินงอก หินย้อย ธารน้ำ และถ้ำลอด ภายในถ้ำและยังมีถ้ำเล็กๆ อีก 3 แห่งในบริเวณเดียวกัน (Thairath Online, 2018)

โดยข้อมูลของอาจารย์พรชัย เขียวสาคู (Thai PBS News, 2018) ได้ระบุเกี่ยวกับตำนานของถ้ำหลวง-ขุนน้ำนางนอน ว่าเจ้าหญิงแห่งเมืองเชียงรุ่ง แคว้นสิบสองปันนา ซึ่งมีพระสิริโฉมงดงามตามเชื้อสายแห่งชาวไทลื้อ ได้แอบรักกับชายเลี้ยงม้าในวัง จึงหนีตามกันมาถึงที่ราบใกล้แม่น้ำโขง เมื่อเดินทางไปถึงที่นั่น เจ้าหญิงทรงครรภ์หลายเดือนแล้ว เสด็จต่อไปไม่ไหวจึงประทับรอพระสวามีอยู่ที่นั่น หากแต่พระสวามีก็ไปแล้วไม่กลับมาอีกเลยด้วยถูกลอบสังหารจากทหารที่สะกดรอยตามมานั่นเอง ด้วยความเสียใจ นางจึงใช้ปิ่นปักผมแทงพระเศียรของพระองค์เอง จนเลือดไหลออกเป็นสายกลายเป็น "แม่น้ำแม่สาย" จวบจนทุกวันนี้ และพระวรกายของเจ้าหญิงที่นอนเหยียดยาวจากทิศใต้จรดทิศเหนือ ก็กลายเป็น "ดอยนางนอน" จวบจนทุกวันนี้

ดังนั้น ทางไปอำเภอแม่จัน มีขุนเขาทอดตัวคล้ายผู้หญิงนอนเหยียดยาว เรียกว่า ดอยนางนอน เดิมชื่อดอยตายสะ หรือดอยสามเส้า ซึ่งเกี่ยวกันกับตำนานลาวจก เทวบุตรอย่างแนบแน่น ดอยส่วนที่ศีรษะเรียกว่า ดอยจ้อง หรือดอยจิกจ้อง (เดิมเรียกดอยนี้ว่า ดอยท่าหรือดอยต้า) เป็นดอยของลูกชายปู่เจ้าลาวจกที่รอคอยพ่อ ดอยลูกถัดมาเรียกว่า ดอยย่าเฒ่า ซึ่งเป็นภรรยาของปู่เจ้าลาวจก ส่วนดอยอีกลูกหนึ่ง คือ ดอยดินแดง หรือดอยปู่เจ้าลาวจก หรือเป็นที่รู้จักกันดีในนามของ ดอยตุง เชื่อกันว่า ดอยทั้ง 3 นี้ เป็นที่อยู่อาศัยเดิมของลาวจักราช ผู้เป็นต้นวงศ์ของพญามังราย ก่อนที่จะเคลื่อนย้ายมาสร้างเมืองหิรัญนครเงินยาง เหนือดอยดินแดงเป็นที่ประดิษฐานพระธาตุดอยตุง อันถือเป็นปฐมธาตุแห่งแรกของภาคเหนือ (Thairath Online, 2018)

นอกจากนี้ในบริเวณใกล้ถ้ำหลวงยังประกอบด้วย*ถ้ำพระ* ซึ่งเป็นโพรงถ้ำตื้นๆ ขนาดเล็ก ภายในถ้ำมีพระพุทธรูปหน้าตักกว้าง 2 ม. 1 องค์ ถ้ำเลียงผา แม้ว่ายังไม่มีการสำรวจอย่างละเอียด แต่พบว่าช่วงต้นของถ้ำมีความชุ่มชื้น พื้นถ้ำบางแห่งมีความอ่อนนุ่ม มีสัตว์ป่าเข้ามาอาศัยดื่มน้ำและถ้ำพญานาค เป็นถ้ำขนาดเล็ก มีหินงอกหินย้อยคล้ายพญานาค และในส่วนของขุนน้ำนางนอน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของวนอุทยานถ้ำหลวง-ขุนน้ำนางนอน เป็นป่าผืนเล็กๆเชิงดอยนางนอนบรรยากาศร่มรื่น เป็นลำธารเล็กๆ ที่ไหลออกจากรอยแยกของหินใต้ภูเขาหินปูน มีการสร้างฝายขนาดเล็กกั้นไว้จนกลายเป็นแอ่งน้ำพื้นที่ขนาด 3 ไร่ มีเสื่อและห่วงยางให้เช่าริมลำธารชาวบ้านนิยมมาเล่นน้ำในหน้าร้อน (Kritsakorn Wongkornwut, n.d.)

นอกจากนี้ยังมีแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจ รอให้นักท่องเที่ยวได้ชื่นชมกับความงดงามของธรรมชาติ ดื่มด่ำกับวัฒนธรรม ประเพณีเก่าแก่แห่งล้านนา และเที่ยวหาของฝากจากสินค้าท้องถิ่นอันเลื่องชื่อคู่เมืองเชียงราย ดังจะได้แนะนำต่อไปนี้

ตลาดแม่สาย : ตลาดพม่า การค้าชายแดน

แม่สายนับว่าเป็นอำเภอใหญ่เหนือสุดของประเทศไทย ติดต่อกับเมืองท่าขี้เหล็กของพม่า โดยมีแม่น้ำแม่สายเป็นพรมแดนธรรมชาติ เป็นแหล่งที่นักท่องเที่ยวนิยมเดินทางมาซื้อหาพลอยและสินค้าราคาถูกที่ถูกนำเข้ามาจากประเทศจีน นอกจากนี้แม่สายยังเป็นจุดเริ่มต้นเดินทางไปยังเมืองเชียงตุงและสิบสองปันนาของจีน

"ตลาดแม่สาย" แห่งนี้ เป็นตลาดการค้าชายแดนที่มีชื่อเสียงมานานหลายสิบปี มีชาวพม่าและชนกลุ่มน้อยเข้ามาซื้อสินค้าต่างๆจากฝั่งไทยอย่างคึกคัก ซึ่งนักท่องเที่ยวสามารถเดินทางเข้าไปท่องเที่ยวท่าขี้เหล็กได้โดยไม่ต้องออกหนังสือผ่านแดน ภายหลังเกิดการรบพุ่งระหว่างรัฐบาลพม่ากับกองกำลังชนกลุ่มน้อย และกลายเป็นปัญหาขัดแย้งระหว่างสองประเทศ ด้วยปัญหายาเสพติด ชนกลุ่มน้อย ทำให้การผ่านแดนต้องเป็นไปอย่างเข้มงวด คนไทยจึงต้องทำหนังสือผ่านแดนหากต้องการไปท่องเที่ยวที่ท่าขี้เหล็ก ซึ่งเป็นจังหวัดชายแดนของพม่า เป็นแหล่งจำหน่ายสินค้านานาชนิด ประอัญมณี พลอยสี ทับทิม หยก เครื่องใช้ไฟฟ้าคุณภาพต่ำราคาถูกจากประเทศจีน อาหารทะเลแห้ง เหล้า บุหรี่ และเมื่อข้ามมาฝั่งท่าขี้เหล็กจะมีรถสามล้อในการให้บริการนำไปท่องเที่ยวยังเจดีย์ชเวดากองจำลอง ลักษณะเป็นเจดีย์สีทองแบบพม่า นอกจากนี้ยังมีมอเตอร์ไซต์รับจ้างพาไปยังจุดต่างๆ

วัดถ้ำปลา : ชมถ้ำตามตำนานโยนก

วัดถ้ำปลา เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีตำนานผูกโยงกับเมื่อครั้งพระพุทธเจ้าเสด็จมายังเมืองโยนก ซึ่งอยู่ติดเทือกดอยนางนอน ลักษณะเป็นเข้าหินปูนถ้ำสองถ้ำซึ่งมีลำธารเล็กๆ ไหลออกจากใต้ภูเขาหินปูน มีปลาต่างๆ ที่นำมาเลี้ยง ไม่ว่าจะเป็นปลาคาร์ฟ ปลาเงินปลาทอง ปลานิล ปลาไน รวมกับปลาที่มีอยู่เดิม คือปลาพลวง และปลาที่มีลักษณะพิเศษซึ่งเกี่ยวข้องกับตำนานเรียกว่า “ปลาหีบหนีบปิ้ง” ซึ่งเป็นปลาตัวแบน อาศัยอยู่ในถ้ำ ซึ่งไม่มีใครพบเห็นตัวมานานแล้ว

นอกจากถ้ำปลาแล้วยังมีถ้ำเปลวปล่องฟ้า โดยมีลานหน้าถ้ำเป็นจุดชมทิวทัศน์ ที่ให้ภาพทุ่งนาและหมู่บ้านอยู่เบื้องล่าง ภายในถ้ำมีพระธาตุเจดีย์ขนาดเล็กและพระพุทธรูปสิงห์ขนาดกลาง ในโถงถ้ำเมื่อแหงนหน้ามองจะเห็นปล่องแสงจากภายนอกพุ่งลงมา จึงได้ชื่อว่า “ถ้ำเปลวปล่องฟ้า”

พระธาตุอินแปลง อยู่ห่างจากถ้ำปลา 50 ม. แต่ขึ้นไปองค์พระธาตุไม่ได้ ลักษณะเป็นเจดีย์สูงประมาณ 5 ม. คล้ายเจดีย์แบบพม่า แต่ฐานไม่กว้าง สร้างอยู่บนชะง่อนผาสูงประมาณ 20 ม. ไม่มีทางขึ้น เล่ากันว่าเมื่อปี พ.ศ. 2455 มีฤาษีพม่าชื่อ อูส่วยหล่าให้คนทำนั่งร้านยึดกับหน้าผา ตัวฤาษีหิ้วปูนขึ้นไปเพื่อสร้างเจดีย์เพียงผู้เดียว ไม่มีใครกล้าขึ้นไปช่วยเพราะอยู่บนภูเขาสูงชัน เมื่อสร้างเสร็จก็หายตัวไปโดยไร้ร่องรอย ชาวบ้านจึงเรียกเจดีย์นี้ว่า “เจดีย์อินแปลง”เพราะเชื่อว่าพระอินทร์แปลงเป็นฤาษีมาสร้างเจดีย์ให้ชาวบ้านสักการะ

เจดีย์นพจุฑา หรือเจดีย์เก้ายอด เป็นเจดีย์ฐานสี่เหลี่ยมสร้างด้วยศิลาแลง มีลักษณะการสร้างแบบศิลปะอินเดียวยุคพระเจ้าอโศกมหาราช เจดีย์องค์นี้สร้างขึ้นเมื่อปี 2523 โดยหลวงพ่อพระดาบสสุมโน ใช้เวลาก่อสร้าง 2 ปี 2 เดือน 7 วัน เป็นเจดีย์บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ

ถ้ำกู่แก้ว อยู่ทางด้านเหนือใกล้กับเจดีย์เก้ายอด ด้านหน้าถ้ำมีพระพุทธรูปปางประจำวันอังคารประดิษฐานอยู่ ภายในถ้ำมีทางเดินแคบๆ มืดสนิท ลึกประมาณ 80 ม. มีพระพุทธรูปปั้นด้วยดินเหนียวปางต่างๆ นับร้อยองค์ปั้นโดยครูบาบุญชุ้ม ญาณสังวโร เมื่อครั้งบวชเป็นสามเณร และเข้าไปบำเพ็ญเพียรภายในถ้ำ เดิมถ้ำกู่แก้วมีหินงอกหินย้อยปิดปากถ้ำจนไม่เห็นทางเข้า ต่อมาพ.ศ. 2497 หลวงพ่อกมล สุทธิญาโนได้ขุดเจาะและสำรวจพบว่าเป็นถ้ำลึก มีหินงอกหินย้อยรูปต่างๆมากมายภายในยังมีคูหา เวอ้งถ้ำ บนเพดานมีผลึกระยิบระยับ จึงเรียกว่า “ถ้ำกู่แก้ว”

วัดพระธาตุดอยเวา : ชมวิวแม่สาย นมัสการพระธาตุเก่าแก่

ตั้งอยู่บนดอยเวา ดอยเล็กริมฝั่งน้ำแม่สาย ตามประวัติกล่าวว่า พระองค์เวาหรือเว้าผู้ครองนครโยนกนาคพันธุ์ เป็นผู้สร้างบรรจุพระเกศาธาตุองค์หนึ่ง เมื่อ พ.ศ.364 นับเป็นพระบรมธาตุที่เก่าแก่องค์หนึ่งของแผ่นดินล้านนา

พระธาตุดอยเวา เป็นเจดีย์สีทองแบบล้านนาบนฐานสี่เหลี่ยมย่อมุม มีซุ้มจระนำสี่ทิศ ปล้องไฉนสี่ชั้นรองรับองค์ระฆังขนาดเล็ก ฐานกว้างประมาณ 4 ม. สูง 15 ม. นอกจากนี้บนวัดพระธาตุดอยเวายังมีหอสูงให้ขึ้นไปชมทิวทัศน์ตัว อำเภอแม่สาย จนถึงจังหวัดท่าขี้เหล็กของพม่า

ตลาดดอยเวา

มาต่อกันที่ "ตลาดดอยเวา" กันเลยค่ะ ที่นี่ก็มีของฝากมากมายหลายอย่างเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นพวกขนม พรม เสื้อผ้าแฟชั่น เสื้อกันหนาว และตลาดดอยเวายังตั้งอยู่ที่หน้าวัดดอยเวา แถมใครที่ช็อปเสร็จ ก็ยังสามารถแวะเข้าไปกราบไหว้พระที่วัดดอยเวาได้อีกด้วย

ดอยผาหมี

หลายคนอาจจะเคยได้ยินชื่อ "ดอยผาหมี" มานาน และยังไม่เคยได้ไปสัมผัสจริงๆ ลองหาโอกาสไปสักครั้ง นอกจากที่พักที่นี่จะน่าอยู่และสงบแล้ว บรรยากาศของที่นี่ยังเต็มไปด้วยธรรมชาติ แสงแดดอ่อนๆ ในยามเช้า

นั่งจิบกาแฟมองวิวสวยๆ ของหมู่บ้าน รวมไปถึงทิวเขาของดอยผาหมีอีกด้วย (Kritsakorn Wongkornwut, n.d.)

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นว่าดินแดนเจ้าแม่นางนอน หรือในส่วนของจังหวัดเชียงราย กับเหตุการณ์การช่วยเหลือกลุ่มเยาวชนทีมหมูป่าอะคาเดมี ทั้ง 13 ชีวิต ได้เผยโฉมสถานที่ท่องเที่ยวและแหล่งอารยธรรมที่สวยงามของตัวจังหวัดเชียงรายให้เป็นที่ประจักษ์สู่นานาประเทศได้เป็นอย่างดีและ การมีอาณาเขตติดต่อกับประเทศลาวและประเทศพม่าสองประเทศเพื่อนบ้านอาเซียนส่งผลให้มีการเคลื่อนย้ายประชากรสร้างความหลากหลายทางด้านเชื้อชาติและกลุ่มชาติพันธุ์ ประกอบกับการมีประวัติศาสตร์ความเป็นมาที่ยาวนาน ส่งผลให้ก่อเกิดวัฒนธรรมทางด้านอาหาร และประเพณีความเชื่อที่หลากหลายคล้ายคลึงกับประเทศเพื่อนบ้านทั้งสองประเทศไปพร้อมกันด้วย และสิ่งที่น่าประทับใจที่สุดสำหรับดินแดนแห่งนี้ซึ่งสะท้อนผ่านเหตุการณ์การช่วยเหลือกลุ่มเยาวชนทีมหมูป่าฯ คือ ความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของชนชาติไทยที่ยามประสบปัญหาทุกคนในชาติพร้อมที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ตลอดจนได้เห็นถึงมิตรภาพจากนานาประเทศที่ต่างหลั่งไหลเข้ามาให้ความช่วยเหลือสยามประเทศอย่างน่าภาคภูมิใจ

บทสรุป

ดินแดนเจ้าแม่นางนอน หรือ จังหวัดเชียงราย ดินแดนเหนือสุดแดนสยาม มีอาณาเขตติดต่อกับประเทศเพื่อนบ้านถึงสองประเทศนั่นคือทางทิศเหนือ ติดต่อกับสหภาพพม่า และทางทิศตะวันออก ติดต่อกับสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว จนเรียกได้ว่าเป็น “ชายแดนสามแผ่นดิน” นั่นคือ ไทย ลาว และพม่า ส่งผลให้จังหวัดเชียงรายมีความหลากหลายทางเชื้อชาติ เผ่าพันธุ์ และภาษา และจากประวัติศาสตร์การก่อตั้งจังหวัดเชียงรายอันเป็นพื้นฐานของวัฒนธรรมล้านนาที่สืบทอดต่อกันมาอย่างยาวนาน จนได้ชื่อว่าเป็น “ถิ่นวัฒนธรรมล้านนา” อันโดดเด่นด้วยวัฒนธรรมอาหารการกินที่อุดมด้วยคุณค่าความเป็นมาและโภชนาการอันสมบูรณ์ อีกทั้งมีประเพณีที่สืบต่อกันมาอย่างยาวนาน งดงามด้วยการปฏิบัติและความเชื่อที่หลอมร่วมความแตกต่างให้เป็นหนึ่งเดียว และเป็นขวัญกำลังใจยามเกิดปัญหาภายใต้สังคมสมัยใหม่อันวุ่นวายซับซ้อน นับได้ว่าจังหวัดเชียงรายเป็นแหล่งวัฒนธรรมที่ชวนให้ศึกษาหาความรู้ในความหลากหลายเหล่านี้อย่างไม่รู้เบื่อเลยทีเดียว

นอกจากนี้ จังหวัดเชียงรายยังพรั่งพร้อมด้วยแหล่งท่องเที่ยวอันหลากหลาย ด้วยระบบนิเวศน์ที่อุดมสมบูรณ์ ไม่ว่าจะเป็นแมกไม้ ขุนเขา น่านน้ำ ทรัพยากรทั้งบนดินและใต้น้ำที่ดึงดูดให้ชนชาวไทยและต่างประเทศต่างใฝ่ฝัน ตั้งเป้าหมายเดินทางมาชื่นชมธรรมชาติและความงดงามของสถานที่ต่างๆ ภายในจังหวัดเชียงราย และล่าสุดจากเหตุการณ์การช่วยเหลือกลุ่มเยาวชนทีมหมูป่าอะคาเดมี ทั้ง 13 คน ทำให้ดินแดนเจ้าแม่นางนอนแห่งนี้ เป็นที่ประจักษ์ต่อสายตาชาวโลกที่นอกเหนือจากความงดงามทางธรรมชาติและวัฒนธรรมท้องถิ่นอันทรงคุณค่าแล้ว ยังแสดงถึงดินแดนแห่งมิตรภาพที่เกิดจากคนในชาติและนานาประเทศที่ต่างร่วมมือกันยามเกิดปัญหา จนภารกิจช่วยเหลือ 13 เยาวชนทีมหมูป่าฯ สำเร็จลุล่วงอย่างน่าภาคภูมิใจ คงไว้ซึ่งร่องรอยแห่งมิตรภาพและความศรัทธาที่มากกว่าเงินตราวัตถุที่ก่อกิเลสตัณหาในโลกสมัยใหม่ ให้กลายเป็นตำนานเล่าขานสู่อนุชนรุ่นหลังได้อย่างน่าชื่นชม

ข้อเสนอแนะ

จากการนำเสนอข้อมูลของจังหวัดเชียงรายดังกล่าวเป็นเพียงข้อมูลบางส่วนที่จะช่วยกระตุ้นให้นักท่องเที่ยวได้เดินทางเข้าไปพักผ่อนกายและใจ ตลอดจนทำการศึกษาทั้งในเชิงนิเวศน์และวัฒนธรรมอันล้ำค่าที่ซ่อนอยู่ภายใต้ความงดงามของแหล่งท่องเที่ยวต่าง ๆ ของจังหวัดเชียงราย ซึ่งจะส่งผลดีทั้งต่อผู้ที่เดินทางเข้าไปท่องเที่ยวเอง และยังเป็นการส่งเสริมรายได้สู่ชุมชน ตลอดจนธุรกิจการท่องเที่ยวอันเป็นรายได้หลักของประเทศไปพร้อมกันด้วย ประโยชน์จากการท่องเที่ยวดังกล่าวเป็นสิ่งที่ธรรมชาติได้มอบให้กับมนุษย์ ดังนั้นการท่องเที่ยวหรือการศึกษาหาคำตอบต่างๆ ของมนุษย์เองควรต้องกระทำอย่างมีขอบเขตและมีจิตสำนึกในการอนุรักษ์

ธรรมชาติเพื่อเป็นการสนองคุณที่ธรรมชาติมอบให้ ไม่ใช่เพียงการแสวงหาประโยชน์จากธรรมชาติอันอุดมสมบูรณ์จนขาดสติกลายเป็นการบ่อนทำลายทรัพยากร และวัฒนธรรมอันมีค่าจนเหือดหายไม่เหลือไว้ให้ชนรุ่นหลังได้ชื่นชมในภายภาคหน้า

ดังนั้นทุกภาคส่วนโดยเฉพาะผู้รักในการท่องเที่ยวทั้งหลายควรตระหนัก และมีจิตสำนึกรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีในท้องถิ่นนั้นๆ ให้ชาวโลกเห็นถึงภาพลักษณ์ความสวยงามทั้งภายนอกด้วยธรรมชาติ และวัฒนธรรมอันโดดเด่นของประเทศ และภายใน คือ จิตใจที่งดงามอันสะท้อนผ่านการกระทำที่ดี มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมกันพัฒนาการท่องเที่ยวไทยให้เป็นการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์ มากมูลด้วยคุณค่าทางวัฒนธรรมเป็นมรดกสู่ลูกหลานสืบไป

References

BBC NEWS. (2018). *Tham Luang: 17 Days of Mission, Helping the Boar Team from Friendship, Cooperation Tears for success*. Retrieved August 2, 2018, from https://www.bbc.com/thai/international.

Chawalit Kumngern. (2015). *Arts, Culture and Customs of Mae Sai District Chiang Rai province.* Retrieved July 17, 2018, from http://581128019.blogspot.com/2015/10/blog-post_65.html.

Komchadluek. (2012). *The Wonders of 10 Mae Sai Ethnicities*. Retrieved July 17, 2018, from http://www.komchadluek.net/news/knowledge/145947.

Kritsakorn Wongkornwut. (n.d.). *Chiang Rai*. Bangkok: Viriya Business Company Limited.

Nattapong Doungkaew. (2016). The image and self-presentation of “NEO-KRUBA” as “faith product”. *Journal of Faculty of Liberal Arts Thammasat University, 35(3)* September – December, 2016.

Phra Srivichai. comp. (1932). *Karmasthanarom*. Chiang Mai: n.p.

Ranida Pingmuang. et. al. (n.d.). Lanna Folk Food Recipes, Chiang Rai Province. *Education and promotion of local food culture for community wellness Chiang Rai province.* Research in Chiang Rai Rajabhat University, Office of the Health Promotion Fund.

Sor Suthipun. (2013). *Travel the Land of Buddhism with Kruba Ariyachat-Arijitto*. (2nd ed.). Bangkok: Sathaporn Book.

Sombat Karnjanakit (2017). *Recreation and Tourism Industry*. (3rd ed.). Bangkok: Publisher of Chulalongkorn University.

Teung Nat Seelow. (2014). *Secret Record List in Siam*. Retrieved August 2, 2018, from https://www.youtube.com/ watch?v=31nKy10sC20.

Thai PBS News. (2018). *Legendary "Luang Cave - Khun Nam Nang Non", Chiang Rai Province.* Retrieved July 18, 2018, from http://news.thaipbs.or.th/content/272981.

Thailand Tourism Authority of Thailand Chiang Rai Office. (2015). *Chiang Rai*. Chiang Rai: Tourism Information Division, Marketing Service Department.

Thairath Online. (2018). *The legend of Luang Nam Khun Nang Non With the story of a child in a cave.* Retrieved July 24, 2018, from https://www.thairath.co.th/content/1317421#cxrecs_s.

———————. (2018). *5 attractions in Mae Sai Northernmost Land of Siam: There is nothing more than a royal cave!.* Retrieved July 24, 2018, from https://www.thairath.co.th/content/1332233.

Received : 22 August, 2018
Revised : 2 October, 2018
Accepted : 7 November, 2018

หลักเกณฑ์การส่งบทความเพื่อพิจารณาตีพิมพ์ในวารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ได้ดำเนินโครงการจัดทำวารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ซึ่งกำหนดจัดทำปีละ 3 ฉบับ โดยมีจุดประสงค์เพื่อเผยแพร่ผลงานวิชาการและผลงานวิจัยทางพลศึกษา การกีฬา การสร้างเสริมสุขภาพ วิทยาศาสตร์การกีฬา การบริหารจัดการกีฬา การประกอบธุรกิจและอุตสาหกรรมการกีฬา และเป็นสื่อกลางในการแลกเปลี่ยนความรู้ เพื่อให้การจัดทำวารสารฯ เป็นไปตามหลักเกณฑ์และวัตถุประสงค์ ทางกองบรรณาธิการจึงได้กำหนดหลักเกณฑ์ของการส่งบทความให้กับผู้วิจัยและผู้สนใจดังนี้

1. ประเภทของบทความ

1.1 บทความวิจัย (Research article) เป็นบทความที่เรียบเรียงอย่างเป็นระบบจากงานวิจัย

1.2 บทความวิชาการ (Academic article) มีลักษณะ ดังนี้

1.2.1 เป็นบทความจากการทบทวนเอกสาร ที่มุ่งถ่ายทอดองค์ความรู้ ประสบการณ์หรือความชำนาญ แนวคิด ของผู้เขียน หรือข้อค้นพบซึ่งอาจเป็นผลมาจากงานวิจัยหลาย ๆ เรื่อง มีการเรียบเรียงนำเสนออย่างเป็นระเบียบ

1.2.2 เป็นบทความที่นำเสนอกระบวนการสร้างและพัฒนานวัตกรรม

2. ส่วนประกอบของบทความ

2.1 ส่วนหน้า แยกเป็น ส่วนภาษาไทย และภาษาอังกฤษ แต่ละส่วนความยาวไม่เกิน 1 หน้ากระดาษ A4 ประกอบด้วย

2.1.1 ชื่อบทความ (Title) ไม่เกิน 2 บรรทัด

2.1.2 ชื่อผู้เขียน (Author) ไม่ใส่คำนำหน้าชื่อ และตำแหน่งทางวิชาการ

2.1.3 ชื่อหน่วยงาน (Affiliation) ระบุหน่วยงานหรือสังกัดของผู้เขียนทุกคน ในกรณีที่ผู้เขียนอยู่ต่างสังกัดกันให้ใส่เลขยกกำกับ

2.1.4 บทคัดย่อ (Abstract) มีความยาวไม่น้อยกว่า 200 คำ และไม่เกิน 300 คำ

2.1.5 คำสำคัญ (Keywords) ประมาณ 3 - 5 คำ

2.1.6 ผู้รับผิดชอบบทความ (Corresponding author) ใส่ชื่อ-นามสกุล สาขาวิชา คณะ สังกัด และอีเมล์ ในกรณีที่เป็นนักวิชาการอิสระ ให้ระบุ ชื่อ-นามสกุล ที่อยู่ และอีเมล์

2.2 ส่วนบทความ

2.2.1 บทความวิจัย ประกอบด้วย

2.2.1.1 บทนำ (Introduction) อธิบายถึงความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา รวมถึงการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องอันเป็นที่มาของวัตถุประสงค์การวิจัย และสมมติฐานของการวิจัย

2.2.1.2 วิธีดำเนินการวิจัย (Methodology) อธิบายอย่างชัดเจนถึงรูปแบบการวิจัย เครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ขั้นตอน/วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลหรือการทดลอง การวิเคราะห์ข้อมูลและ/หรือวิธีที่ใช้ในการตรวจสอบความถูกต้องของการรวบรวมข้อมูล

2.2.1.3 ผลการวิจัย (Results) เสนอผลการเก็บรวบรวมข้อมูล ตรงประเด็นตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ควรมีตารางและ/หรือภาพประกอบ หากมีบรรยายใต้ตารางควรเป็นการชี้ประเด็นที่สนใจหรือหมายเหตุของการแสดงสัญลักษณ์ที่ระบุไว้ในตาราง

2.2.1.4 การอภิปรายผล (Discussion) เป็นการอธิบายถึงประเด็นผลการวิจัย เพื่อให้ผู้อ่านมองเห็นชัดเจนว่าผลการวิจัยครั้งนี้เป็นตามที่นำเสนอสมมติฐาน หรือสิ่งที่ค้นพบสอดคล้องมีทฤษฎีและ/หรือผลงานวิจัยก่อนหน้านี้สนับสนุนหรือขัดแย้งหรือไม่ พร้อมทั้งอภิปรายผลการวิจัยเพื่อนำเสนอแนวทางนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

2.2.1.5 บทสรุป (Conclusion) สรุปสาระสำคัญของการค้นพบของการวิจัยครั้งนี้

2.2.1.6 กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgements) เป็นการเขียนแสดงความขอบคุณผู้มีส่วนในความสำเร็จ ซึ่งควรเขียนไม่เกิน 3 บรรทัด

2.2.1.7 เอกสารอ้างอิง (References) เป็นรายการเอกสารที่ถูกเขียนอ้างอิงไว้ในเนื้อหาบทความ หากเอกสารอ้างอิงเป็นภาษาไทยให้แปลเป็นภาษาอังกฤษทั้งหมด การอ้างอิงในเนื้อหา หากเป็นชื่อชาวต่างชาติให้เขียนชื่อทับศัพท์เป็นภาษาไทยด้วย โดยยึดรูปแบบการเขียนอ้างอิงตามหลักเกณฑ์ของ APA (American Psychological Association)

หมายเหตุ บทความวิจัยจำเป็นต้องผ่านจริยธรรมในการทำวิจัยก่อน

2.2.2 บทความวิชาการ

การเขียนส่วนเนื้อหาของบทความวิชาการควรจะต้องมีกรอบแนวคิดทางหลักวิชาการ ที่แสดงให้เห็นความเชื่อมโยงของเหตุที่นำไปสู่ผล นอกจากนี้ในการใช้ภาษาเพื่อนำเสนอเรื่องที่เขียน ควรเรียบเรียงอย่างดีชัดเจน เช่น ลำดับเนื้อหาเชื่อมโยงต่อเนื่อง บรรยายอ้างอิงแหล่งข้อมูลต่างๆ ประกอบเรื่องที่เขียนเป็นต้น เพื่อให้ผู้อ่านเกิดความรู้ความเข้าใจ คล้อยตามและมองเห็นความสำคัญ โดยการเขียนบทความวิชาการควรประกอบด้วย

2.2.2.1 บทนำ (Introduction) เพื่ออธิบายถึงที่มาและความสำคัญของเรื่องที่นำมาเขียนบทความ

2.2.2.2 วิธีศึกษาหรือวิธีดำเนินการ (Methodology) ที่เป็นการอธิบายถึงการได้มาซึ่งข้อมูลหรือความรู้หรือเรื่องราวที่นำเสนอในครั้งนี้

2.2.2.3 สรุปท้ายบทความ (Conclusion) เพื่อบอกถึงประเด็นหรือสาระสำคัญที่นำเสนอ

3. รูปแบบการพิมพ์

3.1 ตั้งค่าหน้ากระดาษ

3.1.1 จำนวนหน้าของบทความ 10 – 12 หน้า กระดาษ A4 (8.27” x 11.69”)

3.1.2 ตั้งกั้นหน้า ซ้าย – ขวา – บน – ล่าง เท่ากับ 2.54 เซนติเมตร หรือ 1 นิ้ว

3.1.3 ตั้งย่อหน้าแรก 0.5 นิ้ว

3.1.4 แต่ละหัวข้อหลักเว้นบรรทัด 10 pt. ส่วนระหว่างหัวข้อหลักและหัวข้อรองไม่เว้นบรรทัด

3.2 แบบตัวอักษร

การพิมพ์บทความทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ใช้แบบอักษร TH Sarabun PSK ทั้งฉบับ โดยใช้ ดังนี้

3.2.1 ชื่อเรื่อง (Title) ใช้อักษรขนาด 18 ตัวหนา ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ จัดให้อยู่ตรงกลางหน้ากระดาษ

3.2.2 ชื่อผู้เขียน (Author) ใช้อักษรขนาด 16 ตัวหนา ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ จัดให้อยู่ชิดขอบด้านขวา กรณีที่ผู้เขียนมากกว่า 1 ท่าน และต่างสังกัดให้พิมพ์เลขยก ต่อท้ายนามสกุลผู้เขียน

- ภาษาไทย ตัวอย่างเช่น สมบัติ กาญจนกิจ[1] และ สุวิมล ตั้งสัจจพจน์[2]

- ภาษาอังกฤษ ให้ใช้อักษรตัวแรกเป็นพิมพ์ใหญ่ ทั้งชื่อ และนามสกุล ตัวอย่างเช่น Sombat Karnjanakit

3.2.3 ชื่อหน่วยงานของผู้เขียน (Affiliation) จัดพิมพ์ในบรรทัดถัดจากชื่อผู้เขียน จัดให้อยู่ชิดขอบขวา กรณีที่ผู้เขียนมากกว่า 1 ท่าน และต่างสังกัดให้พิมพ์เลขยก ด้านหน้าหน่วยงานตามลำดับผู้เขียน (กรณีที่ผู้เขียนอยู่สถาบันเดียวกัน ไม่พิมพ์เลขยก)

- ภาษาไทย ตัวอย่างเช่น

สมบัติ กาญจนกิจ[1] และ สุวิมล ตั้งสัจจพจน์[2]
[1]คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
[2]คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

- ภาษาอังกฤษ ตัวอย่างเช่น

Sombat Karnjanakit[1] and Suvimol Tangsujjapoj[2]
[1]Faculty of Sport Science Chulalongkorn University
[2]Faculty of Education Kasetsart University

3.2.4 บทคัดย่อ (Abstract) ชื่อหัวข้อ **บทคัดย่อ** หรือ **Abstract** จัดให้อยู่ชิดขอบซ้าย ใช้ตัวอักษรขนาด 16 ตัวหนา ในส่วนของเนื้อหา ใช้อักษรขนาด 16 ธรรมดา

3.2.5 คำสำคัญ (Keywords) ชื่อหัวข้อ **คำสำคัญ** หรือ **Keywords** จัดให้อยู่ชิดขอบซ้าย ใช้ตัวอักษรขนาด 16 ตัวหนา และตามด้วยสัญลักษณ์ : และตามด้วยคำสำคัญ ประมาณ 3 คำ

- ภาษาไทย ตัวอย่างเช่น

คำสำคัญ: กีฬา ชีวกลศาสตร์ กอล์ฟ

- ภาษาอังกฤษ ตัวอย่างเช่น

Keywords: Sport, Biomechanics, Golf

3.2.6 หัวข้อหลักในบทความ ได้แก่ บทนำ วิธีดำเนินการวิจัย ผลการวิจัย บรรณานุกรม และกิตติกรรมประกาศ (ถ้ามี) จัดให้อยู่ชิดขอบซ้าย ใช้ตัวอักษรขนาด 16 ตัวหนา

3.2.6 เนื้อหาบทความ ใช้ตัวอักษรขนาด 16 ธรรมดา ทั้งภาษาไทยและ ภาษาอังกฤษ

3.2.8 หัวข้อรอง ได้แก่ กลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย จัดให้อยู่ชิดขอบซ้ายตรงกับหัวข้อหลัก ไม่เว้นช่วงบรรทัด ใช้ตัวอักษรขนาด 16 ตัวหนา

3.2.9 เอกสารอ้างอิง (References) สำหรับหัวข้อ จัดให้อยู่ชิดขอบซ้าย ให้ใช้อักษรขนาด 16 ตัวหนา เช่น **References** ในส่วนของรายการเอกสารอ้างอิงใช้ตัวอักษรขนาด 16 ธรรมดา ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ โดยใส่รายการเอกสารที่ถูกอ้างอิงไว้ในบทความเท่านั้น

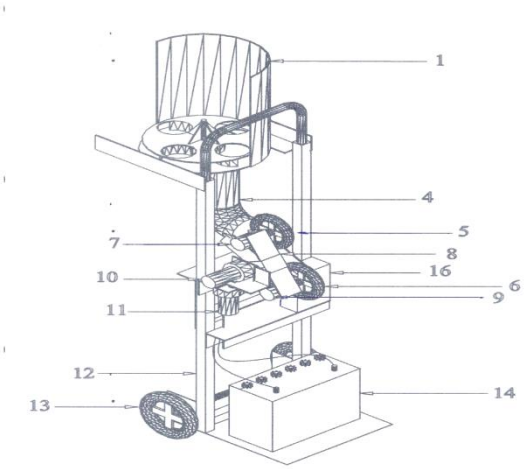
3.2.3 ชื่อตาราง ใช้ข้อความว่า **ตารางที่** ใช้ตัวอักษรขนาด 16 ตัวหนา จัดให้อยู่ชิดขอบซ้าย ส่วนเนื้อหาในตารางใช้อักษรขนาด 14 เช่น **ตารางที่ 1** เปรียบเทียบบริบททั่วไปของ 6 ประเทศเป้าหมายกับประเทศไทย

ตาราง 1 จำนวนองค์ประกอบ ค่าร่วมกัน ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสมในแต่ละองค์ประกอบ

ตัวแปร	ค่าร่วมกัน	องค์ประกอบ	ค่าไอเกน	ค่าร้อยละของความแปรปรวน	ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสม
1	0.689	ที่ 1 การรับรู้ (ความรู้สึกปวด, การเกร็งของกล้ามเนื้อ)	4.383	24.352	24.352
2	0.664	ที่ 2 ความเชื่อมั่น	3.433	19.072	43.424
3	0.500	ที่ 3 คุณภาพชีวิต	1.819	10.107	53.531
4	0.575	ที่ 4 ความวิตกกังวล (ทางจิตใจ)	1.379	7.661	61.192
5	0.611	ที่ 5 ความวิตกกังวล (ทางร่างกาย)	1.046	5.813	67.005
6	0.793		0.858	4.766	71.771
7	0.843		0.746	4.144	75.915
8	0.744		0.691	3.839	79.754
9	0.726		0.612	3.399	83.153
10	0.621		0.516	2.868	86.021
11	0.719		0.496	2.754	88.776
12	0.667		0.374	2.076	90.852
13	0.593		0.344	1.913	92.765
14	0.733		0.327	1.814	94.579
15	0.630		0.292	1.624	96.203
16	0.554		0.283	1.574	97.777
17	0.702		0.228	1.267	99.044
18	0.695		0.172	0.956	100.000

หมายเหตุ. จาก “การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของแบบประเมินสภาวะกายและจิตใจสำหรับการบาดเจ็บทางการกีฬาในนักกีฬาไทย,” โดย ธิรตา ภาสะวณิช, 2562, วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา, 11(3), น. 309.

3.2.4 ภาพประกอบ ใช้ข้อความว่า **“ภาพที่”** ใช้ตัวอักษรขนาด 16 ตัวหนา จัดให้อยู่ตรงกลางหน้ากระดาษ ตามด้วยชื่อภาพ เช่น **ภาพที่ 1** แบบจำลองการพัฒนากีฬาเป็นเลิศสำหรับประเทศไทย



ภาพที่ 1 เครื่องยิงลูกเทนนิสสั่งการด้วยรีโมท และใช้ระบบไฟจากแบตเตอรี่. จาก *สื่ออุปกรณ์ช่วยสอนกิจกรรมพลศึกษา : เครื่องยิงลูกเทนนิส* (น. 100), โดยลัคนา พิมพ์จันทร์ ธราภรณ์ สุนทร และสุเทพ เหนือคลอง, 2562, วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา, 11(2).

4. เอกสารอ้างอิง (References)

การเขียนอ้างอิงเอกสารให้ใช้ตามแนวทางของ The American Psychological Association (APA) 6th Edition โดยเรียงตามลำดับตัวอักษร **ทั้งนี้ให้ผู้แต่งแปลงเอกสารอ้างอิงภาษาไทยให้เป็นภาษาอังกฤษด้วย เพื่อให้เป็นไปตามหลักของเกณฑ์มาตรฐาน ACI (Asean Citation Index)**

4.1 การอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหาตามหลักเกณฑ์ APA

การอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหาตามหลักเกณฑ์ APA (American Psychological Association) พัฒนามาจากนักสังคมศาสตร์และนักพฤติกรรมศาสตร์มากว่า 80 ปี เพื่อเป็นมาตรฐานในการเขียนอย่างเป็นระบบสำหรับภาคนิพนธ์ การทำวิจัย รายงานการวิจัย การทบทวนวรรณกรรม บทความและกรณีศึกษา สำหรับนักเขียนและนักศึกษาซึ่งเป็นรูปแบบที่นิยมใช้อย่างแพร่หลายในสาขาวิชาสังคมศาสตร์และจิตวิทยา กฎเกณฑ์การอ้างอิงนี้ออกแบบมาเพื่อให้ผู้ใช้มีความชัดเจนในการลงรายการงานเขียนที่เป็นรูปแบบเดียวกัน เช่น การใช้เครื่องหมายวรรคตอนและคำย่อ โครงสร้างตาราง การลงรายการอ้างอิง และการนำเสนอสถิติ สำหรับ APA 6th edition มีการปรับปรุงเนื้อหาให้ทันสมัยเพื่อรองรับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี โดยได้เพิ่มแนวทางในการลงรายการอ้างอิงสำหรับสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ ข้อมูลเสริม และการอ้างอิงจากเว็บไซต์ โดยในบางส่วนได้ดัดแปลงให้เหมาะสมกับการนำมาใช้ในการอ้างอิงเอกสารภาษาไทย ซึ่งอาจมีลักษณะและข้อมูลบางอย่างแตกต่างจากเอกสารในภาษาอังกฤษ

4.1.1 การอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหา (Citing References in Text)

การอ้างอิงแบบนี้ใช้กับข้อความที่คัดลอกมาหรือประมวลมา เป็นการเขียนอ้างอิงแหล่งที่มาของข้อมูลในเนื้อหาวิทยานิพนธ์ โดยระบุชื่อผู้แต่งและปีพิมพ์ ในกรณีที่เป็นการอ้างอิงเนื้อหาโดยตรงหรือแนวคิดบางส่วนหรือเป็นการคัดลอกข้อความบางส่วนมาโดยตรง **ควรระบุเลขหน้าไว้ด้วย** โดยพิมพ์ต่อท้ายปีพิมพ์

คั่นด้วยเครื่องหมาย**จุลภาค (,)** อย่างไรก็ตามการไม่ระบุเลขหน้าอาจทำได้ในกรณีที่เป็นการอ้างอิงงานของผู้อื่นโดยการสรุปเนื้อหาหรือแนวคิดทั้งหมดของงานชิ้นนั้น

การอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหาเป็นระบบนาม-ปี ให้ข้อมูลผู้แต่ง ปีพิมพ์และ เลขหน้าที่มีข้อความที่อ้างถึง

<u>รูปแบบการอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหา มี 3 รูปแบบ ดังนี้</u>

1. (ผู้แต่ง, ปีพิมพ์, เลขหน้า) ท้ายข้อความที่อ้างอิง

(สุนีย์ มัลลิกะมาลย์, 2549, น. 200-205)
(McCartney & Phillips, 2006, pp. 498-499)
(Murphy, 1999, p. 85)

กรณีที่ไม่ปรากฏเลขหน้าให้ลงแค่ชื่อผู้แต่งกับปีพิมพ์ไว้ในวงเล็บเดียวกัน
(สุนีย์ มัลลิกะมาลย์, 2549)

2. ผู้แต่ง (ปีพิมพ์, เลขหน้า)

ลดาพร บุญฤทธิ์ (2539, น. 49) ได้ศึกษาถึง.....
Kanokon Boonsarngsuk (2002, p. 14) studied.....

กรณีที่ไม่ปรากฏเลขหน้าให้ลงแค่ชื่อผู้แต่งกับปีพิมพ์โดยลงปีพิมพ์ไว้ในวงเล็บ
ลดาพร บุญฤทธิ์ (2539)

3. ปีพิมพ์ ผู้แต่ง (เลขหน้า)

ในปี 2542 เสรี วงษ์มณฑา ได้ให้ความหมายว่า “การประชาสัมพันธ์เป็นการกระทำทั้งหลายทั้งปวง ที่เกิดจากการวางแผนล่วงหน้าในการที่จะสร้างความเข้าใจกับสาธารณชนที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เกิดทัศนคติที่ดี ภาพพจน์ที่ดี อันนำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีระหว่างหน่วยงานและสาธารณชนที่เกี่ยวข้องก่อให้เกิดการสนับสนุนและความร่วมมือเป็นอย่างดี” (น. 9)

In 1996, According to Kaplan and Norton, “the implementation of the Balanced Scorecard allows the organization to be managed successfully. It support the deployment of business strategies, meeting customer needs, and the visibility of process problem” (p. 7).

หากข้อความที่คัดลอกมามีความยาวไม่เกิน 3 บรรทัด ให้พิมพ์ต่อเนื่องกับเนื้อหาโดยไม่ต้องย่อหน้าใหม่และให้ใส่เครื่องหมายอัญประกาศ (“.....”)

ตัวอย่างที่ 1

Interpreting these results, Robbins et al. (2003) suggested that the “therapists in dropout cases may have inadvertently validated parental negativity about the adolescent without adequately responding to the adolescent’s needs or concerns” (p. 541), contributing to an overall climate of negativity.

ในปี 2000 Nahavandi กล่าวถึงความหมายของภาวะผู้นำว่า “ภาวะผู้นำเป็นผลจากการรวมกระบวนการปฏิสัมพันธ์ในหมู่ของผู้นำ ผู้ตามและสถานการณ์ ซึ่งทั้ง 3 กระบวนการนี้เป็นส่วนสำคัญที่จะนำไปสู่ความ สำเร็จตามเป้าหมายขององค์การ” (น. 4)

ตัวอย่างที่ 2

Confusing this issue is the overlapping nature of roles in palliative care, whereby “medical needs are met by those in the medical disciplines; nonmedical needs may be addressed by anyone on the team” (Csikai & Chaitin, 2006, p. 112).

การสื่อสารมีความจำเป็นต่อองค์กร เพราะในการทำงานนั้น จะต้องมีการติดต่อ รับคำสั่งและรายงานกับหัวหน้า ประสานงานกับฝ่ายอื่นในการทำงาน ทำให้การสื่อสารกลายเป็นเครื่องมือสำคัญในการปฏิบัติงาน โดยได้มีผู้ให้ความหมายของการติดต่อสื่อสารภายในองค์กรว่า “เป็นการแสดงออกและการแปลความหมายข่าวสารระหว่างหน่วยการติดต่อสื่อสารต่างๆ หรือบุคคลในตำแหน่งต่างๆ ที่อยู่ภายในองค์การ” (สมยศ นาวีการ, 2527, น. 4)

ถ้าข้อความที่อ้างมีความยาวเกิน 3 บรรทัด ให้ขึ้นบรรทัดใหม่แล้วย่อหน้า เข้ามา 0.8 นิ้ว และให้อยู่ในรูป block quotation กล่าวคือข้อความบรรทัดต่อไปให้ย่อหน้าเข้ามาเท่ากับบรรทัดแรก ในกรณีที่มีย่อหน้าภายในอัญประกาศก็ให้ย่อเข้ามาอีก 0.3 นิ้ว ทุกย่อหน้า โดยไม่ต้องใส่เครื่องหมายอัญประกาศ

<u>ตัวอย่าง</u>

Others have contradicted this views:

0.8 นิ้ว Co-presence does not ensure intimate interaction among all group members. Consider large-scale social gatherings in which hundreds or thousands of people gather in a location to perform a ritual or celebrate an event.

0.3 นิ้ว In these instances, participants are able to see the visible manifestation of the group, the physical gathering, yet their ability to make direct, intimate connections with those around them is limited by the sheer magnitudes of the assembly. (Purcell, 1997, pp. 111-112).

ในการเปลี่ยนแปลงกำหนดระยะเวลาและความยืดหยุ่นในการใช้สิทธิยกเว้นภาษีเงินได้บุคคลนี้.....

ตามข้อเท็จจริงนั้น โครงการที่ขอรับการส่งเสริมมีความจำเป็นที่ต้องการความช่วยเหลือจากรัฐในด้านภาษีอากรไม่เท่ากัน การกำหนดให้ได้รับสิทธิและประโยชน์ในด้านภาษีอากรเท่ากันหมดทุกรายจะมีผลเสียทั้งสองด้าน คือ ผู้ได้รับการส่งเสริมอาจได้รับสิทธิและประโยชน์จากรัฐมากเกินกว่าที่จะเป็นและควรได้รับ ปัจจุบันรัฐได้ปรับปรุงระบบการเสียภาษีของบุคคลธรรมดา โดยผู้มีรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท จะยกเว้นการเสียภาษี และผู้ที่อุปการะเลี้ยงดูบิดา – มารดา สามารถนำมายกเว้นการเสียภาษีได้ด้วย (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการลงทุน, 2515, น. 17)

4.1.1.1 หลักเกณฑ์การลงรายการผู้แต่ง

(1) ผู้แต่งชาวไทย ให้ใส่ชื่อตามด้วยชื่อสกุล โดยไม่ต้องมีเครื่องหมายใดๆ คั่น ไม่ว่างานเขียนจะเป็นภาษาไทยหรือภาษาต่างประเทศ กรณีผู้แต่งใส่ทั้งชื่อสกุลของตัวเองและสามี ก็ให้ลงรายการตามที่ปรากฏ โดยไม่ต้องมีเครื่องหมายใดๆ คั่น

แววรัตน์ โชตินิพัทธ์
พันธุ์ทิพย์ กาญจนะจิตรา สายสุนทร
Waeorath Chotnipat
Phunthip Kanchanachittra Saisoonthorn

(2) ผู้แต่งชาวต่างประเทศ ให้ใส่ชื่อสกุลเท่านั้น ไม่ว่างานเขียนจะเป็นภาษาต่างประเทศหรือภาษาไทย

Spencer Johnson **ลง** Johnson
สเปนเซอร์ จอห์นสัน **ลง** จอห์นสัน

(3) ผู้แต่งที่มีฐานันดรศักดิ์ บรรดาศักดิ์ ให้ใส่ชื่อ คั่นด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,) ตามด้วยฐานันดรศักดิ์

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
ลง เทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, สมเด็จพระ
ม.ร.ว. สุขุมพันธ์ บริพัตร **ลง** สุขุมพันธ์ บริพัตร, ม.ร.ว.
คุณหญิงอัมพร มีสุข **ลง** อัมพร มีสุข, คุณหญิง
His Majesty King Bhumibol Adulyadej **ลง** Bhumibol Adulyadej, His Majesty King
M.L. Manich Jumsai **ลง** Manich Jumsai, M.L.
M.R. Kukrit Pramoj **ลง** Kukrit Pramoj, M.R.

(4) ผู้แต่งที่มียศทางทหาร ตำรวจ มีตำแหน่งวิชาการ หรือมีคำเรียกทางวิชาชีพ เช่น พลเอก ศาสตราจารย์ นายแพทย์ นายสัตวแพทย์ เป็นต้น ไม่ต้องใส่ยศ ตำแหน่งทางวิชาการ และคำเรียกทางวิชาชีพ

พล.อ. เปรม ติณสูลานนท์ **ลง** เปรม ติณสูลานนท์
ศาสตราจารย์ ดร. สุรพล นิติไกรพจน์ **ลง** สุรพล นิติไกรพจน์
ทันตแพทย์เชิดพันธุ์ เบญจกุล **ลง** เชิดพันธุ์ เบญจกุล
Assistant Professor Preeyachat Uttamayodhin **ลง** Preeyachat Uttamayodhin

(5) ผู้แต่งใช้นามแฝง ให้ใส่นามแฝงตามที่ปรากฏในงาน

โสภาค สุวรรณ

ว. วินิจฉัยกุล

โรสลาเรน

Hunter

4.1.1.2 ประเภทของการอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหา (Citing References in Text)

(1) การอ้างเอกสารหนึ่งเรื่องที่มีผู้แต่งคนเดียว

สำหรับผู้แต่งชาวต่างประเทศลงเฉพาะชื่อสกุล กรณีผู้แต่งชาวไทยลงชื่อตามด้วยชื่อสกุลแม้จะเขียนเป็นภาษาอังกฤษก็ตาม

Early onset results in a more persistent and severe course (Kessler, 2003).

หากใส่ชื่อผู้แต่งในข้อความที่อ้าง ลงเฉพาะปีที่พิมพ์ในวงเล็บ

Kessler (2003) found that among epidemiological samples In 2003, Kessler's study of epidemiological samples showed that.....(อานันท์ กาญจนพันธ์, 2545, น. 62)

สมควร กวียะ (2547, น. 41) ได้ให้ความหมายของสื่อพื้นบ้านว่า.....

(2) การอ้างเอกสารหนึ่งเรื่องที่มีผู้แต่งหลายคน

1. หากมีผู้แต่ง 2 คน ใช้ **และ** คั่นระหว่างชื่อกรณีที่เป็นชาวไทย **and** สำหรับชาวต่างประเทศถ้าชื่อผู้แต่งอยู่ในวงเล็บ ใส่เครื่องหมาย **& (ampersand)** แทนคำว่า and

Harlow and Simpson (2004)

(Harlow & Simpson, 2004, p. 25)

กมล บุษบา และ สายทอง อมรวิเชษฐ์ (2546)

(กมล บุษบา และ สายทอง อมรวิเชษฐ์, 2546, น. 45)

2. ผู้แต่งตั้งแต่ 3-5 คน ลงชื่อทุกคน (สำหรับชาวต่างประเทศลงเฉพาะชื่อสกุล ชาวไทยลงทั้งชื่อและชื่อสกุล) ในการอ้างครั้งแรก ใส่เครื่องหมายจุลภาคคั่นแต่ละชื่อ นำหน้าชื่อคนสุดท้ายด้วยคำว่า **และ** หรือ **and** หรือ **&**

Kisangau, Lyaruu, Hosea, and Joseph (2007)

กาญจนา แก้วเทพ, กิตติ กันภัย, และ ปาริชาติ สถาปิตานนท์ (2543)

3. ในการอ้างซ้ำครั้งต่อๆไป ลงเฉพาะชื่อผู้แต่งคนแรก ตามด้วยคำว่า **และคณะ** สำหรับงานเขียนภาษาไทย หรือ **et al.** สำหรับงานเขียนภาษาต่างประเทศ

Kisangau et al. (2007)

กาญจนา แก้วเทพ และคณะ (2543)

4. หากอ้างเอกสาร 2 รายการที่มีผู้แต่งคนเดียวกันเกินกว่า 1 คน (ตั้งแต่ 2-3 คน) และเอกสารทั้ง 2 รายการพิมพ์ในปีเดียวกัน ลงชื่อผู้แต่งคนแรกตามด้วย ผู้แต่งคนอื่น ๆ เพื่อให้ทราบว่าเป็นเอกสารต่างกัน คั่นด้วย**เครื่องหมายจุลภาค (,)** และ **et al**. หรือ **และคณะ**

Ireys, Chernoff, Devet, et al. (2001) and Ireys, Chernoff, Stein, et al. (2001)

พัชนี เชยจรรยา, เมตตา วิวัฒนานุกูล, ถิรนันท์ อนวัชศิริวงศ์, และคณะ (2541) และ พัชนี เชยจรรยา, เมตตา วิวัฒนานุกูล, เกศินี จุฑาวิจิตร, และคณะ (2541)

5. ถ้าลงชื่อผู้แต่งหลายคนในเนื้อหาที่นำมาอ้างให้ใช้คาว่า **and** เชื่อมระหว่างผู้แต่ง โดยไม่ต้องใส่วงเล็บร่วมกับปีพิมพ์

as Kurtines and Szapocznik (2003) demonstrated

6. กรณีที่มีผู้แต่ง 6 คนหรือมากกว่า 6 คนขึ้นไปลงเฉพาะผู้แต่งคนแรกตามด้วยคำว่า **et al.**หรือ **และคณะ**

Kosslyn et al. (1996)

(โสภา สงวนเกียรติ และคณะ, 2548)

7. ในกรณีที่มีการอ้างเอกสาร 2 รายการ ที่มีผู้แต่ง 6 คนหรือมากกว่า 6 คนขึ้นไปและมีการลงผู้แต่งรูปแบบเดียวกัน สามารถลงชื่อผู้แต่งคนอื่น ๆ ตามความเหมาะสมเพื่อแยก ความแตกต่างระหว่างเอกสารทั้ง 2 รายการ ตามด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,) **et al.** หรือ **และคณะ**

Kosslyn, Koenig, Barrett, Cave, Tang, and Gabrieli (1996)

Kosslyn, Koenig, Gabrieli, Tang, Marsolek, and Daly (1996)

Kosslyn, Koenig, Barrett, et al. (1996) and Kosslyn, Koenig, Gabrieli, et al. (1996)

(3) การอ้างเอกสารที่ผู้แต่งเป็นนิติบุคคล

นิติบุคคล ได้แก่ บริษัท สมาคม หน่วยราชการ ในการอ้างอิงแทรกในเนื้อหาให้ลงชื่อเต็มในการอ้างถึงครั้งแรก เมื่ออ้างซ้ำสามารถใช้อักษรย่อสาหรับนิติบุคคลเหล่านั้นได้ หากอักษรย่อซ้ำกันในบางหน่วยงาน ต้องลงชื่อเต็มทุกครั้งเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง

United Nations (2004)

U.N. (2004)

UTTARADITDARUNEE SCHOOL (2553)

UN. (2553)

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (2552)

สกว. (2552)

กระทรวงการต่างประเทศ (2550)

กต. (2550)

คณะกรรมการสภาตำบล (2550)

กต. (2550)

กรณีที่มีทั้งชื่อหน่วยงานใหญ่และหน่วยงานย่อย ให้ใส่เฉพาะชื่อหน่วยงานย่อย ยกเว้นชื่อหน่วยงานย่อยที่ใช้ซ้ำกันในหลาย ๆ หน่วยงาน ให้ใส่ชื่อหน่วยงานใหญ่ที่อยู่เหนือขึ้นไปกำกับเพื่อให้ทราบว่าเป็นหน่วยงานย่อยของหน่วยงานใด

University of Michigan, Department of Psychology (2006)
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะอักษรศาสตร์ (2548)
มหาวิทยาลัยศิลปากร, คณะอักษรศาสตร์ (2549)

(4) การอ้างเอกสารที่ผู้แต่งชื่อสกุลซ้ำกัน (สำหรับชาวต่างประเทศ)

หากในรายการอ้างอิงมีเอกสารหลายชิ้นที่มีผู้แต่งหลักหลายคนชื่อสกุลซ้ำกัน ในการอ้างอิงแทรกในเนื้อหาให้ลงอักษรย่อชื่อต้นและชื่อกลาง (ถ้ามี) ของผู้แต่งคนแรกของแต่ละรายการ แม้ปีพิมพ์จะต่างกัน

อ้างอิงแทรกในเนื้อหา (Citing References in Text)

Among studies, we review M. A. Light and Light (2008) and I. Light (2006).

รายการอ้างอิง (Reference)

Light, I. (2006). *Deflecting immigration: Networks, markets, and regulation in Los Angeles.* New York, NY: Russell Sage Foundation.

Light, M. A., & Light, I. H. (2008). The geographic expansion of Mexican immigration in the United States and its implication for local law enforcement. *Law Enforcement Executive Forum Journal,* 73-82.

(5) การอ้างอิงเอกสารที่ไม่ปรากฏผู้แต่ง

1. **กรณีเอกสารไม่มีผู้แต่ง** ให้ลงชื่อเรื่องหากชื่อเรื่องยาวมากไม่ต้องใส่ทั้งหมด และลงปีพิมพ์ สำหรับชื่อบทความหรือชื่อบทๆ หนึ่งจากหนังสือใส่เครื่องหมายอัญประกาศสำหรับชื่อวารสารหรือชื่อหนังสือให้พิมพ์ด้วยอักษรตัวเอน งานที่เป็นภาษาต่างประเทศอักษรตัวแรกของแต่ละคำใช้ตัวพิมพ์ใหญ่ ยกเว้นคำนำหน้านาม (Article) คำบุพบท (Preposition) และคำสันธาน (Conjunction) (“รพ. เอกชนต้องเป็นหัวหอก,” 2549) ชื่อบทความไม่ยาวมากใส่ชื่อเต็ม

On free care (“Study Finds,” 2007)
ชื่อบทหนึ่งในหนังสือ
(“ธุรกิจการประกันรถยนต์,” 2543)
ชื่อเต็มของบทความคือ ธุรกิจการประกันภัยรถยนต์ บนหนทางที่ต้องเร่งปรับตัว

(แม่น้ำโขง-สาละวิน, 2549)
ชื่อเต็มของหนังสือคือ *แม่น้ำโขง-สาละวิน: ผู้คน ผืนน้ำ และสุวรรณภูมิของอุษาคเนย์*

the book *College Bound Seniors* (2008)
ชื่อหนังสือคือ *College Bound Seniors*

สำหรับสิ่งพิมพ์ทางกฎหมาย เช่น เอกสารคดี พระราชกำหนด ระเบียบข้อบังคับ เป็นต้น หากชื่อเรื่องยาว ไม่ต้องลงทั้งหมด

(Marine Insurance Act, 1906)
(พระราชบัญญัติการรับขนของทางทะเล, 2534)

2. **กรณีเอกสารไม่ปรากฏผู้แต่ง** หากเอกสารระบุข้อความว่า **“ไม่ปรากฏผู้แต่ง” (Anonymous)** ให้ใช้คำดังกล่าวในการอ้างอิงแทรกในเนื้อหาคั่นด้วยจุลภาคตามด้วยปีที่พิมพ์

(Anonymous, 1998)
(ไม่ปรากฏผู้แต่ง, 2541)

(6) การอ้างเอกสารมากกว่าหนึ่งเรื่องที่มีผู้แต่งซ้ำกัน ปีพิมพ์ต่างกัน

ให้ระบุชื่อผู้แต่งในการอ้างครั้งแรก หลังจากนั้นลงเฉพาะปีพิมพ์โดยเรียงลำดับเอกสารตามปีพิมพ์ คั่นด้วยเครื่องหมายจุลภาค สำหรับเอกสารที่อยู่ระหว่างการจัดพิมพ์ ใช้คำว่า **กำลังจัดพิมพ์** หรือ **in press** ต่อจากปีที่พิมพ์

Past research (Gogel, 1996, 2006, in press)
(Edeline & Weinberger, 1991, 1993)
(บุญยงค์ เกศเทศ, 2516, 2520, 2523, กำลังจัดพิมพ์)

(7) การอ้างเอกสารมากกว่าหนึ่งเรื่องที่ผู้แต่งและปีพิมพ์ซ้ำกัน

ระบุผู้แต่งเพียงครั้งเดียว เรียงลาดับเอกสารตามปีที่พิมพ์ด้วยตัวอักษร **ก ข ค ง** สาหรับงานเขียนภาษาไทย **หรือ a b c d** สาหรับงานเขียนภาษาอังกฤษ ท้ายปีพิมพ์แต่ละปีคั่นด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,)

Several studies (Derryberry & Reed, 2005a, 2005b, in press-a; Rothbart, 2003a, 2003b)

(ชาญวิทย์ เกษตรศิริ, 2548ก, น.55, 2548ข, น. 23)

(8) การอ้างเอกสารมากกว่าหนึ่งเรื่องที่ผู้แต่งต่างกัน

เรียงลำดับตามอักษรชื่อผู้แต่งคั่นด้วยเครื่องหมายอัฒภาค (;) กรณีที่งานทั้งภาษาไทยและภาษาต่างประเทศถูกอ้างพร้อมกัน ให้เริ่มที่งานเขียนภาษาไทยก่อน

Several studies (Miller, 1999; Shafranske & Mahoney, 1998)
(พรทิพย์ พิมลสินธุ์, 2542; อานวย วีรวรรณ, 2540)
(อนุชาติ บุนนาค, 2549, น.62-63; Campbell, 2006)

(9) การอ้างเอกสารทุติยภูมิ (Secondary Source)

ในการอ้างเอกสารแทรกในเนื้อหาโดยที่ไม่ใช่เอกสารต้นฉบับ ให้ระบุชื่อเอกสารต้นฉบับและคาว่า“**อ้างถึงใน**” สำหรับภาษาไทย หรือ **“as cited in”** สำหรับภาษาอังกฤษตามด้วยชื่อผู้แต่งเอกสารทุติยภูมิและปีพิมพ์ สำหรับการลงรายการอ้างอิงท้ายเล่ม ลงชื่อผู้แต่งเอกสารทุติยภูมิเท่านั้น

Allport’s diary (as cited in Nicholson, 2003)
กาญจนา แก้วเทพ, 2538, น.126, อ้างถึงใน เกศินี จุฑาวิจิตร, 2540, น.88

(10) การอ้างเอกสารที่เป็นงานแปล

ใส่ชื่อผู้แต่งที่เป็นเจ้าของเรื่องตามด้วยปีพิมพ์ของต้นฉบับและปีพิมพ์ของฉบับแปลโดยใช้**เครื่องหมายทับ (/)** คั่น ถ้าไม่ทราบปีพิมพ์ของต้นฉบับให้ใส่เฉพาะปีพิมพ์ของ ฉบับแปล

ในกรณีที่ไม่ทราบชื่อผู้แต่งให้ใส่ชื่อผู้แปลแทนโดยไม่ต้องระบุคำว่า **ผู้แปล** ต่อท้ายชื่อ

(ปรามาท, 2005/2549)

(ไรค์เฮลด์, 2003/2548)

(Catherine II, 2006)

(Japan Society for the Promotion of Science, 1975/1980)

(Laplace, 1814/1951)

(11) การอ้างเอกสารงานคลาสสิก

งานคลาสสิกที่นำมาอ้างหากไม่ปรากฏปีที่พิมพ์ ให้อ้างปีพิมพ์ฉบับแปลที่นำมาใช้โดยระบุคำว่า **ฉบับแปล หรือ trans.** หรืออ้างปีพิมพ์ของงานฉบับที่นามาอ้างอิงพร้อมทั้งระบุว่าเป็นฉบับใด (Version)

(Aristotle, trans. 1931)

กรณีงานคลาสสิกสมัยกรีกและโรมันรวมทั้งคัมภีร์ในศาสนาต่าง ๆ ให้ลงรายการตามที่ใช้อ้างอิงโดยอาจเป็นบท ตอนหรือบางบรรทัดซึ่งจะใช้ตัวเลขเหมือนกันทุกฉบับ ให้ลงหมายเลขดังกล่าวแทนเลขหน้า

(Qur'an 5:3-4)

(12) การอ้างเอกสารบางส่วน

การอ้างอิงบางหน้า บท ภาพ ตารางหรือสมการ ให้ลงเลขหน้าโดยใช้ตัวย่อ **น.** หรือ **p.** สาหรับการอ้าง 1 หน้า และ **pp.** หากอ้างเกินกว่า 1 หน้า กรณีอ้างเป็นบท ใช้ **บทที่** สำหรับงานเขียนภาษาไทย และ **Chapter** สำหรับภาษาอังกฤษ

(Center for Diseases Control and Prevention, 2005, p. 10)

(Shimamura, 1983, Chapter 3)

(ณรงค์วิทย์ แสนทอง, 2550, น. 31)

(นงลักษณ์ ลิ้มศิริ, 2549, บทที่ 3)

(13) การอ้างการสื่อสารระหว่างบุคคล

การสื่อสารระหว่างบุคคลอาจเป็นจดหมายโต้ตอบส่วนบุคคล บันทึกอีเมล์ กลุ่มสนทนาหรือกระดานข่าวอิเล็กทรอนิกส์ การสัมภาษณ์หรือสนทนาทางโทรศัพท์ โดยระบุชื่อผู้ที่ทำการสื่อสาร ประเภทของการสื่อสาร และ**เดือน วันที่, ปี ค.ศ.** สำหรับการอ้างอิงที่เป็นภาษาต่างประเทศ ถ้าเป็นการอ้างอิงที่เป็นภาษาไทย ให้ลงชื่อผู้ที่ทำการสื่อสาร ประเภทของการสื่อสาร และ**วันที่ เดือน ปี พ.ศ.** โดยไม่ต้องมีเครื่องหมายใด ๆ คั่น

T. K. Lutes (personal communication, April 18, 2001)

ชัยฤทธิ์ ยนต์เปี่ยม (สัมภาษณ์, 26 กรกฎาคม 2549)

ถ้าต้องการระบุวิธีการสื่อสาร ให้ระบุไว้ในวงเล็บเหลี่ยมหลังข้อความ personal communication

(J. Cassels, personal communication [e-mail], October 1, 2007)
(เจษฎา ญามิลันกูร, การสื่อสารระหว่างบุคคล [อีเมล์], 20 พฤษภาคม 2552)

(14) การอธิบายเพิ่มเติมและการอ้างเอกสารใต้ตารางและภาพ

1. การอธิบายเพิ่มเติมใต้ตารางที่พิมพ์ขึ้นเองโดยไม่ได้อ้างมาจากแหล่งอื่น มี 3 ประเภท คือ

1.1 General Note เป็นการอธิบายหรือให้ข้อมูลทั่วไปที่เกี่ยวกับตาราง โดยใส่คำว่า *หมายเหตุ* หรือ *Note* ตามด้วยเครื่องหมายมหัพภาค (.)

Note. Factor loadings greater than .45 are shown in boldface. M = match process; N = nonmatch process.

1.2 Specific Note อธิบายเฉพาะแถวหรือคอลัมน์ โดยจะใช้สัญลักษณ์เรียงตามลำดับตัวอักษรเป็นตัวพิมพ์ยก เช่น a, b, c หรือ ก ข ค ในตารางและให้พิมพ์คำอธิบายไว้ในส่วนท้ายของตารางในบรรทัดถัดจาก general note

Note. The participants . . . responses.
an = 25. bn = 42.

1.3 Probability Note ใช้ในกรณีที่มีการอธิบายค่าของความน่าจะเป็นโดยใช้เครื่องหมายดอกจัน (*) ต่อท้ายข้อมูลในตารางที่ต้องการอธิบาย ถ้ามีมากกว่าหนึ่งข้อมูล ให้เพิ่มเครื่องหมายดอกจันตามลำดับ แต่ถ้าต้องการแยกให้เห็นความแตกต่างของข้อมูลสามารถใช้สัญลักษณ์อื่นแทนได้ ส่วนคำอธิบายให้พิมพ์ไว้ในส่วนท้ายของตารางในบรรทัดถัดจาก specific note และ probability note โดยใช้สัญลักษณ์ *p หรือ +p

Note. The participants . . . responses.
an = 25. bn = 42.
*p < .05. **p < .01.

ตัวอย่าง

Table X *Hierarchical Multiple Regression Analyses Predicting Postabortion Positive Well-Being from Preabortion Social Support and Preabortion Social Conflict with Mother, Partner, and Friend*

	Source of social support and social conflict					
	Mother		Partner		Friend	
Predictor	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β
Step 1	.13*		.10***		.10***	
Control variables[a]						
Step 2	.16***		.19***		.22***	
Positive affect		.31***		.32***		.35***
Negative affect		-.25***		-.27***		-.30***
Step 3	.02		.05***		.01*	
Social support		.17*		.17***		.08[+]
Social conflict		.09		-.08		-.06
Step 4	.01		.00		.00	
Social Support x						
Social Conflict		-.14		-.00		-.07
Total R^2	.32***		.33***		.34***	
n	153		455		373	

Note. Adapted from "Mixed Messages: Implications of Social Conflict and Social Support Within Close Relationships for Adjustment to a Stressful Life Event," by B. Major, J. M. Zubek, M. L. Cooper, C. Cozzarelli, and C. Richards, 1997, *Journal of Personality and Social Psychology, 72*, p. 1359. Copyright 1997 by the American Psychological Association. [a]Control variables included age, race, education, marital status, religion, abortion history, depression history, and prior mental health counseling. [+]$p < .10$. *$p < .05$. ***$p < .001$.

2. การอ้างเอกสารใต้ตารางและภาพ ให้ใส่ *Note.* หรือ *หมายเหตุ.* ไว้ข้างใต้เพื่ออธิบายแหล่งที่มาของตารางและภาพดังกล่าว

กรณีที่เป็นการอ้างเอกสารใต้ตารางและภาพ หลักเกณฑ์การลงชื่อบทความหรือชื่อหนังสือ ให้พิมพ์ตัวอักษรแรกด้วยตัวใหญ่ทั้งหมด ยกเว้น คำบุพบทและ คำสันธาน โดยมีรูปแบบดังนี้

รูปแบบการอ้างเอกสารจากบทความวารสาร (Article)

หมายเหตุ.\จาก\"ชื่อบทความ,"\โดย\ผู้แต่งคนที่ 1\และ\ผู้แต่งคนที่ 2,\ปีพิมพ์,*ชื่อวารสาร,\ปีที่* (ฉบับที่),\เลขหน้า.

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

Note. From "The Relation of Drive to Finger-Withdrawal Conditioning," by M. F. Elias, 1965, *Journal of Experimental Psychology, 70*(2), p. 114.

หมายเหตุ. จาก "ต้นทุนทางตรงของการทาฟลูออไรด์วาร์นิชในเด็กปฐมวัย," โดย อมราภรณ์ สุพรรณวิวัฒน์, สุภาวดี พรหมมา, และ ศรีสุดา ลีละศิธร, 2550, *วิทยาสารทันตสาธารณสุข, 12*(2), น. 64.

รูปแบบการอ้างเอกสารจากหนังสือ (Book)

หมายเหตุ.\จาก*ชื่อหนังสือ*\(เลขหน้า),\โดย\ผู้แต่งคนที่ 1\และ\ผู้แต่งคนที่ 2,\ปีพิมพ์,\สถานที่พิมพ์:\สำนักพิมพ์.

ตัวอย่าง

Note. From *A History of U.S. Feminisms* (p. 16), by R. Dicker, 2008, Berkeley, CA: Seal Press.

หมายเหตุ. จาก *ศาสตร์แห่งสื่อและวัฒนธรรมศึกษา* (น. 55), โดย กาญจนา แก้วเทพ, 2544, กรุงเทพฯ: เอดิสันเพรสโปรดักส์.

ในกรณีที่ตารางหรือภาพอ้างมาจากเอกสารแหล่งอื่นให้ระบุปีลิขสิทธิ์และชื่อผู้ได้รับอนุญาตในการลงภาพหรือตารางไว้ด้านท้ายด้วยโดยใช้คาว่า Adapted with permission of the author หรือ ดัดแปลงโดยได้รับอนุญาตจากผู้แต่ง

ตัวอย่าง

Note. From “Memory Independence and Memory Interference in Cognitive Development,” by C. J. Brainerd and V. F. Reyna, 1993, *Psychological Review, 100,* p. 48. Copyright 1993 by the American Psychological Association. Adapted with permission of the author.

ตัวอย่าง การเขียนการอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหาที่มาของตารางจากบทความวารสารวิชาการ และรายการอ้างอิงท้ายรายงาน

Table 1.1 *Factor Loadings and Uniqueness for Confirmatory Factor Model of Type A Behavior Pattern Variables*

Measure and variable	Unstandardized factor loading	*SE*	Uniqueness
SI---Speech Characteristics			
Loud and explosive	.60	---	.32
Response latency	.71	.04	.16
Verbal competitiveness	.82	.05	.25
SI---Answer Content			
Competitiveness	.60	---	.34
Speed	.59	.04	.27
Impatience	.67	.05	.28
SI---Hostility			
Stylistic rating	.60	---	.22
Content rating	.60	.05	.17
Thurstone Activity Scale			
Variable 1	.60	---	.73
Variable 2	.88	.08	.39
Variable 3	.71	.07	.54

Note. From "The Nomological Validity of the Type A Personality Among Employed Adults," by D. C. Ganster, J. Schaubroeck, W. E. Sime, and B. T. Mayes, 1991, *Journal of Applied Psychology, 76,* p. 154.

References

Ganster, D. C., Schaubroeck, J., Sime, W. E., & Mayes, B. T. (1991). The nomological validity of the type A personality among employed adults. *Journal of Applied Psychology, 76*, 154.



ตัวอย่าง การเขียนการอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหาที่มาของตารางจากหนังสือและรายการอ้างอิงท้ายรายงาน

ตารางที่ 2.8 เปอร์เซ็นต์ความชื้น โปรตีน และวัตถุแห้งของข้าวฟ่างที่ตัดเมื่ออายุต่างกัน

อายุขณะตัด (สัปดาห์)	ความชื้น (เปอร์เซ็นต์)	โปรตีนรวม (เปอร์เซ็นต์)	วัตถุแห้งเมื่อเทียบกับวัตถุแห้งสูงสุด (เปอร์เซ็นต์)
6	83	12.3	39
8	83	9.1	62
10	80	6.7	95
12	78	4.8	100
14	73	5.4	85

หมายเหตุ. จาก *พืชอาหารสัตว์เขตร้อน* (น. 73), โดย สายัณห์ ทัดศรี, 2547, กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เกษตรศาสตร์.

รายการอ้างอิง

สายัณห์ ทัดศรี. (2547). *พืชอาหารสัตว์เขตร้อน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เกษตรศาสตร์.

เมื่อทำการอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหาแล้ว ให้เพิ่มรายการอ้างอิงท้ายเล่มด้วย

ตัวอย่าง การเขียนการอ้างอิงในเนื้อหาที่มาของรูปภาพจากหนังสือและรายการอ้างอิง ท้ายรายงาน



ภาพที่ 2.2 การปรับปรุงเครื่องมือการดำเนินชีวิตในอดีต. จาก *เพลิดเพลินเป็น 100 เท่า กับการเสนอแนะเพื่อการปรับปรุง: วิธีดำเนินกิจกรรมการปรับปรุงและวิธีเพิ่มพลังความคิดสร้างสรรค์* (น. 60), โดย วีรพจน์ ลือประสิทธิ์สกุล, 2544, กรุงเทพฯ: ธรรกมลการพิมพ์.

รายการอ้างอิง

วีรพจน์ ลือประสิทธิ์สกุล. (2544). *เพลิดเพลินเป็น 100 เท่า กับการเสนอแนะเพื่อการปรับปรุง: วิธีดำเนินกิจกรรมการปรับปรุงและวิธีเพิ่มพลังความคิดสร้างสรรค์*. กรุงเทพฯ: ธรรกมลการพิมพ์.

เมื่อทำการอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหาแล้ว
ให้เพิ่มรายการอ้างอิงท้ายเล่มด้วย

4.1.2.4 หลักเกณฑ์การลงปีพิมพ์

1. ให้ใส่ปีพิมพ์ในเครื่องหมายวงเล็บ ส่วนงานที่ไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่ให้ใช้ปีที่ผลิตงานนั้นแทน

2. กรณีไม่มีปีพิมพ์ แต่มีปีลิขสิทธิ์ (copyright) ให้ใส่ปีลิขสิทธิ์แทน โดยไม่ต้องใส่ตัวอักษร c ซึ่งหมายถึง copyright กำกับ เช่น 2007 เป็นต้น

3. สิ่งพิมพ์ประเภทนิตยสาร จดหมายข่าวและหนังสือพิมพ์ ลงวัน เดือน ปี ในวงเล็บ ( ) เช่น (13เมษายน 2550) กรณีออกเป็นฤดูกาล (สำหรับภาษาต่างประเทศ) ลงตามที่ปรากฏตามด้วยปีที่พิมพ์

4. เอกสารหรือโปสเตอร์ที่เผยแพร่ในการประชุม ให้ลงเดือนปีในวงเล็บ คั่นด้วยจุลภาค (,) ระหว่างปีกับเดือน เช่น (2008, August) สำหรับบทความภาษาไทยให้ลงชื่อเดือนตามด้วยปีพิมพ์ในเครื่องหมายวงเล็บ เช่น (สิงหาคม 2551)

5. บทความที่อยู่ระหว่างการจัดพิมพ์ให้ใส่คำว่า **in press** หรือ **กำลังจัดพิมพ์** ในวงเล็บโดยไม่ต้องลงวันเดือนปี

ตัวอย่าง

Watson, J. D., & Jones, F. H. (in press). A structure for deoxyribose nucleic acid. *Nature.*
Retrieved from http://www.nsu.fl.edu/DNA/drafts_pubs/12345678.pdf

6. หากไม่ปรากฏปีที่พิมพ์ ให้ใส่คำว่า **(ม.ป.ป.)** ซึ่งหมายถึง ไม่ปรากฏ ปีที่พิมพ์ สำหรับงานที่เป็นภาษาไทย และใส่ **(n.d.)** หมายถึง No date of publication สำหรับงานที่เป็นภาษาต่างประเทศ

ตัวอย่าง

พระราชรัตนรังษี (ว.ป. วีรยุทโธ). (ม.ป.ป.). *จาริกเนปาล*. ม.ป.ท.: ม.ป.พ.
Smith. J. (n.d.). *Morality in masquerade.* London: Churchill.

7. เอกสารเก่าที่ไม่ให้รายละเอียดปีที่พิมพ์แต่สามารถประมาณการระยะเวลาดังกล่าวได้ ให้ใส่คาว่า **ca. (circa) หรือ ประมาณปี** ในวงเล็บเหลี่ยม [ ]

[Allport, A.]. [ca. 1937].

8. ให้จบข้อมูลปีพิมพ์ด้วยเครื่องหมายมหัพภาค (.)

4.1.2.3 หลักเกณฑ์การลงชื่อเรื่อง

(1) ชื่อบทความหรือชื่อบทในหนังสือรวมทั้งชื่อเรื่องรอง ให้พิมพ์อักษรตัวแรกด้วยตัวใหญ่ต่อจากนั้นเป็นตัวเล็กทั้งหมด จบข้อความด้วยเครื่องหมายมหัพภาค (.)

Mental and nervous diseases in the Russo-Japanese war: A historical analysis.

(2) ชื่อวารสาร จดหมายข่าวและนิตยสาร พิมพ์อักษรตัวแรกของแต่ละคำด้วยตัวใหญ่และเป็นตัวเอน

American Economic Review

(3) ข้อความแสดงลักษณะข้อมูลประกอบชื่อเรื่อง ใส่คำอธิบายในวงเล็บเหลี่ยมหลังชื่อเรื่องโดยพิมพ์ตัวอักษรตัวแรกเป็นตัวใหญ่ ตัวอย่างข้อความ เช่น

[Computer software] [โปรแกรมคอมพิวเตอร์]
[Data file] [ไฟล์ข้อมูล]
[Monograph] [เอกสารเฉพาะเรื่อง]
[Motion picture] [ภาพยนตร์]
[Special issue] [ฉบับพิเศษ]

4.1.2.4 หลักเกณฑ์การลงสถานที่พิมพ์และสำนักพิมพ์

1. ใส่ชื่อเมืองที่พิมพ์ตามด้วยชื่อสำนักพิมพ์ โดยคั่นด้วยเครื่องหมายทวิภาค (:) และเว้นวรรค 1 ระยะหลังเครื่องหมายดังกล่าว

Amsterdam: Elsevier.
กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์

2. กรณีเมืองที่พิมพ์ไม่เป็นที่รู้จัก หรืออาจมีชื่อซ้ำกับเมืองในประเทศอื่น ให้กำกับชื่อรัฐหรือประเทศด้วย

Oxford, England: Basil Blackwell.

3. ถ้าเมืองที่พิมพ์มีมากกว่า 1 แห่ง ให้ใช้เมืองแรกที่ปรากฏในตัวเล่ม

4. กรณีไม่ปรากฏเมืองที่พิมพ์ในตัวเล่ม ให้ใส่คำว่า **(ม.ป.ท.)** หมายถึง ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์ สำหรับงานที่เป็นภาษาไทย และ **(n.p.)** หมายถึง no place สำหรับงานที่เป็นภาษาต่างประเทศ

ตัวอย่าง

พระราชรัตนรังษี (ว.ป. วีรยุทโธ). (ม.ป.ป.). *จาริกเนปาล*. ม.ป.ท.: ม.ป.พ.

5. กรณีสำนักพิมพ์เป็นมหาวิทยาลัย และชื่อมหาวิทยาลัยมีชื่อรัฐรวมอยู่ด้วย ไม่ต้องกำกับชื่อรัฐตรงเมืองที่พิมพ์ ในกรณีที่ไม่สามารถแยกชื่อเมืองได้ให้กำกับชื่อรัฐไว้ด้วย

Tucson: University of Arizona press.
Cambridge, UK: Woodhead.
Cambridge, Mass.: Harvard University Press.

6. ให้ใส่ชื่อสำนักพิมพ์โดยใช้รูปแบบสั้นๆ และเป็นที่เข้าใจ โดยละคำที่ไม่จำเป็นออกจากชื่อสำนักพิมพ์ เช่น Publishers, Co., Inc. หรือคำว่า **สำนักพิมพ์ บริษัท ห้างหุ้นส่วน** เป็นต้น แต่ให้คงคำว่า **Books** และ **Press** หรือ **โรงพิมพ์** ไว้ เช่น

University of Toronto Press

7. ถ้าสำนักพิมพ์มีทั้งหน่วยงานใหญ่และหน่วยงานย่อย ให้ลำดับหน่วยงานใหญ่ก่อนหน่วยงานย่อย โดยคั่นด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,) และเว้นวรรค 1 ระยะระหว่างหน่วยงานใหญ่และหน่วยงานย่อย

กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ศูนย์ศึกษาการพัฒนาประชาธิปไตย.

8. กรณีที่ผู้แต่งและสำนักพิมพ์เหมือนกัน ให้ลงคำว่า ผู้แต่ง สำหรับงานที่เป็นภาษาไทย และ Author สำหรับงานที่เป็นภาษาต่างประเทศในตำแหน่งของสำนักพิมพ์

กรุงเทพฯ: ผู้แต่ง.

Washington, DC: Author.

9. กรณีไม่ปรากฏชื่อสานักพิมพ์ในตัวเล่ม ให้ใส่คำว่า **(ม.ป.พ.)** หมายถึง ไม่ปรากฏสำนักพิมพ์ สำหรับงานที่เป็นภาษาไทย และ **(n.p.)** หมายถึง no publisher สำหรับงานที่เป็นภาษาต่างประเทศ

ตัวอย่าง

พระราชรัตนรังษี (ว.ป. วีรยุทโธ). (ม.ป.ป.). *จาริกเนปาล*. ม.ป.ท.: ม.ป.พ.

10. ให้จบเขตข้อมูลเกี่ยวกับการพิมพ์ด้วยเครื่องหมายมหัพภาค (.)

4.2 การอ้างอิงแบบท้ายเรื่องตามหลักเกณฑ์ APA

4.2.1 วารสาร นิตยสาร หนังสือพิมพ์และจดหมายข่าว (Newsletter)

รูปแบบ

ผู้แต่งคนที่ 1,\ผู้แต่งคนที่ 2,\และผู้แต่งคนที่ 3.\(ปีพิมพ์).\ชื่อบทความ.*ชื่อวารสาร,\ปีที่*(ฉบับที่),\ เลขหน้า. DOI no.: (digital object identifier หมายถึงเลขประจำบทความที่มีรูปแบบเป็นดิจิทัล) หรือใช้คำว่า Retrieved from (สืบค้นจาก สำหรับภาษาไทย)\ http://www.xxxxxx. หากบทความที่อ้างอิงนามาจากอินเทอร์เน็ตโดยที่ไม่มี DOI

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

1. บทความที่มี DOI

Herbs-Damm, K. L., & Kulik, J. A. (2005). Volunteer support, marital status, and the survival times of terminally ill patients. *Health Psychology, 24*, 225-229. DOI: 1037/0278-6133.24.2.225

2. บทความที่มีผู้แต่งมากกว่า 7 คน

Gilbert, D. G., McClernon, J. F., Rabinovich, N. E., Sugai, C., Plath, L. C., Asgaad, G., . . . Botros, N. (2004). Effects of quitting smoking on EEG activation and attention last for more than 31 days and are more severe with stress, dependence, DRD2 A1 allele, and depressive traits. *Nicotine and Tobacco Research*, *6,* 249-267. DOI:10.1080/ 14622200410001676305

3. บทความที่ไม่มี DOI

Light, M. A., & Light, I. H. (2008). The geographic expansion of Mexican immigration in the United States and its implication for local new enforcement. *Law Enforcement Executive Forum Journal, 8*(1), 73-82.

กาญจนา แก้วเทพ. (2545). สื่อและวัฒนธรรมศึกษากับสังคมไทย. *รัฐศาสตร์สาร*, *23*(3), 50-97.

4. บทความที่ไม่มี DOI หากเป็นภาษาอื่น ใส่ชื่อเรื่องที่แปลเป็นภาษาอังกฤษไว้ในเครื่องหมายวงเล็บเหลี่ยม [ ] ด้วย

Guimard, P., & Florin, A. (2007).Les evaluations des enseignants en grande section dematernellesont-elles predictive des difficulties de lecture au cours preparatoire? [Are teacher ratings in kindergarten predictive of reading difficulties in first grade?]. *Approach Neuropsychologique des Apprentissages chez l enfant*. *19*, 5-17.

จิราภรณ์ เตชะอุดมเดช. (2550). ประสิทธิผลของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องการดูแลผู้ป่วย ขณะใส่เครื่องช่วยหายใจ [Effectiveness of computer assisted instruction lessons in nursing care for the patient with respiratory ventilator]. *วารสารการศึกษาพยาบาล, 18*(1), 9-15.

5. บทความฉบับที่เผยแพร่บนออนไลน์ก่อนฉบับตีพิมพ์

ส่วนใหญ่เป็นบทความที่ส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาก่อน (Peer- review) ลงรายการโดยใช้คำว่า advance online publication และใส่ URL หากไม่มี DOI เมื่อบทความได้รับการตีพิมพ์แล้ว ให้ลงรายการปีที่พิมพ์ตามที่เป็นจริงในรายการอ้างอิง

Von, Ledebur, S.C. (2007). Optimizing knowledge transfer by new employees in companies. *Knowledge Management Research & Practice.* Advance online publication. DOI:10.1057/palgrave.kmrp.8500141

Sillick, T. J., & Schutte, N. S. (2006). Emotional intelligence and self-esteem mediate between perceived early parental love and adult happiness. *E-Journal of Applied Psychology*, *2*(2), 38-48. Retrieved from http://ofs.lib.swin.edu.au/indes.php /ejap/article/view/71/100

6. บทความในวารสารทางกฎหมาย

หยุด แสงอุทัย. (2485). การได้ทรัพย์สิทธิในสังหาริมทรัพย์. *วารสารนิติศาสตร์, 15*(10), 21-23.

7. บทความในนิตยสาร

Chamberlin, J., Noyotney, A., Packard, E., & Price, M. (2008, May). Enhancing worker well-being: Occupational health psychologists convene to share their research on work, stress, and health. *Monitor on Psychology*, *39(*5), 26-29.

จัตวา แอนด์โจนัท. (25 เมษายน 2549). ปรากฏการเมืองไทยเมื่อวันดอกไม้บาน. *แพรว, 27*, 112-120.

8. บทความในนิตยสารออนไลน์

Clay, R. (2008, June). Science vs. ideology: Psychologists fight back about the misuse of research. *Monitor on Psychology*, *39*(6). Retrieved from http://www.apa.org/monitor/

ความรักจะดีถ้ามีสุขภาพเป็นเลิศ. (1 กุมภาพันธ์ 2554). *ชีวจิต, 12*(296). สืบค้นจาก http://www.cheewajit.com/articleView.aspx?cateId=2&articleId=2032

9. จดหมายข่าวไม่ปรากฏผู้แต่งลงรายการด้วยชื่อเรื่อง

Six sites meet for comprehensive anti- gang initiative conference. (2006, November/ December). *OJJDP News@aGlance.* Retrieved from http://www.ncjrs.gov/ html/ojjdp/news_at_glance/216681/topstory.html

กรณีอ้างอิงแทรกในเนื้อหา หากชื่อเรื่องยาวให้ลงโดยย่อ ใส่เครื่องหมายอัญประกาศ (“Six Sites Meet,” 2006)

เปิดศูนย์ประสานการบริการด้านการลงทุน. (ธันวาคม 2552). *DBD E-Newsletter,* (57). สืบค้นจาก http://www.opdc.go.th/newsletter.php?year=2009&news_id=46

10. บทความจากหนังสือพิมพ์

ถ้าบทความให้เลขหน้าไม่ต่อเนื่อง ลงเลขหน้าทั้งหมดคั่นด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,)

Schwartz, J. (1993, September 30). Obesity affects economic, social status. *The Washington Post*, pp. A1, A4.

ยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาแรงงานต่างด้าว. (26 กรกฎาคม 2550). *มติชน*, น. 5.

11. บทความหนังสือพิมพ์ออนไลน์

Brody, J. E. (2007, December 11). Mental reserves keep brain agile. *The New York Times.* Retrieved from http://www.nytimes.com

อังกฤษพิจารณาแก้กฎสืบสันตติวงศ์ให้ “พระธิดา” สามารถเป็นกษัตริย์ได้. (19 มกราคม 2554). *มติชนออนไลน์.* สืบค้นจาก http://www.matichon.co.th/news_detail.php? newsid=1295414263&grpid=&catid=06&subcatid=0600

12. วารสารฉบับพิเศษ

ลงชื่อบรรณาธิการและชื่อประจำฉบับนั้น ๆ หากไม่มีบรรณาธิการ ลงชื่อเรื่องเป็นลำดับแรกตามด้วยปีพิมพ์

สุจิตต์ วงษ์เทศ. (บรรณาธิการ). (2530). บ้านเชียง [ฉบับพิเศษ]. *ศิลปวัฒนธรรม.*

Haney, C., & Wiener, R. L. (Eds.). (2004). Capital punishment in the United States [Special issue]. *Psychology*, *Public Policy, and Law, 10*(4).

ในการอ้างอิงแทรกในเนื้อหา หากชื่อเรื่องยาว ให้ลงโดยย่อและใส่เครื่องหมายอัญประกาศ (“Capital Punishment,” 2004)

13. เอกสารเฉพาะเรื่อง (Monograph)

ถ้าระบุเลขประจำฉบับ ให้ใส่ไว้ในวงเล็บ (1, Serial No. 231) หากพิมพ์แยกเป็นฉบับพิเศษของวารสารลงฉบับที่ และตอนที่ ไว้ในวงเล็บต่อจากปีที่

Ganster, D. C., Schaubroeck, J. Sime, W. E., & Mayes, B. T. (1991). The Nomological validity of the Type A Personality among employed adults [Monograph]. *Journal of Applied Psychology, 76*(3, Pt. 2)*,* 143-168. DOI:10.1037/0021-9010.76.1.143.

14. บทบรรณาธิการที่ไม่ปรากฏชื่อบรรณาธิการ

Editorial: “What is a disaster” and why does this question matter? [Editorial]. (2006). *Journal of Contingencies and Crisis Management. 14,* 1-2.

บรรณาธิการ: สงครามกับการปฏิวัติ เราไม่ต้องการให้เกิดขึ้น [บรรณาธิการ]. (9 กุมภาพันธ์ 2554). *คมชัดลึก*, น. 4.

15. ข้อมูลเสริม (Supplemental Material) เฉพาะที่เผยแพร่ผ่านออนไลน์เท่านั้น ให้ลงลักษณะของข้อมูลนั้น ๆ ในวงเล็บเหลี่ยม [ ] เพื่อความชัดเจน เช่น [แผนที่] [Podcast] เป็นต้น หากไม่มี ผู้แต่งให้ลงชื่อเรื่องแทน

Marshall-Pescini, S., & Whiten, A. (2008). Social learning of nut-cracking behavior in East African sanctuary-living chimpanzees (*Pan troglodytes schweinfurthii)* [Supplemental material] .*Journal of Comparative Psychology, 122,* 186-194. DOI:10. 1037/0735-7036.122.2.186

16. อ้างบทคัดย่อเสมือนเอกสารต้นฉบับ โดยทั่วไปต้องอ้างบทความฉบับเต็ม อย่างไรก็ตาม บทคัดย่อก็สามารถถูกอ้างอิงในเนื้อหาและลงในรายการอ้างอิงได้ด้วย

Lassen, S.R., Steele, M.M., & Sailor, W. (2006).The relationship of school-wide positive behavior support to academic achievement in an urban middle school. *Psychology in the School, 43,* 701-712. Abstract retrieved from http://www.interscience.wiley.com

วราภรณ์ ปัญญาวดี, ชพิกา สังขพิทักษ์, จิราภรณ์ ก้อนสุรินทร์, นุชจรี ปิมปาอุด, และนภดล สนวิทย์. (2553). การประเมินราคาแฝงเพื่อการปรับปรุงทรัพยากรน้ำของครัวเรือนผู้ใช้น้ำประปาในเขตพื้นที่ปลายลุ่มน้ำแม่สาจังหวัดเชียงใหม่. *วารสารเศรษฐศาสตร์ธรรมศาสตร์, 28*(4), 1-15. บทคัดย่อสืบค้นจาก http://www.econ.tu.ac.th/doc/article/fulltext/280.pdf

17. อ้างบทคัดย่อเป็นเอกสารทุติยภูมิ

Hare, L. R., & O’Neill, K. (2000). Effectiveness and efficiency in small academic peer groups. *Small Group Research 31,* 24-35. Abstract retrieved from Sociological Abstracts database. (Accession No.200010185)

4.2.2 หนังสือ หนังสืออ้างอิงและบางบทจากหนังสือ

รูปแบบ

ผู้แต่ง.\(ปีพิมพ์).*ชื่อเรื่อง.*\สถานที่พิมพ์:\

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

1. หนังสือ

Shotton, M. A. (1989). *Computer addiction? A study of computer dependency.* London: Taylor & Francis.

กาญจนา แก้วเทพ. (2544). *ศาสตร์แห่งสื่อและวัฒนธรรมศึกษา.* กรุงเทพฯ: เอดิสันเพรสโปรดักส์.

จิตติ ติงศภัทิย์. (2526). *ค้าอธิบายประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ว่าด้วยบุคคล* (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

2. หนังสืออิเล็กทรอนิกส์

O' Keefe, E. (n.d.). *Egoism & the crisis in Western values.* Retrieved from http://www.onlineoriginals.com/showitem.asp?itemID+135

กฎหมายสามัญประจำบ้าน. สืบค้นจาก http://www.ilovelibrary.com/book_detail_nologin.php?id=06600008323&group=BK-007

3. เอกสารเฉพาะเรื่อง (Monograph) จากฐานข้อมูล

Thomas, N. (Ed.). (2002). *Perspectives on the community college. A journey of discovery* [Monograph]. Retrieved from http://eric.ed.gov/

4. หนังสือที่ระบุ DOI

Schiraldi, G. R. (2001). *The post-traumatic stress disorder sourcebook: A guide to healing, recovery, and growth* [Adobe Digital Edition Version]. doi: 10.1036/0071393722

5. หนังสือชุดที่มีหลายเล่ม

Koch, S. (Ed.). (1959-1963). *Psychology: A study of science* (Vols. 1-6). New York: McGraw-Hill.

นรนิติ เศรษฐบุตร (บรรณาธิการ). (2544-2545). *สารานุกรมการเมืองไทย* (ล. 1-2). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ศูนย์ศึกษาการพัฒนาประชาธิปไตย.

6. บทจากหนังสือชุดที่เป็นรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์

Strong, E. K., Jr., & Uhrbrock, R. S. (1923). Bibliography on job analysis. In L. Outhwaite (Series Ed.), *Personnel Research Series: Vol. 1. Job analysis and the curriculum* (pp. 140-146). doi:10. 1037/10762-000

7. บทจากหนังสือรวมเล่ม

Haybron, D. M. (2008). Philosophy and the science of subjective well-being. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 17-43). New York: Guildford Press.

8. หนังสืออ้างอิง

VandenBos, G. R. (Ed.). (2007). *APA dictionary of psychology.* Washington D.C. American Psychological Association.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช 2542.*กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.

9. หนังสืออ้างอิงออนไลน์

Graham, G. (2005). Behaviorism. In E.N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Fall 2007 ed.). Retrieved from http://plato.stanford.edu/entries/behaviorism/

10. หนังสืออ้างอิงที่เป็นภาษาอื่นแต่มีการแปลชื่อเรื่องเป็นภาษาอังกฤษ

Real Academia Espanola. (2001). *Diccionario de la lengua Espanola* [Dictionary of the Spanish language] (22 nd. ed.). Madrid, Spain: Author.

กรณีที่ผู้แต่งและสำนักพิมพ์เหมือนกัน ให้ลงคำว่า ผู้แต่ง สำหรับงานเขียนที่เป็นภาษาไทย และ Author สำหรับงานเขียนที่เป็นภาษาต่างประเทศในตำแหน่งของสำนักพิมพ์

ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *ศัพท์วิทยาศาสตร์ อังกฤษ-ไทย ไทย-อังกฤษ ฉบับราชบัณฑิตยสถาน* (พิมพ์ครั้งที่ 5, แก้ไขและเพิ่มเติม). กรุงเทพฯ: ผู้แต่ง.

4.2.3 หนังสือแปล

รูปแบบ

ผู้แต่ง.\(ปีพิมพ์).*ชื่อเรื่อง*\(ชื่อผู้แปล).\สถานที่

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

1. ชื่อผู้แปล

1.1 งานที่เป็นภาษาไทย ให้ใส่ชื่อ ตามด้วยนามสกุล โดยไม่ต้องมีเครื่องหมายใด ๆ คั่น หลังนามสกุลให้ใส่เครื่องหมายจุลภาค (,) ตามด้วยเว้นวรรค 1 ระยะ และใส่คำว่า **ผู้แปล** กรณีมี ผู้แปล 2 คน ให้ใส่คำว่า **และ** หน้าผู้แปลคนที่ 2 โดยไม่ต้องมีเครื่องหมายใด ๆ คั่น แต่ให้เว้นวรรค 1 ระยะหน้าและหลังคำว่า **และ** ถ้ามีผู้แปลมากกว่า 2 คน ให้คั่นผู้แปลแต่ละคนด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,) สำหรับผู้แปลคนสุดท้าย ให้นำหน้าด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,) เว้นวรรค 1 ระยะ แล้วตามด้วยคำว่า **และ**

(สุนทรี เกียรติประจักษ์ และ ลัลธริมา หลงเจริญ, ผู้แปล)

1.2 งานที่เขียนเป็นภาษาต่างประเทศ ให้ใส่อักษรย่อของชื่อต้น ตามด้วยอักษรย่อของ ชื่อกลาง (ถ้ามี) และชื่อสกุลเต็ม หลังชื่อสกุลให้ใส่เครื่องหมายจุลภาค (,) เว้นวรรค 1 ระยะ และใส่คาว่า **Trans.** กรณีมีผู้แปล 2 คน ให้ใส่เครื่องหมาย **&** หน้าผู้แปลคนที่ 2 โดยเว้นวรรค 1 ระยะหน้าและ หลังเครื่องหมาย **&** ถ้ามีผู้แปลมากกว่า 2 คน ให้คั่นผู้แปลแต่ละคนด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,) สำหรับ ผู้แปลคนสุดท้าย ให้นำหน้าด้วยเครื่องหมายจุลภาค (,) และ &

(F. W. Truscott & F. L. Emory, Trans.)

1.3 กรณีผู้แปลทำหน้าที่เป็นบรรณาธิการด้วย ให้ใส่ทั้ง 2 หน้าที่ไว้ในเครื่องหมายวงเล็บเดียวกัน โดยคั่นด้วยคำว่า **และ** สำหรับงานที่เป็นภาษาไทย และเครื่องหมาย & สำหรับงานที่เป็นภาษาต่างประเทศสำหรับหน้าที่บรรณาธิการ งานที่เป็นภาษาไทยให้ใช้คำว่า **บรรณาธิการ** สำหรับงานที่เป็นภาษาต่างประเทศใช้ **Ed.** ถ้ามีบรรณาธิการคนเดียว และ **Eds.** ถ้ามีบรรณาธิการมากกว่า 1 คน

(สุนทรี เกียรติประจักษ์ และ ลัลธริมา หลงเจริญ, บรรณาธิการ และ ผู้แปล)

(F. W. Truscott & F. L. Emory, Eds. & Trans.)

2. ต้นฉบับพิมพ์ปี xxxx

ถ้าไม่ได้ระบุไว้ในงานก็ไม่ต้องลง

แกร์ริโด, เจ., และ ซามาน, เอ็ม. (2549). *กระเทาะเปลือกเอดีบี: คู่มือเพื่อความเข้าใจธนาคาร พัฒนาเอเชีย* (สุนทรี เกียรติประจักษ์ และ ลัลธริมา หลงเจริญ, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: โครงการฟื้นฟูนิเวศวิทยาในภูมิภาคอินโดจีนและพม่า ภายใต้มูลนิธิฟื้นฟูชีวิตและธรรมชาติ.

ความจัดเจนทางประวัติศาสตร์ของเผด็จการชนชั้นกรรมาชีพ (บุญศักดิ์ แสงระวี, ผู้แปล). (2549). กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.

อาร์มสตรอง, เอ็ม. (2549). *การบริหารทรัพยากรบุคคลเชิงกลยุทธ์: คู่มือสำหรับการนำไปปฏิบัติ* (อรจรีย์ ณ ตะกั่วทุ่ง, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: บริษัท เอ็กซเปอร์เน็ท จำกัด. (ต้นฉบับพิมพ์ปี 2000).

Freud, S. (1961). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 19, pp. 3-66). London: Hogarth Press. (Original work published 1923).

Laplace, P. -S. (1951). *A philosophical essay on probabilities* (F. W. Truscott & F. L. Emory, Trans.). New York: Dover. (Original work published 1814).

4.2.4 รายงานทางเทคนิค และรายงานการวิจัย (Technical and Research Reports)

รูปแบบ

ผู้แต่ง.\(ปีที่พิมพ์).\ชื่อเรื่อง\(หมายเลขเอกสาร).\สถานที่พิมพ์:\สำนักพิมพ์.พิมพ์:\สานักพิมพ์.\(ต้นฉบับพิมพ์ปี\xxxx).สำนักพิมพ์.

กรณีรายงานที่สืบค้นทางออนไลน์ หากไม่ระบุหน่วยงานเป็นผู้แต่งให้ลงหน่วยงานในข้อความที่นำมาอ้าง

ผู้แต่ง.\(ปีที่พิมพ์).*ชื่อเรื่อง*\(หมายเลขเอกสาร).\ สืบค้นจากเว็บไซต์หน่วยงาน\http://www.xxxx

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

1. รายงานทางราชการที่ผู้แต่งเป็นหน่วยงาน

U.S. Department of Health and Human Services, National Institutes of Health, National Heart, Lung, and Blood Institute. (2003). *Managing asthma: A guide for schools* (NIH Publication No.02-2650). Retrieved from http://www.nhlbi.nih.gov/health/prof/lung/asthma/asth_sch.pdf

กระทรวงการต่างประเทศ. (2552). *รายงานประจำปีของกระทรวงการต่างประเทศ พ.ศ. 2552*. สืบค้นจาก http://www.mfa.go.th/web/3010.php?id=3936

2. รายงานคณะทางานที่ผู้แต่งเป็นหน่วยงาน

American Psychological Association, Task Force on the Sexualization of Girls (2007). *Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls.* Retrieved from http://www.apa.org/pi/wpo/sexualization.html

สมาคมห้องสมุดแห่งประเทศไทย. (2553). *รายงานการศึกษาดูงานประเทศอียิปต์.* สืบค้นจาก http://www.tla.or.th/home.htm

3. รายงานที่ผู้แต่งไม่ใช่หน่วยงาน

Kessy, S. S. A., & Urio, F. M. (2006). *The contribution of microfinance institutions to poverty reduction in Tanzania* (Research Report No. 06.3). Retrieved from Research on Poverty Alleviation website: http://www.repoa.or.tz/documents_storage/Publications/Reports/06.3_Kessy_and_Urio.pdf

4. รายงานฉบับย่อใส่หมายเลขรายงานฉบับย่อในวงเล็บ

Employee Benefit Research Institute. (1992, February). *Sources of health insurance and characteristics of the uninsured* (Issue Brief No. 123). Washington, D.C.

4.2.5 เอกสารประกอบการประชุมวิชาการ

4.2.5.1. บทความในเอกสารประกอบการประชุมวิชาการที่พิมพ์เผยแพร่รูปแบบ

ใช้รูปแบบเดียวกับการลงรายการอ้างอิงบทจากหนังสือรวมเล่ม ดูที่หน้า 48 ข้อ 7

ตัวอย่าง

สมประวิณ มันประเสริฐ. (2550). การศึกษาผลกระทบจากข้อตกลงเขตการค้าเสรีต่อกิจกรรมทางเศรษฐกิจรายพื้นที่ของประเทศไทย. ในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะเศรษฐศาสตร์, *ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน: การประชุมวิชาการระดับชาติของนักเศรษฐศาสตร์ ครั้งที่ 3* (น. 207-239). กรุงเทพฯ: ผู้แต่ง.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 38. Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln: University of Nebraska Press.

<u>หมายเหตุ</u> ชื่อการประชุมที่เป็นภาษาต่างประเทศ อักษรตัวแรกของแต่ละคำให้ใช้ตัวพิมพ์ใหญ่ (Capital Letter) ยกเว้นคำบุพบท (Preposition) คำสันธาน (Conjunction) และคำนำหน้านาม (Article) ที่สะกดไม่เกิน 3 ตัวอักษร ยกเว้นเป็นคำแรกของชื่อเรื่องหลักและชื่อเรื่องรอง ระหว่าง ชื่อเรื่องหลักและชื่อเรื่องรองให้คั่นด้วยเครื่องหมายทวิภาค (:) และเว้นวรรค 1 ระยะ

การลงชื่อบทความ

ให้เว้นวรรค 1 ระยะ และใส่คำว่า [บทคัดย่อ] สำหรับงานภาษาไทย และใส่คำว่า [Abstract] สำหรับงานภาษาต่างประเทศ ต่อจากชื่อบทความและตามด้วยเครื่องหมายมหัพภาค (.)

Cynx, J., Williams, H., & Nottebohm, F. (1992). Hemispheric differences in avian song discrimination. [Abstract]. *Proceedings of the National Academy of Sciences, USA, 89,* 1372-1375.

<u>หมายเหตุ</u> ชื่อการประชุมที่เป็นภาษาต่างประเทศ อักษรตัวแรกของแต่ละคำให้ใช้ตัวพิมพ์ใหญ่ (Capital Letter) ยกเว้นคำบุพบท (Preposition) คำสันธาน (Conjunction) และคำนำหน้านาม (Article) ที่สะกดไม่เกิน 3 ตัวอักษร ยกเว้นเป็นคาแรกของชื่อเรื่องหลักและชื่อเรื่องรอง ระหว่าง ชื่อเรื่องหลักและชื่อเรื่องรองให้คั่นด้วยเครื่องหมายทวิภาค (:) และเว้นวรรค 1 ระยะ

4.2.5.2 วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิตและดุษฎีบัณฑิต

รูปแบบ

ผู้แต่ง.\(ปีพิมพ์).*ชื่อเรื่อง.*\(วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิตหรือปริญญาดุษฎีบัณฑิต).\ ชื่อมหาวิทยาลัย,\ชื่อคณะ,\ชื่อสาขาวิชาหรือภาควิชา.

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

1. วิทยานิพนธ์

Boroughs, B.B.S. (2010). *Social networking websites and voter turnout.* (Master's thesis). Georgetown University, Faculty of the Graduate School of Arts and Sciences.

วันชนะ จูบรรจง. (2560). ระบบสนับสนุนการประมาณการสัมผัสแคดเมียมผ่านการบริโภคอาหาร (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.

2. วิทยานิพนธ์จากฐานข้อมูลเชิงพาณิชย์ (Commercial Database)

McNiel, D. S. (2006). *Meaning through narrative: A personal narrative discussing growing up with an alcoholic mother*. (Master's thesis). Available from ProQuest Dissertations and Theses database (UMI No. 1434728)

3. วิทยานิพนธ์จากเว็บไซต์

Bruckman, A. (1973). *MOOSE Crossing: Construction, community, and learning in a networked virtual world for kids*.(Doctoral dissertation). Massachusetts Institute of Technology. Retrieved from http://www-static.cc.gatech.edu/-asb/thesis/

อรทัย จุลสุวรรณรักษ์. (2550). *การค้ามนุษย์ในประเทศไทย.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะรัฐศาสตร์. สืบค้นจาก http://tdc.thailis.or.th/tdc/browse.php?option=show&browse_type=title&titleid =164530

4.2.5.3 บทวิจารณ์

รูปแบบ

ผู้เขียนบทวิจารณ์.\(ปีพิมพ์).\ชื่อบทวิจารณ์\[วิจารณ์หนังสือ*ชื่อเรื่อง*,\โดย\ชื่อผู้แต่ง].*ชื่อหนังสือที่พิมพ์บทวิจารณ์*

กรณีที่ค้นจากอินเทอร์เน็ต

ผู้เขียนบทวิจารณ์.\(ปีพิมพ์).\ชื่อบทวิจารณ์\[วิจารณ์หนังสือ*ชื่อเรื่อง*,\โดย\ชื่อผู้แต่ง].\สืบค้นจาก http://www.xxxx

ตัวอย่าง

1. บทวิจารณ์หนังสือ

Schatz, B. R. (2000). Learning by text or context? [Review of the book *The social life of information,* by J. S. Brown & P. Duguid]. *Science, 290,* 1304. DOI:10.1126/science. 290.5495.1304

ภาวนา เขมะรัตน์. (2534). [วิจารณ์หนังสือเรื่อง *การปรับปรุงระบบราชการด้านการจัดการองค์การ*, โดย อมร รักษาสัตย์ และ ถวัลย์ วรเทพพุฒิพงษ์]. *วารสารพัฒนบริหารศาสตร์, 36*(2), 249.

2. บทวิจารณ์วีดิทัศน์ (Video)

Axelman, A. & Shapiro, J. L. (2007). Does the solution warrant the problem? [Review of the DVD *Brief therapy with adolescents,* produced by the American Psychological Association, 2007]. *PsyCRITIQUES, 52*(51). DOI:10.1037/a0009036

3. บทวิจารณ์บทความทางวิชาการโดยผู้ทรงคุณวุฒิ (Peer Commentary)

Wolf, K. S. (2005). *The future for deaf individuals is not that bleak* [Peer commentary on the paper “Decrease of deaf potential in a mainstreamed environment” by K.S. Wolf]. Retrieved from http://www.personalityresearch.org/ papers/hall.html#wolf**.**

4.2.5.4 สื่อโสตทัศนวัสดุ

รูปแบบ

ชื่อผู้สร้าง\(ผู้สร้าง),\ชื่อผู้กำกับ\(ผู้กำกับ).\(ปีที่สร้าง).*ชื่อเรื่อง*\[ประเภทสื่อโสตทัศนวัสดุ].\ประเทศที่เป็นผู้สร้าง:\บริษัทผู้สร้าง.

กรณีที่ค้นจากอินเทอร์เน็ต

ชื่อผู้สร้าง\(ผู้สร้าง),\ชื่อผู้กำกับ\(ผู้กำกับ).\(ปีที่สร้าง).*ชื่อเรื่อง*\[ประเภทสื่อโสตทัศนวัสดุ].\ สืบค้นจาก http://www.xxxx

ตัวอย่าง

1. ภาพยนตร์

King, G. (Producer), & Henckel von Donnersmarck, F. (Director). (2010). *The tourist* [Motion picture]. United States of America: Columbia Pictures.

อิทธิสุนทร วิชัยลักษณ์ (ผู้กำกับ). (2544). *โหมโรง* [ภาพยนตร์]. ไทย: สหมงคลฟิล์มอินเตอร์เนชั่นแนล.

หากเป็นภาพยนตร์ชุดทางโทรทัศน์ ลงรายการบรรณานุกรมเช่นเดียวกับบท ๆ หนึ่งจากหนังสือเล่ม (ดูที่หน้า 48 ข้อ 7) โดยลงผู้เขียนบทโทรทัศน์และผู้กำกับในตำแหน่งเดียวกับผู้แต่งหนังสือ และผู้สร้างในตำแหน่งเดียวกับบรรณาธิการ

2. วีดิทัศน์

ระบุประเภทของสื่อโสตทัศนวัสดุไว้ในเครื่องหมายวงเล็บเหลี่ยม [ ] ว่า [DVD] หรือ [ดีวีดี]

American Psychological Association. (Producer). (2000). *Responding therapeutically to patient expressions of sexual attraction* [DVD]. Available from http://www.apa.org/videos/

3. Podcast

ให้ระบุประเภทของของสื่อโสตทัศนวัสดุไว้ในเครื่องหมายวงเล็บเหลี่ยม [ ] ว่า [ออดิโอ พอดแคสต์] หรือ [Audio podcast]

Van Nuys, D. (Producer). (2007, December 19). *Shrink rap radio* [Audio podcast]. Retrieved from http://www.shrinkrapradio.com/

4. ภาพยนตร์เป็นตอนจากภาพยนตร์ชุดทางโทรทัศน์

ให้ระบุประเภทของสื่อโสตทัศนวัสดุไว้ในเครื่องหมายวงเล็บเหลี่ยม [ ] ว่า [Television series episode] หรือ [ตอนจากภาพยนตร์ชุดทางโทรทัศน์]

Egan, D. (Writer), & Alexander, J. (Director). (2005). Failure to communicate [Television series episode]. In D. Shore (Executive producer), *House.* New York, NY: Fox Broadcasting.

5. แผ่นเสียง

ให้ระบุประเภทของของสื่อโสตทัศนวัสดุไว้ในเครื่องหมายวงเล็บเหลี่ยม [ ] ว่า [CD] หรือ [ซีดี]

Lang, K. D. (2008). Shadow and the frame. On *Watershed* [CD]. New York, NY: Nonesuch Records.

ในการลงรายการอ้างอิงแทรกในเนื้อหาให้ใส่ชื่อวงดนตรีหรือลำดับของเพลงในแผ่น เช่น “Shadow and the Frame” (Lang, 2008, track 10)

6. แผนที่ที่สืบค้นจากออนไลน์

ให้ระบุประเภทของของสื่อโสตทัศนวัสดุไว้ในเครื่องหมายวงเล็บเหลี่ยม [ ] ว่า [Map] หรือ [แผนที่]

Lewis County Geographic Information Services. (Cartographer). (2002). Population density, 2000 U.S. Census [Demographic map]. Retrieved from http://www.co.lewis.wa.us/publicworks/maps/Demographics/census-pop-dens_2000.pdf

4.2.5.5 ชุดข้อมูล (Data Sets) โปรแกรมคอมพิวเตอร์และเครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและวิเคราะห์ข้อมูล

ในที่นี้ หมายถึงข้อมูลดิบและเครื่องมือที่ผู้เขียนนามาใช้ในการวิเคราะห์และวัดผล สำหรับโปรแกรมมาตรฐานที่ใช้กันทั่วไป เช่น Microsoft Word, Excel, Java, Adobe หรือ SAS, SPSS ไม่จำเป็นต้องลงในรายการอ้างอิง การอ้างอิงในเนื้อหาให้ลงชื่อโปรแกรมที่ใช้พร้อมหมายเลข version ที่ใช้

รูปแบบ

ชื่อเจ้าของลิขสิทธิ์โปรแกรม.\(ปีพิมพ์).\ชื่อโปรแกรม\(หมายเลข version)\[ลักษณะรูปแบบข้อมูล เช่น โปรแกรมคอมพิวเตอร์].\สถานที่ผลิต:\ชื่อผู้ผลิต.

กรณีที่ค้นจากอินเทอร์เน็ต

ชื่อเจ้าของลิขสิทธิ์โปรแกรม.\(ปีพิมพ์).\ชื่อโปรแกรม\(หมายเลข version)\[ลักษณะรูปแบบข้อมูล เช่น โปรแกรมคอมพิวเตอร์].\ สืบค้นจาก\http://www.xxxxx

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

1. ชุดข้อมูล (Data Sets)

Pew Hispanic Center. (2004). Changing channels and crisscrossing cultures: A survey of Latinos on the news media [Data file and code book]. Retrieved from http://pewhispanic.org/datasets/

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผล

Freidlander, M. L., Escudero, V., & Heatherington, L. (2002). E-SOFTA: Systems for observing family therapy alliance [Software and training videos]. Unpublished instrument. Retrieved from http://www.softa-soatif.com

3. Software

Comprehensive Meta-Analysis (Version 2) [Computer software]. Englewood, NJ: Biostat.

4. เครื่องมือที่ใช้ (Apparatus)

Eyelink II [Apparatus and software]. (2004). Mississauge, Canada: SR Research.

4.2.5.6 การสัมภาษณ์

รูปแบบ

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.\ตำแหน่ง\สถานที่ทำงาน (ถ้ามี).\(วัน เดือน ปีที่สัมภาษณ์).\สัมภาษณ์.

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

สุวรรณ จันทิวาสารกิจ. วิศวกรระบบ บริษัท ทู-บี-วัน เทคโนโลยี จากัด. (28 ตุลาคม 2548). สัมภาษณ์. กรณีที่เป็นภาษาต่างประเทศ

รูปแบบ

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.\ตำแหน่ง,\สถานที่ทำงาน (ถ้ามี).\(ปี, เดือน วันที่สัมภาษณ์).\

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

Pardee, H. N. Professor of Economics and Political Science, University of California. (2006, November 8). Interview.

4.2.5.7 เอกสารจดหมายเหตุ

รวมถึงจดหมายส่วนบุคคล ต้นฉบับที่ไม่ตีพิมพ์ กฤตภาค และบทสัมภาษณ์

รูปแบบ

ผู้แต่ง.\(ปี เดือน วัน).\ชื่อเรื่อง (ถ้ามี).\[ลักษณะเอกสาร].\ชื่อคอลเล็คชั่น (ถ้ามี) (เลขเรียกหนังสือ หมายเลขกล่องเก็บเอกสาร ชื่อหรือหมายเลขไฟล์).\ชื่อและสถานที่จัดเก็บเอกสาร จดหมายเหตุ. สัมภาษณ์.

ตัวอย่าง

1. จดหมายจากหอจดหมายเหตุ

Frank, L. K. (1935, February 4). [Letter to Robert M. Ogden]. Rockefeller Archive Center (GEB series 1.3 Box 371, Folder 3877). Tarrytown, NY.

ราชสุภาวดี, พระยา. (ม.ป.ป.). [จดหมายเหตุรัชกาลที่ 5]. คิดการเรื่องเลิก ทาษ และอากรบ่อนเบี้ย (มัดที่ 154 เลขที่ 13). หอสมุดวชิรญาณ, กรุงเทพฯ.

2. จดหมายจากคอลเล็คชั่นส่วนบุคคล

Zacharius, G. P. (1953, August 15). [Letter to William Rickel (W. Rickel, Trans.)]. Copy in possession of Hendrika Vanda Kemp.

3. คอลเล็คชั่นจดหมายจากเอกสารจดหมายเหตุ

Allport, G. P. (1930-1967). Correspondence. Gordon W. Allport Papers (HUG 4118.10), Harvard University Archives, Cambridge, MA.

หากเป็นจดหมายส่วนบุคคลซึ่งสาธารณชนไม่สามารถเข้าใช้ได้ ให้ลงเฉพาะการอ้างอิงในเนื้อหาเท่านั้น

(Allport, G. W., 1930-1967, Allport to E. G. Boring, March 1, 1939)

4. เอกสารที่ไม่ตีพิมพ์ เอกสารการบรรยายจากจดหมายเหตุหรือคอลเล็คชั่นส่วนบุคคล

Berliner, A. (1959). *Notes for a lecture on reminiscences of Wundt and Leipzig.* Anna Berliner Memoirs (Box M50). Archives of the History of American Psychology, University of Akron, Akron, OH.

5. เอกสารจดหมายเหตุที่มีรายละเอียดเกี่ยวกับผู้แต่งหรือระยะเวลาแน่ชัดแต่ไม่ระบุไว้ในเอกสารให้ใส่ข้อมูลดังกล่าวในวงเล็บเหลี่ยม [ ] และเครื่องหมายปรัศนี (?) และคำว่า ประมาณหรือ ca. สำหรับภาษาอังกฤษ

[Allport, A. ?]. [ca. 1937]. *Marion Taylor today – by the biographer.* Unpublished manuscript. Marion Taylor Papers. Schlesinger Library. Radcliffe College, Cambridge, MA.

6. เอกสารจดหมายเหตุของนิติบุคคล

Subcommittee on Mental Hygiene Personnel in School Programs.(1949, November 5-6). *Meeting of Subcommittee on Mental Hygiene Personnel in School Programs.* David Shakow Papers (M1360). Archives of the History of American Psychology, University of Akron, Akron, OH.

7. เทปบันทึกการสัมภาษณ์ในเอกสารจดหมายเหตุ

Smith, M. B. (1989, August 12). Interview by C.A. Kiesler [Tape recording]. President's Oral History Project. American Psychological Association. APA Archives, Washington, DC.

8. บทความในหนังสือพิมพ์ในเอกสารจดหมายเหตุหรือจากคอลเล็คชั่นส่วนบุคคล

Psychoanalysis institute to open. (1948, September 18). [Clipping from an unidentified Dayton, Ohio newspaper]. Copy in possession of author.

9. เอกสารประวัติศาสตร์ที่จากัดการให้ยืม

Sci-Art Publishers. (1935). *Sci-Art Publications* [Brochure].Cambridge, MA: Author, A.A. Roback Papers (HUGEP 104.50, Box 2, Folder "Miscellaneous Psychological Materials"), Harvard University Archives, Cambridge, MA.

10. ภาพถ่าย

[Photographs of Robert M. Yerkes]. (ca. 1917-1954). Robert Mearns Yerkes Papers (Box 137, Folder 2292). Manuscripts and Archives, Yale University Library, New Haven, CT

4.2.5.8 กระดานข่าวบนอินเทอร์เน็ต Electronic Mailing List และเว็บบล็อก รูปแบบ

ผู้โพสต์ข้อความ.\(วัน เดือน ปีที่โพสต์ข้อความ).\ชื่อเรื่อง\[รูปแบบของข้อความ].\สืบค้นจาก http://www.xxx

เครื่องหมาย \ หมายถึง เว้นวรรค 1 ระยะ

ตัวอย่าง

1. ข้อความจากกลุ่มข่าวสาร (News Group) กลุ่มสนทนา (Discussion Group)

Rampersad, T. (2005, June 8). Re: Traditional knowledge and traditional cultural expressions [Online forum comment]. Retrieved from http://www.wipo.int/roller/comments/pisforum/Weblog/theme_eight_how_can_cultural#comments

2. ข้อความโพสต์ใน Electronic Mailing List

Smith, S. (2006, January 5). Re: Disputed estimates of IQ [Electronic mailing list message]. Retrieved from http://tech.groups.yahoo.com/group/forensicnetwork/message/670

3. ข้อความโพสต์ในบล็อก

MiddleKid. (2007, January 22). Re: The unfortunate prerequisites and consequences of partitioning your mind [Web blog message]. Retrieved from http://scienceblogs.com/pharyngula/2007/01/the_unfortunate_prerequisites.php

4. วีดิทัศน์โพสต์ในบล็อก (Video Blog Post)

Norton, R. (2006, November 4). How to train a cat to operate a light switch [Video file]. Retrieved from http://www.youtube.com/watch?v=Vja83KLOXZs

5. การตอบรับการตีพิมพ์และลงตีพิมพ์

5.1 เมื่อผู้ทรงคุณวุฒิสองท่านพิจารณาให้รับลงตีพิมพ์ และเจ้าของบทความได้ปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว เจ้าของบทความจะได้รับเอกสารตอบรับการผ่านพิจารณาบทความลงตีพิมพ์เผยแพร่ผลงานในวารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

5.2 ภายหลังการตอบรับลงตีพิมพ์หากมีการตรวจพบว่า บทความที่ส่งมานั้น มีการคัดลอก ลอกเลียน หรือมีการดำเนินการใดใด อันแสดงถึงการผิดจริยธรรมจรรยาบรรณของนักวิจัย ทางกองบรรณาธิการจะส่งหนังสือแจ้งยกเลิกการตีพิมพ์และยกเลิกตอบรับไปยังหน่วยงานต้นสังกัด และระงับการพิจารณาบทความ จากเจ้าของบทความเป็นระยะเวลา 5 ปี

6. จริยธรรมในการตีพิมพ์ผลงานในวารสารวิชาการ

6.1 บทบาทหน้าที่ของผู้เขียน (Duties of Authors)

ผู้เขียนจะต้องปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณดังต่อไปนี้ คือ เขียนบทความวิชาการและบทความวิจัยให้ถูกต้องตามรูปแบบของวารสาร ไม่คัดลอกผลงานของผู้อื่น มีการอ้างอิงแหล่งที่มีของข้อมูล นอกจากนี้งานวิจัยที่ลงตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติต้องผ่านการรับรองจากคณะกรรมการการทำวิจัยในมนุษย์

6.1.1 กรณีผู้เขียนไม่ปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณของผู้เขียน

วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา จะดำเนินการเพิกถอน บทความดังกล่าวออกจากวารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ และทางวารสารจะไม่รับพิจารณาบทความจากผู้เขียนดังกล่าวเป็นระยะเวลา 5 ปี

6.1.2 กรณีที่ผู้เขียนมีความประสงค์จะขอถอน

บทความวิจัยหรือบทความวิชาการที่ผ่านกระบวนการหรืออยู่ในขั้นตอนการตีพิมพ์ ให้ผู้เขียนทำบันทึกมายังกองบรรณาธิการก่อนการตีพิมพ์เผยแพร่

6.2 บทบาทและหน้าที่ของบรรณาธิการ (Duties of Editors)

บรรณาธิการมีหน้าที่ควบคุมคุณภาพของบทความเพื่อตีพิมพ์ในวารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ โดยทางบรรณาธิการจะต้องไม่เปิดเผยข้อมูลของผู้เขียนและผู้ทรงคุณวุฒิผู้ประเมินบทความให้แก่บุคคลอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องในช่วงของการประเมินบทความ โดยบรรณาธิการจะตรวจสอบบทความในด้านการคัดลอกงานผู้อื่นเพื่อสร้างความแน่ใจในบทความ และไม่ตีพิมพ์บทความที่เคยตีพิมพ์ที่อื่นมาแล้ว

6.3 บทบาทหน้าที่ผู้ประเมินบทความ (Duties of Reviewers)

ผู้ประเมินบทความจะต้องรักษาความลับและไม่เปิดเผยข้อมูลของบทความที่ส่งมาเพื่อพิจารณาแก่บุคคลอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง หากผู้ประเมินพบว่าบทความที่ส่งมานั้นมีมีประโยชน์ทับซ้อนกับตน และไม่สามารถให้คำแนะนำหรือข้อเสนอแนะได้อย่างอิสระ ผู้ประเมินควรแจ้งให้บรรณาธิการวารสารทราบ และปฏิเสธการประเมินบทความนั้น หากผู้ประเมินพบว่าบทความมีเหมือนหรือซ้ำซ้อนกับบทความอื่น ผู้ประเมินต้องแจ้งให้บรรณาธิการทราบด้วย

ทุกบทความที่ตีพิมพ์ในวารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ถือเป็นแนวคิดและการเขียนจาก เจ้าของบทความ กองบรรณาธิการวารสารเป็นเพียงผู้จัดพิมพ์มิได้มีส่วนกับการเขียนบทความ ซึ่งหากเผยแพร่บทความนั้นแล้ว ปรากฏผู้ร้องเรียน หรือตรวจพบว่ามีการกระทำผิดจริยธรรมจรรยาบรรณการวิจัย เจ้าของบทความจักต้องเป็นผู้รับผิดชอบต่อการกระทำนั้นแต่เพียงผู้เดียว

เอกสารอ้างอิง

คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (ม.ป.ป). *การอ้างอิงแบบแทรกในเนื้อหาตามหลักเกณฑ์ APA.* สืบค้น 18 กันยายน 2562, จาก http://www.jba.tbs.tu.ac.th/files/APA_Style.pdf

American University of Sharjah. (n.d.). *APA 6th Edition Citation Style*. September 18, 2019, Retrieved from https://aus.libguides.com/apa/apa-website

Himmelfarb Health Sciences Library. (n.d.). *APA Citation Style, 6th edition.* September 18, 2019, Retrieved from https://guides.himmelfarb.gwu.edu/APA

