

## บทที่ 4

### อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ทั่วไป เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อการมีวินัยในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกิ่งเพชร กรุงเทพมหานคร และมีวัตถุประสงค์เฉพาะ เพื่อ 1) เปรียบเทียบการมีวินัยในตนเองระหว่างนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง(กลุ่มทดลอง) และนักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง(กลุ่มควบคุม) ก่อนและหลังการทดลอง 2) เปรียบเทียบระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง 3) เปรียบเทียบการมีวินัยในตนเองของกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังการทดลอง 4) เปรียบเทียบระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกิ่งเพชร สังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 50 คน แบ่งเป็นชาย 25 คนและหญิง 25 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 25 คนและกลุ่มควบคุม 25 คน ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์(statistic package for the social science : SPSS/for Windows 10.0) เพื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มและภายในกลุ่ม ด้วยค่าที(t-test) ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีระดับการมีวินัยในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. หลังจากทดลองแล้วนักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่แตกต่างจากนักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม
3. หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีระดับการมีวินัยในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การอภิปรายผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อการมีวินัยในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผู้วิจัยจะแบ่งการอภิปรายผลออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. การอภิปรายผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อการมีวินัยในตนเอง
2. การอภิปรายผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

## การอภิปรายผลการวิจัยในแต่ละส่วนมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### 1. การกำกับตนเองที่มีต่อการมีวินัยในตนเอง

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบการมีวินัยในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง ตามตารางที่ 1 ตารางที่ 3 และตารางที่ 4 ผลพบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองไม่แตกต่างกัน แต่หลังจากการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และจากการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเอง ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง ตามตารางที่ 2 ผลพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลข้างต้น จึงสรุปได้ว่า สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 และข้อที่ 3 ได้รับการสนับสนุนจากผลการวิจัยครั้งนี้

ผลการวิจัยนี้ สามารถอธิบายได้ว่า การที่นักเรียนกลุ่มทดลองมีวินัยในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง และมีวินัยในตนเองสูงขึ้นหลังการทดลอง เป็นผลเนื่องมาจาก การที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ซึ่งโปรแกรมการกำกับตนเองจะทำให้ให้นักเรียนได้มีการกำกับตนเองในสถานการณ์ต่างๆ และในขณะที่นักเรียนได้รับโปรแกรม นักเรียนจะต้องร่วมทำกิจกรรม โดยกิจกรรมในแต่ละครั้ง นักเรียนจะต้องทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จ และส่งทันตามเวลาที่ผู้วิจัยได้กำหนด และจากการวิเคราะห์ผลงานที่นักเรียนได้ทำกิจกรรมในแต่ละครั้งพบว่า นักเรียนมีความรับผิดชอบ และส่งงานตรงตามเวลามากขึ้น การสังเกตพฤติกรรมในการทำกิจกรรมของนักเรียนพบว่า นักเรียนกล้าแสดงออกมากยิ่งขึ้น และเมื่อสอบถามครูประจำชั้นพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีการมีวินัยในตนเองมากขึ้น จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเอง แยกเป็นรายด้าน พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านความรับผิดชอบ ด้านความซื่อสัตย์ และด้านความตรงต่อเวลาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ความเป็นผู้นำ และความอดทนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณากิจกรรมแต่ละครั้งในโปรแกรมการกำกับตนเอง แสดงให้เห็นว่า สามารถส่งเสริมให้ผู้เข้าได้พัฒนาการมีวินัยในตนเองได้(ดูในภาคผนวก) เพราะจากงานวิจัยที่ผู้วิจัยได้ศึกษา พบ

ว่า คุณภาพงานเขียน การใช้ตัวแบบ การสอนเป็นกลุ่มสัมพันธ์ การเสริมแรงทางสังคม และการอ่านหนังสือเกี่ยวกับการมีวินัยในตนเอง มีผลต่อการเพิ่มการมีวินัยในตนเอง และการเรียนรู้การมีวินัยในตนเองของเด็ก จะทำให้เด็กสามารถควบคุมการทำงานของตนเองได้ (Victoria, 1994; Rominger & Kariuki, 1997; ดวงแข ณ สงขลา, 2534; ละมัย กาญจนประโชติ, 2534; รังสิมันต์ สุนทรไชยา, 2535; วรณี กรวยสวัสดิ์, 2537) จากผลการวิจัยดังกล่าว อธิบายได้ว่า กิจกรรมในโปรแกรมการกำกับตนเองทุกครั้ง นักเรียนจะต้องเขียนบันทึกพฤติกรรมในใบงาน เมื่อเขียนทุกครั้งจึงก่อให้เกิดทักษะในการเขียน และจากผลงานของนักเรียนพบว่า นักเรียนเขียนบันทึกได้ดีขึ้นและถูกต้องมากขึ้น ในการใช้ตัวแบบและการให้การเสริมแรงทางสังคมสำหรับนักเรียนกลุ่มทดลองนั้น ผู้วิจัยทำโดย การทำกิจกรรมทุกครั้งผู้วิจัยมักจะยกตัวอย่าง นักเรียนที่มีผลงานที่ดีและให้คำชมเชยแก่นักเรียนเหล่านั้น จึงส่งผลให้นักเรียนทำพฤติกรรมตามแบบอย่างกันจึงก่อให้เกิดการพัฒนาผลงานของตนเอง และพัฒนาการมีวินัยในตนเอง และโปรแกรมการกำกับตนเองมีหลายกิจกรรมที่ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันทำงานเป็นกลุ่มซึ่งนักเรียนจะต้องแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อนในกลุ่ม จากที่กล่าวมาแล้วในข้างต้นจึงทำให้นักเรียนได้พัฒนาการมีวินัยในตนเอง และเนื่องจากลักษณะพัฒนาการของนักเรียนกลุ่มทดลองเป็นวัยที่ตัวแบบมีอิทธิพลอย่างมากในการกระทำพฤติกรรมต่างๆ และในวัยนี้เป็นวัยที่ชอบอยู่กับเพื่อนเป็นกลุ่ม การทำงานเป็นกลุ่มและการเสริมแรงที่ผู้วิจัยได้ใช้ในระหว่างการทำกิจกรรมเป็นกลุ่ม จึงทำให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้

จากที่กล่าวมาแล้วในข้างต้นจะเห็นได้ว่า โปรแกรมการกำกับตนเองเป็นเครื่องมือที่ส่งเสริมการมีวินัยในตนเอง ทำให้เกิดการพัฒนาคูณลักษณะของการมีวินัยในตนเอง ดังผลที่ปรากฏชัดเจนในการวัดการมีวินัยในตนเองของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างด้วยแบบวัดการมีวินัยในตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ดังที่ได้เสนอไว้แล้ว

## 2. การกำกับตนเองกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง ตามตารางที่ 5 ผลพบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรม ทั้งก่อนและหลังการทดลอง แต่เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลในข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ผลการวิจัยไม่สนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 แต่สนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 4 ผลการวิจัยสามารถอธิบายได้ดังนี้

2.1 หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่แตกต่างกัน อาจเป็นผลเนื่องมาจากตัวแปรอื่นๆ ดังนี้

2.1.1 การจัดโปรแกรมการกำกับตนเอง ผู้วิจัยไม่ได้เน้นไปที่การเพิ่มผลสัมฤทธิ์โดยตรง กิจกรรมในโปรแกรมไม่ได้เจาะจงเนื้อหาของวิชาใด แต่เป็นการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองที่ น่าจะส่งผลทำให้การเรียนของนักเรียนดีขึ้นได้ ถ้านักเรียนได้นำวิธีการไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง การทดลองครั้งนี้เป็นระยะที่นักเรียนจะสอบปลายภาคแล้ว ดังนั้นจึงอาจไม่เพียงพอที่จะส่งผลให้ค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน นอกจากนี้ การเรียนได้ดีจะต้องมีองค์ประกอบหลายประการมาเกี่ยวข้อง ได้แก่ ความสามารถทางสมอง และลักษณะนิสัยที่ส่งเสริมการเรียนรู้ ได้แก่ ความขยัน ความรับผิดชอบ ฯลฯ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้นเป็นเรื่องของความสามารถพื้นฐานของแต่ละบุคคล ในโปรแกรมการกำกับตนเองได้ฝึกฝนให้นักเรียนมีการฝึกการตั้งเป้าหมายในการทำงานทุกครั้ง และนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการเรียนได้จริง เช่น กิจกรรมครั้งที่ 7 และ 8 เป็นกิจกรรมที่ฝึกให้นักเรียนอ่านจับใจความแล้วสรุปออกมาโดยเขียนลงในใบงานที่ผู้วิจัยจัดไว้ให้ นักเรียนสามารถนำไปใช้ในการเรียนวิชาภาษาไทยได้ กิจกรรมครั้งที่ 12 เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการกำกับตนเองให้เป็นผู้มีความรับผิดชอบในการเรียน และกิจกรรมครั้งที่ 15 เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการเตรียมตัวสอบ ในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 นักเรียนจะเรียนได้ดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการเข้ามาเกี่ยวข้อง ฐานความรู้มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกเก็บข้อมูลผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน วิชาคณิตศาสตร์ วิชาภาษาไทย และวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต วิชาเหล่านี้ต้องอาศัยฐานความรู้เดิมมาใช้ในการเรียนด้วยการที่ผู้วิจัยจัดโปรแกรมการกำกับตนเองให้นักเรียน โดยจัดกิจกรรมให้นักเรียน 5 ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นเวลาทั้งสิ้น 3 สัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ 16 กุมภาพันธ์ ถึง วันที่ 9 มีนาคม พ.ศ.2543 ซึ่งเป็นช่วงปลายภาคการศึกษาที่นักเรียนใกล้จะสอบปลายภาค ดังนั้นในการที่นักเรียนจะนำทักษะการกำกับตนเองไปใช้ให้เรียนได้ดีนั้น อาจเอาไปใช้ได้ไม่นานพอ จึงไม่เห็นผลที่ชัดเจน และถ้ามีการทำวิจัยในต้นปีการศึกษา อาจเห็นผลที่ชัดเจนขึ้น และในนักเรียนที่เรียนดีอยู่แล้วผลอาจจะยังไม่เห็นอย่างชัดเจน แต่ในนักเรียนที่มีผลการเรียนอยู่ในระดับต่ำ อาจเห็นผลที่ชัดเจนยิ่งขึ้น จึงทำให้หลังการทดลองกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่แตกต่างกัน ดังนั้นการใช้โปรแกรมเพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจึงควรจะต้องกระทำในระยะยาว อาจได้ผลที่ชัดเจนขึ้นและจากการอภิปรายผลการวิจัยในข้อ 1 พบว่า โปรแกรมการกำกับตนเองทำให้นักเรียนมีการมีวินัยในตนเอง ถ้านักเรียนเป็นผู้เรียนที่มีวินัยในตนเองแล้วก็น่าจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีขึ้น ดังนั้นในระยะยาวถ้านักเรียนได้ใช้โปรแกรมการกำกับตนเองจึงน่าจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีขึ้น

2.1.2 วิธีการสอนของครู เนื่องจากทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีครูผู้สอนทุกวิชา ชุดเดียวกัน ดังนั้นวิธีการสอนของครูที่เหมือนกันส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน และจากข้อ 2.1.1 การใช้โปรแกรมการกำกับตนเองในงานวิจัยครั้งนี้ นักเรียนกลุ่มทดลองสามารถผ่านเกณฑ์การประเมินในทุกกิจกรรม จึงสามารถนำทักษะการกำกับตนเองไปใช้ และจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม แต่ไม่แตกต่างถึงระดับนัยสำคัญ ดังนั้นจึงทำให้ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

2.2 หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น อาจเป็นผลเนื่องมาจาก นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ซึ่งนักเรียนได้นำทักษะการกำกับตนเองไปใช้ในการเรียนและการเตรียมตัวสอบ และการมีวินัยในตนเองทำให้นักเรียนเป็นผู้เรียนที่มีวินัยในตนเอง จึงทำให้มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น และจากงานวิจัยที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่า การใช้การกำกับตนเองสามารถเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้

จากการอภิปรายผลการวิจัย จึงกล่าวได้ว่า โปรแกรมการกำกับตนเองสามารถนำไปใช้พัฒนาการมีวินัยในตนเอง(self-discipline) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนการนำไปใช้เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ยังคงต้องมีการขยายเวลาในการใช้โปรแกรม และควรมีการจัดโปรแกรมในต้นปีการศึกษา เพื่อตรวจสอบผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่อไป

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย