

แบบประเมินบทความวิจัย
การประชุมวิชาการระดับชาติ “การศึกษาเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ ครั้งที่ 8” ประจำปี 2567
วันศุกร์ที่ 24 พฤษภาคม 2567 (ผ่านระบบออนไลน์)

1. ชื่อบทความ : ปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำภาคกลางเขต 1

2. หัวข้อการประเมินบทความ

รายการประเมิน	ผลการประเมิน			ข้อคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ
	ผ่าน	ผ่านและแก้ไข	ไม่ผ่าน	
1. บทคัดย่อภาษาไทย		√		1. เขียนให้ตรงตามวัตถุประสงค์
2. บทคัดย่อภาษาอังกฤษ		√		1. แก้ไขตามบทคัดย่อภาษาไทย
3. บทนำ	√			
4. วัตถุประสงค์การวิจัย	√			
5. สมมติฐานการวิจัย (ถ้ามี)	√			
6. วิธีดำเนินการวิจัย		√		1.เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ตอนที่ 2 และ ตอนที่ 3 ให้เติมคำว่า หมายถึง ด้วย หรือตรวจสอบอีกครั้ง 2. การวิเคราะห์ข้อมูล ควรมีการอ้างอิง
7. ผลการวิจัย	√			
8. สรุปผลการวิจัย		√		1. เขียนให้ตรงตามวัตถุประสงค์ และกระชับกว่านี้
9. อภิปรายผล		√		1. อภิปรายผลให้ตรงตามวัตถุประสงค์ 2. การอ้างอิงไม่ควรเกิน 10 ปี
10. ข้อเสนอแนะ		√		1. ข้อเสนอแนะทั้ง 2 ควรมาจากผลการวิจัย
11. เอกสารอ้างอิง		√		1. ตรวจสอบการเขียนรายการอ้างอิงใหม่
12. องค์กรความรู้ใหม่และคุณค่าทางวิชาการ		√		1. เพิ่มเติมด้วย

ผลการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิ

- ☐ 1) บทความผ่านเกณฑ์
- ☒ 2) บทความผ่านเกณฑ์ แต่ต้องแก้ไขตามข้อเสนอแนะ
- ☐ 3) บทความไม่ผ่านเกณฑ์

แบบประเมินบทความวิจัย
การประชุมวิชาการระดับชาติ “การศึกษาเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ ครั้งที่ 8” ประจำปี 2567
วันศุกร์ที่ 24 พฤษภาคม 2567 (ผ่านระบบออนไลน์)

1. ชื่อบทความ :ปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1.....

2. หัวข้อการประเมินบทความ

รายการประเมิน	ผลการประเมิน			ข้อคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ
	ผ่าน	ผ่านและแก้ไข	ไม่ผ่าน	
1. บทคัดย่อภาษาไทย		✓		วัตถุประสงค์งานวิจัย (ในบทคัดย่อ) ไม่ตรงกับ วัตถุประสงค์ ในหน้า 34 ขาดวัตถุประสงค์ใน ข้อที่ 2) เพื่อทำนายปัจจัยที่มีต่อการปรับตัว
2. บทคัดย่อภาษาอังกฤษ		✓		ปรับตามบทคัดย่อภาษาไทย
3. บทนำ	✓			
4. วัตถุประสงค์การวิจัย	✓			
5. สมมติฐานการวิจัย (ถ้ามี)	✓			
6. วิธีดำเนินการวิจัย	✓			
7. ผลการวิจัย	✓			
8. สรุปผลการวิจัย	✓			
9. อภิปรายผล		✓		ปรับการเขียน อภิปรายผล ให้สอดคล้อง กับวัตถุประสงค์งานวิจัย ทั้ง 2 ข้อ 1) เพื่อศึกษาปัจจัย (แสดงตาม 4 ด้านที่งานวิจัยค้นพบ) 2) เพื่อทำนายปัจจัย ตามหน้า 37-38 ที่ผู้วิจัยเขียนในสรุปผล นำข้อมูลที่ได้อภิปรายผล ว่าอะไรคือสาเหตุที่ได้มา และสอดคล้องกับงานทฤษฎี หรืองานวิจัย ใคร
10. ข้อเสนอแนะ	✓			
11. เอกสารอ้างอิง	✓			
12. องค์ความรู้ใหม่และคุณค่าทางวิชาการ	✓			

ผลการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิ

- ☐ 1) บทความผ่านเกณฑ์
- ☒ 2) บทความผ่านเกณฑ์ แต่ต้องแก้ไขตามข้อเสนอแนะ
- ☐ 3) บทความไม่ผ่านเกณฑ์

ปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักกีฬาว่ายน้ำที่ขึ้นทะเบียนกับสมาคมกีฬา จังหวัด ในเขตภาคกลาง 1 จำนวน 200 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบสองขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็น แบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำเขตภาคกลาง 1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ เพียร์สัน และวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ผลการวิจัย 1.ปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 อยู่ในระดับมาก 2.ปัจจัยการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด 3.ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 4 ปัจจัยโดยเรียงลำดับจากปัจจัยที่ส่งผลกระทบที่สุดไปหาน้อยที่สุด ได้แก่ ด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ (X_1) ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก(X_2) ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม(X_3) และด้านการประชาสัมพันธ์ (X_4) ซึ่งปัจจัยทั้ง 4 นี้ สามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ได้ร้อยละ 87.70 และได้ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการในได้ดังนี้ สมการในรูปคะแนนดิบ $Y' = .254 + .397 (X_1) + .341 (X_2) + .152 (X_3) + .079 (X_4)$ สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน $Z/Y = .392 (ZX_1) + .380 (ZX_2) + .198 (ZX_3) + .096 (ZX_4)$

คำสำคัญ การปรับตัว, ชีวิตวิถีใหม่, นักกีฬาว่ายน้ำ

FACTORS AFFECTING ADAPTING TO SWIMMING TRAINING ACCORDING TO THE NEW WAY OF LIFE OF SWIMMERS, CENTRAL REGION, ZONE 1

ABSTRACT

This research has the objective To study the factors affecting swimming training adjustment according to the new way of life. of swimming athletes in Central Region 1. The sample in this study was 200 swimmers registered with Provincial Sports Associations in Central Region 1 using a two-step random sampling method. The instrument used in this research was a questionnaire regarding adjustment to swimming training according to the new normal. of swimming athletes in Central Region 1. Data were analyzed by finding frequencies, percentages, means, and standard deviations. Pearson correlation coefficient analysis and multiple regression analysis. Research results 1. Factors affecting the adjustment to swimming training according to the new way of life. of swimmers, Central Region, Zone 1 at a high level. 2. Factors for adapting to swimming training according to the new way of life of swimmers in the Central Region, Zone 1, overall, all aspects are at the highest level. 3. Factors affecting the adjustment in swimming training according to the new way of life of swimmers in Central Region 1 with statistical significance at the .01 level. There are 4 factors, arranged in order of the factors. From the

greatest to the least impact, these are the policies of the swimming pool administrators (X1), the location and facilities (X2), social support (X3), and public relations (X4). These four factors together were able to predict 87.70% of the adjustment in swimming training according to the new way of life of swimmers in the Central Region, Zone 1, and the coefficients of the predictors were used to write the equation in as follows: Equations in raw score $Y' = .254 + .397 (X_1) + .341 (X_2) + .152 (X_3) + .079 (X_4)$ The forecasting equation in standard score $Z'_Y = .392 (ZX_1) + .380 (ZX_2) + .198 (ZX_3) + .096 (ZX_4)$

Keywords: Adaptation, New way of life, Swimmer

บทนำ

ฤดูร้อน ปี 2566 ล่าสุดนี้ ยังมีการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ ซึ่งเป็นลูกผสมจากโอมิครอนอย่าง XBB.1.16 (Arcturus) โดยเฉพาะช่วงเทศกาลสงกรานต์ที่ผ่านมา ผู้คนออกเดินทางไปพบปะสังสรรค์กันมากขึ้น รวมทั้งชาวต่างชาติที่เข้ามาในประเทศไทย เจ้าหน้าที่ผู้เชี่ยวชาญด้านสาธารณสุขจึงติดตามเผาะระวัง เป็นเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 สายพันธุ์ XBB จากลูกผสมตระกูล Omicron BA.2.10.1 และ BA.2.75 มีรายงานการค้นพบครั้งแรกที่ประเทศอินเดีย เมื่อเดือนมกราคม 2566 องค์การอนามัยโลกจัดเป็นเชื้อที่ต้องเฝ้าติดตาม การกลายพันธุ์เกิดขึ้นที่บริเวณ 483 ระดับภูมิตอบสนองชนิด Neutralizing Antibody ลดลง จึงเพิ่มความสามารถในการแพร่เชื้อหรือก่อโรค แต่ยังไม่มีความหลักฐานงานวิจัยใดที่อ้างอิงถึง XBB.1.16 จะก่อความรุนแรง และผู้ที่มีความเสี่ยงได้รับอันตรายจากโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ XBB.1.16 ได้แก่ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ผู้อาศัยอยู่ในพื้นที่ความหนาแน่นของฝุ่น PM 2.5 ผู้ป่วยโรคประจำตัว ได้แก่ โรคทางเดินหายใจเรื้อรัง หัวใจและหลอดเลือด ไตวายเรื้อรัง หลอดเลือดสมอง โรคอ้วน มะเร็ง เบาหวาน คุณแม่ตั้งครรภ์อายุ 12 สัปดาห์ขึ้นไป ผู้ที่ยังไม่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโควิด-19 บุคคลที่ไม่เคยติดเชื้อโควิด-19 มาก่อน ทั้งหมดที่กล่าวมานี้ หากตรวจพบเชื้อ ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษายาต้านไวรัสทันที หากปล่อยปละละเลยอาจมีอาการรุนแรงได้ (โรงพยาบาลเพชรเวช, 2566)

คณะกรรมการบัญญัติศัพท์นิเทศศาสตร์ราชบัณฑิตยสภา ระบุว่าราชบัณฑิตยสภาได้บัญญัติศัพท์ “New Normal” ซึ่งหมายถึงความปกติใหม่, ฐานวิถีชีวิตใหม่ รูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างใหม่ที่แตกต่างจากอดีต อันเนื่องจากมีบางสิ่งมากระทบ จนแบบแผนและแนวทางปฏิบัติที่คนในสังคมคุ้นเคยอย่างเป็นปกติและเคยคาดหมายล่วงหน้าได้ต้องเปลี่ยนแปลงไปสู่วิถีใหม่ภายใต้หลักมาตรฐานใหม่ที่ไม่คุ้นเคย รูปแบบวิถีชีวิตใหม่นี้ ประกอบด้วยวิธีคิด วิธีเรียนรู้วิธีสื่อสาร วิธีปฏิบัติและการจัดการ การใช้ชีวิตแบบใหม่เกิดขึ้นหลังจากเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างใหญ่หลวงและรุนแรงอย่างใดอย่างหนึ่ง ทำให้มนุษย์ต้องปรับตัวเพื่อรับมือกับสถานการณ์ปัจจุบันมากกว่าจะดำรงรักษาวิถีดั้งเดิมหรือวนหาถึงอดีต บางครั้งก็เป็นจุดเปลี่ยนที่เกินความคาดหมาย ในทางกลับกัน การปรับตัวที่รวดเร็วช่วงนี้ทำให้เกิดข้อขัดแย้งของ New Normal นั่นคือ การย้อนกลับไปหา Old Normal หรือวิถีชีวิตที่เราคุ้นเคยในอดีต โดยเฉพาะก่อนที่เราจะรู้จักอินเทอร์เน็ต และสมาร์ทโฟน ที่ย่อโลกทั้งใบให้อยู่ในมือเรา เราสามารถทำงาน ทำธุรกรรมความเพลิดเพลินเกือบทุกอย่างได้อย่างสะดวกสบายและประหยัด เวลามากกว่าที่เคย แต่รู้สึกไหมว่าเราใช้ชีวิตอย่างรีบเร่งมากขึ้นและมีเวลารวมน้อยลง การกักตัวเองอยู่บ้านช่วงนี้ทำให้เราได้ใช้ชีวิตช้าลง ให้เวลากับตนเองและครอบครัวอย่างเต็มที่ กินอาหารโฮมเมด ใช้ชีวิตกลางแจ้ง ออกกำลังกาย และที่สำคัญ ต้องเปลี่ยนจากการอยู่กับข่าวสารและความเครียด ควรหันมามองหากิจกรรมเสริมความสุขในยามว่าง เช่น อ่านหนังสือ เล่นดนตรี ทำสวน เป็นต้น (อวาทิพย์ แว, 2563)

อย่างไรก็ตาม เมื่อเข้าสู่การดำเนินชีวิตวิถีใหม่ จึงต้องมีกิจกรรมต่างๆ ที่ทำการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นการออกนโยบายของสถานที่ในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำ มีการปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกที่ใช้ในการป้องกันการแพร่ระบาดของ covid 19 มีแรงสนับสนุนทางสังคม มีการประชาสัมพันธ์ในด้านข้อมูลให้ทราบอย่างทั่วถึง รวมถึงการนำเทคโนโลยีต่างๆ มาใช้ในการฝึกซ้อมกีฬา รวมถึงนักกีฬาว่ายน้ำที่สังกัดอยู่ในภาค

กลาง เขต 1 ซึ่งมีทั้งหมด 13 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร จันทบุรี ฉะเชิงเทรา ชลบุรี ตราด นครนายก นนทบุรี ปทุมธานี ปราจีนบุรี ระยอง สมุทรปราการ สมุทรสาคร และสระแก้ว ล้วนได้รับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 จึงต้องทำการปรับตัวตามสถานการณ์ เพื่อให้การฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำเป็นไปได้อย่างต่อเนื่อง (สมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย, 2562)

จากเหตุผลที่กล่าวมาผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 โดยทำการศึกษากับปัจจัยด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ ปัจจัยด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ปัจจัยด้านแรงสนับสนุนทางสังคม ปัจจัยด้านการประชาสัมพันธ์ ปัจจัยด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อม เพื่อนำไปศึกษาปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำภาคกลางเขต 1 ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาค

กลางเขต 1

2. เพื่อทำนายปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาค

กลางเขต 1

สมมติฐานการวิจัย (ถ้ามี)

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานไว้ว่า ปัจจัยด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ ปัจจัยด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ปัจจัยด้านแรงสนับสนุนทางสังคม ปัจจัยด้านการประชาสัมพันธ์ ปัจจัยด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อม อย่างน้อยหนึ่งปัจจัยสามารถทำนายการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ได้

กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

1. ด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ
2. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก
3. ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม
4. ด้านการประชาสัมพันธ์
5. ด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อม

ตัวแปรตาม

1. การปรับตัวด้านร่างกาย
2. การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์
3. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่
4. การปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร เป็นนักกีฬาว่ายน้ำที่ขึ้นทะเบียนกับสมาคมกีฬาจังหวัด ในเขตภาคกลาง 1 (ทั้งหมด 13 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร จันทบุรี ฉะเชิงเทรา ชลบุรี ตราด นครนายก นนทบุรี ปทุมธานี ปราจีนบุรี ระยอง สมุทรปราการ สมุทรสาคร และสระแก้ว) ปี 2562 - 2567 จำนวน 1,031 คน

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักกีฬาว่ายน้ำที่ขึ้นทะเบียนกับสมาคมกีฬาจังหวัด ในเขตภาคกลาง 1 อายุระหว่าง 14-18 ปี และ 18 ปีขึ้นไป ปี 2567 จำนวน 200 คน โดยผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิเคราะห์ปัจจัย จำเป็นต้องใช้กลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่โดยใช้กลุ่มตัวอย่างตามกฎแห่งความชัดเจน (Rule of Thumb) ที่ Hair et al (2018) และ Schumacher ; & Lomax (2010) ได้แนะนำไว้ว่าในการวิเคราะห์ปัจจัยควรมีอัตราส่วนระหว่างกลุ่มตัวอย่างต่อตัวแปรไม่ควรน้อยกว่า 10:1 ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้จึงกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง 40 คน ต่อ 1 ตัว

แปร ได้มาจากการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two Stage Random Sampling) โดยการศึกษาครั้งนี้ได้รับการรับรอง
จริยธรรมการวิจัยจากมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ เลขที่ EDU 018/2567

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยของผู้วิจัย เรื่องปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาวูต้อตามชีวิตวิถีใหม่
ของนักกีฬาวูต้อ ภาคกลางเขต 1 ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ
(Check list) ประกอบด้วย เพศ,อายุ,จังหวัด มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านนโยบาย สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกแรงสนับสนุน
ทางสังคม การประชาสัมพันธ์ เทคโนโลยีในการฝึกซ้อม ซึ่งมีลักษณะแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5
ระดับ

- 1.แบบสอบถามปัจจัยด้านนโยบายของผู้บริหารสรวูต้อ
- 2.แบบสอบถามปัจจัยด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก
- 3.แบบสอบถามปัจจัยด้านแรงสนับสนุนทางสังคม
- 4.แบบสอบถามปัจจัยด้านการประชาสัมพันธ์
- 5.แบบสอบถามปัจจัยด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อม

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาวูต้อตามชีวิตวิถีใหม่
ของนักกีฬาวูต้อเขตภาคกลาง 1 ประกอบไปด้วย 4 ด้าน

- 1 การปรับตัวด้านร่างกาย (Physiologic mode)
- 2 การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self concept mode)
- 3 การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ (The role function mode)
- 4 การปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัย (Interdependence mode)

วิธีการหาคุณภาพเครื่องมือ การสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

- 1) ศึกษาประเด็น ข้อคำถามที่ต้องการคำตอบจากหัวข้อเรื่องที่ทำการศึกษาวิจัย
- 2) ทำการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร ตำรา บทความ งานวิจัย แนวคิดและทฤษฎี ที่เกี่ยวข้องกับ
ปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาวูต้อตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาวูต้อ ภาคกลางเขต 1
- 3) สร้างกรอบแนวความคิดเกี่ยวกับปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาวูต้อตามชีวิตวิถีใหม่ ของ
นักกีฬาวูต้อ ภาคกลางเขต 1 โดยนำมาประมวลเข้ากับการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาวูต้อตามชีวิตวิถีใหม่ ของ
นักกีฬาวูต้อ ภาคกลางเขต 1 เพื่อเป็นกรอบแนวคิดในการสร้างแบบสอบถาม
- 4) นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบ แก้ไข
ปรับปรุงให้เหมาะสม
- 5) นำแบบสอบถามที่ได้รับการตรวจสอบ แก้ไข ปรับปรุงแล้ว เสนอผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบ
พิจารณาหาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) คือ พิจารณาข้อคำถามที่สร้างขึ้นมีความสอดคล้อง
ระหว่างเนื้อหาสาระของเครื่องมือกับเนื้อหาสาระที่ต้องการศึกษา โดยใช้ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับ
ลักษณะเฉพาะกลุ่ม และคัดเลือกคำถามที่มีค่าความเที่ยงตรง ตั้งแต่ .05 ขึ้นไป โดยนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นให้
ผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่านพิจารณาลงความเห็นและให้คะแนน ดังนี้

- +1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้อง
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้อง
- 1 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่มีความสอดคล้อง

โดยกำหนดคุณสมบัติผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

- 1.จบการศึกษามากกว่าปริญญาโท ในสาขาพลศึกษาหรือสาขาอื่นที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา

2. มีประสบการณ์ในการสอนกีฬาว่ายน้ำหรือเป็นผู้ฝึกสอนกีฬาว่ายน้ำไม่น้อยกว่า 5 ปี

6) นำแบบสอบถามที่ได้รับการตรวจสอบแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกมาเป็นตัวแทนจำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบค่าความเที่ยงตรง (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบาค (1990) โดยกำหนดค่าความเที่ยงตรงตั้งแต่ระดับ 0.7 ขึ้นไป

7) นำแบบสอบถามที่ได้ทดลองแล้วมาปรับปรุงด้านสำนวนภาษาให้ชัดเจนและเข้าใจง่าย ตลอดจนรูปแบบการจัดพิมพ์แบบสอบถาม แล้วนำแบบสอบถามไปใช้ในการวิจัยต่อไป

8) ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

9) นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ และแปลผลข้อมูล

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1) ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการขอหนังสือจากมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติเพื่อขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลกับนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1

2) ศึกษาคุณสมบัติตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ตามการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

3) ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบ และนำแบบสอบถามไปดำเนินการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 คน โดยผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองพร้อมผู้ช่วย ซึ่งผู้วิจัยได้ชี้แจงขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลแก่ผู้ช่วยวิจัยเป็นอย่างดี

4) นำข้อมูลที่ได้ไปทำการวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาความถี่หรือค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1

2. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 และแปลผลค่าเฉลี่ย

4.50 – 5.00 แปลว่า มากที่สุด

3.50 – 4.49 แปลว่า มาก

2.50 – 3.49 แปลว่า ปานกลาง

1.50 – 2.49 แปลว่า น้อย

1.00 – 1.49 แปลว่า น้อยที่สุด

3. หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product-moment correlation coefficient)

4. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 โดยวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) เพื่อทดสอบสมมติฐาน โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 สามารถสรุปได้ดังนี้

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม ด้านการประชาสัมพันธ์ ด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อม

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ	4.44	0.50	มาก

2. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.73	0.56	มากที่สุด
3. ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม	4.71	0.66	มากที่สุด
4. ด้านการประชาสัมพันธ์	4.62	0.62	มากที่สุด
5. ด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อม	4.54	0.67	มากที่สุด

จากตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.44$, S.D.=0.50) ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.73$, S.D.=0.56) ด้านแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.71$, S.D.=0.66) ด้านการประชาสัมพันธ์อยู่ในระดับมากที่สุด($\bar{X}=4.62$, S.D.=0.62) และด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.54$, S.D.=0.67)

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 โดยรวมทุกด้าน

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ด้านร่างกาย	4.77	0.54	มากที่สุด
2. ด้านอัตมโนทัศน์	4.45	0.51	มาก
3. ด้านบทบาทหน้าที่	4.80	0.53	มากที่สุด
4. ด้านการพึ่งพาอาศัย	4.82	0.53	มากที่สุด
รวม	4.71	0.50	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด($\bar{X}=4.71$, S.D.=0.50)

ตารางที่ 3 ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1

ตัวพยากรณ์	b	Std. Error	β	t	p
ค่าคงที่	0.254	0.120	-	2.114*	0.036
1. ด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ (X_1)	0.397	0.036	0.392	10.922*	0.000
2. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก(X_2)	0.341	0.044	0.380	7.781*	0.000
3. ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม(X_3)	0.152	0.028	0.198	5.347*	0.000
4. ด้านการประชาสัมพันธ์ (X_4)	0.079	0.036	0.096	2.211*	0.028

Adjusted R² = 0.877

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 3 ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 4 ปัจจัย โดยเรียงลำดับจากปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ได้แก่ ด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ (X_1) ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก(X_2) ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม(X_3) และด้านการประชาสัมพันธ์ (X_4) ซึ่งปัจจัยทั้ง 4 นี้ สามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ได้ร้อยละ 87.70 และได้้นำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการได้ดังนี้

สมการในรูปคะแนนดิบ

$$Y' = .254 + .397 (X_1) + .341 (X_2) + .152 (X_3) + .079 (X_4)$$

จากสมการถดถอยแสดงว่าค่าคงที่ของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่มีค่าเท่ากับ 0.254 โดยหากด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น 1 คะแนน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.397 คะแนน หากด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มขึ้น 1 คะแนน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.341คะแนน หากด้านแรงสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้น 1

คะแนน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.152 คะแนน หากด้านการประชาสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 1 คะแนน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.079 คะแนน สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$Z'_Y = -.392 (ZX_1) + .380 (ZX_2) + .198 (ZX_3) + .096 (ZX_4)$$

จากสมการถดถอยมาตรฐานแสดงว่า โดยหากด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น 1 คะแนน มาตรฐาน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.392 คะแนนมาตรฐาน หากด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มขึ้น 1 คะแนนมาตรฐาน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.380 คะแนนมาตรฐาน หากด้านแรงสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้น 1 คะแนนมาตรฐาน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.198 คะแนนมาตรฐาน หากด้านการประชาสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 1 คะแนนมาตรฐาน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.096 คะแนนมาตรฐาน

สรุปผลและอภิปรายผล

สรุปผล

1. ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม

1.1 กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชายคิดเป็นร้อยละ 56.50 เพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 43.50

1.2 กลุ่มตัวอย่างมีกลุ่มอายุ 14-18 ปี คิดเป็นร้อยละ 55.50 กลุ่มอายุ 18 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ

44.50

1.3 กลุ่มตัวอย่างกรุงเทพมหานครคิดเป็นร้อยละ 20 จันทบุรีคิดเป็นร้อยละ 20 ชลบุรีคิดเป็นร้อยละ 20 นนทบุรีคิดเป็นร้อยละ 20 ระยองคิดเป็นร้อยละ 20

2. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.44$, S.D.=0.50) ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.73$, S.D.= 0.56) ด้านแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.71$, S.D.= 0.66) ด้านการประชาสัมพันธ์อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.62$, S.D.= 0.62) และด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.54$, S.D.=0.67)

3. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.71$, S.D.=0.50) โดยแยกเป็นรายด้านดังนี้

3.1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ด้านร่างกายอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.77$, S.D.=0.54)

3.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ด้านอัฒจันทร์อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.45$, S.D.=0.51)

3.3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ด้านบทบาทหน้าที่อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.80$, S.D.=0.53)

3.4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ด้านการพึ่งพาอาศัยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.82$, S.D.=0.53)

4. ปัจจัยด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม ด้านการประชาสัมพันธ์ และด้านเทคโนโลยีในการฝึกซ้อมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับด้านการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

5. ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 4 ปัจจัย โดยเรียงลำดับจากปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ได้แก่ ด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ (X_1) ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก (X_2) ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม (X_3) และ

ด้านการประชาสัมพันธ์ (X_4) ซึ่งปัจจัยทั้ง 4 นี้ สามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ได้ร้อยละ 87.70 และได้ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการในได้ดังนี้

สมการในรูปคะแนนดิบ

$$Y' = .254 + .397 (X_1) + .341 (X_2) + .152 (X_3) + .079 (X_4)$$

จากสมการถดถอยแสดงว่าค่าคงที่ของการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่มีค่าเท่ากับ 0.254 โดยหากด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น 1 คะแนน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.397 คะแนน หากด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มขึ้น 1 คะแนน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.341 คะแนน หากด้านแรงสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้น 1 คะแนน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.152 คะแนน หากด้านการประชาสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 1 คะแนน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.079 คะแนน สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$Z'_{Y'} = .392 (ZX_1) + .380 (ZX_2) + .198 (ZX_3) + .096 (ZX_4)$$

จากสมการถดถอยมาตรฐานแสดงว่า โดยหากด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น 1 คะแนน มาตรฐาน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.392 คะแนนมาตรฐาน หากด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มขึ้น 1 คะแนนมาตรฐาน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.380 คะแนนมาตรฐาน หากด้านแรงสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้น 1 คะแนนมาตรฐาน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.198 คะแนนมาตรฐาน หากด้านการประชาสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 1 คะแนนมาตรฐาน คาดว่าการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่จะเพิ่มขึ้น 0.096 คะแนนมาตรฐาน

อภิปรายผล

1. ปัจจัยด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 เป็นอันดับที่ 1 เพราะ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่อยู่ในระดับมาก แสดงว่า การที่ผู้บริหารมีนโยบายและแนวทางที่ดีในการบริหารสระว่ายน้ำ ย่อมส่งผลต่อการปรับตัวของนักกีฬาว่ายน้ำได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับ วินิกาญจน์ คงสุวรรณ, วันดี สุทธิรังษี และวิลาวรรณ คริสต์รักษา (2558) ได้ศึกษาเรื่องการปรับตัวในการเผชิญภาวะวิกฤตจากอุทกภัยของผู้ประสบอุทกภัย อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยสรุปผลการวิจัยครั้งนี้ เป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อใช้เป็นแนวทางสำหรับพยาบาลในการพัฒนารูปแบบการป้องกันภาวะวิกฤตสุขภาพจิตของผู้ประสบอุทกภัยให้สอดคล้องกับความเป็นจริงและบริบทพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับ อมร รักษาสัตย์ (2522) ที่ได้ให้ความหมายของนโยบายไว้ว่า นโยบาย หมายถึง อุดมคติหรือกลเม็ดที่ผู้มีอำนาจหน้าที่ได้พิจารณาเห็นว่าเป็นทางที่จะนำไปสู่ เป้าหมายส่วนรวมในเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างเหมาะสมที่สุด และสอดคล้องกับ Angga (2021) ที่ได้ศึกษาเรื่อง การปรับระบบศูนย์ฝึกกีฬาแบบ New Normal การระบาดของ COVID-19 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ความรู้และแนวทางในการดำเนินการตามโปรแกรมการออกกำลังกายเป็นประจำซึ่งจะต้องตระหนักเป็นแนวทางในการลดการเกิดการแพร่กระจายของ COVID-19 ในกระบวนการฝึกอบรมตามปกติ รวมทั้งให้ความเข้าใจในการจัดการสาขาที่หลัก โค้ชและนักกีฬาในการดำเนินการโปรแกรมการฝึกอบรมปกติ การศึกษานี้ใช้วิธีการทบทวนวรรณกรรม โดยผู้วิจัยดำเนินการชุดการศึกษาโดยทบทวนและวิเคราะห์เนื้อหาและข้อมูลต่างๆ ซึ่งเกี่ยวข้องกับข้อมูลประเภทต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการนำระบบศูนย์ฝึกอบรมไปปฏิบัติในยุค New Normal มีหลักการสำคัญ 4 ประการในการนำกระบวนการฝึกอบรมไปปฏิบัติใหม่เป็นประจำหรือค่ายฝึกอบรม ได้แก่ การเตรียมความพร้อมสำหรับการเริ่มต้นการฝึกอบรมใหม่ หลักเกณฑ์ในการเริ่มฝึกอบรม

1. เพื่อศึกษาปัจจัย

2. เพื่อทำนายปัจจัย (กรณีการวิเคราะห์ผลให้ชัดเจน)

การประเมิน และแนวทางปฏิบัติที่ใช้เป็นข้อมูลอ้างอิงในการดำเนินการค่ายฝึกอบรม ได้แก่ รวมถึงการจัดการและกลยุทธ์ในการลดความเสี่ยงของ COVID-19 ที่ค่ายฝึกอบรม

2.ปัจจัยด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาวูซูตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาวูซู ภาคกลางเขต 1 เป็นอันดับที่ 2 เพราะ สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกมีความสำคัญอย่างมากในการปรับตัวของนักกีฬาวูซูซึ่งจะช่วยให้นักกีฬาวูซูสามารถทำการฝึกซ้อมได้อย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับ ภาณุวัฒน์ ศรีมาฆะ (2564) ได้ศึกษาเรื่อง การปรับตัวของผู้ประกอบการค่ายมวยไทยท่ามกลางสถานการณ์การระบาดของโควิด-19 จังหวัดภูเก็ต พบว่าผู้ประกอบการค่ายมวยไทยมีการเตรียมตัวรับมือกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นด้วยการปรับตัวด้านต่าง ๆ ดังนี้ 1.ด้านสุขลักษณะด้านอาคารสถานที่บริเวณค่ายมวย โดยรอบ ด้วยการทำความสะอาดอาคารอย่างสม่ำเสมอและมากขึ้นกว่าปกติ เสริมด้วยฉีดพ่นยาฆ่าเชื้อทั่วบริเวณค่ายมวย 2.ด้านการจัดอุปกรณ์ทำความสะอาดเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคของค่ายมวย มีการทำความสะอาดหลังจากการใช้งานทุกครั้ง จัดเก็บอย่างเป็นระเบียบ บริเวณที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวกเพื่อลดการสะสมของเชื้อโรค 3.ด้านการป้องกันสำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน ก่อนเข้าทำกิจกรรมทางค่ายให้ครูฝึกหรือเทรนเนอร์ทุกคนมีการป้องกันตนเองโดยใส่หน้ากาก และหลังจากเสร็จสิ้นจากการสอน ให้ครูฝึกและเทรนเนอร์ทุกคนชำระร่างกายทุกครั้งเพื่อความสะดวกในการสอนครั้งต่อไป 4.ด้านอื่น ๆ เช่น เปิดเป็นโรงเรียนสอนมวยไทยให้กับเยาวชนในชุมชนที่สนใจ และสอดคล้องกับ Washif et al. (2022) ได้ศึกษาเรื่อง การฝึกอบรมในช่วงล็อกดาวน์ COVID-19: ความรู้ ความเชื่อ และแนวทางปฏิบัติของนักกีฬา 12,526 คนจาก 142 ประเทศ 6 ทวีป วัตถุประสงค์ของเราคือการสำรวจความรู้ ความเชื่อ และการปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับการฝึกของนักกีฬา และอิทธิพลของการล็อกดาวน์เพื่อตอบสนองต่อการแพร่ระบาดของโรค coronavirus 2019 (COVID-19) ที่เกิดจากโรคทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง coronavirus 2 (SARS-CoV-2)

3.ปัจจัยด้านแรงสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาวูซูตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาวูซู ภาคกลางเขต 1 เป็นอันดับที่ 3 เพราะ นักกีฬาวูซูได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัว ซึ่งคอยให้คำปรึกษา และเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับนักกีฬาวูซู ทำให้นักกีฬาวูซูประพฤติตนอยู่ในระเบียบของสังคมได้ สอดคล้องกับ เมธาสิทธิ์ ธัญรัตนศรีสกุล, อุไรรัตน์ เอี่ยมสะอาด, นิตยา สิงห์ทอง, ขวัญฤดี ไพบูลย์, ชุตินา แซ่มแก้ว, ปิยธิดา แจ่มสว่าง, กาญจน์ ศรีสวัสดิ์, มนต์เมืองใต้ รอดอยู่ (2564) ได้ศึกษาเรื่อง การปรับตัวภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชินีบูรณะ ผลการวิจัยพบว่า 1.การปรับตัวของนักเรียนพบว่าโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าอยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยด้านสังคมอยู่ในอันดับหนึ่ง รองลงมาได้แก่ ด้านอารมณ์ ด้านการเรียน และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมตามลำดับ ทั้งนี้ จากการสัมภาษณ์พบว่านักเรียนมีการปรับตัวในด้านการเรียนโดยพยายามจัดหาอุปกรณ์ทางเทคโนโลยีและสิ่งสนับสนุนที่เอื้อต่อการเข้าเรียนออนไลน์ โดยเฉพาะด้านสัญญาณอินเทอร์เน็ต ด้านสังคม นักเรียนรับรู้มาตรการในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 และปฏิบัติตามโดยตลอด จึงสามารถปรับตัวได้โดยไม่รู้สึกรู้สว่าเป็นอุปสรรคต่อการมาโรงเรียน ด้านอารมณ์ นักเรียนเข้าใจความยากลำบากทั้งของครูและเพื่อนนักเรียน จึงแสดงออกด้วยความเห็นอกเห็นใจและช่วยเหลือกันในการเรียนทั้งแบบออนไลน์และออนไซต์ และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้เป็นอย่างดีแม้เกิดอุปสรรคต่างๆ ในการดำเนินชีวิตและด้านการเข้าร่วมกิจกรรม นักเรียนเห็นว่าการร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นเป็นโอกาสดีที่จะได้เรียนรู้การเข้าร่วมกิจกรรมในวิถีใหม่ 2.การปรับตัวของนักเรียนจำแนกตามที่อยู่อาศัยและระยะเวลาที่ทำการศึกษาในโรงเรียนไม่ต่างกันทั้งในภาพรวมและรายด้าน ซึ่งสอดคล้องกับ รุ่งชฎาพร ใจยา (2558) ให้ความหมายไว้ว่า แรงสนับสนุนทาง

สังคมหมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีการติดต่อและให้การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งมีการแบ่งแตกต่างกันตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาที่ต้องเน้นขนาดของกลุ่มบุคคล ความใกล้ชิด ลักษณะของความสัมพันธ์ และระยะของความสัมพันธ์

4.ปัจจัยด้านการประชาสัมพันธ์ เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 เป็นอันดับที่ 4 เพราะ การประชาสัมพันธ์ทำให้ทุกคนรับรู้ รับทราบ และสามารถปฏิบัติไปในทิศทางเดียวกันได้ ไม่ว่าจะเป็นป้ายประกาศ หนังสือพิมพ์ การประกาศจากหน่วยงานต่างๆ รวมถึงการประกาศผ่านช่องทางออนไลน์ เว็บไซต์ ซึ่งสอดคล้องกับ ต่อศักดิ์ แก้วจรัสวิไล (2564) ได้ศึกษาเรื่อง แนวทางการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) พบว่า แนวทางการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายแบ่งสถานที่ในการออกกำลังกายเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกายแบบไม่มีเจ้าหน้าที่ดูแล สถานที่ออกกำลังกายแบบมีเจ้าหน้าที่ดูแล และสถานที่ออกกำลังกายในที่พิกาศัยแบบออกกำลังกายด้วยตนเอง และมีแนวทางการจัดกิจกรรมประกอบด้วย 4 ลักษณะ ได้แก่ 1.แนวทางการคัดกรองก่อนการออกกำลังกาย 2.แนวทางการสื่อสารให้ข้อมูลเกี่ยวกับการออกกำลังกายผ่านทางสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) 3.แนวทางการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายสำหรับประชาชนในกลุ่มเสี่ยง และ 4. แนวทางการกำหนดมาตรการอื่นๆ เพิ่มเติม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้หรือข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากผลการวิจัย พบว่ามี 4 ปัจจัยที่สามารถทำนายการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 ได้แก่ ด้านนโยบายของผู้บริหารสระว่ายน้ำ ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านแรงสนับสนุนทางสังคม และด้านการประชาสัมพันธ์ จึงควรนำผลการวิจัยไปนำเสนอผู้บริหารสโมสรกีฬาว่ายน้ำ ผู้ฝึกสอนกีฬาว่ายน้ำ ผู้ปกครองนักกีฬาว่ายน้ำ และผู้ที่สนใจนำไปใช้ในการปรับตัว เพื่อเป็นประโยชน์ในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1.ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1
- 2.ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่นๆที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาว่ายน้ำตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาว่ายน้ำ ภาคกลางเขต 1 เช่น แรงจูงใจในการปรับตัว การปรับตัวทางสังคม เป็นต้น
- 3.ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีต่อการปรับตัวในการฝึกซ้อมกีฬาตามชีวิตวิถีใหม่ของนักกีฬาในกลุ่มอื่นๆ เช่น นักกีฬาว่ายน้ำในเขตอื่นๆ หรือนักกีฬาชนิดอื่นๆ

เอกสารอ้างอิง

- ต่อศักดิ์ แก้วจรัสวิไล และคณะ. (2564). แนวทางการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายในสถานการณ์ การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19). วารสารสุขศึกษาพลศึกษาและสันทนาการ, 47(1), 14-26.
- ภาณุวัฒน์ ศรีมาฆะ และอุมาพร มณีแนม. (2564). การปรับตัวของผู้ประกอบการค้าขายมวยไทยท่ามกลางสถานการณ์การระบาดของโควิด-19 จังหวัดภูเก็ต. วารสารวิชาการการท่องเที่ยวไทยนานาชาติ, 17(1), 164-181..
- เมธาสีทธิ์ อัญรัตน์ศรีสกุล, อุไรรัตน์ เอี่ยมสะอาด, นิตยา สิงห์ทอง, ขวัญฤดี ไพบูลย์, ชุตติมา แซ่มแก้ว , ปิยธิดา แจ่มสว่าง , กาญจน์ ศรีสวัสดิ์, มนต์เมืองไต้ รอดอยู่. (2564). การปรับตัวภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชินีบูรณะ. วารสารสังคมศาสตร์วิจัย, 12(1), 1-17.
- รุ่งชฎาพร ใจยา. (2558). การสนับสนุนทางสังคมของผู้พิการในเขตเทศบาลเมืองลำพูน. ลำพูน: สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- โรงพยาบาลเพชรเวช. (2566). โควิดสายพันธุ์ใหม่ XBB.1.16 ล่าสุด ปี 2566 เป็นอย่างไร. สืบค้นจาก <https://www.petcharavejhospital.com/th/Article>
- วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี. (2560). กีฬายาวชนแห่งชาติ. สืบค้นจาก <https://th.wikipedia.org/wiki/กีฬา> ยาวชนแห่งชาติ_(ประเทศไทย)
- วินิภาญจน์ คงสุวรรณ, วันดี สุทธิรังษี และวิลาวรรณ คริสต์รักษา. (2558). การปรับตัวในการเผชิญภาวะวิกฤตจากอุทกภัยของผู้ประสบภัย อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดสงขลา. วารสารพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ปีที่27/(ฉบับที่3), 105.
- สมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย. (2562). ประวัติกีฬาว่ายน้ำ. สืบค้นจาก <http://swimming.or.th/Background>
- สมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย. (2562). ระเบียบการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ภาค 1 ประจำปี 2566. สืบค้นจาก <http://www.swimming.or.th/Index>
- อมร รักษาสัตย์. (2522). การพัฒนานโยบาย. กรุงเทพมหานคร : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- อวาทิพย์ แว. (2563). COVID-19 กับการเรียนรู้สู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในวันนี้. วารสารสมาคมวิชาชีพสุขศึกษา, 35(1), 24-29.
- Angga (2021). Adaptation of The New Normal Sports Training Centering System. Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, 5(1), 11-25.
- Washif et al. (2022). Training During the COVID-19 Lockdown: Knowledge, Beliefs, and Practices of 12,526 Athletes from 142 Countries and Six Continents. Sports Medicine 52, 933–94

