

### บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

ในการทำวิจัยครั้งนี้มีแผนการดำเนินการและวิธีดำเนินการวิจัย โดยกำหนดขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากร
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

#### กลุ่มประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ โค้ชของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่ควบคุมดูแลการฝึกซ้อมตลอดจนควบคุมนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 30 ปีการศึกษา พ.ศ. 2545 – 2546 (ข้อมูลตามภาคผนวก ข )

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลสำหรับงานวิจัยในครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 3 ส่วน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะคำถามแบบเลือกตอบและเติมคำ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่นำไปปฏิบัติกับนักกีฬาที่มีลักษณะเป็นแบบอัตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ คือ

เกณฑ์การคิดคะแนน

- |   |             |
|---|-------------|
| 5 | หมายความว่า |
| 4 | หมายความว่า |
| 3 | หมายความว่า |
| 2 | หมายความว่า |
| 1 | หมายความว่า |

เกณฑ์การแปลความหมาย

- |                                    |
|------------------------------------|
| ปฏิบัติมากที่สุด                   |
| ปฏิบัติมาก                         |
| ปฏิบัติปานกลาง                     |
| ปฏิบัติน้อย                        |
| ปฏิบัติน้อยที่สุดหรือไม่ปฏิบัติเลย |

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามประเมินจิตวิทยาการกีฬาโดยทั่วไป ซึ่งประกอบด้วย เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ต้องการเรียนรู้และเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาในอุดมคติที่ต้องการนำไปปฏิบัติกับนักกีฬา

### **ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ**

1. ศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมากำหนดจุดมุ่งหมาย และวางแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม
2. สร้างแบบสอบถามโดยศึกษาจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัย นำมาปรับให้เหมาะสมและครอบคลุมขอบข่ายของเทคนิคทางจิตวิทยาการกีฬา
3. สร้างเครื่องมือจากการดัดแปลงแบบสอบถามของสนั่น สอนธิเมือง เสนออาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระและผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข
4. ปรับปรุงแบบสอบถาม นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปเก็บข้อมูลประชากร

### **การเก็บรวบรวมข้อมูล**

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการแจกแบบสอบถามให้กับโค้ชของนักกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่ควบคุมนักกีฬาเข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยครั้งที่ 30 จำนวน 24 ฉบับ

### **การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้**

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS for window (Statistical package for the social of window) ประกอบด้วยการวิเคราะห์ดังนี้

1. แบบสอบถามตอนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ
2. แบบสอบถามตอนที่ 2 และ 3 เกี่ยวกับเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่นำไปปฏิบัติกับนักกีฬา เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ต้องการเรียนรู้และเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาในอุดมคติที่ต้องการนำไปปฏิบัติกับนักกีฬาวิเคราะห์โดยคำนวณหาค่าสถิติคือ ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยเกณฑ์ในการประเมินผลคะแนน เมื่อได้ค่าเฉลี่ยแล้วนำมาประเมินผลคะแนนดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	4.51 – 5.00	หมายถึง	การใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาอยู่ในระดับมากที่สุด
คะแนนเฉลี่ย	3.51 – 4.50	หมายถึง	การใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาอยู่ในระดับมาก
คะแนนเฉลี่ย	2.51 – 3.50	หมายถึง	การใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาอยู่ในระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	1.51 – 2.50	หมายถึง	การใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาอยู่ในระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ย	1.00 – 1.50	หมายถึง	การใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาอยู่ในระดับน้อยที่สุด

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Chiang Mai University