

อักษรพรธน์ คำเด่น 2552: ผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (นันทนาการ) สาขาวิชานันทนาการ ภาควิชาพลศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุวิมล ตั้งสัจจงพนธ์, Ph.D. 168 หน้า

การวิจัยแบบกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างคือ วัยรุ่นที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนเทคโนโลยีบริหารธุรกิจสมุทรปราการ อายุระหว่าง 15-17 ปีจำนวน 60 คนซึ่งได้มาโดยวิธีการเรียงคะแนนและนำมาจับคู่

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ คือ 1) โปรแกรมนันทนาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน และ 2) แบบสอบถามประเมินความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในช่วง 0.8 – 1.0 และค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นแอลฟา โดยวิธี Cronbach เท่ากับ 0.81 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป คำนวณหาค่า ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test ทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง 8 สัปดาห์

ผลการวิจัยพบว่า:- 1) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 2) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Aksaraphat Damden 2009: The Effect of Recreation Program on Self-esteem of Adolescents. Master of Science (Recreation), Major Field: Recreation, Department of Physical Education. Thesis Advisor: Assistant Professor Suvimol Tangsujjapoj, Ph.D. 168 pages.

The purposes of this quasi - experimental research was to assess effects of recreation program on self-esteem. Subjects were 60 adolescences (15-17 years old) who studied in Samutprakarn Institute of Commerce and Technology School. They were selected by Match-paired sampling.

Research instruments were:- 1) a self-designed recreation program for developing self-esteem which the face validity was approved by 5 leisure experts, and 2) a self-administered questionnaire to assess self-esteem. The index of congruence of questionnaire was in the range of 0.8 – 1.0, as well as the Alpha efficient reliability by cronbach method was 0.81. Data were analyzed by using computer program package to compute frequencies, percentage, mean, standard deviation and t-test for testing the differences before and after experiment in 8 weeks.

Findings were found that:- 1) after experiment, the overall self-esteem of the experiment group had better than before experiment at .05; and 2) the experiment group had better self-esteem than the control group at the statistical level of .05.