

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงผลการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในรูปแบบในการพัฒนาทักษะการยิงลูกใต้ห่วงของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย และ เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ในการทำแต้มคะแนนยิงประตูของนักกีฬา ก่อนและหลังการใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ในการพัฒนาทักษะการยิงลูกใต้ห่วงของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย รุ่นอายุ 16-18 ปี วิทยาลัยเทคโนโลยีและสหวิทยาการ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี (คอดยสะเกต) ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน ถูกแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 8 คน กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 16-18 ปี อายุเฉลี่ยของกลุ่มควบคุมคือ 16.63 ปี และสำหรับกลุ่มทดลองคือ 17.13 ปี มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลระหว่าง 3-5 ปี ประสบการณ์ในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลโดยเฉลี่ยของกลุ่มควบคุมคือ 3.63 ปี และสำหรับกลุ่มทดลองคือ 4.13 ปี น้ำหนักอยู่ระหว่าง 50-98 กิโลกรัม เฉลี่ยของกลุ่มควบคุมคือ 73.50 กิโลกรัม และสำหรับกลุ่มทดลองคือ 71.00 กิโลกรัม ส่วนสูงอยู่ระหว่าง 164-195 เซนติเมตร เฉลี่ยของกลุ่มควบคุมคือ 180.13 เซนติเมตร และกลุ่มทดลองคือ 177.63 เซนติเมตร มีความถนัดมือซ้าย 2 คน ซึ่งอยู่ในกลุ่มควบคุม 1 คน และกลุ่มทดลอง 1 คน ในการเปรียบเทียบข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม พบว่า นักกีฬาทั้ง 2 กลุ่มไม่มีความแตกต่างกันในเรื่องอายุ ประสบการณ์ในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล น้ำหนัก และส่วนสูง

จากการทดสอบความแม่นยำในการยิงลูกใต้ห่วง และการทดสอบจังหวะการเข้ายิงประตู โดยทดสอบเพื่อหาความแตกต่างก่อนและหลังการฝึกด้วยการใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ในการพัฒนาทักษะการยิงลูกใต้ห่วง มีการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการทดลองด้วยโปรแกรมทางสถิติโปรแกรม SPSS โดยใช้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) นำมาทดสอบด้วยสถิติค่า t-test ที่ระดับความเชื่อมั่น  $p < .05$  ในการเปรียบเทียบก่อนและหลังการฝึกเพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ความแม่นยำในการทำแต้มคะแนนยิงประตูและทักษะการเข้ายิงประตูใต้ห่วง

## สรุปผลการศึกษา

1. การเปรียบเทียบข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มก่อนการทดลอง พบว่า นักกีฬา ทั้ง 2 กลุ่มในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ไม่มีความแตกต่างกันทั้งในเรื่อง อายุ ประสบการณ์ในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล น้ำหนัก และส่วนสูง

2. ค่าเฉลี่ยจากการทดสอบค่าความแม่นยำในการยิงลูกได้ห่วงและการทดสอบจังหวะการเข้ายิงประตูลูกได้ห่วง ก่อนเริ่มการทดลอง (Pre-test) ของทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองในทั้ง 2 ทักษะ ได้แก่ (1) ทักษะการยิงลูกได้ห่วงแบบตัวลูกได้เป็นหงายมือด้วยมือขวา ไปยิงฝั่งซ้าย และ (2) ทักษะการยิงลูกได้ห่วงแบบตัวลูกได้เป็นหงายมือด้วยมือซ้าย ไปยิงฝั่งขวา พบว่า ก่อนการฝึก (Pre-test) เมื่อเปรียบเทียบระหว่างในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองนั้น ไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ

3. หลังจากการฝึกทักษะการยิงลูกได้ห่วงโดยการสังเกตจากตัวแบบด้วยการใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ หลังจากการฝึก 8 สัปดาห์ ในทั้ง 2 ทักษะ ได้แก่ (1) ทักษะการยิงลูกได้ห่วงแบบตัวลูกได้เป็นหงายมือด้วยมือขวา ไปยิงฝั่งซ้าย และ (2) ทักษะการยิงลูกได้ห่วงแบบตัวลูกได้เป็นหงายมือด้วยมือซ้าย ไปยิงฝั่งขวา พบว่า กลุ่มควบคุมเมื่อเปรียบเทียบผลในสัปดาห์ที่ 8 กับก่อนเริ่มการทดลอง (Pre-test) มีค่าเฉลี่ยจากการทดสอบค่าความแม่นยำในการยิงลูกได้ห่วงและการทดสอบจังหวะการเข้ายิงประตูลูกได้ห่วง ไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ ส่วนในกลุ่มทดลอง พบว่า มีค่าเฉลี่ยจากการทดสอบค่าความแม่นยำในการยิงลูกได้ห่วงและการทดสอบจังหวะการเข้ายิงประตูลูกได้ห่วง เฉพาะในท่าทักษะที่ 1 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  $p < .01$

## อภิปรายผล

1. การพัฒนาทักษะการยิงลูกได้ห่วงของนักกีฬาบาสเกตบอลชายจากการใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์

ในการทดลองครั้งนี้ ได้ทำการทดสอบเพื่อดูการพัฒนาทักษะการยิงลูกได้ห่วงของนักกีฬาบาสเกตบอลชายจากการใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ในเรื่องของการเข้ายิงประตูในทักษะการยิงลูกได้ห่วง ซึ่งได้แยกออกเป็น 2 ทักษะ คือ ทักษะที่ (1) การยิงลูกได้ห่วงแบบตัวลูกได้เป็นหงายมือด้วยมือขวา ไปยิงฝั่งซ้าย และทักษะที่ (2) ทักษะการยิงลูกได้ห่วงแบบตัวลูกได้เป็นหงายมือด้วยมือซ้าย ไปยิงฝั่งขวา ก่อนเริ่มการทดลอง (Pre-test) และหลังการฝึก 8 สัปดาห์ในกลุ่มทดลอง ผลปรากฏว่า หลังจากใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ในการพัฒนาทักษะ 8 สัปดาห์นั้น ค่าความแม่นยำในการยิงลูกได้ห่วงในทักษะที่ 1 ทักษะการยิงลูกได้ห่วงแบบตัวลูกได้เป็นหงายมือด้วยมือขวา ไปยิงฝั่งซ้าย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ( $p = .002$ ) ส่วนในทักษะที่ 2 ทักษะการยิงลูก

ได้ห้วงแบบตัวลูกได้เป็นหงายมือด้วยมือซ้ายไปยิงฝั่งขวา ไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ ( $p = .29$ ) ซึ่งสามารถอธิบายเพิ่มเติมได้ว่า จากผลการทดลองที่นักกีฬาไม่สามารถพัฒนาทักษะที่ 2 ได้ นั้นเนื่องมาจากนักกีฬาในการทดลองครั้งนี้ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความถนัดด้านขวามากกว่าด้านซ้าย และทักษะที่ให้ฝึกซ้อมเป็นทักษะที่เพิ่มความยากให้กับการยิงลูกมากขึ้นจนทำให้การยิงลูกได้เป็น โดยการตัวด้วยมือขวานั้นมีการพัฒนาในเรื่องของความแม่นยำมากกว่าการใช้มือซ้ายขึ้นมาตัวลูก และประกอบกับในด้านของความแม่นยำนั้นต้องมีการฝึกทักษะบ่อย ๆ เพื่อให้เกิดความชำนาญ ต้องมีการฝึกฝนที่เป็นระบบอย่างต่อเนื่องอีกทั้งยังต้องมีประสบการณ์การฝึกปฏิบัติที่ฝึกฝนอย่างเป็นประจำจนเกิดทักษะ ซึ่งตรงกับแนวคิดเรื่องทักษะทางจิตวิทยาเพื่อเพิ่มขีดความสามารถทางการกีฬาของ กรมพลศึกษา (2542) ที่กล่าวว่า ทักษะทางกีฬาและการฝึกฝนร่างกายนั้น จะต้องมีการฝึกฝนที่ได้ทำการวางแผนโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักกีฬาอยู่ในสถานะสูงสุด (Peak) เมื่อการแข่งขันเข้ามาถึง ซึ่งต้องมีการฝึกปฏิบัติทักษะให้ต่อเนื่องและสม่ำเสมอ จึงจะทำให้ทักษะที่เกิดขึ้นได้ผลอย่างสูงสุด

## 2. การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ในการพัฒนาทักษะการยิงลูกได้ห้วงระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง

การทดลองโดยเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ในการพัฒนาทักษะความแม่นยำและทักษะในการยิงลูกได้ห้วงโดยการใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ในการฝึกฝนพัฒนาทักษะให้เฉพาะในกลุ่มทดลองเพื่อเรียนรู้จากตัวแบบในคลิป์วิดีโอจากนักกีฬาบาสเกตบอลมืออาชีพและมีชื่อเสียงเป็นที่ชื่นชอบของนักกีฬาในกลุ่มทดลองนั้น ผลปรากฏว่าหลังจากการใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ในการพัฒนาทักษะ 8 สัปดาห์นั้น พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความแม่นยำในการยิงลูกได้ห้วงและคะแนนจังหวะการเข้ายิงประตูเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งกลับไม่พบความแตกต่างทางสถิติในกลุ่มควบคุมที่ทำการฝึกบาสเกตบอลปกติทั่วไปเพียงอย่างเดียว แสดงให้เห็นว่าการใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ส่งผลต่อคะแนนความแม่นยำในการยิงลูกได้ห้วงและคะแนนจังหวะการเข้ายิงประตูนั้นเพิ่มขึ้น ซึ่งผลคะแนนความแม่นยำในการยิงลูกได้ห้วงและคะแนนจังหวะการเข้ายิงประตูมีความแตกต่างกันกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในการทดลองครั้งนี้ เพราะการให้กลุ่มทดลองดูคลิป์วิดีโอจากสื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์นั้นทำให้นักกีฬาในกลุ่มทดลองเกิดการเรียนรู้ในทักษะการยิงลูกได้ห้วงและการก้าวเท้าจังหวะการยิงประตูที่ถูกต้อง เกิดการเรียนรู้แบบจากตัวแบบที่แต่ละคนได้ดูและชื่นชอบในตัวนักกีฬา ทำให้เมื่อมีการทดสอบทักษะดังกล่าวภายหลัง นักกีฬาในกลุ่มทดลองจึงทำได้อย่างถูกต้อง และมีคะแนนในการยิงลูกได้ห้วงและคะแนนการก้าวแต่ละขั้นได้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปลูกพงษ์ สุวรรณลิขิต (2556) ที่พบว่า นักเรียนที่ได้รับการพัฒนาการเรียนรู้ในวิชากีฬา

สากล (กรีทา) โดยใช้สื่อประสม มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และจากงานวิจัยของ ลิปป์แสง สุขผล (2555) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลของการใช้วิดีโอออนไลน์ช่วยสอนต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่าภายหลังการเรียนการสอนด้วยวิดีโอออนไลน์ช่วยสอน นักเรียนมีคะแนนสูงขึ้นกว่าก่อนการเรียนการสอนด้วยวิดีโอออนไลน์ช่วยสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้ซึ่งสอดคล้องตามทฤษฎีการเรียนรู้โดยการสังเกตจากตัวแบบของ Bandura (กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556) ที่กล่าวว่า บุคลิกภาพของแต่ละคนเกิดจากการที่บุคคลมีการเรียนรู้จากตัวแบบ (Model) ในสังคม โดยใช้การสังเกต ซึ่งเน้นย้ำว่าเป็นการเรียนแบบไม่ใช่ลอกแบบ โดยบุคคลจะเก็บตัวแบบในรูปของรหัสลับไว้ในสมอง ซึ่งพร้อมจะปรากฏขึ้นเป็นแบบอย่างของบุคลิกภาพ ให้บุคคลเลียนแบบได้ตลอดเวลา ด้วยเหตุนี้จึงเชื่อว่าบุคลิกภาพที่แสดงออกมาในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการพูดจา การแต่งกาย ท่าทาง กิริยามารยาท หรือพฤติกรรมอื่นๆ เป็นเพราะบุคคลนั้นมีพฤติกรรมเลียนแบบที่เก็บไว้จากตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic Modeling) หมายถึง ตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อ เช่น วิดีโอ โทรทัศน์ การ์ตูน นวนิยาย หรือสื่อออนไลน์ต่างๆ เป็นการสังเกตหรือดูตัวแบบที่เป็นลักษณะสัญลักษณ์ที่กำหนดขึ้นมา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาทักษะกีฬาต่างๆ แต่จะไม่สามารถสื่อสารโต้ตอบระหว่างกันได้ จากการวิจัยส่วนใหญ่พบว่าการที่นักกีฬาได้เห็นผู้อื่นประสบความสำเร็จ เช่น จากการดูคลิปวิดีโอ อ่านหนังสือ จะมีประโยชน์สำหรับนักกีฬาที่เพิ่งฝึกหัดทักษะใหม่ๆ หากเป็นไปได้ช่วงเริ่มต้นการฝึกทักษะกีฬาควรมีการใช้ตัวแบบที่มีลักษณะใกล้เคียงกับนักกีฬา เช่น อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง และระดับความสามารถ ซึ่งจะช่วยให้ระดับความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถทำได้มากกว่าการใช้ตัวแบบที่มีลักษณะแตกต่างกับตัวแบบของนักกีฬามากจนเกินไป นอกจากนั้นแล้วการใช้ตัวผู้ฝึกสอนเป็นตัวแบบก็มีส่วนที่สามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในผู้เรียนได้ด้วยเช่นกัน ซึ่งส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีผลสัมฤทธิ์ในการทำเต็มคะแนนจากการยิงประตู และกลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อการเล่นกีฬาบาสเกตบอลโดยใช้สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ในระดับมาก

#### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

1. ควรมีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายมากกว่านี้ ยกตัวอย่างเช่น กลุ่มนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา และระดับประชาชนทั่วไป
2. ควรให้ความสนใจ และควบคุมการฝึกซ้อมแก่นักกีฬาในเรื่องของเวลาในการฝึกซ้อม ความตั้งใจที่จะศึกษาดูคลิปวิดีโอ ตลอดจนเน้นย้ำให้เห็นถึงความสำคัญกับแบบทดสอบที่ใช้ในการวัดผล

## ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ผู้สนใจในการทำการศึกษาร้อยต่อไปอาจมีการเลือกกลุ่มตัวอย่างให้มีจำนวนมากขึ้น
2. ผู้สนใจในการทำการศึกษาร้อยต่อไปควรทำการศึกษด้วยการทดลองให้นักกีฬาเรียนรู้จากการสังเกตจากตัวแบบในสื่อสังคมออนไลน์กับทักษะอื่นๆ ในกีฬาบาสเกตบอล เช่น ทักษะการรับ-ส่งบอล ทักษะการเลี้ยงบอล รวมไปถึงการศึกษากับกีฬาในประเภทอื่นๆ เช่น ฟุตบอล เบสบอล แสนด์บอล เป็นต้น



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved