

การศึกษาคความวิตกกังวลของนักกรีฑาประเภทลู่กลุ่มประเทศอาเซียน
ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัด เชียงใหม่ ประเทศไทย

นางสาวอริสรา ลอยเมฆ



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาตรีศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต
ภาควิชาพลศึกษา


บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2539

ISBN 974-636-599-1

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A STUDY OF THE ANXIETY OF TRACK ATHLETES OF THE
ASSOCIATION OF SOUTHEAST ASIAN NATIONS PARTICIPATING
IN THE 18th SEA GAMES IN CHANGWAT
CHIANG MAI, THAILAND



Miss. Arissara Loymek

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education
Department of Physical Education

Graduate School

Chulalongkorn University

Academic year 1996

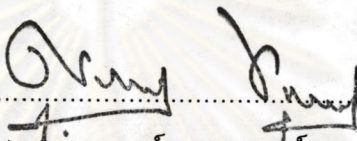
ISBN 974-636-599-1

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การศึกษาความวิตกกังวลของนักกรีฑาประเภทลู่กลุ่มประเทศ
อาเซียนที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัด
เชียงใหม่ ประเทศไทย

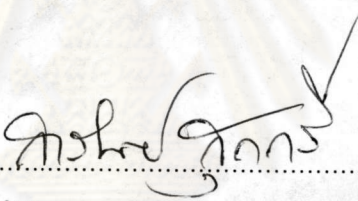
โดย นางสาวอริสรา ลอยเมฆ
ภาควิชา พลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร. สมบัติ กาญจนกิจ

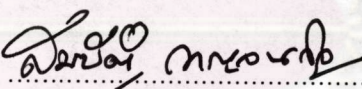


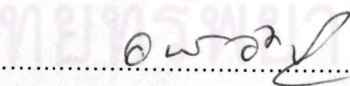
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

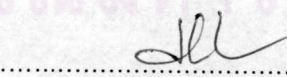

.....คนบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ นายแพทย์ ศุภวัฒน์ ชุตินวงศ์)

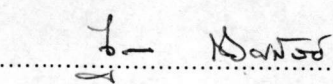
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ลาวณีย์ สุกกรี)


.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร. สมบัติ กาญจนกิจ)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. อนันต์ อัดตง)


.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เฉลิม ชัยวัชรารอด)


.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร. จุฑา ดิงศภัทย์)



อริสรา ลอยเมฆ : การศึกษาความวิตกกังวลของนักกรีฑาประเภทลู่กลุ่มประเทศอาเซียน
ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย (A STUDY OF
THE ANXIETY OF TRACK ATHLETES OF THE ASSOCIATION OF SOUTHEAST ASIAN
NATIONS PARTICIPATING IN THE 18th SEA GAMES IN CHANGWAT CHIANG MAI,
THAILAND) อ.ที่ปรึกษา : รศ.ดร.สมบัติ กาญจนกิจ, 161 หน้า. ISBN 974-636-
559-1

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เพื่อศึกษาถึงความวิตกกังวลของนักกรีฑาประเภทลู่
กลุ่มประเทศอาเซียนที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย (2)
เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์กับความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัยของ
นักกรีฑาประเภทลู่กลุ่มประเทศอาเซียน (3) เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์
กับความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัยระหว่างนักกรีฑาชายกับนักกรีฑาหญิง (4) เพื่อเปรียบเทียบระดับ
ความวิตกกังวลตามสถานการณ์กับความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัยของนักกรีฑาตามกลุ่มประเภท
กรีฑาลู่ระยะสั้น ระยะกลาง และระยะไกล

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักกรีฑาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18
จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย จำนวน 140 คน เป็นชาย 84 คน หญิง 56 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่ม
แบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์
และตามลักษณะนิสัยเท่ากับ .86 และ .83 ตามลำดับ นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่า
เฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า “ที” (t-test) และค่า “เอฟ” (F-test) และทดสอบรายคู่ด้วย
วิธีของเชฟเฟ (Scheffe)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักกรีฑาประเภทลู่ของกลุ่มประเทศอาเซียนมีระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์
(State Anxiety) และความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) อยู่ในระดับสูง ปานกลาง ซึ่งมี
ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 47.91 และ 47.50 ตามลำดับ โดยมีนักกรีฑาอินโดนีเซียมีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ
49.89 และ 48.56 ตามลำดับ และมีนักกรีฑาจากบรูไนมีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 36.00 และ 40.50
ตามลำดับ

2. นักกรีฑาประเภทลู่ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ครั้งที่ 18 ประเทศบรูไน มีค่าเฉลี่ย
คะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์แตกต่างกับประเทศอื่น ๆ อีก 5 ประเทศ อย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนประเทศต่าง ๆ ที่เหลือมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักกรีฑาชายและนักกรีฑาหญิงประเภทลู่ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ครั้งที่ 18 มี
ความวิตกกังวลตามสถานการณ์กับความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักกรีฑาระยะสั้น ระยะกลาง และระยะไกล ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18
มีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์กับตามลักษณะนิสัยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา พลศึกษา

สาขาวิชา พลศึกษา

ปีการศึกษา 2539

ลายมือชื่อนิสิต *O-Five Aoyon*

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา *สมบัติ กาญจนกิจ*

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม -

C641325 : MAJOR PHYSICAL EDUCATION

KEY WORD : ANXIETY/ TRACK ATHLETES/ ASIAN

ARISSARA LOYMEK : A STUDY OF THE ANXIETY OF TRACK ATHLETES OF THE ASSOCIATION OF SOUTHEAST ASIAN NATIONS PARTICIPATING IN THE 18th SEA GAMES IN CHANGWAT CHIANG MAI, THAILAND. THESIS ADVISOR : ASSOC. PROF. SOMBAT KARNJANAKIT, Ph.D., 161 pp. ISBN 974-636-599-1

The purposes of this research were to study and to compare the anxiety of track athletes of the Association of Southeast Asian nations participating in the 18th SEA Games in Changwat Chiang mai, Thailand concerning the State Trait Anxiety, of male and female, and short, medium, and long distance runners. The sample used in this research were 140 ASEAN track athletes consisting of 84 males and 56 females. The Spielberger's State-Trait Anxiety Inventory was used as an instrument which had a reliability of 0.86 and 0.83 respectively. The obtained data was analyzed in terms of percentages means, and standard deviations. The t-test and F-test, and Scheffe's method were also used to determine the significance differences at 0.05 level.

The findings were as follows :

1. The State Trait Anxiety of track athletes had the high level in anxiety with means of 47.91 and 47.50 respectively. Indonesian track athletes had the highest means of 49.89 and 48.56 as opposed to track athletes from Brunei who had the lowest means of 36.00 and 40.50,
2. The State Trait Anxiety of track athletes from Brunei had significant differences at the 0.05 level when compared to those athletes from Thailand, Singapore, Malaysia, Indonesia and the Philippines. However, there were no significant differences among those ASEAN track athletes in State-Trait Anxiety.
3. When comparing between ASEAN male and female athletes in 18th SEA Games, there were no significant differences at the 0.05 level in State-Trait Anxiety.
4. When Comparing among ASEAN short, medium and long distance runners, there were no significant differences at the 0.05 level in State-Trait Anxiety.

ภาควิชา.....พลศึกษา
สาขาวิชา.....พลศึกษา
ปีการศึกษา.....2539

ลายมือชื่อนิสิต.....*Arissara Loymek*
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....*Sombat Karnjanakit*
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....-



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ ด้วยความกรุณาอย่างสูงจาก
รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ กาญจนกิจ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาให้ความ
ช่วยเหลือและให้คำปรึกษา ตลอดจนให้คำแนะนำข้อบกพร่องและตรวจทานแก้ไข
ในทุก ๆ ด้าน ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณธาดา
และรองศาสตราจารย์ ดร. ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือและ
ให้คำปรึกษาแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ครู อาจารย์ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาท
วิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย และเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาแก่ผู้วิจัยมา
โดยตลอด รวมทั้ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เกษมศักดิ์ ภูมิศรีแก้ว ที่กรุณาให้คำ
ปรึกษาแนะนำเรื่องเครื่องมือแบบสอบถาม โดยแปลจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย
ผู้ทรงคุณวุฒิสถานทูตมาเลเซียที่กรุณาแปลแบบสอบถามเป็นภาษามาเลเซีย

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ พ.ต.ท. สุรพงษ์-พ.ต.ท. ศุภณัฐ อริยะมงคล ที่
กรุณาให้ความช่วยเหลือ และแนะนำผู้จัดการทีมกรีฑาประเทศอาเซียน เพื่อขอ
ความร่วมมืออนุญาตให้นักกรีฑาของแต่ละประเทศตอบแบบสอบถาม และขอขอบคุณ
น้อง ๆ นักกรีฑาทีมชาติไทยที่คอยช่วยเหลือด้วยดี

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และบริษัทวิทยุการบินแห่ง
ประเทศไทย รวมทั้งพี่ ๆ เพื่อน ๆ ทุกคน ที่กรุณาให้ความสนับสนุน และให้โอกาส
คอยเป็นกำลังใจช่วยเหลือทุก ๆ ด้านด้วยดีมาตลอด

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ คุณสายันท์ ถนนมสิงห์ แผนกวิจัยและพัฒนาหลักสูตร
กองฝึกอบรม เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือให้คำปรึกษา แนะนำ และคอยให้กำลังใจ
ตลอดมา จึงทำให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดี รวมทั้งขอขอบคุณ ผู้ตอบแบบสอบถาม
ทุกท่านที่เสียสละเวลาตอบแบบสอบถาม จนงานวิจัยได้ลุล่วงด้วยดี

ท้ายสุดนี้ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ-คุณแม่ ซึ่งให้ความช่วยเหลือคอย
เป็นกำลังใจ อบรมสั่งสอน ให้คำปรึกษา และสนับสนุนมาโดยตลอด ให้ผู้วิจัยได้
ศึกษาในระดับปริญญาโทมาบัดนี้ จึงทำให้งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

อริสรา ลอยเมฆ

สารบัญ



หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ


บทที่

1	บทนำ.....	1
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
	วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
	สมมติฐานของการวิจัย.....	6
	ขอบเขตของการวิจัย.....	7
	ข้อตกลงเบื้องต้น.....	8
	คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	9
	ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	10
2	วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
	ประวัติและวิวัฒนาการของกีฬาซีเกมส์.....	11
	ความหมายของความวิตกกังวล.....	20
	ทฤษฎีแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล.....	26
	งานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวข้อง.....	44

บทที่		หน้า
	งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้อง.....	51
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	66
	กลุ่มประชากร.....	66
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	67
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	72
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
	สถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	73
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	76
5	สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	100
	สรุปผลการวิจัย.....	100
	อภิปรายผลการวิจัย.....	106
	ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย.....	111
	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป.....	112
	รายการอ้างอิง.....	113

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก.....	121
ภาคผนวก ก.....	121
ภาคผนวก ข.....	131
ภาคผนวก ค.....	141
ภาคผนวก ง.....	156
ภาคผนวก จ.....	159
ประวัติผู้เขียน.....	161



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละของนักกรีฑาประเภทลู่ที่เข้าร่วมการแข่งขัน กีฬาชีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย จำแนกตามประเทศที่ส่งเข้าร่วมแข่งขัน.....	78
2	จำนวนและร้อยละของนักกรีฑาประเภทลู่ที่เข้าร่วมการแข่งขัน กีฬาชีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย จำแนกตามประเภทของกรีฑาลู่.....	79
3	จำนวนและร้อยละของนักกรีฑาประเภทลู่ที่เข้าร่วมการแข่งขัน กีฬาชีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย จำแนกตามสถานภาพของกลุ่มประชากร.....	80
4	จำนวน และร้อยละของนักกรีฑาประเภทลู่ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาชีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย จำแนกตามสภาพความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจ.....	83
5	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความวิตกกังวล ตามสถานการณ์ จำแนกตามนักกรีฑาประเภทลู่ ที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาชีเกมส์ ทั้ง 6 ประเทศ.....	88
6	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความวิตกกังวล ตามลักษณะนิสัย จำแนกตามนักกรีฑาประเภทลู่ ที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาชีเกมส์ ทั้ง 6 ประเทศ.....	89
7	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความวิตกกังวล ตามสถานการณ์ จำแนกตามประเภทของนักกรีฑาประเภทลู่..	90
8	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความวิตกกังวล ตามลักษณะนิสัย จำแนกตามประเภทของนักกรีฑาประเภทลู่..	91

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
9	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความวิตกกังวลตาม สถานการณ์ ระหว่างนักกรีฑาประเภทลู่ ทั้ง 6 ประเทศ ที่เข้า ร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18.....	92
10	ผลการทดสอบรายคู่ของความวิตกกังวลตามสถานการณ์เป็น รายคู่ระหว่างนักกรีฑาประเภทลู่ทั้ง 6 ประเทศ ที่เข้าร่วม การแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18.....	93
11	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความวิตกกังวลตาม ลักษณะนิสัย ระหว่างนักกรีฑาประเภทลู่ ทั้ง 6 ประเทศ ที่เข้า ร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18.....	94
12	ผลการทดสอบรายคู่ของความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัยเป็น รายคู่ระหว่างนักกรีฑาประเภทลู่ทั้ง 6 ประเทศ ที่เข้าร่วม การแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18.....	95
13	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตก กังวลตามสถานการณ์ ระหว่างนักกรีฑาชายและนักกรีฑาหญิง ประเภทลู่ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18.....	96
14	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตก กังวลตามลักษณะนิสัย ระหว่างนักกรีฑาชายและนักกรีฑาหญิง ประเภทลู่ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18.....	97
15	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความวิตกกังวลตาม สถานการณ์ ระหว่างนักกรีฑาประเภทลู่ระยะสั้น ระยะกลาง และระยะไกล ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18..	98
16	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความวิตกกังวลตาม ลักษณะนิสัย ระหว่างนักกรีฑาประเภทลู่ระยะสั้น ระยะกลาง และระยะไกล ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18..	99