

สุเมชัย หนกหลัง 2552: ผลของโปรแกรมนันทนาการการละครที่มีต่อการจัดการ
ความเครียดของเยาวชน: กรณีศึกษา 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ปรินญาวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัย (นันทนาการ) สาขาวิชานันทนาการ ภาควิชาพลศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์หลัก: ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวิมล ตั้งสัจจงณ์, Ph.D. 190 หน้า

การวิจัยแบบกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมนันทนาการการละคร
ที่มีต่อการจัดการความเครียดของเยาวชนสามจังหวัดชายแดนภาคใต้และประเมินความพึงพอใจ
ของเยาวชนที่มีต่อโปรแกรมนันทนาการการละคร กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนชายหญิง (18-19 ปี) ที่
กำลังศึกษาอยู่ในคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี จำนวน 30 คน
ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 15 คนและกลุ่มควบคุม 15 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ คือ 1) โปรแกรมนันทนาการการละครสำหรับพัฒนาการ
จัดการความเครียดของเยาวชนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ซึ่งผ่านการตรวจสอบค่าความเที่ยงตรงเชิงพินิจ
จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 7 ท่าน 2) แบบประเมินการจัดการความเครียดของเยาวชนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
และ 3) แบบประเมินความพึงพอใจของเยาวชนต่อโปรแกรมนันทนาการการละครที่ผู้วิจัยสร้าง
ขึ้น ซึ่งแบบประเมินทั้ง 2 ชุดได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ
จำนวน 7 ท่าน มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในช่วง 0.87-1.0 และสัมประสิทธิ์แอลฟา ความเชื่อมั่น
โดยวิธีของ Cronbach ได้ค่าเท่ากับ 0.82 และ 0.81 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม
คอมพิวเตอร์สำเร็จรูป คำนวณหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ t-test

ผลการวิจัยพบว่า 1) ภายหลังทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทั้งในภาพรวมและ
ในรายด้านคือปัญหาและอารมณ์ของการจัดการความเครียดดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05 2) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีกว่ากลุ่มควบคุมใน
เรื่องการจัดการความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) กลุ่มทดลองมีความพึง
พอใจต่อ โปรแกรมนันทนาการการละครโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด