



ผลของกิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลิตภัณฑ์จากต้นจากที่มีต่อผลสัมฤทธิ์  
ทางการเรียนสำหรับวัยรุ่นตอนต้น ชุมชนเกาะหยงสตาร์  
อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

The Effects of Recreational Activity entitle Nipa Palm Products  
on learning Achievement of Early Adolescence in Koh Yong-star  
Community Palian District, Trang Province

มะลิวัลย์ ทนทลิ่ง<sup>1</sup>

E-mail : Maliwan42011@gmail.com

สาริพันธ์ สุภวรรณ<sup>2</sup>

ชนกนารถ บุญวัฒน์กุล<sup>3</sup>

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อ 1) ศึกษาผลการใช้กิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลิตภัณฑ์จากต้นจาก ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สำหรับวัยรุ่นตอนต้น ชุมชนเกาะหยงสตาร์ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง และ 2) ศึกษาความพึงพอใจต่อกิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลิตภัณฑ์จากต้นจาก สำหรับวัยรุ่นตอนต้น ชุมชนเกาะหยงสตาร์ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ประชากรในการวิจัยคือวัยรุ่นตอนต้นที่มีอายุระหว่าง 10-13 ปี จำนวน 80 คน โดยกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับสลาก จำนวน 34 คน เครื่องมือการวิจัยคือ 1) แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการ เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก 4 แผน 2) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และ 3) แบบสอบถามความพึงพอใจ วิเคราะห์ข้อมูลโดย คำนวณความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ t-test ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) วัยรุ่นตอนต้นที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีความพึงพอใจภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก

**คำสำคัญ:** กิจกรรมนันทนาการ ผลิตภัณฑ์จากต้นจาก ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน วัยรุ่นตอนต้น

<sup>1</sup> นักศึกษาปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แผนกวิชาการศึกษานอกระบบ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

<sup>2</sup> รองศาสตราจารย์, ดร. แผนกวิชาการศึกษานอกระบบ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

<sup>3</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์, ดร. แผนกวิชาการศึกษานอกระบบ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช



## Abstract

The purpose of this quasi-experimental research were :- 1) to investigate the effect of recreational activity entitle nipa palm products on learning achievement of early adolescence in Koh Yong-star community, Palian District, Trang province; and 2) to examine participant satisfaction in recreational activity entitled Nipa Palm products. The populations were 80 early adolescence (10-13 years old). The samples were 34 early adolescence selected by lottery simple random sampling. The research instruments were: - 1) the 4 recreational activity plans entitled Nipa Palm products; 2) learning achievement test; and 3) the participant satisfaction survey. The collected data were analyzed using frequencies, percentage, mean, standard deviation and t-test. The result of this research show that: 1) the post - achievement Learning of the Early Adolescence who participated in recreational activity entitled Nipa palm products was significantly higher than their pre- learning at 0.5 level; 2) After the early adolescences participated on the recreational activity entitled Nipa Palm products had satisfaction at the highest level.

**Keywords:** recreational activity, nipa palm products, learning achievement, early adolescence

### บทนำ

ต้นจาก เป็นไม้ตระกูลปาล์มชนิดหนึ่งในป่าชายเลน มีลำต้นขนาดเล็ก เป็นเหง้า อยู่ใต้ดิน มีรากอวบอ้วน อดแน่นบริเวณกอ มักจมอยู่ในโคลน และอยู่ใต้น้ำขณะน้ำท่วม มีใบแบบขนนก คล้ายใบมะพร้าว ประเทศไทยพบต้นจากมากในจังหวัดสมุทรสาคร สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช ระนอง กระบี่ ตรัง และสตูล (นพรัตน์ บำรุงรักษ์, 2544, น.3-5) อีกทั้ง ต้นจากเป็นพืชที่มีคุณค่าต่อชีวิตประจำวัน และเศรษฐกิจของชุมชนที่อยู่บริเวณชายฝั่งทะเลเป็นอย่างมาก ประชาชน

สามารถใช้ส่วนต่างๆ ของต้นจากเป็นอาหารมากมายหลายรูปแบบ เช่น ใช้ช่อดอกอ่อนมาทำผักจิ้ม ผลอ่อนมาทำเป็นผักตอง หรือแกง หรือทำขนมหวาน ใช้ใบเป็นส่วนประกอบในการทำขนม ใช้เป็นส่วนประกอบของสิ่งปลูกสร้าง เช่น ทำฝาบ้าน ทำหลังคา นำมาเป็นอุปกรณ์ของใช้ในครัวเรือน ซึ่งการทำหลังคาจากหรือการทำตบจาก การทำขนมจากใบจาก นับเป็นอาชีพสำคัญมากของประชากร ชุมชนชายฝั่ง นอกจากนี้แล้ว ยังมีส่วนอื่นๆ ของต้นจากใช้เป็นยารักษาโรคได้ เช่น ใช้ผลอ่อนมาหั่นตากแห้งต้มน้ำดื่มแก้โรค



หอบ หรือตอกนำมาตากแห้งแล้วบดใส่น้ำร้อน ต้มแก้โรคเบาหวานใช้ใบแก้ขับเสมหะและดับพิษ (สิทธิโชค จันทรย์อง, 2552, น.45; ญินฐารัตน์ ปภาวสิทธิ์ และ คณะ, 2555, น.199) และเมื่อ ต้นจากรวมกันเป็นกลุ่มก้อนใหญ่ในป่าชายเลน จึงเรียกว่าป่าจาก ที่เป็นแหล่งอาศัย เป็นแหล่ง อาหาร และแหล่งเพาะพันธุ์ของสัตว์น้ำ และ กลายเป็นแหล่งอาหารของผู้อยู่อาศัยใกล้ฝั่ง ทะเลอีกต่อหนึ่ง (กฤษฎา สุทธิสุน, 2554, น.50) นอกจากนี้ จากการวิจัยของจรรยาบรรณ จรรยาธรรม และ ประทับใจ ลิกขา (2555, น.94-104) พบว่าเส้นใยต้นจากรสามารถนำไป เป็นส่วนผสมในผลิตภัณฑ์งานการทำหัตถกรรม เพื่อพัฒนาให้เป็นผลิตภัณฑ์ที่มีความคงทนใน การใช้งานและนำเสนอส่งเสริมในการพัฒนาอาชีพได้ ต่อไป

ชุมชนเกาะหยงสตาร์ อยู่ในตำบลท่าข้าม อำเภอบะเหลียน จังหวัดตรัง มีลักษณะเป็นเกาะ มีป่าชายเลนล้อมรอบ ผลิตภัณฑ์จากต้นจากรนับ เป็นภูมิปัญญาของชาวชุมชนเกาะหยงสตาร์ใน การนำพืชใกล้ตัวมาใช้ประโยชน์เพื่อดำเนินชีวิต ทั้งอุปโภค และบริโภคในหลายรูปแบบ ทั้งนี้ การลดจำนวนลงของต้นจากรมาจากผลกระทบของ การลดจำนวนลงของป่าชายเลน การเปลี่ยนแปลง ทางสังคมที่มาจากทุนนิยมที่ต้องแข่งขันกันทาง เศรษฐกิจ ดังที่อุดม เขยกิจวงศ์ (2555, น.145-147) ได้กล่าวว่าการลดลงของป่าชายเลนมาจากสภาพ มลพิษของโลกและพฤติกรรมมนุษย์เนื่องจากการขยายตัวของประชากรทำให้เกิดการแย่งชิง พื้นที่ทำกิน ส่งผลให้ต้นไม้ในป่าชายเลนถูกทำลาย และลดลงเป็นจำนวนมาก ซึ่งรวมถึงต้นจากรและ

ส่งผลกระทบต่อภูมิปัญญาที่ได้จากต้นจากรก็ ลดลงไปด้วย ซึ่งเป็นไปในทิศทางแนวคิดการ อนุรักษ์ภูมิปัญญาได้จากต้นจากร ของนพรัตน์ บำรุงรักษ์ (2544, น.2) ที่ว่าการเปลี่ยนแปลง ทางสังคมและการแข่งขันทางเศรษฐกิจทำให้มี การนำสิ่งอื่นเข้ามาทดแทนการใช้ผลิตภัณฑ์จาก ต้นจากร ซึ่งทำให้คนรุ่นหลังไม่ให้ความสำคัญ และเห็นคุณค่า ภูมิปัญญาเหล่านี้จึงกำลังค่อยๆ หายไป จึงควรมีการรวบรวมภูมิปัญญาและ การศึกษาเพิ่มเติมเพื่อสร้างองค์ความรู้แก่คน รุ่นหลังได้ศึกษา ซึ่งกลุ่มประชากรที่ควรได้รับ การปลูกฝังให้เป็นผู้สืบสอดภูมิปัญญาในท้องถิ่น คือรุ่นลูกหลานของชุมชนทุกเพศทุกวัยตั้งแต่เด็ก และวัยรุ่น

วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลง อย่างมากทั้งทางร่างกาย ทางสรีระวิทยา และ ปัญญา เป็นผลมาจากฮอร์โมนบางอย่างถูกสร้าง ขึ้นในระยะเริ่มแรก (เพ็ญพิไล ฤทธาคุณานนท์, 2550, น.181) ซึ่งสนับสนุนได้จากทฤษฎี พัฒนาการเซวี่ปัญญาของ Piaget ที่ว่าเด็กวัยนี้ สามารถเรียนรู้สิ่งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ได้แล้ว จึงพบว่าวัยนี้เป็นวัยที่จะสามารถ ถ่ายทอดความรู้ให้ได้ และจากการที่วัยรุ่นเป็น วัยที่อยากรู้ อยากเห็น อยากลอง การถ่ายทอด ความรู้ผ่านวัยนี้จึงควรจะต้องมีกิจกรรมที่สนอง ตอบตามลักษณะของวัยด้วย (มาลี จุฑา, 2544, น.17; วิภาพร มาพบสุข, ม.ป.ป., น.140; เพิ่มศักดิ์ วรรณยางกูร, 2547, น.19) กิจกรรม นันทนาการเป็นกิจกรรมที่ตอบสนองต่อวัยรุ่น ตอนต้นเป็นอย่างดี เพราะ กิจกรรมนันทนาการ ไม่เพียงแต่เพียงเป็นการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อ



สนุกสนานเท่านั้นแต่กิจกรรมนันทนาการยังมี ส่วนสำคัญต่อการเพิ่มประสบการณ์ชีวิตของ มนุษย์ส่งเสริมผู้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมี พัฒนาการในการเจริญเติบโต และค้นพบความ สามารถในตนเอง ซึ่งเป็นรูปแบบของกิจกรรม จะต้องกระทำอย่างรู้สึกอิสระและเป็นกิจกรรมที่ เข้าร่วมด้วยความสมัครใจ (สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2553, น.51; McLean et al., 2008, pp.4-5) ดังนั้น กิจกรรมนันทนาการสามารถทำให้วัยรุ่น เกิดการเรียนรู้จากการปฏิบัติ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ ทำให้วัยรุ่นเกิดการเรียนรู้และตระหนักถึงคุณค่า ของต้นจากผ่านกิจกรรมนันทนาการนั่นเอง

จากที่กล่าวมาข้างต้นแสดงให้เห็นความ จำเป็นของการให้ความรู้ เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้น จากแก่วัยรุ่นตอนต้น เพื่อทำให้วัยรุ่นตอนต้น เกิดการเรียนรู้และสร้างเสริมประสบการณ์ในเรื่อง ผลิตภัณฑ์จากต้นจาก ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมี

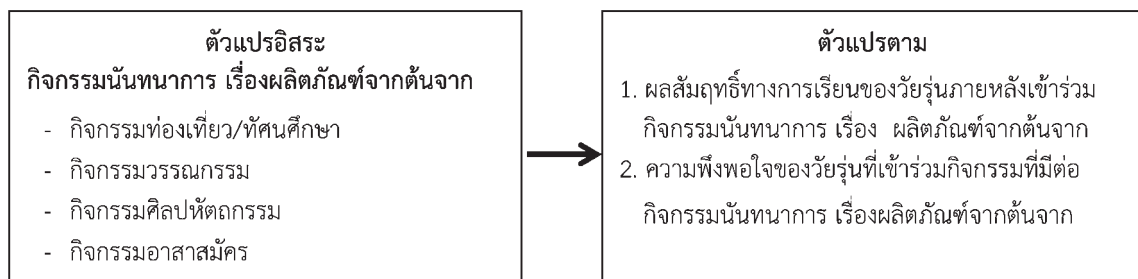
ความสนใจศึกษาผลของการจัดกิจกรรม นันทนาการในการถ่ายทอดความรู้ เรื่อง ผลิตภัณฑ์จากต้นจาก และเมื่อวัยรุ่นเกิดการ เรียนรู้ของผลิตภัณฑ์จากต้นจากจะทำให้วัยรุ่น เกิดความภาคภูมิใจและตระหนักถึงคุณค่าของ ภูมิปัญญาท้องถิ่นของตนเองต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลิตภัณฑ์จากต้นจากที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนสำหรับวัยรุ่นตอนต้น ชุมชน เกาะหยงสตาร์ ตำบลท่าข้าม อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของวัยรุ่นที่ เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลิตภัณฑ์จากต้นจาก

### กรอบแนวคิดการวิจัย



### ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบ one-group pretest-posttest design เนื่องจาก การวิจัยครั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างจำนวนจำกัด และ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้รับการจัดกระทำ (treat-

ment) ที่เท่าเทียมกัน โดยผู้วิจัยแบ่งหัวข้อ การนำเสนอ คือ แผนการทดลอง ประชากรและ กลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือและการหาคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้



### แผนการทดลอง

O1.....X.....O2

X คือ กิจกรรมนันทนาการ เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก

O<sub>1</sub> คือ การประเมินก่อนการให้กิจกรรมนันทนาการ เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก

O<sub>2</sub> คือ การประเมินหลังการให้กิจกรรมนันทนาการ เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ศึกษาในครั้งนี้ เป็นวัยรุ่นตอนต้นอายุระหว่าง 10-13 ปี ชุมชนเกาะหยงสตาร์ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง จำนวน 80 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ วัยรุ่นตอนต้นอายุ 10-13 ปี ชุมชนเกาะหยงสตาร์ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง จำนวน 40 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการจับสลาก

### เครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการ 4 แผน แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก และแบบสอบถามความพึงพอใจ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการเรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก แบ่งเนื้อหาได้เป็น 4 เรื่อง คือ 1) สภาพพื้นที่ป่าจาก เกาะหยงสตาร์ อำเภอ

ปะเหลียน จังหวัดตรัง 2) แหล่งผลิต ผลิตภัณฑ์จากต้นจากในชุมชน ได้แก่ การเย็บตับจาก การทำขนมจาก การลอกใบจาก การสานปลาตะเพียน 3) การสืบสานการใช้ประโยชน์จากต้นจาก และ 4) การปลูกต้นจาก นำแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบโดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ภาษา ความสอดคล้องของจุดประสงค์กับกิจกรรมการเรียนรู้ ตลอดจนข้อบกพร่องต่าง ๆ โดยต้องได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง 1.00 ทั้งหมด ดำเนินการปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญแล้วนำไปทดลองใช้ (pilot study) กับวัยรุ่นตอนต้นที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน ทำกิจกรรมในสถานที่จริง เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของกิจกรรมและนำข้อบกพร่องไปปรับปรุงแก้ไข เพื่อนำไปปฏิบัติต่อไป

2. แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ดำเนินการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก วัตถุประสงค์ทางการศึกษาด้านพุทธิพิสัย 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านความรู้-ความจำ ด้านความเข้าใจ ด้านการนำไปใช้ และด้านการวิเคราะห์ (Bloom et al., 1955 อ้างถึงใน ผดุงชัย ภูพัฒน์, 2555, น.7-8) ซึ่งแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นแบบปรนัยโดยมีตัวเลือกเพื่อวัดผล 3 ตัวเลือก นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบโดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ที่ต้องการวัด รวมถึงความเหมาะสมการใช้ภาษาของแบบทดสอบ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องที่ระดับ 0.66-1.00 นำ



แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง ผลิทัศน์จากต้นจาก ที่ได้แก้ไขปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้ (try out) กับวัยรุ่นตอนต้นที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ cronbach อยู่ระหว่าง 0.80-1.00

3. แบบสอบถามความพึงพอใจ การสร้างแบบสอบถามความพึงพอใจที่มีต่อกิจกรรมนันทนาการเรื่อง ผลิทัศน์จากต้นจาก ซึ่งเป็นแบบสอบถามแบบมาตราประมาณค่า (rating scale) 5 ตัวเลือกโดย ดัดแปลงจากแบบประเมินความพึงพอใจของ สุขเมษย์ หนกหลัง (2552, น.140-141) ต่อมาให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบโดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ที่ต้องการประเมิน รวมถึงความเหมาะสมของภาษาในแบบสอบถาม โดยภาพรวมได้ค่าดัชนีความสอดคล้องที่ระดับ 1.00 ทุกข้อคำถาม นำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง ผลิทัศน์จากต้นจาก ที่ได้ปรับปรุงจากข้อแนะนำแล้ว ไปทดลองใช้ (try out) กับวัยรุ่นตอนต้นที่ไม่ใช่กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ cronbach อยู่ระหว่าง 0.80-1.00

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการจัดกิจกรรมนันทนาการเรื่อง ผลของกิจกรรมนันทนาการ เรื่องผลิทัศน์จากต้นจาก ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ชุมชนเกาะหยงสตาร์ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง ได้ดำเนินการทดลองโดยการจัดให้เด็กวัยรุ่นตอนต้น เข้าค่ายพักแรม

ในชุมชนเกาะหยงสตาร์ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง เป็นเวลา 3 วัน 2 คืนได้ดำเนินการทดลองดังนี้

1. ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มทดลองทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นการประเมินประเมินก่อนการทดลอง (pretest) ก่อนดำเนินกิจกรรมนันทนาการ 2 สัปดาห์
2. ขั้นตอนการดำเนินการจัดกิจกรรม จัดกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการ กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 34 คน
3. เสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
4. เสร็จสิ้นการทดลอง 7 วัน นำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนชุดเดิม (post-test) อีกครั้ง เพื่อวัดผลความคงทนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
5. นำผลการทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและผลการทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียน มาทดสอบความแตกต่างทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

- 4.1 วิเคราะห์เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ใช้การทดสอบค่าที (t-test)
- 4.2 วิเคราะห์ความพึงพอใจกิจกรรมนันทนาการ ใช้ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน



## ผลการวิจัย

1. ผลการใช้กิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลลัพธ์จากต้นจากที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสำหรับวัยรุ่นตอนต้นชุมชนเกาะหยงสตาร์ ตำบลท่าข้าม อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

ภายหลังการทดลองใช้กิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลลัพธ์จากต้นจาก พบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตาราง 1

ตาราง 1 แสดงผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	n	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ )	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.)	t	sig
การทดสอบก่อนเรียน	34	4.47	1.56	-7.652	.000*
การทดสอบหลังเรียน	34	7.56	1.82		

\*  $P < .05$

2. ความพึงพอใจของวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลลัพธ์จากต้นจาก

ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมนันทนาการ เรื่องผลลัพธ์จากต้นจากของวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรม พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับพึงพอใจมากที่สุด ( $\bar{X}=4.5$ , S.D.=0.89)

และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านสถานที่และอุปกรณ์มีความพึงพอใจมากที่สุด ( $\bar{X}=4.57$ , S.D.=0.44) รองลงมาด้านการจัดกิจกรรม ( $\bar{X}=4.53$ , S.D.=0.55) และน้อยที่สุดด้านส่วนบุคคล ( $\bar{X}=4.46$ , S.D.=0.57) รายละเอียดดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 ความพึงพอใจของวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลลัพธ์จากต้นจาก

ความพึงพอใจ	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ )	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.)	ระดับความพึงพอใจ
ด้านส่วนบุคคล	4.46	0.57	มากที่สุด
ด้านการจัดกิจกรรม	4.53	0.55	มากที่สุด
ด้านสถานที่และอุปกรณ์	4.57	0.44	มากที่สุด



## อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสามารถอภิปรายจากผลการวิจัยได้ดังนี้

### 1. การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการต่อการเรียนรู้ของวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรม

การดำเนินการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการ ผู้วิจัยได้เลือกกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับบริบทของชุมชนและวัยของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ตามแนวคิดของ ดารณีย์ ศรีสุขสวัสดิ์กุล (2546, น.57) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมนันทนาการชุมชน นันทนาการชนบท และนันทนาการเยาวชน ควรจัดกิจกรรมให้สนุกสนาน ส่งเสริมความรู้ ทักษะ และปลูกฝังทัศนคติที่ดีให้แก่เยาวชน โดยเน้นการอนุรักษ์ในด้านวัฒนธรรมของชุมชนและใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ภายใต้บริบทของชุมชนนั้น ทั้งนี้ก่อนการใช้แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการได้นำไปทดลองจริงใช้กับกลุ่มที่คล้ายกัน ผู้วิจัยได้นำกิจกรรมที่ผ่านการหาค่า IOC จากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ไปทดลองใช้จริง พบว่าบางกิจกรรมมีเวลาไม่พอ เนื่องจากกิจกรรมมีความหลากหลาย ผู้วิจัยจึงปรับปรุงให้กระชับและเหมาะสมกับเวลา โดยคัดสรรกิจกรรมนันทนาการในการวิจัยครั้งนี้ 4 ประเภท ได้แก่ กิจกรรมท่องเที่ยว/ทัศนศึกษา กิจกรรมวรรณกรรม กิจกรรมศิลปหัตถกรรม และกิจกรรมอาสาสมัคร ซึ่ง สมบัติ กาญจนกิจ (2542, น.41-43) และ ดารณีย์ ศรีสุขสวัสดิ์กุล (2546, น.13-15) ได้กล่าวไปในทิศทางเดียวกันว่า กิจกรรมนันทนาการสามารถพัฒนาอารมณ์สุขเสริมสร้างประสบการณ์ใหม่ เพิ่มพูนประสบการณ์

ส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน โดยเฉพาะช่วยสืบทอดศิลปวัฒนธรรมของชาติ ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ภูมิินทร์ มีชั้นหมาก และคณะ (2553, น.110-112) พบว่า ภายหลังจากใช้กิจกรรมนันทนาการที่เน้นการเล่นของเด็กไทย ส่งผลให้นักเรียนมีระดับคุณค่าทางวัฒนธรรมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

### 2. ผลการเรียนรู้ของวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมนันทนาการ เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก

ภายหลังจากทดลองใช้แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการพบว่า วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนสูงขึ้นกว่าก่อนเรียน เนื่องด้วยกิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลิตภัณฑ์จากต้นจาก เป็นการนำเนื้อหาการเรียนรู้ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านกิจกรรมนันทนาการ ทำให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ค้นคว้าเพิ่มประสบการณ์จากการศึกษาออกสถานศึกษา ทั้งนี้สถานที่จัดกิจกรรมใกล้ชิดกับธรรมชาติ และสภาพแวดล้อมของต้นจากในป่าชายเลนตามสภาพจริง ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดการศึกษานอกระบบที่ว่า ทุกคนมีการศึกษาตลอดชีวิตดังนั้นการเรียนรู้ไม่จำเป็นต้องอยู่ในโรงเรียน นอกโรงเรียนก็สามารถเกิดการเรียนรู้ได้ (ทองอยู่ แก้วไทรฮะ, 2554, น.30) สำหรับแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติเป็นกลุ่ม เป็นการส่งเสริมการช่วยเหลือกัน การลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง ทำให้ผู้เรียนมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้ โดยกิจกรรมนันทนาการที่ผู้วิจัยสร้างครั้งนี้ นอกจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะได้เรียนรู้ด้านเนื้อหาแล้ว เมื่อเสร็จสิ้น





การเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรม จะเกิดผลงานในเชิงประจักษ์ของผู้เรียน ซึ่งทำให้ผู้เรียนภาคภูมิใจในผลงาน และสร้างความมั่นใจแก่ผู้เรียน ซึ่งการเรียนรู้จะมีผลงานในเชิงประจักษ์ได้นั้นแสดงถึงผู้เรียนจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจ รู้จักการนำไปใช้และรู้จักการวิเคราะห์ในสิ่งที่ได้เรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวของ Bloom et al. (1955 อ้างถึงใน ผดุงชัย ภูพัฒน์, 2555: น.7-8) ที่กล่าวถึงพฤติกรรมที่แสดงออกถึงสมรรถภาพด้านสมองหรือสติปัญญาของบุคคลต่างๆ ทางด้านพุทธิพิสัย จะต้องประกอบด้วย ความรู้ ความจำ ความเข้าใจ การนำไปใช้ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์และการประเมินค่า

นอกจากนี้จากการสังเกตของผู้วิจัย พบว่าผู้เรียนมีความสุข ผ่อนคลาย เพลิดเพลินในการทำกิจกรรม สนใจ กระตือรือร้น ได้ซักถามวิทยากรในการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน ซึ่งเป็นไปตามคำกล่าวที่ ชูชีพ เยาวพัฒน์ (2543, น.20-21) ให้ทัศนะว่า นันทนาการเป็นกระบวนการทางการศึกษาที่ช่วยส่งเสริมให้บุคคลมีความเจริญงอกงาม ทางกาย อารมณ์ และสติปัญญา จนนำพาชีวิตให้รู้สึกสดชื่นกลับมามีชีวิตชีวามากขึ้น เพราะบุคคลที่ทำกิจกรรมนันทนาการจะเป็นผู้มีสุขภาพทางกายและสุขภาพจิตที่ดี แจ่มใส ร่าเริง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ รติกร สุขเจริญ (2547) ได้ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการปฏิบัติกิจกรรมค่ายการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ เรื่อง ระบบนิเวศน์ชายหาดของนักเรียนโรงเรียนสุวรรณศร จังหวัดภูเก็ต พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนหลังการปฏิบัติกิจกรรมค่ายการท่องเที่ยว

เชิงอนุรักษ์ สูงกว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนก่อนการปฏิบัติกิจกรรมค่ายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อีกทั้งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่อง ผลผลิตภัณฑจากต้นจากของวัยรุ่นตอนต้นในเกาะหยงสตาร์ อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรังสูงขึ้น ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น ความว่า วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่ชอบลอง ชอบความตื่นเต้นท้าทาย ชอบทดสอบของแปลกใหม่ ชอบการเรียนรู้ใหม่ ชอบหาประสบการณ์ มักอยู่อิสระและต้องการอยู่กับกลุ่มเพื่อน (วิภาพร มาพบสุข, ม.ป.ป., น.139) และซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยที่ว่ากิจกรรมนันทนาการทำให้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ทำให้เกิดประสบการณ์ใหม่ๆ (Polson, 2013, p.45)

### 3. ความพึงพอใจของวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อกิจกรรมนันทนาการ เรื่อง ผลผลิตภัณฑจากต้นจาก

จากการศึกษาความพึงพอใจของวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการพบว่า อยู่ในระดับดีมากทุกประเด็น เนื่องจาก กิจกรรมนันทนาการที่ให้ความรู้เรื่องผลผลิตภัณฑจากต้นจาก เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนมีโอกาสได้อยู่ร่วมกันในค่ายพักแรม ผู้เรียนมีกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย มีความเพลิดเพลินในการเรียนรู้ สนุกสนาน และสามารถนำความรู้ไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรรณนที โชติพงศ์ (2552) ซึ่งได้ศึกษา การใช้กิจกรรมเข้าจังหวะเพื่อพัฒนาความรู้ด้านศัพท์และความคงทนในการเรียนรู้ภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถม



ศึกษาปีที่ 4 ผลการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจของนักเรียนที่เรียนโดยใช้กิจกรรมเข้าจังหวะ มีความพึงพอใจในการเรียนภาษาอังกฤษสูงกว่าก่อนการทดลอง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ รติกร สุขเจริญ (2547) ซึ่งได้ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการปฏิบัติกิจกรรมค่ายการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ เรื่อง ระบบนิเวศน์ชายหาดของนักเรียนโรงเรียนสุวรรณคีรี จังหวัดภูเก็ต ผลการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจในการปฏิบัติกิจกรรมค่ายการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ เรื่องระบบนิเวศน์ชายหาด ของนักเรียนโรงเรียนสุวรรณคีรี จังหวัดภูเก็ต อยู่ในระดับดีมาก ดังนั้นจากผลความพึงพอใจจะเห็นได้ว่ากิจกรรมนันทนาการเป็นสื่อการเรียนรู้เหมาะสมกับวัยรุ่นตอนต้นเป็นอย่างยิ่ง

### ข้อเสนอแนะ

จากการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้มีข้อเสนอแนะจากการวิจัย 2 ประเด็น ดังนี้

#### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ควรนำกิจกรรมการเรียนรู้ในรูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ไปใช้ในการให้ความรู้กับเยาวชนในเรื่องอื่นๆ เพื่อที่จะสามารถถ่ายทอดความรู้เหล่านั้นให้กับคนรุ่นหลังอย่างมีประสิทธิภาพ

1.2 ควรนำกิจกรรมนันทนาการไปใช้ในการจัดกิจกรรมสำหรับบุคคลในวัยอื่นๆ โดยอาจจะต้องปรับเปลี่ยนกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัยและเนื้อหา เพื่อสร้างกิจกรรมนันทนาการให้สอดคล้องกับวัยของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

### 2. ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อการเรียนรู้

2.1 เวลาในการทำกิจกรรม บางกิจกรรมเนื้อหาต้องเพิ่มเวลาให้มากขึ้นกว่านี้สำหรับการเรียนรู้ของวัยรุ่นตอนต้น เช่น กิจกรรมลอบไอบจากและควรงไวซึ่งการเรียนรู้ เรื่องผลิตภัณฑ์จากต้นจาก เพราะการลอบไอบจากเป็นกิจกรรมของชุมชนที่นำมาซึ่งอาชีพของคนในชุมชนด้วย ซึ่งถ้ามีการฝึกกันอย่างจริงจัง วัยรุ่นสามารถนำกิจกรรมนี้เป็นอาชีพให้กับตนเองได้

2.2 การประเมินความรู้ นอกจากใช้แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแล้ว ควรใช้การประเมินโดยใช้กิจกรรม mind mapping ซึ่งจะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ตระหนักและเห็นคุณค่าของต้นจากที่มีต่อตนเองและชุมชนมากยิ่งขึ้น

### เอกสารอ้างอิง

- กฤษฎา สุทธินุ่น. (2554). การจัดการป่าจากลุ่มน้ำปากพนัง. *วารสารทรัพยากรทางทะเลและชายฝั่ง*, 1(1): 50-63.
- จรรยาวรรณ จรรยาธรรมและ ประทับใจ ลิกขา. (2555). การพัฒนาเส้นใยของต้นจากเพื่อใช้ในการออกแบบผลิตภัณฑ์. *วารสารวิชาการศิลปะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร*, 3(1): 94-104.
- ชูชีพ เยาวพัฒน์. (2543). *นันทนาการ*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.



ณัฐวรรตน์ ปภาวสิทธิ์, วรินทร์ ชวศิริ และวิโรจน์ อีธธนาธร. (2555). *พรรณไม้สมุนไพรในป่าชายเลนทุ่งตะเชะจังหวัดตรัง*. กรุงเทพฯ: บริษัท อีฟ โรเซ (ประเทศไทย) จำกัด.

ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล. (2546). *นันทนาการกับการใช้เวลาว่าง*. กรุงเทพฯ: การศาสนา.ทองอยู่ แก้วไทรสะ. (2554). ระบบการศึกษา. ใน *สุมาลี สังข์ศรี (บรรณาธิการ). ปรัชญาและหลักการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย หน่วยที่ 1 (1-62)*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

นพรัตน์ บำรุงรักษ์. (2544). *ต้นจาก..... พืชเศรษฐกิจของป่าชายเลน*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.

ผดุงชัย ภูพัฒน์. (2555). *การเสริมสร้างความรู้ด้านกระบวนการจัดการเรียนการสอน*. ค้นเมื่อ 15 ตุลาคม 2558, สืบค้นจาก <http://teched.rmutp.ac.th/km/wp-content/uploads/2012/07/การเสริมสร้างความรู้ด้านกระบวนการจัดการเรียนการสอน.pdf>

พรรณนที โชติพงศ์. (2552). *การใช้กิจกรรมประกอบจังหวะเพื่อพัฒนาความรู้ด้านคำศัพท์และความคงทนในการเรียนรู้คำศัพท์ภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4*. ปรินญาณิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสอนภาษาอังกฤษในฐานะภาษาต่างประเทศ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ.

เพ็ญพิไล ฤทธาณานนท์. (2550). *พัฒนาการมนุษย์*. กรุงเทพฯ: ธรรมดาเพรส จำกัด.

เพิ่มศักดิ์ วรรณยางกูร. (2547). *นันทนาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต*. กรุงเทพฯ: วังอักษร.

ภูมินทร์ มีชั้นหมาก, เทเวศร์ พิริยะพูนท์ และสมควร โพธิ์ทอง. (2553). ผลการจัดกิจกรรมนันทนาการที่เน้นการเล่นของเด็กไทยที่มีคุณค่าทางวัฒนธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา*. 2(1). 104-113.

มาลี จุทา. (2544). *การประยุกต์จิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้*. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพย์วิสุทธิ.

รติกร สุขเจริญ. (2547). *ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความพึงพอใจในการปฏิบัติกิจกรรมค่ายการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์เรื่องระบบนิเวศน์ชายหาดของนักเรียนโรงเรียนสุวรรณศิริ จังหวัดภูเก็ต*. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการมัธยมศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ.

วิภาพร มาพบสุข. (ม.ป.ป). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

สมบัติ กาญจนกิจ. (2542). *นันทนาการชุมชนและโรงเรียน*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ลธิธิโชค จันทรย์่อง. (2552). *พันธุ์ไม้ป่าชายเลนและป่าชายหาด ชายฝั่งอ่าวสีเกาจังหวัดตรัง*. สงขลา: นีโอพอยท์.



- สุเมษย์ หนกหลัง. (2552). *ผลของโปรแกรม  
นันทนาการการละครที่มีต่อการจัดการ  
ความเครียดของเยาวชน: กรณีศึกษา 3  
จังหวัดชายแดนภาคใต้*. วิทยานิพนธ์  
มหาบัณฑิต สาขาวิชานันทนาการ  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. กรุงเทพฯ.
- สุวิมล ตั้งสัจพจน์. (2553). *นันทนาการและ  
การใช้เวลาว่าง*. กรุงเทพฯ: เอ็ดดิสันเพรส  
โปรดักส์ จำกัด.
- อุดม เขยกีวงศ์ (2555). *ป่าชายเลน*. กรุงเทพฯ:  
แสงดาว.
- McLean, D.D., Hurd, A.R. & Rogers,  
N.B. (2008). *Kraus' recreation and  
leisure in modern society* (8th ed.).  
Massachusetts: Jones and Bartlett  
Publishers.
- Polson, K. (2013). *Leisure Participation  
Patterns of High School Students  
in Southern Border Provinces of  
Thailand*. Final Programme 4th  
International Conference on Sport  
and Exercise Science: Well-Being  
Beyond Sport on Exercise. 26-29  
March 2013. Bangkok, Thailand.