

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ตามลำดับดังนี้

1. สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
2. ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อประโยชน์ในการสื่อความหมาย เพื่อความสะดวกในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้สัญลักษณ์ ดังนี้

n	แทน	จำนวนของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าคะแนน (Mean)
S.D.	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤติของ t จากตารางแจกแจงแบบ t เพื่อพิจารณาความมีนัยสำคัญทางสถิติ
df	แทน	ชั้นความเป็นอิสระ (Degree of freedom)
%	แทน	ค่าสถิติร้อยละ

ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป ซึ่งผู้ศึกษาวิจัยได้แบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อนำเสนอผลเป็น 4 ตอน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์หาค่าความสอดคล้องระหว่างเนื้อหา กับแผนการจัดประสบการณ์ เนื้อหา และคำถาม กับจุดประสงค์การเรียนรู้เชิงพฤติกรรม ก่อนการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิต โดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง IOC

ตอนที่ 2 วิเคราะห์หาค่าประสิทธิภาพและความเที่ยงตรงของเนื้อหา ของแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ โดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง IOC

ตอนที่ 3 วิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐาน และการเปรียบเทียบคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระหว่างก่อนและหลัง การทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ โดยใช้ t-test (Dependent samples)

ตอนที่ 4 วิเคราะห์ผลค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับเจตคติของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ

การวิเคราะห์หาค่าทางสถิติในการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิตครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอการวิเคราะห์หาค่าทางสถิติตามลำดับ ดังนี้

1. วิเคราะห์หาค่าความสอดคล้องระหว่างเนื้อหา กับแผนการจัดประสบการณ์ เนื้อหา และคำถาม กับจุดประสงค์การเรียนรู้เชิงพฤติกรรม โดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง IOC
2. วิเคราะห์หาความเที่ยงตรงของเนื้อหาแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ โดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง IOC
3. วิเคราะห์หาค่าประสิทธิภาพของแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ตามเกณฑ์ 80/80 โดยใช้สถิติพื้นฐาน หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย
4. วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับแบบอิงเกณฑ์ โดยใช้วิธีของ คาร์ลเวอร์
5. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองการเรียนรู้ด้วยแบบฝึกการบริหารจิตที่ได้จากการทดสอบด้วยแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ เรื่องการบริหารจิตของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ t-test (Dependent samples)
6. วิเคราะห์หาค่าความแตกต่างระดับเจตคติของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อการใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติโดยใช้สถิติพื้นฐาน หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงทดลองเกี่ยวกับการพัฒนาแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ สาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแยกเป็น 4 ตอน ตามลำดับดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 แสดงค่าดัชนีความสอดคล้องของเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญ (IOC)
 ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ได้พิจารณาความสอดคล้องของเครื่องมือในการวิจัยซึ่งผลการ
 พิจารณาความเหมาะสมของเครื่องมือในด้านต่างๆ ปรากฏผลดังตารางที่ 1 – 4

ตารางที่ 1 แสดงค่าดัชนีผลการประเมินความสอดคล้อง ระหว่างเนื้อหาและคำถาม กับ
 จุดประสงค์การเรียนรู้เชิงพฤติกรรมของแผนการจัดประสบการณ์ การบริหารจัดการตาม
 หลักอานาปานสติ

ลำดับที่	รายการที่ประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1	จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม	4.6	0.92	มากที่สุด
2	สาระสำคัญ	4.3	0.86	มาก
3	เนื้อหา	4.8	0.96	มากที่สุด
4	กิจกรรม	4.5	0.90	มาก
5	สื่อประกอบ	4.2	0.84	มาก
6	การประเมินผล	4.2	0.84	มาก
รวมทั้งฉบับ		26.6	5.32	
เฉลี่ย		4.43	0.88	มาก

