

บทที่ 5

บทสรุปและข้อเสนอแนะ

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของวิชา ศาสนปฏิบัติ มีคะแนนเฉลี่ยผ่านเกณฑ์ร้อยละ 80 และจำนวนนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 80 2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการมีความมีระเบียบวินัยในตนเอง โดยการใช้การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดขอนแก่น และ 3) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนหลังเข้ารับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ

ประชากรที่ศึกษา คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวิเวกธรรมประสิทธิ์วิทยา วัดธาตุ พระอารามหลวง จังหวัดขอนแก่น ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 2 ห้องเรียน มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 79 รูป กลุ่มตัวอย่างได้มาโดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) จำนวน 30 รูป ตัวแปรในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 1) ตัวแปรต้น คือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ 2) ตัวแปรตาม คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาศาสนาปฏิบัติ พฤติกรรมการมีความมีระเบียบวินัยในตนเอง 3 ด้าน ได้แก่ด้านความเคารพกฎโรงเรียน ด้านความรับผิดชอบ ด้านความซื่อสัตย์ และสุดท้ายความคิดเห็นของนักเรียนต่อการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้วิชาศาสนาปฏิบัติ จำนวน 12 แผน แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แบบประเมินพฤติกรรมการมีความมีระเบียบวินัยในตนเอง และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนหลังการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 เมื่อสิ้นสุดการทดลอง จึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และสรุปอภิปรายผล โดยสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละ

1. สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พฤติกรรมการมีความมีระเบียบวินัยในตนเอง และความคิดเห็นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีต่อวิธีการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ ผลการวิจัย พบว่า

1.1 นักเรียนมีคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาศาสนาปฏิบัติ เฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ 83.66 มีนักเรียนจำนวน 25 รูป ผ่านเกณฑ์คิดเป็นร้อยละ 83.33

1.2 นักเรียนมีคะแนนพฤติกรรมการมีความมีระเบียบวินัยในตนเองโดยรวมทั้งสามด้าน เฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ 79.20 มีนักเรียนจำนวน 25 รูป ผ่านเกณฑ์ คิดเป็นร้อยละ 83.33

1.3 นักเรียนมีความคิดเห็นต่อการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ อยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย 4.32

2. ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

2.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากผลการวิจัย พบว่า การเรียนโดยใช้การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติมีส่วนช่วยพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความมีระเบียบวินัย และความคิดเห็นต่อการฝึกสมาธิของนักเรียนให้การนำการเรียนแบบใช้การฝึกสมาธิเข้ามาช่วยเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ ควรคำนึงถึงองค์ประกอบต่างๆ ได้แก่

5.1.1 ครูและบทบาทของครู ครูผู้สอนต้องศึกษาหลักการและแนวทางการเรียน ให้มีความชัดเจน อธิบายถึงประโยชน์ของการเรียนที่ใช้การฝึกสมาธิเข้ามาช่วย ซึ่งจะช่วยให้เด็กมีความตั้งใจที่จะฝึก รวมถึงครูผู้สอนต้องมีเทคนิคในการพูดเพื่อให้เด็กได้เข้าถึงความสำคัญของการฝึกสมาธิไปด้วย ซึ่งจะช่วยการพัฒนาผู้เรียนให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น

5.1.2 การเตรียมผู้เรียน ควรให้มีการปฐมนิเทศผู้เรียนก่อนดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจบทบาท หน้าที่ของตนเอง ซึ่งจะส่งผลให้ผู้เรียนมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

5.1.3 การจัดเตรียมตารางเรียน ควรมีความยืดหยุ่นเพื่อให้การดำเนินการกิจกรรมการเรียนการสอนแบบใช้การฝึกสมาธิสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ควรจัดให้มีตารางเรียนเป็นชั่วโมงควบคู่ เพื่อให้นักเรียนได้มีเวลาอย่างพอเพียงในการศึกษาและฝึกสมาธิร่วมกัน

5.1.4 การสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ ควรมีลักษณะเป็นสถานที่เงียบ ซึ่งสามารถช่วยให้เด็กมีสติ มีความตั้งมั่น ความตั้งใจ ไม่มีเสียงรบกวนมากนัก ทำให้เด็กเข้าถึงสมาธิได้ดี และส่งผลต่อการเรียนการสอนอีกด้วย

2.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยในเชิงทดลองเท่านั้น โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนพระปริยัติธรรมในเขตพื้นที่จังหวัดขอนแก่น ในการวิจัยครั้งต่อไป

2.2.1 ควรศึกษาวิจัยนักเรียนที่เป็นวัยรุ่นในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาด้วย เพื่อจะทำให้ทราบข้อมูลเพิ่มเติม และชัดเจนมากยิ่งขึ้น

2.2.2 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบกลุ่มตัวอย่างที่เป็นโรงเรียนพระปริยัติธรรม สังกัดสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติกับนักเรียนในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ที่ใช้การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติในกระบวนการเรียนการสอนควบคู่กันไป เพื่อจะทำให้ทราบถึงความแตกต่าง และได้ข้อมูลเพิ่มเติม นำไปสู่การพัฒนาและแก้ไขส่วนที่ไม่มีประสิทธิภาพในการจัดการเรียนการสอนต่อไป