

ศศิธร จันงค์รักษ์ 2558: ผลของการเข้าร่วมโปรแกรมแรงจูงใจการใช้เวลาว่างที่มีต่อ
วิถีชีวิตการใช้เวลาว่างที่ดีของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ปรินญาวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัย (นันทนาการ) สาขาวิชานันทนาการ ภาควิชาพลศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์สุวิมล ตั้งสัจพจน์, Ph.D. 170 หน้า

วัตถุประสงค์ของงานวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) นี้เพื่อศึกษา
การเข้าร่วมโปรแกรมแรงจูงใจการใช้เวลาว่างที่มีต่อ การวิถีชีวิตใช้เวลาว่างในแง่บวกของนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่
5 ศูนย์วิชาการรัชดาวิทยายางเขน จำนวน 60 คน ที่ได้มาจากการคัดกรองจากแบบประเมินแรงจูงใจ
การใช้เวลาว่างและการสุ่มแบบจับคู่ (Match Paired Sampling) ออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่ม
ควบคุม (กลุ่มละ 30 คน)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย : 1) แบบประเมินแรงจูงใจการใช้เวลาว่าง
2) แบบสอบถามวิถีชีวิตการใช้เวลาว่าง และ 3) โปรแกรมแรงจูงใจการใช้เวลาว่าง ซึ่งได้รับการ
ตรวจสอบความเที่ยงตรงจากผู้ทรงคุณวุฒิการใช้เวลาว่างจำนวน 5 คน ค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา
(IOC) ของแบบประเมินแรงจูงใจและแบบสอบถามวิถีชีวิตการใช้เวลาว่าง มีค่าอยู่ระหว่าง .6 – 1.0 ,
และค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ความเชื่อมั่นแอลฟา (conbach) เท่ากัน .82 และ .89 ตามลำดับ
วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที (t – test)

ผลการวิจัยพบว่า : - 1) ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ กลุ่มทดลองมีวิถีชีวิตใช้เวลา
ว่างดีกว่าก่อนทดลอง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่ากลุ่มทดลองมีคุณภาพชีวิต – สุขภาวะ และ
ความพึงพอใจในชีวิต – ความสุข ดีวก่อนเข้าร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 และ 2) ภายหลัง
การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีวิถีชีวิตการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม และมีความแตกต่างทุก
รายด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ลายมือชื่อนิสิต

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก