

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงความเครียดทางจิตสรีรวิทยาขณะทำการแข่งขันในนักกีฬาว่ายน้ำชาย ผู้เข้าร่วมวิจัยเป็นนักกีฬาว่ายน้ำชายตัวแทนทีมจังหวัดเชียงใหม่และเชียงรายที่ผ่านการคัดเลือกเข้าร่วมการแข่งขันว่ายน้ำกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 30 (ศรีสะเกษเกมส์) อายุเฉลี่ย 16.10 ± 0.99 ปี (ช่วงอายุ 15-18 ปี) ผู้เข้าร่วมวิจัยจะถูกเก็บตัวอย่างน้ำลายเพื่อทำการวิเคราะห์ค่าอัลฟาไมเลสด้วยโคโคโรมิเตอร์ และประเมินความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้วยแบบสอบถาม CSAI-2R ฉบับภาษาไทย ก่อนและหลังการแข่งขัน และก่อนและหลังการฝึกซ้อม วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 จากผลการวิจัย พบว่า หลังจากการแข่งขันและฝึกซ้อม อัลฟาไมเลสในน้ำลายมีค่าสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้อัลฟาไมเลสในน้ำลายที่วัดได้หลังจากการแข่งขัน มีค่ามากกว่าที่วัดได้หลังจากการฝึกซ้อมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยทางสถิติของอัลฟาไมเลสในน้ำลาย ระหว่างค่าที่วัดได้ก่อนการแข่งขัน และก่อนการฝึกซ้อม ส่วนการประเมินความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางใจ และความมั่นใจระหว่างก่อนและหลังการแข่งขัน และระหว่างก่อนและหลังการฝึกซ้อม อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางใจ และความมั่นใจ ระหว่างก่อนการแข่งขันและก่อนการฝึกซ้อม และระหว่างหลังการแข่งขันและการฝึกซ้อม นอกจากนี้ยังไม่พบความสัมพันธ์ทางสถิติ ระหว่างตัววัดความเครียดทางจิตวิทยา (ความวิตกกังวลตามสถานการณ์) และตัววัดความเครียดทางสรีรวิทยา (อัลฟาไมเลสในน้ำลาย) กล่าวโดยสรุปได้ว่า การแข่งขันกีฬาว่ายน้ำสามารถส่งผลถึงทั้งความเครียดทางสรีรวิทยา และความวิตกกังวลทางจิตใจ นักกีฬาควรได้รับการทดสอบความเครียดและความวิตกกังวลทั้งในขณะแข่งขัน และฝึกซ้อม ซึ่งตัววัดความเครียดและความวิตกกังวลอันได้แก่ อัลฟาไมเลสในน้ำลาย และแบบสอบถาม CSAI-2R ถือเป็นตัววัดที่มีประสิทธิภาพในการวัดความเครียดและความวิตกกังวลดังกล่าว

คำสำคัญ

อัลฟาไมเลสในน้ำลาย ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ นักกีฬาว่ายน้ำ การแข่งขัน