

ชื่อเรื่อง ความเครียดและภาวะการมีประจำเดือนในนักกีฬาสตรีระดับอุดมศึกษา

ชื่อผู้วิจัย รองศาสตราจารย์ ดร. พรรณพิไล ศรีอาภรณ์
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุจิตรา เทียนสวัสดิ์

บทคัดย่อ

ความเครียดเกิดขึ้นได้ในบุคคลทั่วไปรวมทั้งนักกีฬา โดยเฉพาะนักกีฬาสตรีที่ฝึกซ้อมกีฬาเพื่อสมรรถภาพทางกายและความสามารถในการแข่งขันกีฬา ความเครียดส่งผลกระทบต่อทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมของนักกีฬา และเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความผิดปกติของประจำเดือน

การวิจัยเชิงพรรณนาหาความสัมพันธ์ครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดและภาวะการมีประจำเดือน และหาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับภาวะการมีประจำเดือนในนักกีฬาสตรีระดับอุดมศึกษาที่เป็นตัวแทนเข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ประจำปี พ.ศ. 2547 ในกีฬาประเภทวอลเลย์บอลและบาสเกตบอลจำนวน 175 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความเครียดในนักกีฬาสตรีและแบบสอบถามการมีประจำเดือนในนักกีฬาสตรี วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับน้อย และร้อยละ 10.3 มีความเครียดระดับมาก กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 70 มีประจำเดือนปกติ ส่วนอีกร้อยละ 30 มีประจำเดือนผิดปกติ โดยภาวะการประจำเดือนของกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์กับความเครียดในระดับต่ำ ($r = .011, p < .01$)

ผลจากการศึกษาให้ข้อมูลพื้นฐานสำหรับพยาบาลในการให้คำแนะนำ เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันความเครียดที่อาจเกิดขึ้นจากการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันกีฬาในนักกีฬาสตรี และเป็นพื้นฐานสำหรับการศึกษาวิจัยในนักกีฬาสตรีและสตรีทั่วไปต่อไป

Title **Stress and Menstrual Status in Undergraduate Female Athletes**

Authors Associate Professor Dr. Punpilai Sriareporn
 Assisstant Professor Dr. Sujitra Tiansawasd

ABSTRACT

Stress occur in all people and more profound among athletes. Female athletes, in particular, require excessive training and physical demands in order to highly competitive. These stresses affect the physical, psychosocial, and behavioral well being of female athletes. As a result, these athletes often experience menstrual dysfunction.

This descriptive correlational research was designed to describe stress and menstrual status and the relationship between stress and menstrual status among undergraduate female athletes. The sample consisted of 175 undergraduate female athletes (basketball and volleyball players) competing at the University Games, 2004. Research instruments used for data collection included Demographic Data Questionnaire, Female Athletes Stress Inventory (FASI), and Menstrual Status Questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistic and Spearman rank correlation.

The study found that the sample had level of stress at mild (47%) and 10.3 % of the sample had high level of stress. Seventy percent of the sample had normal menstruation while 30% had menstrual dysfunction. Stress in undergraduate female athletes had a low correlation with menstrual status ($r = .011, p < .01$).

The study results provide basic information for nurses in educational service to promote health and prevent stress during the training and competition in female athletes. The study can serve as a basis for further investigation in female athletes as well as non-athletes.