

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัยและสมมติฐานการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาผลการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐานที่มีต่อพฤติกรรมการขาดสมาธิของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

1.2.2 เพื่อศึกษาผลการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐานที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

1.2.3 เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ก่อนและหลังใช้การเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐาน

1.2 สมมติฐานของการวิจัย

1.2.1 พฤติกรรมการขาดสมาธิของนักเรียนหลังเรียนด้วยการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐานดีขึ้นกว่าก่อนเรียน

1.2.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์หลังเรียนด้วยการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐานสูงกว่าก่อนเรียน

2. สรุปผลการวิจัย

ผลการของการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐานที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 สามารถสรุปได้ดังนี้

2.1 ผลจากการสังเกตพฤติกรรมและการจับเวลาการมีสมาธิในการเรียนและการทำงานจากการจัดการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐานที่มีต่อพฤติกรรมการขาดสมาธิของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 พบว่า พฤติกรรมการขาดสมาธิของนักเรียนด้วยการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐานดีขึ้นกว่าก่อนเรียน เพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 4.14

2.2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียนและหลังเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านปากอ ปีการศึกษา 2562 จำนวน 12 คน พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังเรียน ($\bar{X} = 7.25$, $SD = 1.36$, คิดเป็นร้อยละ 75.50) สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียน ($\bar{X} = 5.42$, $SD = 1.16$, คิดเป็นร้อยละ 54.17) และค่า Sig. (2-tailed) มีค่าเท่ากับ .000 จึงสรุปได้ว่า คะแนนเฉลี่ยหลังสอบแตกต่างกับคะแนนเฉลี่ยก่อนสอบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. การอภิปรายผลการวิจัย

ผลการของการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐานที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 สามารถสรุปได้ดังนี้

3.1 พฤติกรรมการขาดสมาธิของนักเรียนหลังเรียนด้วยการเรียนการสอนโดยใช้สมาธิเป็นฐานดีขึ้นกว่าก่อนเรียน พบว่า พฤติกรรมการขาดสมาธิของนักเรียนด้วยการเรียนการสอนโดยใช้สมาธิเป็นฐานดีขึ้นกว่าก่อนเรียน เพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 4.14 อาจเนื่องมาจากการให้นักเรียนทำสมาธิก่อนเรียนทุกครั้ง ทำให้นักเรียนมีจิตใจที่สงบนิ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่หยอกล้อกันภายในห้องเรียน มีความตั้งใจในการเรียนมากขึ้น ส่งผลให้นักเรียนทำงานได้เสร็จตรงตามเวลาที่ครูกำหนด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (ศุภกร ผันผล, 2557) ทำการศึกษาพฤติกรรมการขาดสมาธิในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/5 โรงเรียนอัสสัมชัญธนบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการขาดสมาธิในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/5 โรงเรียนอัสสัมชัญธนบุรี จำนวน 51 คน ด้วยการให้นักเรียนทำสมาธิก่อนเรียนทุกครั้ง และเรียนด้วยวิธีการสอนแบบกระบวนการกลุ่ม โดยมีสมมติฐานการวิจัยว่า การที่นักเรียนมีสมาธิในการเรียน จะทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนดีขึ้น เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ได้แก่ แบบสังเกตพฤติกรรม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต, ร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/5 โรงเรียนอัสสัมชัญธนบุรี มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์เพิ่มขึ้นร้อยละ 61.85 และมีสมาธิในการเรียนดีขึ้นจากเดิมร้อยละ 67.27

3.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์หลังเรียนด้วยการสอนโดยใช้สมาธิเป็นฐานสูงกว่าก่อนเรียน พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังเรียน ($\bar{X}$ = 7.25, SD = 1.36, คิดเป็นร้อยละ 75.50) สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียน ($\bar{X}$ = 5.42, SD = 1.16, คิดเป็นร้อยละ 54.17) และค่า Sig. (2-tailed) มีค่าเท่ากับ .000 จึงสรุปได้ว่า คะแนนเฉลี่ยหลังเรียนแตกต่างกับคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเนื่องมาจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 สามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงในการเลื่อนชั้นเรียนได้แล้ว ไม่ว่าจะเป็นการปรับตัวเข้ากับเพื่อนในชั้นเรียนหรือการปรับตัวในการเรียนรู้วิชาต่าง ๆ จึงทำให้นักเรียนมีสมาธิในการเรียนดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (ลัดดาวัลย์ ตันเสถียร, 2557) กิจกรรมการฝึกสมาธิในตอนเช้าให้กับนักเรียน ทำให้นักเรียนมีจิตใจที่สงบนิ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่หยอกล้อกันภายในห้องเรียน มีความตั้งใจในการเรียน มากขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ในการทำภาระงานมีความตั้งใจในการทำงาน สามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน และผลทดสอบระดับชาติ (O-net) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในวิชาหลักคือ ภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ภาษาอังกฤษ และ สังคมศาสนา และ วัฒนธรรม มีคะแนนเพิ่มขึ้นในทุก ๆ วิชา ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการนำกิจกรรมการฝึกสมาธิในตอนเช้าก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนมีผลทำให้นักเรียนมีสมาธิในการเรียนและ ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในการทดสอบระดับชาติ (O-net) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพิ่มขึ้น

4. ข้อเสนอแนะ

4.1 ควรมีการสำรวจความต้องการของนักเรียนถึงรูปแบบ และเนื้อหา สารการเรียนรู้ที่จะนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อให้ตรงกับความต้องการหรือความสนใจของผู้เรียน

4.2 ห้องเรียนที่ใช้ในการจัดการเรียนรู้โดยใช้สมาธิเป็นฐาน ควรเป็นห้องเรียนแบบปิดที่ไม่มีเสียงรบกวนจากภายนอก เพราะจะทำให้ให้นักเรียนสนใจสิ่งแวดลอมข้างนอกมากกว่าบทเรียนในชั้นเรียน

5. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

5.1 ควรมีสื่อหรือกิจกรรมที่หลากหลายมากขึ้น เพื่อช่วยกระตุ้นความสนใจของนักเรียน

5.2 ควรมีการนั่งสมาธิก่อนเรียนอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอเป็นระยะเวลานานกว่านี้จะทำให้เกิดประสิทธิภาพในการเรียนรู้มากขึ้น