

ชื่อเรื่อง การพัฒนาแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติสาระการเรียนรู้
พระพุทธศาสนา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนจังหวังวิริยา
ประชาสรรค์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาร้อยเอ็ด เขต 1

ผู้วิจัย ประยงค์ เศษวงค์ **ปริญญา** ค.ม. (หลักสูตรและการสอน)

กรรมการที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประดิษฐ์ เอกทัศน์
ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิวัฒน์ จุมปาแฝด
ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวรรณ ประวรรณจะ

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม 2549

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดประสงค์เพื่อพัฒนาแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ
ที่มีประสิทธิภาพ 80/80 ซึ่งเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ก่อนและหลังการใช้แบบฝึก
การบริหารจิตตามหลักอานาปานสติและเพื่อศึกษาเจตคติของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึกการบริหารจิต
ตามหลักอานาปานสติ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนจังหวังวิริยา
ประชาสรรค์ อำเภอจังหาร จังหวัดร้อยเอ็ด สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาร้อยเอ็ด เขต 1
ปีการศึกษา 2548 ภาคเรียนที่ 1 จำนวน 65 คน โดยการสุ่มแบบเจาะจงเครื่องมือที่ใช้ทำการทดลอง
คือ แผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม
สาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา จำนวน 16 แผน แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ
พร้อมแบบทดสอบย่อยท้ายแบบฝึก จำนวน 16 ชุด แบบสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน 4 ด้าน
จำนวน 16 คาบ แบบทดสอบก่อนและหลังการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ
จำนวน 40 ข้อ และแบบสอบถามวัดเจตคติของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึกการบริหารจิตตามหลัก
อานาปานสติ สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ คือ t-test (Dependent samples)

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า

1. แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ที่ได้รับการประเมินความสอดคล้องโดยผู้
เชี่ยวชาญ แล้วนำมาทดลองกับกลุ่มตัวอย่างพบว่ามีประสิทธิภาพในระดับ 89.05/ 89.99 ซึ่งสูงกว่า
เกณฑ์ที่ตั้งไว้ ที่ระดับ 80/80 เป็นไปตามสมมติฐานที่ 1
2. นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้หลังใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติใน
ระดับสูงกว่า ก่อนใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 เป็น
ไปตามสมมติฐานที่ 2

3. พฤติกรรมของนักเรียนทั้ง 4 ด้าน มีการเปลี่ยนแปลงในด้านบวก ซึ่งสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้

4. นักเรียนมีเจตคติเชิงบวกต่อแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติในทุกด้าน เป็นไปตามสมมติฐานที่ 3



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

TITLE : The Development of “Anapanasati ‘ s Mind Drills” in Buddhism
Strand of Grade 12 Jangharntitawiriyaprachasun School, Education Service
Roi-et Area 1

AUTHOR : Prayong Sedwong **DEGREE** : M. Ed. (Curriculum and Instruction)

ADVISORS : Assistant Professor Dr. Pradit Ekgatus
: Assistant Professor Wilun Chumpafaed
: Assistant Professor Suwan Pawanja

RAJABHAT MAHA SARAKHAM UNIVERSITY, 2006

ABSTRACT

This research aimed to develop mind drills according to the principles of Anapanasati with 80/80 efficiency to be used as instruments for mind drills; to study the results of the drills from the learning achievement; and to study the students' attitudes towards the drills. The sample consisted of 65 grade 12 students of Jangharntitawiriyaprachasun School, Education service Roi-et area 1 in the academic year 2005. The sample was obtained through a purposive sampling. The instruments used in the experiment were 16 plans of organizing learning experiences in Buddhism, 16 mind drills according to the principles of Anapanasati. A pretest and a posttest were given before and after the application of the drills. There were also 16 end-of-lesson quizzes for normal classes, 16 observation forms that dealt with 4 dimensions of students' behavior. And there was a questionnaire for attitude measurement. T-test (dependent) was employed in the analysis.

The research found that.

1. The Mind drills had the efficiency at 89.05/89.99 and was higher than the preset level of 80/80. The finding was congruent with the first hypothesis.
2. The students' learning achievement after the drills was higher than that before the drills, with statistical significance of .01. This was congruent with the second hypothesis.
3. The students' behavior in all 4 dimensions had positive changes. This went along with the learning objectives. Finally, the students had positive attitudes towards the mental exercise drills according to the principles of Anapanasati, with statistical significance of .01.
4. The finding was congruent with the third hypothesis.