

บทที่ 5

สรุปผลงานวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสของ นักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา เพื่อศึกษาการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาและเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ นักกีฬาเทเบิลเทนนิสที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ทองกวาวเกมส์) จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 50 คนและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาจำนวน 50 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการทดสอบนักกีฬาเทเบิลเทนนิสมีทั้งหมด 3 ตอน ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่ต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ และด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ แบ่งเป็น 2 ช่วง คือช่วงลักษณะนิสัย เนื่องจากสิ่งแวดล้อม(ช่วงปัจจุบัน)และช่วงลักษณะนิสัยเฉพาะตัว(ช่วงเป็นเด็ก)

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยการแจกแบบสอบถามให้กับนักกีฬาเทเบิลเทนนิสที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ทองกวาวเกมส์) จังหวัดเชียงใหม่ และผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา

สรุปผลการศึกษา

จากการศึกษา ข้อมูลของกลุ่มที่ตอบแบบสอบถาม แรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา พอจะสรุปผลได้ดังนี้

จากการศึกษาพบว่าแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา แรงจูงใจนักกีฬาเทเบิลเทนนิสอยู่ในระดับ มาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.97 ส่วนผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬามีแรงจูงใจอยู่ในระดับ มาก เช่นกัน มีค่าเฉลี่ย 3.49 ซึ่งนักกีฬาเทเบิลเทนนิส จะให้ความสำคัญแรงจูงใจในด้านร่างกายเป็นลำดับแรก มีค่าเฉลี่ย 4.10 รองลงมาแรงจูงใจในด้านจิตใจและอารมณ์ มีค่าเฉลี่ย 4.04 และแรงจูงใจในด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม มีค่าเฉลี่ย 3.78 ส่วนผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาให้ความสำคัญของแรงจูงใจด้านร่างกายเป็นลำดับแรก มีค่าเฉลี่ย 3.70

รองลงมาแรงจูงใจด้านจิตใจและอารมณ์ มีค่าเฉลี่ย 3.44 และแรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ที่ค่าเฉลี่ย 3.34

ด้านการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส จัดอยู่ในระดับ มาก มีค่าเฉลี่ย 2.06 ส่วนผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาอยู่ในระดับ มาก เช่นกันมีค่าเฉลี่ย 2.34 ซึ่งกลุ่มของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสให้ความสำคัญการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะ(ช่วงเด็ก) มีค่าเฉลี่ย 2.34 เป็นลำดับแรก รองลงมาจากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อม (ช่วงปัจจุบัน) มีค่าเฉลี่ย 2.06 ส่วนกลุ่มผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาให้ความสำคัญการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะ (ช่วงวัยเด็ก) เป็นลำดับแรก มีค่าเฉลี่ย 2.50 รองลงมาการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ จากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อม (ช่วงปัจจุบัน) มีค่าเฉลี่ย 2.34

เมื่อนำผลของแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬามาเปรียบเทียบกันผลไม่มีความสัมพันธ์กัน

อภิปรายผลการศึกษา

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่านักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา มีแรงจูงใจอยู่ในระดับ มาก ซึ่งถือว่านักกีฬาเทเบิลเทนนิส และผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาให้ความสำคัญในกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยเห็นประโยชน์ในการเล่นกีฬานี้ทั้งในด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ และด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

แรงจูงใจในแต่ละด้านอภิปรายดังนี้

1. แรงจูงใจด้านร่างกาย นักกีฬาเทเบิลเทนนิสให้ความสำคัญของแรงจูงใจในด้านร่างกายอยู่ในระดับ มาก นักกีฬาเทเบิลเทนนิส มีความอยากเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ เท่ากับ 4.32 ความต้องการพัฒนาความสามารถความชำนาญในการเล่นกีฬา เท่ากับ 4.12 ความชอบในการออกกำลังกาย เท่ากับ 4.10 ความต้องการมีร่างกายที่ฟิต เท่ากับ 4.06 ความต้องการมีรูปร่างที่ดี เท่ากับ 3.76 ความต้องการในการกำจัดพลังงานส่วนเกิน เท่ากับ 3.74 ส่วนแรงจูงใจด้านร่างกายของผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาในด้านของเหตุผลอื่นๆเช่น ต้องการมีสุขภาพแข็งแรงมีถึง 4.38 ต่อมาความต้องการในการกำจัดพลังงานส่วนเกิน เท่ากับ 3.78 ความอยากในการออกกำลังกาย เท่ากับ 3.74 ความต้องการพัฒนาความสามารถความชำนาญในการเล่นกีฬา เท่ากับ 3.62 ความต้องการมีร่างกายที่ฟิต เท่ากับ 3.50 ความต้องการมีรูปร่างที่ดี 3.48 ความอยากเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ เท่ากับ 3.36

2. แรงจูงใจด้านจิตใจและอารมณ์ นักกีฬาเทเบิลเทนนิสให้ความสำคัญของแรงจูงใจในด้านร่างกายอยู่ในระดับ มาก แรงจูงใจด้านจิตใจและอารมณ์ของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส ชอบสนุกจากการเล่นกีฬาประเภทนี้ เท่ากับ 4.38 ชอบสปีริตของทีม เท่ากับ 4.16 ชอบในชัยชนะ เท่ากับ 4.08

ชอบแข่งขัน เท่ากับ 4.04 ต้องการผ่อนคลายความเครียด เท่ากับ 4.02 ชอบความท้าทาย เท่ากับ 4.0
 ชอบในความตื่นเต้นในการเล่นกีฬาชนิดนี้ เท่ากับ 3.96 ต้องการมีอะไรทำสักอย่าง เท่ากับ 3.88 ชอบ
 กีฬาชนิดนี้เพราะสามารถทำได้ดี เท่ากับ 3.82 และสุดท้ายชอบรู้สึกที่ตัวเองมีความสำคัญ เท่ากับ 3.32
 ส่วนแรงจูงใจด้านจิตใจและอารมณ์ของผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาต้องการมีอะไรทำสักอย่าง เท่ากับ 3.70 ชอบ
 ความท้าทาย เท่ากับ 3.58 ชอบสปีริตของทีม เท่ากับ 3.56 ชอบกีฬาชนิดนี้เพราะสามารถทำได้ดี
 เท่ากับ 3.42 ชอบในชัยชนะ เท่ากับ 3.28 ชอบในความตื่นเต้นในการเล่นกีฬาชนิดนี้ เท่ากับ 3.26
 ชอบรู้สึกที่ตัวเองมีความสำคัญ เท่ากับ 3.22 ชอบแข่งขัน เท่ากับ 3.18 ชอบสนุกจากการเล่นกีฬา
 ประเภทนี้ เท่ากับ 3.06 ต้องการผ่อนคลายความเครียด เท่ากับ 3.0

3. แรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมแรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม นักกีฬา

เทเบิลเทนนิส ต้องการมีเพื่อนและได้อยู่กับเพื่อน ๆ เท่ากับ 4.22 ชอบได้พบเพื่อนใหม่ เท่ากับ 4.14
 ชอบอยู่ในทีม เท่ากับ 4.06 ชอบได้ออกนอกบ้าน เท่ากับ 4.04 ชอบทีมงาน (ผู้ฝึกสอนและเพื่อน
 ร่วมทีม) เท่ากับ 3.92 นักกีฬาชอบอุปกรณ์กีฬาและสิ่งอำนวยความสะดวกของกีฬาเทเบิลเทนนิส
 เท่ากับ 3.90 ชอบแสดงออกทางกีฬา เท่ากับ 3.84 ต้องการได้รับการยอมรับจากคนอื่น เท่ากับ 3.68
 ชอบผู้ฝึกสอน (โค้ช/ครู) เท่ากับ 3.60 พ่อแม่และเพื่อนสนิทต้องการให้เล่น เท่ากับ 3.50 ต้องการ
 เป็นคนที่รู้จัก (ดัง) เท่ากับ 3.36 ส่วนแรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา
 ต้องการมีเพื่อนและได้อยู่กับเพื่อน ๆ เท่ากับ 3.76 ชอบได้พบเพื่อนใหม่ เท่ากับ 3.66 ชอบทีมงาน
 (ผู้ฝึกสอนและเพื่อนร่วมทีม) เท่ากับ 3.44 ชอบอยู่ในทีมและนักกีฬาชอบอุปกรณ์กีฬาและสิ่งอำนวยความสะดวก
 ของกีฬาเทเบิลเทนนิส เท่ากับ 3.40 ชอบได้ออกนอกบ้าน เท่ากับ 3.36 ชอบแสดงออก
 ทางกีฬา เท่ากับ 3.26 ต้องการได้รับการยอมรับจากคนอื่นและต้องการเป็นคนที่รู้จัก (ดัง) เท่ากับ
 3.24 ชอบผู้ฝึกสอน (โค้ช/ครู) และ พ่อแม่และเพื่อนสนิทต้องการให้เล่น เท่ากับ 3.18

และเมื่อนำผลมาเปรียบเทียบกับแรงจูงใจของกีฬาเทเบิลเทนนิสกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา เมื่อแปลง
 ค่าสถิติที่คำนวณได้ t คำนวณ = 0.65 มีค่าน้อยกว่า ค่า t ที่ได้จากการเปิดตาราง คือ 1.96 ที่ระดับ
 ความเชื่อมั่น 95% หรือระดับนัยสำคัญ 0.05 และ มีค่าน้อยกว่า t ที่ได้จากการเปิดตาราง คือ 2.58 ที่
 ระดับความเชื่อมั่น 99% หรือที่ระดับนัยสำคัญ 0.01 นั่นคือ แรงจูงใจของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส
 ไม่แตกต่างกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา ทั้งนี้แรงจูงใจของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา ผล
 การเปรียบเทียบ ไม่มีความแตกต่างกันอาจเป็นเพราะอยู่ในสถานะที่ใกล้เคียงไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย
 ระดับการศึกษา อายุตลอดจนความนิยมชมชอบ ในกีฬาชนิดนี้ซึ่งมองโดยรวมจึงไม่มีความ
 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศอภิปราย ดังนี้

1. การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ ของนักกีฬาและผู้ที่ไม่ใช่นักกีฬา ให้

ความสำคัญอยู่ในระดับ มาก การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ จากลักษณะนิสัยเฉพาะตัวของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา ค่าสถิติที่คำนวณได้ t จำนวน = 2.31 มีค่ามากกว่า ค่า t ที่ได้จากการเปิดตารางคือ 1.96 ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% หรือระดับนัยสำคัญ 0.05 และพบว่าค่าสถิติที่คำนวณได้ t จำนวน = 2.31 มีค่าน้อยกว่าค่า t ที่ได้จากการเปิดตารางคือ 2.58 ที่ระดับความเชื่อมั่น 99% หรือระดับนัยสำคัญ 0.01 นั่นคือ การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัว ของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส แตกต่างกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนการปรับตัวเพื่อสู่ความเลิศจากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อมของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา ค่าสถิติที่คำนวณได้ t จำนวน = 0.52 มีค่าน้อยกว่า ค่า t ที่ได้จากการเปิดตารางคือ 1.96 ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% หรือระดับนัยสำคัญ 0.05 และพบว่าค่าสถิติที่คำนวณได้ t จำนวน = 0.52 มีค่าน้อยกว่าค่า t ที่ได้จากการเปิดตารางคือ 2.58 ที่ระดับความเชื่อมั่น 99% หรือระดับนัยสำคัญ 0.01 นั่นคือ การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัว ของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส ไม่แตกต่างกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาอย่างมีนัยสำคัญ

และเมื่อการปรับตัวเพื่อสู่ความเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่นักกีฬา ค่าสถิติที่คำนวณได้ t จำนวน = 1.38 มีค่าน้อยกว่า ค่า t ที่ได้จากการเปิดตารางคือ 1.96 ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% หรือระดับนัยสำคัญ 0.05 และพบว่าค่าสถิติที่คำนวณได้ t จำนวน = 1.38 มีค่าน้อยกว่าค่า t ที่ได้จากการเปิดตารางคือ 2.58 ที่ระดับความเชื่อมั่น 99% หรือระดับนัยสำคัญ 0.01 นั่นคือ การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส ไม่แตกต่างกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา ถึงแม้การเปรียบเทียบการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา เมื่อดูการปรับตัวเพื่อสู่ความเลิศจากลักษณะนิสัยเฉพาะตัวของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา (ตารางที่ 20) จะมีความแตกต่างกัน แต่ ส่วนการเปรียบเทียบการปรับตัวเพื่อสู่ความเลิศจากลักษณะนิสัยเนื่องจากสิ่งแวดล้อมของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา จะมีความแตกต่างกันก็ตาม แต่เมื่อมองโดยภาพรวมแล้วการปรับตัวเพื่อสู่ความเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

การหาความสัมพันธ์ของแรงจูงใจกับการปรับตัวสู่ความเป็นเลิศผลการศึกษาโดยรวมเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส ค่าสถิติที่ได้จากการคำนวณ คือ 1.83 มีค่าน้อยกว่าจากการเปิดตาราง ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 มีค่าน้อยกว่าองศาความเป็นอิสระ 44 (df) คือ 1.96 มีค่าน้อยกว่าค่าที่ได้จากการเปิดตาราง ที่ระดับนัยสำคัญ 0.01

มีค่าน้อยกว่าองศาความเป็นอิสระ 44 (df) คือ 2.58 นั่นคือ แรงจูงใจกับการปรับตัวเพื่อผู้ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรจะมีการศึกษาในนักกีฬาที่อยู่ในระดับสูง เช่น นักกีฬาทีมชาติและควรจะมีการศึกษาพื้นฐานครอบครัวเพื่อหาเหตุผล ข้อเสนอแนะ ที่จะผลักดันให้นักกีฬาได้ศึกษาและนำไปพัฒนามากยิ่งขึ้น
2. ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาในประชากรประกอบกับความแตกต่าง
3. ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรจะมีการศึกษาในนักกีฬาในกลุ่มอื่นแล้วนำมาเปรียบเทียบ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. สามารถจูงใจให้คนสนใจเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยจัดให้เห็นถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายโดยการเล่นกีฬานี้ว่าจะช่วยกำจัดพลังงานส่วนเกิน
2. ควรให้มีการสนใจเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยชักชวนให้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มีอะไรทำสักอย่างก็ยังดีกว่าที่จะปล่อยให้เวลาเสียไป
3. ควรจูงใจให้คนสนใจเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยสร้างการยอมรับแนะนำให้มีคนรู้จักอย่างกว้างขวางและให้โอกาสออกนอกบ้าน