จากตารางที่ 1 ปรากฏผลว่า ความสอดคล้อง ระหว่างเนื้อหาและคำถาม กับจุดประสงค์
 การเรียนรู้เชิงพฤติกรรมของแผนการจัดประสบการณ์ การบริหารจัดการหลักอานาปานสติ มีความ
 เหมาะสมโดยรวมทั้งฉบับที่ระดับ มาก ค่าเฉลี่ย 4.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.88 เมื่อพิจารณา
 เป็นรายข้อ พบว่า ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน มีความคิดเห็นต่อแผนการจัดประสบการณ์ การบริหาร
 จัดตามหลักอานาปานสติ ที่ระดับ มากที่สุด 2 ข้อเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ เนื้อหา
 และจุดประสงค์การเรียนรู้เชิงพฤติกรรม ส่วนความคิดเห็นต่อแผนการจัดประสบการณ์ การบริหาร
 จัดตามหลักอานาปานสติที่ระดับ มาก 4 ข้อ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ กิจกรรม สาระ
 สำคัญ สื่อประกอบ และ การประเมินผล ซึ่งมีจุดประสงค์การเรียนรู้เชิงพฤติกรรม คือ เรียนรู้ ได้
 ปฏิบัติด้วยตนเอง เข้าใจและประโยชน์เกิดแก่ตัวผู้เรียน

ตารางที่ 2 แสดงค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแผนการจัดประสบการณ์
การบริหารจิตกับแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ โดยผู้เชี่ยวชาญ

ลำดับที่	รายการที่ประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1	คำชี้แจง และใช้ภาษาเข้าใจง่าย	5	1	มากที่สุด
2	เนื้อหาสอดคล้องกับจุดประสงค์	4.8	0.96	มากที่สุด
3	ภาพประกอบกิจกรรมง่าย ไม่ซับซ้อน	4.4	0.88	มาก
4	การวัดผลและประเมินผล	4.8	0.96	มากที่สุด
รวมทั้งฉบับ		19	3.80	
เฉลี่ย		4.75	1.52	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 พบว่า ความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแผนการจัดประสบการณ์
การบริหารจิตกับแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ มีความเหมาะสมโดยรวมทั้งฉบับที่
ระดับ มากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.75 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.52 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้เชี่ยวชาญ
จำนวน 5 ท่าน มีความคิดเห็นต่อความสอดคล้องของแผนการจัดประสบการณ์การบริหารจิตกับแบบ
ฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ที่ระดับมากที่สุด 3 ข้อ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย
คือ คำชี้แจงและการใช้ภาษาเข้าใจง่าย เนื้อหาสอดคล้องกับจุดประสงค์ และการวัดผลและการประเมิน
ส่วนด้านภาพประกอบกิจกรรมง่าย ไม่ซับซ้อน มีค่าเฉลี่ยที่ระดับมาก

ตารางที่ 3 แสดงค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแบบฝึกการบริหารจิตกับแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ โดยผู้เชี่ยวชาญ

ลำดับที่	รายการที่ประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1	รู้และเข้าใจ บอกความหมายและความสำคัญของบทสวดพุทธคุณได้	4.8	0.96	มากที่สุด
2	รู้และเข้าใจ บอกความหมายและความสำคัญของบทสวดชัยมงคลคุณได้	4.8	0.96	มากที่สุด
3	รู้และเข้าใจ บอกความหมายและความสำคัญของบทสวดสังฆคุณได้	4.8	0.96	มากที่สุด
4	รู้และเข้าใจ บอกความหมายและความสำคัญของบทสวดแผ่เมตตาได้	4.6	0.92	มากที่สุด
5	รู้และเข้าใจ บอกความหมายและความสำคัญของการยืนสมาธิได้	4.4	0.88	มาก
6	รู้และเข้าใจ บอกความหมายและความสำคัญของการเดินสมาธิได้	4.5	0.90	มาก
7	รู้และเข้าใจ บอกความหมายและความสำคัญของการนั่งสมาธิได้	4.6	0.92	มากที่สุด
8	รู้และเข้าใจ บอกความหมายและความสำคัญของการนอนสมาธิได้	4.2	0.84	มาก
รวมทั้งฉบับ		36.70	7.34	
เฉลี่ย		4.59	0.91	มากที่สุด

จากตารางที่ 3 พบว่า ความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแบบฝึกการบริหารจิตกับแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ มีความเหมาะสมโดยรวมทั้งฉบับที่ระดับ มากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.91 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน มีความคิดเห็นต่อการประเมินแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ระดับมากที่สุด 5 ข้อ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ รู้และเข้าใจ ตลอดถึงการบอกความหมายและความสำคัญของบทพุทธคุณ ชัยมงคลคุณ สังฆคุณ บทแผ่เมตตา และการนั่งสมาธิ ส่วนการเดินสมาธิ การยืนสมาธิ และการนอนสมาธิ มีค่าเฉลี่ยที่ระดับมาก

ตารางที่ 4 แสดงค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแบบฝึกการบริหารจิตกับแบบสอบถามวัดเจตคติ โดยผู้เชี่ยวชาญ

ลำดับที่	รายการที่ประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1	บอกความหมาย	4.6	0.92	มากที่สุด
2	บอกประโยชน์และความสำคัญ	4.8	0.96	มากที่สุด
3	สามารถบอกวิธีการและปฏิบัติได้	4.8	0.96	มากที่สุด
4	มีความมั่นใจและศรัทธา	4.6	0.92	มากที่สุด
5	ความเหมาะสมของเนื้อหา	4.6	0.92	มากที่สุด
6	ภาพประกอบกิจกรรม	4.3	0.86	มาก
รวมทั้งฉบับ		27.7	5.54	
เฉลี่ย		4.61	0.92	มากที่สุด

จากตารางที่ 4 พบว่า ความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ กับแบบสอบถามวัดเจตคติ มีความเหมาะสมโดยรวมทั้งฉบับที่ระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.92 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน มีความคิดเห็นต่อการประเมินแบบวัดเจตคติที่มีต่อแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติที่ระดับมากที่สุด 5 ข้อ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ บอกถึงประโยชน์และความสำคัญ สามารถบอกวิธีการปฏิบัติ และปฏิบัติตามได้ บอกความหมาย มีความมั่นใจและศรัทธาต่อวิธีการปฏิบัติ และความเหมาะสมสอดคล้องของเนื้อหา ส่วนด้านภาพประกอบกิจกรรม มีค่าเฉลี่ยที่ระดับ มาก

ตอนที่ 2 ค่าสถิติประสิทธิภาพของแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ และค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ โดยใช้สถิติพื้นฐานร้อยละ

การประเมินประสิทธิภาพของแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยได้ตั้งเกณฑ์พิจารณาประสิทธิภาพของแบบฝึกการบริหารจิตที่ 80/80 ปรากฏผลดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 แสดงค่าประสิทธิภาพของแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ที่มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80

จำนวน นักเรียน (n=65)	คะแนนกิจกรรมท้ายแบบฝึก (E ₁) (กิจกรรมละ 1.25 คะแนน รวม 20 คะแนน)																คะแนน หลังเรียน (E ₂) (20)
	กิจกรรมที่1	กิจกรรมที่2	กิจกรรมที่3	กิจกรรมที่4	กิจกรรมที่5	กิจกรรมที่6	กิจกรรมที่7	กิจกรรมที่8	กิจกรรมที่9	กิจกรรมที่10	กิจกรรมที่11	กิจกรรมที่12	กิจกรรมที่13	กิจกรรมที่14	กิจกรรมที่15	กิจกรรมที่16	
	65	72	73	68	70	72	71	70.50	74	75.25	74	74	76	73	74	76	1,167
รวม	1157.75 (89.05%)																(89.99%)

จากตารางที่ 5 พบว่า การประเมินกิจกรรมระหว่างเรียนของผู้เรียน (E₁) ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 89.05 ของคะแนนรวมทั้งหมด 1,300 ส่วนผลการประเมินหลังเรียน (E₂) ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 89.99 ซึ่งกำหนดเกณฑ์ไว้ 80 และ 80 ตามลำดับ ดังนั้น ผลการประเมินประสิทธิภาพของแบบฝึกการบริหารตามหลักอานาปานสตินี้ เท่ากับ 89.05 / 89.99 แสดงว่า สูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด นับว่าชุดการสอนแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติมีประสิทธิภาพที่ดีมีความเหมาะสมเป็นไปตามสมมติฐานที่ 1

การประเมินความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน
กลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยได้ทดสอบกลุ่มตัวอย่าง มีค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ ปรากฏผล
ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับแบบอิงเกณฑ์

จำนวนผู้เข้าสอบ ทั้งหมด (n)	ผู้สอบผ่านทั้งสองครั้ง (a)	ผู้สอบไม่ผ่านทั้งสอง ครั้ง (c)	ค่าความเชื่อมั่น (r_c)
65	56	0	0.86

จากตารางที่ 6 พบว่า แบบทดสอบทั้งฉบับมีนักเรียนผ่านการทดสอบทั้ง 2 ครั้ง
จำนวน 58 คน จากนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 65 คน ค่าความความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้ง
ฉบับที่ระดับ 0.86 แสดงว่า แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลัก
อานาปานสติ ทั้งฉบับ มีค่าความเชื่อมั่น 86 %

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน และการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดลอง การใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ แล้วทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t -test (Dependent samples)

นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ก่อนและหลังที่มีความแตกต่างกัน ปรากฏผลดังตารางที่ 7 - 10

ตารางที่ 7 แสดงคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติก่อนการใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ตามจุดประสงค์การเรียนรู้ โดยรวม 5 จุดประสงค์การเรียนรู้ (จุดประสงค์การเรียนรู้ละ 4 คะแนน รวมคะแนนเต็ม 20 คะแนน)

ลำดับที่	จุดประสงค์การเรียนรู้ที่	คะแนนรวม ($\sum X$)	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ร้อยละ ผู้สอบผ่าน
1	รู้และเข้าใจในการบริหารจิต	157	60.38	83.07
2	บอกความหมายของการบริหารจิตได้	183	70.38	86.15
3	บอกความสำคัญของการบริหารจิต	192	73.84	89.23
4	สามารถปฏิบัติการบริหารจิตได้ถูก	205.5	79.03	93.84
5	สามารถทำแบบทดสอบย่อยได้ ไม่ต่ำกว่า 80 %	204.5	78.65	92.30
	รวม	942	362.28	
	เฉลี่ย	188.4	72.45	88.91
	S.D.	19.87	7.64	

จากตารางที่ 7 พบว่า แบบทดสอบการเรียนรู้ในจุดประสงค์การเรียนรู้โดยรวมมีนักเรียนผ่านเกณฑ์ ทดสอบมีผลสัมฤทธิ์ในระดับ ดี คิดเป็นร้อยละ 72.45 ของคะแนนเต็ม 20 หรือจำนวนรวม 1,300 คะแนน จากนักเรียนทั้งหมด 65 คน คิดเป็นร้อยละ 88.91 ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.64 เมื่อพิจารณาเป็นรายจุดประสงค์การเรียนรู้ พบว่า นักเรียนสามารถทำแบบทดสอบก่อนการทดลองในจุดประสงค์การเรียนรู้ เรียงลำดับ ค่าเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ เป็นรายชื่อจากมากไปหาน้อย คือ ผู้เรียนสามารถปฏิบัติการบริหารจิตได้ถูกต้อง สามารถทำแบบทดสอบย่อยได้ผ่านเกณฑ์สูงกว่า 80 % บอกความหมายและความสำคัญของการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติได้ รู้และเข้าใจในการบริหารจิตโดยรวมได้

ตารางที่ 8 แสดงคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ
หลังการใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ตามจุดประสงค์การเรียนรู้
โดยรวม 5 จุดประสงค์การเรียนรู้

ลำดับที่	จุดประสงค์การเรียนรู้ที่	คะแนนรวม ($\sum X$)	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ร้อยละ ผู้สอบผ่าน
1	รู้และเข้าใจในการบริหารจิต	212	81.53	90.76
2	บอกความหมายของการบริหารจิตได้	232	89.23	93.84
3	บอกความสำคัญของการบริหารจิต	236	90.76	95.38
4	สามารถปฏิบัติการบริหารจิตได้ถูก	243.5	93.65	96.92
5	สามารถทำแบบทดสอบย่อยได้ ไม่ต่ำกว่า 80 %	246.5	94.80	96.92
รวม		1,170	449.97	
เฉลี่ย		234	89.99	94.76
S.D.		13.58	5.22	

จากตารางที่ 8 พบว่า แบบทดสอบการเรียนรู้ในจุดประสงค์การเรียนรู้โดยรวมมีนักเรียนผ่านเกณฑ์ทดสอบมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ระดับ ดีมาก คิดเป็นร้อยละ 89.99 ของคะแนนเต็ม 20 หรือจำนวนรวม 1,300 คะแนน จากนักเรียนทั้งหมด 65 คน คิดเป็นร้อยละ 94.76 ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.22 เมื่อพิจารณาเป็นรายจุดประสงค์ พบว่า นักเรียนสามารถทำแบบทดสอบก่อนการทดลองในจุดประสงค์การเรียนรู้ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ เป็นรายจุดประสงค์การเรียนรู้จากมากไปหาน้อย คือ ผู้เรียนสามารถปฏิบัติการบริหารจิตได้ถูกต้อง สามารถทำแบบทดสอบย่อยได้ผ่านเกณฑ์สูงกว่า 80 % บอกความสำคัญของการบริหารจิตได้ บอกความหมายของการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติได้ และรู้และเข้าใจในการบริหารจิตโดยรวมได้

ตารางที่ 9 แสดงการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลัก
อานาปานสติ ระหว่างก่อนและหลังการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลัก
อานาปานสติ โดยจำแนกตามจุดประสงค์การเรียนรู้

กลุ่มตัวอย่าง	จุดประสงค์ การเรียนรู้ที่	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิต						t
		ก่อนใช้แบบฝึก			หลังใช้แบบฝึก			
		$\sum X$	\bar{X}	S.D.	$\sum X$	\bar{X}	S.D.	
กลุ่มทดลอง (n 65)	1	157	60.38	1.49	212	81.53	1.04	-20
	2	183	70.38	1.52	232	89.23	1.04	-17.13
	3	192	73.84	1.52	236	90.76	1.05	-16.79
	4	205.5	79.03	1.53	243.5	93.65	1.05	-19.11
	5	204.5	78.65	1.58	246.5	94.80	1.04	-17.18
รวม		942	72.45	7.64	1,170	89.99	5.22	41.96**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t ที่ระดับ .01 , df 64 = 2.660)

จากตารางที่ 9 พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ หลังการใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ นักเรียนมีความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องการบริหารจิต สามารถตอบแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ได้สูงกว่าก่อนการใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ เมื่อพิจารณาเป็นรายจุดประสงค์การเรียนรู้ พบว่า นักเรียนสามารถทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ เรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ หลังการใช้แบบฝึกการบริหารจิต ได้คะแนน สูงกว่า ก่อนใช้แบบฝึกการบริหารจิต ทั้ง 5 จุดประสงค์การเรียนรู้ เรียงลำดับจากมากไปหาน้อย คือ นักเรียนสามารถปฏิบัติการบริหารจัดการได้ถูก นักเรียนสามารถทำแบบทดสอบย่อยได้ไม่ต่ำกว่า 80 % นักเรียนสามารถความสำคัญและประโยชน์ของการบริหารจัดการได้ นักเรียนบอกความหมายของการบริหารจัดการแต่ละอริยาบถได้ และนักเรียนมีความรู้และเข้าใจต่อการบริหารจัดการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานที่ 2 ดังนี้

1. คะแนนเฉลี่ยรายจุดประสงค์การเรียนรู้ที่ 1 ก่อนการใช้แบบฝึกการบริหารจิต เท่ากับ 12.078 คะแนน ของคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 60.38 และคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบทดสอบหลังการใช้แบบฝึก เท่ากับ 16.306 จากคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 81.53

2. คะแนนเฉลี่ยรายจุดประสงค์การเรียนรู้ที่ 2 ก่อนการใช้แบบฝึกการบริหารจิต เท่ากับ 14.076 คะแนน ของคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 70.38 และคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบทดสอบหลังการใช้แบบฝึก เท่ากับ 17.846 จากคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 89.23

3. คะแนนเฉลี่ยรายจุดประสงค์การเรียนรู้ที่ 3 ก่อนการใช้แบบฝึกการบริหารจิต เท่ากับ 14.768 คะแนน ของคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 73.84 และคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบทดสอบหลังการใช้แบบฝึก เท่ากับ 18.152 จากคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 90.76

4. คะแนนเฉลี่ยรายจุดประสงค์การเรียนรู้ที่ 4 ก่อนการใช้แบบฝึกการบริหารจิต เท่ากับ 15.806 คะแนน ของคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 79.03 และคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบทดสอบหลังการใช้แบบฝึก เท่ากับ 18.73 จากคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 93.65

5. คะแนนเฉลี่ยรายจุดประสงค์การเรียนรู้ที่ 5 ก่อนการใช้แบบฝึกการบริหารจิต เท่ากับ 15.73 คะแนน ของคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 78.65 และคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบทดสอบหลังการใช้แบบฝึก เท่ากับ 18.96 จากคะแนนเต็ม 20 คิดเป็นร้อยละ 94.80

ตารางที่ 10 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนที่ได้จากการทดสอบของ
นักเรียนก่อนและหลังการฝึกสมาธิ ด้วยแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ
โดยใช้ t – test

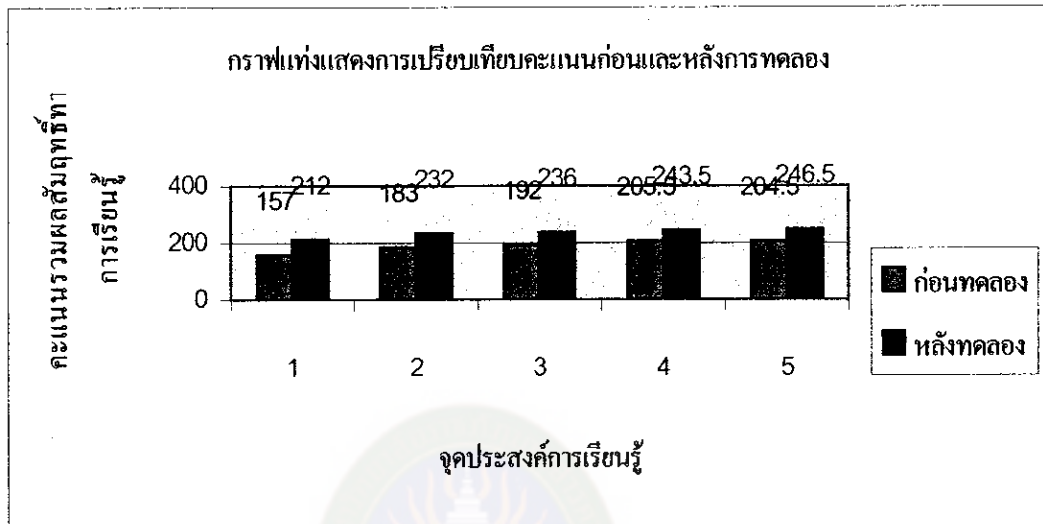
กลุ่มทดลอง	Pre - test	Treatment	Post - test	ค่า t
ค่าเฉลี่ย	72.45	77.0153	89.99	41.96**
S.D.	7.64	0.7804	5.22	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t ที่ระดับ .01 , df 64 = 2.660)

จากตารางที่ 10 พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง สามารถทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติด้วยแบบฝึกได้ มีผลการเรียนเรื่องการบริหารจิต
ตามหลักอานาปานสติ สูงกว่า ก่อนใช้แบบฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตาม
สมมติฐานที่ 2

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

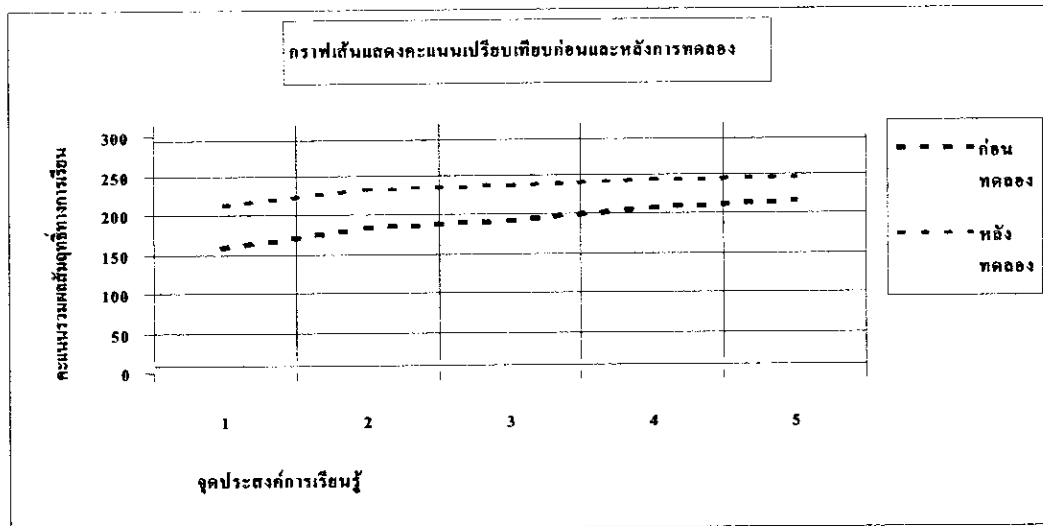
นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ระหว่างก่อนเรียนและหลัง มีความแตกต่างกัน โดยการเปรียบเทียบเป็นแผนภูมิได้ดังแผนภูมิที่ 6 และ 7



แผนภูมิที่ 6 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนระหว่างจุดประสงค์การเรียนรู้ ก่อนและหลังการทดลอง ใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ

จากแผนภูมิที่ 6 พบว่า การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติของนักเรียน หลังการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติสูงกว่าก่อนใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ

RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY



แผนภูมิที่ 7 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนระหว่างจุดประสงค์การเรียนรู้ ก่อนและหลังการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ

จากแผนภูมิที่ 7 พบว่า แผนภูมิแสดงการเปรียบเทียบคะแนนในแต่ละจุดประสงค์การเรียนรู้ หลังการทดลองการบริหารจิตด้วยแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ นักเรียนมีการพัฒนาระดับคะแนนการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ สูงขึ้นกว่าก่อนใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ทุกจุดประสงค์การเรียนรู้

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ตอนที่ 4 วิเคราะห์หาค่าความแตกต่างระดับเจตคติของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อการ
การใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ โดยใช้สถิติพื้นฐานหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย

การวิเคราะห์หาค่าความแตกต่างระดับเจตคติของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึกการบริหารจิต
ตามหลักอานาปานสติ โดยใช้สถิติพื้นฐาน จำแนกการนำเสนอเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย

1.1 เพศของนักเรียน

นักเรียนชายจำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 43.08

นักเรียนหญิงจำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 56.92

ขั้นตอนที่ 2 ข้อมูลประสบการณ์ของกลุ่มตัวอย่าง ในการปฏิบัติสมาธิ การบริหารจัดการ

2.1 ประสบการณ์ในการปฏิบัติสมาธิต่อปี ได้ดังนี้

จำนวน 1-5 ครั้งปี จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 49.23

จำนวน 6-10 ครั้งปี จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 23.08

จำนวน 11 ครั้งขึ้นไปต่อปี จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 15.38

ไม่เคยปฏิบัติสมาธิเลย จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 12.30

ขั้นตอนที่ 3 ข้อมูลค่าเฉลี่ยความรู้และความเข้าใจต่อการบริหารจัดการตามหลัก

อานาปานสติตลอดถึงวิธีการสอนการบริหารจิตด้วยแบบฝึกการบริหารจิต
ตามหลักอานาปานสติ โดยแยกการนำเสนอ เป็น 2 ขั้นตอนดังนี้

ตารางที่ 11 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนของเจตคติของนักเรียนที่มีความรู้และความเข้าใจต่อการฝึกสมาธิตามหลักอานาปานสติ ด้วยแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ

ข้อที่	รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1	ประโยชน์ของสมาธิ	4.72	0.465	มากที่สุด
2	ความหมายของอานาปานสติ	4.53	0.508	มาก
3	ประโยชน์ของการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	4.58	0.381	มาก
4	ขั้นตอนการปฏิบัติสมาธิ	4.61	0.637	มากที่สุด
5	เชื่อว่าสามารถแก้ปัญหาการเรียนและปัญหาชีวิตได้	4.68	0.468	มากที่สุด
6	เข้าใจวิธีการปฏิบัติ ก่อนใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	4.50	0.525	มาก
7	สามารถนำไปปฏิบัติได้โดยง่าย	4.52	0.520	มาก
เฉลี่ย		4.5914	0.0846	มาก

จากตารางที่ 11 พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีความรู้ ความเข้าใจพื้นฐานต่อการปฏิบัติการบริหารจิต ที่ระดับ มาก ค่าเฉลี่ยที่ระดับ 4.5914 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ระดับ 0.0846 นับว่านักเรียนก็มีความรู้ ความเข้าใจต่อการบริหารจิต สามารถเรียงลำดับความรู้และความเข้าใจต่อการบริหารจิต ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง จากมากไปหาน้อยได้ คือ รู้และเข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์ของสมาธิแบบทั่วไป เชื่อว่าสามารถแก้ปัญหาการเรียนและปัญหาชีวิตได้ และขั้นตอนการปฏิบัติแบบทั่วไป ที่ระดับ มากที่สุด ส่วนประโยชน์ของการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ความหมายของอานาปานสติ การนำสมาธิไปปฏิบัติได้โดยง่าย และเข้าใจวิธีการปฏิบัติก่อนใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้และความเข้าใจอยู่ที่ระดับมาก

ตารางที่ 12 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเจตคติของนักเรียนที่มีต่อวิธีการสอน การบริหารจัดการด้วยแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ

ข้อที่	รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1	ความสอดคล้องของวิธีการสอน กับความต้องการของนักเรียน	4.62	0.646	มากที่สุด
2	เนื้อหากระชับชัดเจน	4.74	0.530	มากที่สุด
3	บอกถึงวิธีการขั้นตอนเข้าใจได้	4.85	0.412	มากที่สุด
4	เกิดความสนใจ ไม่น่าเบื่อ	4.78	0.523	มากที่สุด
5	นักเรียนมีส่วนร่วม	4.65	0.642	มากที่สุด
6	สถานที่ เวลา เหมาะสมแก่ การปฏิบัติ	4.62	0.646	มากที่สุด
7	ภาพประกอบเหมาะสมแก่เนื้อหา ของการปฏิบัติบริหารจิตได้	4.74	0.530	มากที่สุด
8	สามารถนำไปปฏิบัติแก่ตนเอง และแนะนำผู้อื่นได้ถูกต้อง	4.68	0.468	มากที่สุด
เฉลี่ย		4.71	0.0881	มากที่สุด

จากตารางที่ 12 พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีเจตคติที่ดีเชิงบวก ต่อการเรียนการสอนด้วย แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ที่ระดับ มากที่สุด ค่าเฉลี่ยที่ระดับ 4.71 ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐานที่ระดับ 0.0881 นับว่า นักเรียนมีเจตคติต่อแบบฝึกการบริหารจิตในเชิงบวก ที่ระดับมากที่สุด ทุกข้อ มีความรู้ ความเข้าใจต่อการบริหารจิตเพิ่มขึ้นมีเนื้อหากระชับ มีขั้นตอนชัดเจน สามารถ สร้างแรงจูงใจต่อการปฏิบัติสมาธิ การบริหารจิตตามหลักอานาปานสติได้ ตลอดถึงการสร้าง ประโยชน์แก่ตนเอง และนำไปแนะนำผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง ซึ่งการจัดการเรียนการสอนเป็น การจัด กิจกรรมการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนและให้ผู้เรียนเป็นสำคัญ เป็นไป ตามสมมติฐานที่ 3

ขั้นตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการบริหารจัดการ และการพัฒนา
การบริหารจิต ดังนี้

1. นักเรียนร้อยละ 89.25 หรือจำนวน 58 คน เห็นว่าการบริหารจัดการ เป็นสิ่งที่มีประโยชน์มาก
2. นักเรียนร้อยละ 72.84 หรือจำนวน 48 คน เห็นว่าการบริหารจัดการ ช่วยในการศึกษาเล่าเรียนได้เป็นอย่างดี
3. นักเรียนร้อยละ 69.23 หรือจำนวน 45 คน เห็นว่าการบริหารจัดการช่วยให้เกิดความสุขได้
4. นักเรียนร้อยละ 92.30 หรือจำนวน 60 คน ได้แนะวิธีการกระตุ้นหรือการบริหาร

บริหาร

จิตตามลำดับได้ คือ ต้องมีวิธีการที่ถูกต้อง เข้าใจง่าย ไม่สลับซับซ้อน มีภาพประกอบที่มีขั้นตอนชัดเจน ต้องอยู่ในสถานที่ที่เหมาะสม เงียบสงบ



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY