

บทที่ 5

สรุปผลงานวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาแรงจูงใจกับการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬามีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเล่นกีฬาฟุตบอลของนักกีฬาหญิงและผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬา เพื่อศึกษาการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬา เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬา และเพื่อหา ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาฟุตบอลหญิง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ นักกีฬาฟุตบอลหญิงที่เข้าร่วมแข่งขัน กีฬาราชมงคลกลุ่มภาคเหนือ จังหวัดลำปาง จำนวน 48 คนและผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬาฟุตบอลจำนวน 48 คน ส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ยระหว่าง 20 – 21 ปี ศึกษาอยู่ในระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ส่วน ใหญ่เล่นกีฬานี้นานมา ประมาณ 1 ปีและเป็นนักกีฬาในระดับสถาบันอุดมศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการทดสอบ นักกีฬาฟุตบอลหญิง มีทั้งหมด 3 ตอน ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่ต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับ สภาพของนักกีฬาฟุตบอลหญิง ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเล่นกีฬา ฟุตบอลหญิงแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ และด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ แบ่งเป็น 2 ช่วง คือ ช่วงลักษณะนิสัย เนื่องจากสิ่งแวดล้อม (ช่วงปัจจุบัน) และช่วงลักษณะนิสัยเฉพาะตัว (ช่วงเป็นเด็ก)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยการแจกแบบสอบถามให้กับนักกีฬา ฟุตบอลหญิงที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาราชมงคลกลุ่มภาคเหนือ จังหวัดลำปาง และผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬา นำ ข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบและวิเคราะห์ เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหา ความสัมพันธ์

สรุปผลการศึกษา

แรงจูงใจในการเล่นกีฬาฟุตบอลของนักกีฬาหญิงและผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬาพบว่า แรงจูงใจด้าน ร่างกาย จิตใจและอารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อมของนักกีฬาฟุตบอลหญิง และผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬา อยู่ใน ระดับมากทั้งนักกีฬาและผู้เล่นที่ไม่ใช่ นักกีฬามีการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศอยู่ในระดับสูง และพบว่า

แรงจูงใจในการเล่นกีฬาฟุตบอลกับการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

อภิปรายการศึกษา

แรงจูงใจด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อมของนักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้ไม่ใช่นักกีฬาอยู่ในระดับมาก โดยสามารถแยกเป็นแรงจูงใจแต่ละด้าน ดังต่อไปนี้

1. แรงจูงใจด้านร่างกาย พบว่ากลุ่มประชากรให้ความสำคัญในการเล่นกีฬาฟุตบอลหญิงเพราะต้องการอยากเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ และชอบออกกำลังกาย จากการศึกษายังพบว่ากลุ่มประชากรต้องการพัฒนาความสามารถความชำนาญในการเล่นกีฬาฟุตบอลหญิง

2. แรงจูงใจด้านจิตใจและอารมณ์พบว่ากลุ่มประชากรให้ความสำคัญในการเล่นกีฬาฟุตบอลหญิงเพราะว่าชอบสนุกการเล่นกีฬาฟุตบอลหญิงและมีความท้าทายจากการเล่นกีฬานี้

3. แรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า กลุ่มประชากรให้ความสำคัญในการเล่นกีฬาฟุตบอลหญิงเพราะต้องการมีเพื่อนและได้อยู่กับเพื่อน ๆ มีความต้องการเล่นกีฬาฟุตบอลหญิงเพราะได้พบเพื่อนใหม่ จากการศึกษายังพบว่ากลุ่มประชากรชอบทีมงานซึ่งประกอบด้วยผู้ฝึกสอน และเพื่อนร่วมทีมในการเล่นกีฬาฟุตบอลหญิง

การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาฟุตบอลหญิง และผู้ไม่ใช่นักกีฬา พบว่า

นักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้ไม่ใช่นักกีฬา อยู่ในระดับสูง โดยสามารถแยกเป็นการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศในแต่ละด้าน ดังต่อไปนี้

1. การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัว พบว่า กลุ่มประชากรส่วนมากให้ความสำคัญต่อการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัว อยู่ในระดับสูง จากการศึกษาพบว่า นักกีฬาฟุตบอลหญิง จำนวน 48 คน มีการปรับตัวสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัวทั้งหมด 48 คน คิดเป็นร้อยละ 100.00 และผู้ไม่ใช่นักกีฬาจำนวน 48 คน มีการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัวถึง 45 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75

2. การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อมพบว่ากลุ่มประชากรที่ศึกษาครั้งนี้ คือ นักกีฬาฟุตบอลหญิง จำนวน 48 คน และผู้ไม่ใช่นักกีฬาจำนวน 48 คน รวมทั้งหมด 96 คน มีการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับสูงทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 100.00

การเปรียบเทียบการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้ไม่ใช่นักกีฬา พบว่า การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาฟุตบอลหญิงจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัวและจากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อม แตกต่างกับผู้ไม่ใช่นักกีฬา อย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งไม่ตรง

กับสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจาก ความมุ่งหวังในการที่จะใช้กิจกรรมด้านการแข่งขันกีฬาของผู้ที่เป็นนักกีฬากับผู้ไม่ใช่ นักกีฬา มีเหตุผลที่แตกต่างกัน ผู้ที่เป็นนักกีฬาจะมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอนกว่า ผู้ไม่ใช่ นักกีฬา กล่าวคือ นักกีฬาที่กำลังแข่งขันหรือผู้ที่ได้รับคัดเลือกเป็นตัวแทนนักกีฬานั้นๆ เมื่อแข่งขันจะมีความมุ่งมั่นหรือมีความมุ่งหวังเพื่อให้ได้รับชัยชนะหรือการ ได้ไปถึงจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้มากกว่าผู้ไม่ใช่ นักกีฬา ในด้านการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศเพื่อที่จะทำให้ตนเองและทีมมีชัยชนะและถึงจุดมุ่งหมายที่วางไว้จะมีมากกว่าผู้ไม่ใช่ นักกีฬา ซึ่งจะสอดคล้องกับการศึกษาในครั้งนี้ ด้านแรงจูงใจของนักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้ไม่ใช่ นักกีฬา ที่พบว่า แรงจูงใจด้านร่างกายและด้านจิตใจและอารมณ์ มีความแตกต่างกัน ซึ่งอาจจะกล่าวได้ว่า ผู้ที่เป็นนักกีฬาจะต้องมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงและมีจิตใจและอารมณ์ที่ดีเท่ากันที่จะไปสู่ความเป็นเลิศในกีฬานั้นๆ ได้ดี แต่ผลจากการศึกษายังพบอีกว่า แรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของนักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้ไม่ใช่ นักกีฬาฟุตบอลหญิง ไม่มีความแตกต่างกัน ซึ่งตรงกับสมมติฐานที่วางไว้ อาจกล่าวได้ว่า นักกีฬาฟุตบอลหญิงและผู้ไม่ใช่ นักกีฬา มาจากสถาบันการศึกษาลักษณะเดียวกันนั้นคือสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล กลุ่มภาคเหนือ เหมือนกัน ลักษณะการศึกษาที่คล้ายคลึงกัน อายุที่ใกล้เคียงกัน และอาศัยอยู่ในภูมิภาคเดียวกันนั้นคือภาคเหนือ เหมือนกัน

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัวและจากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อม มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งตรงตามสมมติฐานที่ได้ตั้งไว้ กล่าวคือนักกีฬาฟุตบอลหญิงหรือจะเป็นนักกีฬานั้นชนิดใดก็ตาม เมื่อมีการแข่งขันจะต้องมีการเตรียมความพร้อมในทุกๆด้านไม่ว่าจะด้านร่างกายด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านสภาพแวดล้อม ด้านความเป็นอยู่หรือสภาพแวดล้อมไว้เป็นอย่างดี ความพร้อมทางด้านต่างๆเหล่านี้ จะส่งผลให้นักกีฬามีการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศที่ดีและในเชิงบวกด้วย ซึ่งจากการศึกษาในครั้งนี้ได้พบว่า นักกีฬาฟุตบอลหญิงมีแรงจูงใจทั้งในด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ระดับมากและมีการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศสูง ไม่ว่าจะเป็นการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัวหรือในช่วงที่เป็นเด็กและจากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อมหรือในช่วงปัจจุบัน

ซึ่งได้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ไวท์ (Whit, 1990) ที่ได้ศึกษาลักษณะเฉพาะตัวทางด้านเกี่ยวกับจิตวิทยาและแรงจูงใจในการเล่นกีฬาของนักกีฬาหญิงระดับมหาวิทยาลัยที่มีความสามารถสูง โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามมาตรฐาน คำถามที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบเฉพาะเจาะจงที่สำรวจความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวในการเล่นกีฬากับแรงจูงใจในการเล่นกีฬา ความสามารถทางกีฬากับแรงจูงใจ แรงจูงใจในการเล่นกีฬากับการพัฒนาการกีฬา ผลการศึกษาพบว่า แรงจูงใจในการเล่นกีฬามีความสัมพันธ์กันอย่างมากกับบุคคลและการแก้ไข

ปัญหาทางสังคมและการแข่งขัน จากการศึกษายังพบอีกว่านักกีฬาประเภททีมมีความสัมพันธ์กันในระดับสูงและกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยมีความสำเร็จในการแข่งขันอย่างสูง ซึ่งพวกเขายังเห็นคุณค่าของการประสานความร่วมมือและเห็นว่าเป็นเครื่องมือที่สำคัญของการประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬา

ข้อเสนอแนะ

1. ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรจะมีการศึกษา ในกลุ่มนักเรียน นักศึกษาในระดับมัธยมและระดับมหาวิทยาลัย
2. ควรมีการศึกษา แรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาประเภทบุคคล เช่น กีฬามวยสากลสมัครเล่น กีฬากอล์ฟ และกีฬาเทนนิส เป็นต้น
3. แรงจูงใจในและปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่โค้ช หรือผู้ฝึกสอน ต้องให้ความสำคัญในการที่จะช่วยให้ นักกีฬาประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬาแต่ละประเภท

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved