

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมนันทนาการที่มีต่อทักษะกลไกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปานกลาง
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความสามารถในการใช้ทักษะกลไกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปานกลางทั้งก่อน และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความสามารถในการใช้ทักษะกลไกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปานกลาง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เป็นเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง ที่มารับการรักษาในสถาบันราชานุกูล ทั้งชาย และหญิงที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ดังนี้ คือ มีระดับสติปัญญาระหว่าง 35–49 และไม่มี ความพิการซ้ำซ้อน อายุระหว่าง 7 – 12 ปี ของสถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ปีการศึกษา 2547 จำนวน 24 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) หลังจากนั้นทำการประเมินความสามารถในการใช้ทักษะกลไกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ของกลุ่มตัวอย่าง และนำคะแนนมาเรียงลำดับจากคะแนนสูงสุดไปจนถึงคะแนนต่ำสุด เพื่อสุ่มตัวอย่างแบบจับคู่ (Matched – Pair Sampling) โดยยึดคะแนนความสามารถของการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ ลักษณะโครงสร้างของร่างกาย และระดับสติปัญญา พจนามาเรียงลำดับคะแนนเสร็จแล้ว ก็ให้กลุ่มตัวอย่างที่มีลำดับที่ ที่เป็นเลขคี่เป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มตัวอย่างที่มีลำดับที่ ที่เป็นเลขคู่เป็นกลุ่มควบคุม จะได้กลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กำหนดกลุ่มละ 12 คน โดยที่กลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมนันทนาการตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ส่วนกลุ่มควบคุม

ไม่ได้รับกิจกรรมนันทนาการบำบัดตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แต่ได้รับกิจกรรมตามปกติ ที่ทางสถาบันราชานุกุลกำหนดให้

เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย

1. โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการของกลุ่มทดลอง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งผ่านการตรวจสอบค่าความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) จากผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน

2. แบบประเมินความสามารถทักษะกลไกด้ามเนื้อมัดใหญ่ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งได้ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในช่วง 0.6–1.0 โดยแบ่งออกเป็น 5 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการนั่ง ยืน เดิน ทักษะการทรงตัว ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการเล่นลูกบอล แล้วนำมาวิเคราะห์เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบประเมิน โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (α – Coefficient) ตามวิธีของ Cronbach ได้ค่าเท่ากับ 0.74

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีผู้ช่วย 4 คน เริ่มจากการอธิบายและสาธิต เพื่อทำความเข้าใจกับผู้ช่วยวิจัยเกี่ยวกับขั้นตอนการปฏิบัติ ตลอดจนการเก็บข้อมูลต่าง ๆ ผู้วิจัยได้ติดต่อขอหนังสือจากภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย ไปติดต่อกับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องและชี้แจงรายละเอียดถึงขั้นตอนวิธีการต่าง ๆ ตั้งแต่เริ่มต้นของการฝึกจนสิ้นสุดการดำเนินการ ให้กลุ่มตัวอย่างได้ทราบ และทำการทดสอบทักษะกลไกด้ามเนื้อมัดใหญ่ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม แล้วเริ่มทำ การฝึกตามโปรแกรมการฝึก โดยใช้กิจกรรมนันทนาการกับกลุ่มทดลอง 12 คน จำนวน 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ระหว่างเวลา 10.00 – 10.45 น. หลังจากนั้นได้ทำการทดสอบทักษะกลไกด้ามเนื้อมัดใหญ่หลังจากการฝึกสัปดาห์ที่ 8 กับกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติของ วิลค็อกสัน (Wilcoxon Matched Pairs Signed – Ranks Test) เนื่องจากการทดสอบที่สามารถคำนวณค่าสถิติได้ง่าย ๆ อย่างหนึ่ง และเป็นการทดสอบที่มีประสิทธิภาพ จะให้ประโยชน์ต่อการศึกษาทางด้าน พฤติกรรมศาสตร์ ทั้งนี้เพราะว่าการวิจัยทางด้านพฤติกรรมศาสตร์บางครั้งข้อมูลอาจไม่เป็นช่วงคะแนน แต่เป็นเพียงระดับ Ordinal Scale นักวิจัยก็สามารถ กำหนดทิศทางของแต่ละพฤติกรรมว่าเป็นบวก หรือลบ ภายหลังจากการเปรียบเทียบพฤติกรรมทั้งสองคุณลักษณะในแต่ละคู่ลำดับนั้น การทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติที่ไม่มีพารามิเตอร์เป็นการทดสอบสมมติฐานที่ไม่ขึ้นกับการแจกแจงของประชากร หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งเป็นการทดสอบสมมติฐานที่เป็นอิสระต่อการแจกแจง (Distribution – free test) ดังนั้น Wilcoxon Signed Ranks Test เป็นสถิติที่ใช้เพื่อทดสอบว่าคุณลักษณะทางจิตวิทยาที่ได้มาจากกลุ่มตัวอย่างเดียวกัน แต่มีการวัดที่มาจากเงื่อนไขที่แตกต่างกันสองเงื่อนไข ทำให้เกิดค่าคู่ลำดับ (X, Y) เพื่อที่นักวิจัยจะได้ศึกษาว่าค่ามัธยฐานของ X และค่ามัธยฐานของ Y มีค่าแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร เพราะฉะนั้นผู้วิจัยจึงได้แยกวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. เปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะทางกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ภายในกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนการฝึก และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 โดยใช้สถิติของ วิลค็อกสัน (Wilcoxon Matched Pairs Signed – Ranks Test)
2. เปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะทางกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 โดยใช้สถิติของวิลค็อกสัน (Wilcoxon Matched Pairs Signed – Ranks Test)
3. เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปของตาราง และความเรียง

ผลการวิจัย

1. นักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง ของกลุ่มทดลอง หลังจากได้รับกิจกรรมนันทนาการมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง ของกลุ่มทดลอง หลังจากได้รับกิจกรรมนันทนาการมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ แตกต่างกับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง ของกลุ่มควบคุม ที่ไม่ได้รับกิจกรรมนันทนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนที่ได้รับกิจกรรมนันทนาการมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับกิจกรรมนันทนาการ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. จากข้อค้นพบหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะทางกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ดีขึ้นทางโรงเรียนจึงควรมีการจัดกิจกรรมนันทนาการมากขึ้น เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามีเจตคติ และเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทำให้เด็กได้ออกกำลังกาย โดยการจัดสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งจูงใจ และกิจกรรมที่เอื้อต่อการออกกำลังกายให้มากขึ้น

2. ผู้นำ หรือผู้ฝึกทางด้านนันทนาการควรพิจารณาพัฒนาการทางด้านทักษะกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ให้มากขึ้น เพื่อเป็นองค์ประกอบหนึ่งในการพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

3. ควรส่งเสริมทักษะกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ โดยใช้กิจกรรมนันทนาการในการฝึกทักษะกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ นอกเหนือจากกิจกรรมที่ผู้วิจัยใช้ในครั้งนี้ เพื่อช่วยกระตุ้นให้เด็กเกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

4. การฝึกกิจกรรมนันทนาการทั้ง 12 กิจกรรม ผู้นำ หรือผู้ฝึกควรเพิ่มจังหวะการเคลื่อนไหวในการฝึกให้เร็วขึ้น และเพิ่มระยะเวลา จำนวนรอบในการฝึกให้มากขึ้น เพื่อจะได้ให้มีผลต่อทักษะกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่เพิ่มขึ้นอีกด้วย

5. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนระดับประถมศึกษา ทั้งภาครัฐ และเอกชน ควรพิจารณาการฝึกกิจกรรมนันทนาการ เพื่อใช้เป็นแผนการสอน ในการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวเพื่อให้เด็กเกิดการพัฒนาทักษะกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่มากขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการทดลองนำโปรแกรมการฝึกกิจกรรมนันทนาการ ไปปรับทดลองใช้กับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในระดับชั้นเรียน และระดับของสติปัญญาที่แตกต่างออกไป

2. ควรมีการทดลองนำโปรแกรมการฝึกกิจกรรมนันทนาการ ไปปรับทดลองใช้กับเด็กที่มีความบกพร่องทางด้านอื่น ๆ เช่น เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ทางสายตา และทางร่างกาย เป็นต้น

3. ผู้สนใจที่จะทำการวิจัยต่อไปควรมีความรู้ และข้อมูลเกี่ยวกับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามากขึ้น โดยการศึกษาเทคนิคและวิธีการสอนกิจกรรมนันทนาการให้เหมาะสมกับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา เช่น การสาธิต ภาษามือ และทัศนสัญลักษณ์ต่างๆ เพื่อความสมบูรณ์ของงานวิจัย

4. ครู ผู้ปกครอง และผู้บริหารของโรงเรียนควรให้ความสำคัญต่อการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรเพื่อส่งเสริมทักษะทางกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ด้วยการจัดกิจกรรมนันทนาการในการฟื้นฟูทักษะทางกลไกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ และเสริมสร้างความสามารถให้แก่เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาทางด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ทั้งที่โรงเรียน และที่บ้าน

5. ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการทรงตัวของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา หรือการสร้างโปรแกรมการฝึกเพื่อเสริมสร้างทักษะการทรงตัวของเด็กกลุ่มนี้