

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยโดยใช้วิธีออกแบบสอบถามความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 28 ซึ่งจะใช้แบบทดสอบให้นักกีฬาตอบแบบสอบถาม

ประชากร

ประชากรเป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 28 ปี พ.ศ. 2543 ณ มหาวิทยาลัยนิวยอร์ก ในระหว่างวันที่ 7 - 14 มกราคม พ.ศ. 2544 จำนวน 207 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลโดยตรงกับการกีฬา คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test: SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State Anxiety Inventory-2: CSAI-2) ซึ่งแบบทดสอบทั้งสองแบบทดสอบนี้สร้างขึ้นโดย มาร์เตนส์ (Martens, 1977: 121-136) ที่แปลโดย นภพร ทัศนัยนา มีความเชื่อมั่น .75

แบบทดสอบความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test: SCAT) ใช้วัดความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไปของแต่ละบุคคลไม่เฉพาะเจาะจงลงไป สถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง แบบทดสอบความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย (SCAT) ประกอบด้วยคำถาม 15 ข้อ คำตอบไม่มีถูกหรือผิด แต่ระบุถึงความถี่หรือความบ่อยของการเกิดอาการ อันเนื่องมาจากความวิตกกังวล คำตอบของแบบทดสอบทั้งฉบับนี้ให้เลือกข้อ A B หรือ C สำหรับการวิเคราะห์ให้คะแนนแต่ละข้อ ดังนี้

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

เมื่อได้คะแนนแต่ละข้อแล้ว จึงรวมคะแนนทั้งหมด ระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 10 ถึง 30 คะแนน ความหมายของระดับคะแนนมีดังต่อไปนี้

ระดับคะแนนของความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย (SCAT)

ระดับคะแนน 10 - 15	ความวิตกกังวลต่ำ
ระดับคะแนน 16 - 23	ความวิตกกังวลปานกลาง
ระดับคะแนน 24 - 30	ความวิตกกังวลสูง

แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State Anxiety Inventory-2:CSAI-2) เป็นการวัดแบบเฉพาะเจาะจง และยังสามารถวัดระดับความวิตกกังวลแต่ละประเภทรวมทั้งความเชื่อมั่นในตนเองของบุคคลในสถานการณ์ได้ แบบทดสอบนี้จะวัดความวิตกกังวล ทางกาย (Somatic Anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) โดยการนำคะแนนที่ได้จากการตอบมาวิเคราะห์ทีละส่วน แบบทดสอบมีคำถามทั้งหมด 27 ข้อ วัดความวิตกกังวลทางจิตใจประกอบด้วย ข้อ 1,4,7,10,13,16,19,22,25 วัดความวิตกกังวลทางกาย ประกอบด้วย ข้อ 2,5,8,11,14,17, 20,23,26 และวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ประกอบด้วยข้อ 3,6,9,12,15,18, 21,24 ,27

คำตอบของแบบทดสอบนี้จะเป็นการตอบตามความรู้สึกว่าเห็นด้วยกับคำถามหรือไม่ คะแนนจะออกมาเป็นระดับ ตั้งแต่ 1 ถึง 4 การให้คะแนนเป็นไปตามหมายเลขที่เลือกเช่น ข้อ 1ข้าพเจ้ารู้สึกพะวงเกี่ยวกับการแข่งขัน สมมตินักกีฬาเลือกหมายเลข 2 หมายความว่าได้ 2 คะแนน ยกเว้น ข้อ 14 เพียงข้อเดียวเท่านั้น ที่ให้คะแนนกลับกันคือ เลือกหมายเลข 1 ได้ 4 คะแนน หมายเลข 2 ได้ 3 คะแนน หมายเลข 3 ได้ 2 คะแนน และหมายเลข 4 ได้ 1 คะแนน เมื่อรวมคะแนนแล้วระดับคะแนนทั้งหมดอยู่ระหว่าง 9 ถึง 36 ในแต่ละหัวข้อ ชนิดของความวิตกกังวล ความหมายของระดับคะแนนมีดังนี้

ระดับคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (CSAI -2)

ระดับคะแนน 9-18	ระดับความวิตกกังวลต่ำ
ระดับคะแนน 19-27	ระดับความวิตกกังวลปานกลาง
ระดับคะแนน 28-36	ระดับความวิตกกังวลสูง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง มีขั้นตอน ดังนี้

1. ทำหนังสือจากประธานสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา ถึงหัวหน้าคณะนักกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. เตรียมแบบทดสอบให้เพียงพอกับจำนวนนักกีฬา วางแผนดำเนินการทดสอบรวมทั้งหาผู้ช่วยในการดำเนินงาน ซึ่งผู้วิจัยชี้แจงการปฏิบัติในการดำเนินการทดสอบจนเข้าใจเป็นอย่างดี
3. อธิบายให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจวัตถุประสงค์และผลประโยชน์ที่ได้รับจากการทำแบบทดสอบ และเข้าใจถึงวิธีทำแบบทดสอบ ความวิตกกังวล
4. นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องและวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ SPSS-X (Statistical Package for the Social Sciences Version X) เพื่อหาค่าสถิติ ได้แก่ คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลแต่ละประเภท