

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการศึกษา

ผู้ศึกษามุ่งที่จะศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และลักษณะนิสัย ของนักกีฬาเรือพายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 35

#### กลุ่มตัวอย่าง

ของนักกีฬาเรือพายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 35 จำนวน 116 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

ในการศึกษานี้ผู้ศึกษาได้ใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลโดยตรงกับนักกีฬาโดยใช้แบบทดสอบที่สร้างขึ้น โดย มาร์เตนส์ (Martens, 1977):ซึ่งแปลโดย นพพร ทัศนัยนา มีความเชื่อมั่น .72

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State anxiety Inventory-2 :CSAI-2) แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์เป็นการวัดแบบเฉพาะเจาะจงและยังสามารถวัดระดับความวิตกกังวลแต่ละประเภทรวมทั้งความเชื่อมั่นในตนเองของบุคคลในสถานการณ์ได้ แบบทดสอบนี้จะวัดความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ความวิตกกังวลทางจิตใจ (Cognitive Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) โดยการนำเอาคะแนนที่ได้จากการตอบมาวิเคราะห์ที่ละส่วนแบบทดสอบมีคำถามทั้งหมด 27 ข้อ ดังนี้ วัดความวิตกกังวลทางจิตใจ ประกอบด้วย ข้อ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22 และ 25 วัดความวิตกกังวลทางกาย ประกอบด้วย ข้อ 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23 และ 26 และวัดความเชื่อมั่นในตนเองประกอบด้วย ข้อ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24 และ 27

คำตอบของแบบทดสอบนี้จะเป็นการตอบตามความรู้สึกว่าเห็นด้วยกับคำถามหรือไม่ คะแนนจะออกมาเป็นระดับตั้งแต่ 1 ถึง 4 การให้คะแนนเป็นไปตามหมายเลขที่เลือก เช่น ข้อ 1 ข้าพเจ้ารู้สึกพะวงเกี่ยวกับการแข่งขันสมมติ นักกีฬาเลือกหมายเลข 2 หมายความว่า ได้ 2 คะแนน ยกเว้นข้อ 14 เพียงข้อเดียวเท่านั้น ที่ให้คะแนนกลับกัน คือเลือกหมายเลข 1 ได้ 4 คะแนน หมายเลข 2 ได้ 3 คะแนน หมายเลข 3 ได้ 2 คะแนน และหมายเลข 4 ได้ 1 คะแนน เมื่อรวม

คะแนนแล้วระดับคะแนนทั้งหมดอยู่ระหว่าง 9 ถึง 36 ในแต่ละหัวข้อ ชนิดของความวิตกกังวล ความหมายของระดับคะแนนมีดังต่อไปนี้

ระดับคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (CSAI-2)

ระดับคะแนน 9-18 ระดับความวิตกกังวลต่ำ

ระดับคะแนน 19-27 ระดับความวิตกกังวลปานกลาง

ระดับคะแนน 28-36 ระดับความวิตกกังวลสูง

2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test :SCAT )

แบบทดสอบนี้ใช้วัดความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ ไปของแต่ละบุคคลไม่เฉพาะเจาะจงลงไปในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง แบบทดสอบความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย (SCAT ) ประกอบไปด้วยคำถาม 15 ข้อ คำตอบไม่มีข้อถูกหรือผิด แต่ละบุถึงความถี่หรือความบ่อยของการเกิดอาการอันเนื่องมาจากความวิตกกังวลคำตอบของแบบทดสอบทั้งฉบับนี้ให้ เลือกข้อ A B หรือ C สำหรับการวิเคราะห์ให้คะแนนแต่ละข้อดังนี้

ข้อ 1, 4, 7, 10 และ 13 ไม่มีคะแนน

ข้อ 2, 3, 5, 8, 9, 12, 14 และ 15 ตอบ A = 1, B = 2, C = 3

ข้อ 6 และ 11 ตอบ A = 3, B = 2, C = 1

เมื่อได้คะแนนของแต่ละข้อแล้ว จึงรวมคะแนนทั้งหมด ระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 10 ถึง 30 คะแนน ความหมายของระดับคะแนนมีดังต่อไปนี้

ระดับคะแนนของความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย (SCAT)

ระดับคะแนน 10-15 ความวิตกกังวลต่ำ

ระดับคะแนน 16-23 ความวิตกกังวลปานกลาง

ระดับคะแนน 24-30 ความวิตกกังวลสูง

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง

1. ทำหนังสือจากประธานสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. การเก็บข้อมูล
  - 2.1 เตรียมแบบสอบถามให้เพียงพอกับจำนวนนักกีฬา
  - 2.2 ชี้แจงให้นักกีฬาทราบถึงวัตถุประสงค์และประโยชน์ที่ได้รับเกี่ยวกับแบบสอบถาม
3. นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความ ถูกต้องและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

### สถานที่เก็บข้อมูล

มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จังหวัดนครศรีธรรมราช

### การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package For the Social Sciences Version 11) เพื่อหาค่าสถิติ ได้แก่ คะแนนเฉลี่ย และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

### ระยะเวลาการดำเนินงาน

ตั้งแต่เดือน ตุลาคม 2550 ถึง กุมภาพันธ์ 2551

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved