

ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ที่มีต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันตั้งครรภ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง

Effects of the Pregnant Prevention Skills Program on Health Literacy and Pregnant Prevention Behaviors among Students in the University

ชนินท์นรา ใจดี¹, คเชษฐ ปุรัชกาญจน์^{2*}
Chanintnara Jaidee¹, Kachet Puratsakhan^{2*}

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ที่มีต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันตั้งครรภ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตยะลา กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน เลือกแบบเจาะจง โดยเป็นนักศึกษาหญิงที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมได้จนสิ้นสุดการทดลอง แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 30 คน ทำการศึกษาระหว่างวันที่ 12 มิถุนายน พ.ศ. 2566 ถึง 17 กรกฎาคม พ.ศ. 2566 เครื่องมือวิจัยได้แก่ โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ ประกอบด้วยกิจกรรมคือ 1) พัฒนาทักษะการเข้าถึงข้อมูลด้านการป้องกันการตั้งครรภ์ 2) ฝึกทักษะความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร 3) ฝึกทักษะการสื่อสาร 4) พัฒนาเงื่อนไขทางสุขภาพของตนเอง 5) พัฒนาทักษะการรู้เท่าทันสื่อและ 6) การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง และแบบประเมินความรู้ด้านสุขภาพเพื่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ ส่งผลให้นักศึกษาสามารถพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์และสร้างความรู้ด้านสุขภาพได้จริงโดยกลุ่มทดลองมีความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรในระดับที่สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

คำสำคัญ: ความรอบรู้ทางสุขภาพ, การป้องกันการตั้งครรภ์, โปรแกรมสุขศึกษา

Citation:

Jaidee C, Puratsakhan K. Effects of the pregnant prevention skills program on health literacy and pregnant prevention behaviors among students in the university. Health Sci J Thai 2025; 7(1): 21-29 (in Thai); <https://doi.org/10.55164/hsjt.v7i1.268225>

¹ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตยะลา ยะลา 95000

² คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตยะลา ยะลา 95000

¹ Faculty of Sports and Health Science, Thailand National Sports University, Yala Campus, Yala, 95000, Thailand

² Faculty of Education, Thailand National Sports University, Yala Campus, Yala, 95000, Thailand

Abstract

The objective of this quasi-experimental research was to examine the effects of pregnancy prevention skills development program towards health literacy and pregnant prevention behaviors among students of Thailand National Sports University (TNSU), Yala campus. The representative sample consisted of 60 students opted by purposive sampling. Those samples were female students who voluntarily enrolled to participate throughout the program. They were divided into groups of 30 namely experimental and control groups. The study emerged from June 12 - July 17, 2023. The instrument employed in the research was the pregnancy prevention skills development program incorporated the following activities: 1) skills development regarding the accession to prevent pregnancy, 2) the comprehension on how to prevent premature pregnancy, 3) improvement of communicative abilities, 4) health condition development of oneself, 5) media literacy advancement, and 6) how to make the right decision for the students to develop pregnancy prevention skills and health literacy. Data were analyzed using descriptive statistics and T-test. The result revealed that the pregnancy prevention skills development program in experimental group portrayed a higher level of health literacy and behavioral knowledge to prevent pregnancy compared to the controlled group with the statistically significant at 0.01.

Keyword: Health literacy, Pregnancy prevention, Health education program

บทนำ

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เป็นปัญหาสำคัญของประเทศไทยและทั่วโลก หนึ่งในตัวชี้วัดของเป้าหมายการพัฒนาแห่งสหัสวรรษ (MDGs) และเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDGs) ที่องค์การสหประชาชาติได้กำหนด คือการลดอัตราการคลอดในวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี ที่นานาชาติต้องการให้บรรลุได้ภายในปี พ.ศ. 2573⁽¹⁾ โดยข้อมูลสถานการณ์ อัตราการคลอดมีชีพในวัยรุ่นไทยอายุ 15-19 ปี พ.ศ. 2565 เท่ากับ 21.0 ต่อพันคน จากการติดตามสถานการณ์ตลอด 10 ปี ที่ผ่านมาแม้ว่าอัตราการคลอดในกลุ่มอายุนี้อาจลดลงต่ำกว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้แต่ประเทศไทยยังคงให้ความสำคัญกับการป้องกันและแก้ไขปัญหการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น⁽²⁾ อย่างต่อเนื่อง และจากข้อมูลสำรวจผลกระทบการตั้งครรภ์ในมารดาวัยรุ่นที่มารับบริการคลินิกวัยรุ่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา ปีงบประมาณ 2561-2563 พบว่า อัตราการคลอดมีชีพในหญิงอายุ 15-19 ปี คิดเป็น ร้อยละ 28.58, 23.87, 25.38 ต่อประชากรหญิง 15-19 ปี พันคน⁽³⁾ ปัญหการตั้งครรภ์ระหว่างเรียนส่งผลกระทบต่อร่างกายที่เปลี่ยนแปลงระหว่างการตั้งครรภ์ และส่งผลต่ออารมณ์จิตใจจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน รวมถึงความคับข้องใจเนื่องจากยังไม่พร้อมมีบุตร การตั้งครรภ์ระหว่างเรียนทำให้โอกาสทางการศึกษาลดลง นอกจากนี้การตั้งครรภ์ระหว่างเรียนส่งผลกระทบต่อครอบครัว ทั้งในเรื่องความรู้สึกเสียใจ ผิดหวัง และส่งผลต่อสภาพคล่องทางการเงินของครอบครัวด้วย⁽⁴⁾

ปัจจัยที่ทำให้วัยรุ่นตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรมีหลายปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยด้านความรู้ การขาดความรู้เกี่ยวกับการป้องกัน

การตั้งครรภ์ เป็นสาเหตุให้วัยรุ่นมีความเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ ปัจจัยด้านเจตคติ การสร้างเจตคติที่ถูกต้องในเรื่องค่านิยมทางเพศสามารถป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ ปัจจัยด้านสื่อในปัจจุบันที่สามารถเข้าถึงได้อย่างง่ายดาย รวดเร็วจึงง่ายต่อการถูกชักจูง และปัจจัยทางด้านสังคม โดยเฉพาะสังคมเพื่อนนับเป็นสิ่งสำคัญมากถ้าวัยรุ่นอยู่ในสังคมที่ดีจะส่งผลให้มีการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์⁽⁵⁾ ปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรสามารถป้องกันได้ด้วยการส่งเสริมให้วัยรุ่นมีความรอบรู้ด้านสุขภาพนำไปสู่การมีพฤติกรรมในการป้องกันการตั้งครรภ์ ซึ่งความรู้ด้านสุขภาพ เป็นความสามารถและทักษะในการเข้าถึงข้อมูลความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันและลดความเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร อันจะนำไปสู่การวิเคราะห์ประเมินการปฏิบัติและการจัดการตนเอง รวมทั้งสามารถชี้แนะเรื่องสุขภาพส่วนบุคคลและสังคมเพื่อป้องกัน ควบคุมความเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร⁽⁶⁾ จากการศึกษาของ ดอน นัทปัม พบว่า ความรอบรู้ทางสุขภาพสามารถมีผลกระทบโดยตรงต่อการตัดสินใจและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของบุคคล⁽⁷⁾ และ เจนนิเฟอร์ เอ แมนกาเนลโล ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นที่มีความรอบรู้ทางสุขภาพสูงมักจะมีแนวโน้มในการปฏิบัติตัวตามแนวทางการป้องกันสุขภาพ⁽⁸⁾ จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจพัฒนาแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพมาเป็นโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตยะลา เป็นสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษา มีวัตถุประสงค์ให้การศึกษา

ส่งเสริมวิชาการและวิชาชีพ และด้านอื่นๆ โดยมุ่งเน้นการสร้างองค์ความรู้ด้านการกีฬา พลศึกษา การสร้างเสริมสุขภาพ วิทยาศาสตร์การกีฬา การบริหารจัดการกีฬา การประกอบธุรกิจและอุตสาหกรรมการกีฬา และสาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง⁽⁹⁾ มีนักศึกษาที่เป็นวัยรุ่นตอนปลายและกำลังจะก้าวเข้าสู่ผู้ใหญ่ อย่างไรก็ตามการใช้ชีวิตของนักศึกษาโดยที่ไม่มีผู้ปกครอง การใช้ชีวิตอย่างมีอิสระในหอพัก การศึกษาดูใจจากคนรัก และการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างเพศ อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์และตั้งครรภ์ได้ ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญของปัญหานี้ จึงได้ออกแบบโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์โดยนำแนวคิดความรู้ด้านสุขภาพมาประยุกต์ใช้ ทั้งนี้หากผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์สามารถเพิ่มเติมความรู้ด้านสุขภาพและสามารถสร้างพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรได้ จะเป็นการสร้างองค์ความรู้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของวัยรุ่น และเป็นแนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์ เพื่อช่วยให้วัยรุ่นสามารถก้าวเข้าสู่ผู้ใหญ่ได้อย่างสมบูรณ์ เป็นบุคคลที่มีคุณค่าให้กับสังคมต่อไป

วิธีการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังทดลอง (Quasi-experiment two-group pretest posttest design) โดยดำเนินการทดลองระหว่างเดือนมิถุนายน 2566 - มีนาคม 2567

ประชากร คือ นักศึกษาหญิงที่กำลังศึกษามหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตยะลา ชั้นปีที่ 2- ชั้นปีที่ 4 ในปีการศึกษา 2566 จำนวน 163 คน

กลุ่มตัวอย่าง การคำนวณกลุ่มตัวอย่าง โดยการคำนวณขนาด Effect size จากผลการศึกษาที่ผ่านมา เท่ากับ 0.959 กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ระดับความเชื่อมั่นที่ร้อยละ 95 ให้อำนาจการทดสอบ (Power analysis) 0.08 เนื่องจากค่าขนาดอิทธิพล (Effect size) มีค่ามากกว่า 0.80 เป็นค่าอิทธิพลขนาดใหญ่ จากการเปิดตารางได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง 25 คน⁽¹⁰⁾ สำหรับการศึกษาครั้งนี้เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยจึงได้เพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มละ 30 คน ผู้วิจัยทำการจับฉลากแบ่งกลุ่ม เป็น 2 กลุ่ม แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะการตั้งครรภ์ จำนวน 30 คน กลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะการตั้งครรภ์ จำนวน 30 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยเพื่อรับสมัครกลุ่มตัวอย่างจนครบตามจำนวน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างดังนี้ เกณฑ์คัดเข้าเป็นนักศึกษาหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2566 ที่สมัครใจ ยินดีเข้าร่วมโปรแกรม และสามารถเข้าร่วมการศึกษานานสุดการทดลอง เกณฑ์คัดออก

นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมไม่ครบตามกำหนด ลาออกจากการเป็นนักศึกษา และเกิดการเจ็บป่วยระหว่างการทดลอง

เครื่องมือในการวิจัย ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

1) เครื่องมือในการทดลอง เป็นโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยประยุกต์แนวคิดความรู้ทางสุขภาพ⁽⁷⁾ มาจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยการบรรยาย การฝึกปฏิบัติ การจำลองสถานการณ์ อภิปรายแลกเปลี่ยน ใช้เวลาทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 กิจกรรม มีดังนี้ 1) พัฒนากลยุทธ์การเข้าถึงข้อมูลด้านการป้องกันการตั้งครรภ์ 2) ฝึกทักษะความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร 3) ฝึกทักษะการสื่อสาร 4) พัฒนาเงื่อนไขทางสุขภาพของตนเอง 5) พัฒนาทักษะการรู้เท่าทันสื่อ และ 6) การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง

2) เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบวัดความรู้ด้านสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ของกองสุขภาพ และมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ⁽⁶⁾ แบ่งเป็น 8 ตอน คือ

2.1) ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา จำนวน 9 ข้อ ได้แก่ ผลการเรียน ความพอใจกับผลการเรียน อายุ ศาสนา การพักอาศัย สถานภาพสมรสของพ่อแม่ การศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพหลักของผู้ปกครอง ความสัมพันธ์ในครอบครัว

2.2) ความรู้ ความเข้าใจทางสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 8 ข้อ เป็นแบบปรนัย มี 4 ตัวเลือก เกณฑ์ให้คะแนนคือ ตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน แปลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับคือ ระดับไม่ถูกต้อง คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 หมายถึง รู้และเข้าใจในยังไม่ถูกต้อง ระดับถูกต้องบ้าง คะแนนร้อยละ 60-80 หมายถึง รู้และเข้าใจถูกต้องบ้าง ระดับถูกต้องที่สุด คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป หมายถึง รู้และเข้าใจถูกต้องเพียงพอ

2.3) การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ตัวเลือก ข้อคำถามเชิงบวกจะให้คะแนนตามระดับของลิเคิร์ต⁽¹¹⁾ มีเกณฑ์ตั้งแต่ 5 (ทุกครั้ง) ถึง 1 (ไม่ได้ปฏิบัติ) ข้อคำถามเชิงลบจะถูกกลับค่าคะแนน แปลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับ ระดับไม่ถูกต้องคือ คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 หมายถึง ยังมีปัญหาในการแสวงหาข้อมูล ระดับถูกต้องบ้างคือ คะแนนร้อยละ 60-80 หมายถึง แสวงหาข้อมูลได้บ้างแต่ยังไม่นำมาใช้ตัดสินใจ ระดับถูกต้องที่สุดคือ คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป หมายถึง แสวงหาข้อมูลได้นำเชื่อถือ และเป็นแบบอย่างที่ดีได้

2.4) การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญในการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 6 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ตัวเลือก ข้อคำถามเชิงบวกจะให้คะแนนตาม

ระดับของลิเคิร์ท⁽¹¹⁾ มีเกณฑ์ตั้งแต่ 5 (ทุกครั้ง) ถึง 1 (ไม่ได้ปฏิบัติ) ข้อคำถามเชิงลบจะถูกกลับค่าคะแนน แปลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับ ระดับไม่ดีพอคือ คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 หมายถึง ยังมีปัญหาในด้านทักษะการสื่อสาร ระดับพอใช้ได้คือ คะแนนร้อยละ 60-80 หมายถึง สามารถสื่อสารได้บ้างแต่ยังไม่ดีพอ ระดับดีมากคือ คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป หมายถึง มีความเชี่ยวชาญในการสื่อสารและเป็นแบบอย่างที่ดีได้

2.5) การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพของตนเองเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 6 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า มี 5 ตัวเลือก ให้คะแนนตามระดับของลิเคิร์ท⁽¹¹⁾ มีเกณฑ์ตั้งแต่ 5 (ทุกครั้ง) ถึง 1 (ไม่ได้ปฏิบัติ) การแปลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับ ระดับไม่ดีพอ คือ คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 หมายถึง มีการจัดการเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อสุขภาพยังไม่ค่อยได้ ระดับพอใช้ได้ คือ คะแนนร้อยละ 60-80 หมายถึง มีการจัดการเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อสุขภาพได้เป็นส่วนใหญ่ ระดับดีมากคือ คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป มีการจัดการเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อสุขภาพได้เป็นอย่างดี

2.6) การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า มี 5 ตัวเลือก ให้คะแนนตามระดับของลิเคิร์ท⁽¹¹⁾ มีเกณฑ์ตั้งแต่ 5 (ทุกครั้ง) ถึง 1 (ไม่ได้ปฏิบัติ) การแปลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับ ระดับไม่ดีพอคือ คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 หมายถึง ยอมรับและเชื่อถือข้อมูลโดยไม่ตรวจสอบก่อน ระดับพอใช้ได้คือ คะแนนร้อยละ 60-80 หมายถึง ยอมรับและเชื่อถือข้อมูลที่ตรวจสอบในบางเรื่อง ระดับดีมากคือ คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป หมายถึง ยอมรับและเชื่อถือข้อมูลเฉพาะที่โดยตรวจสอบแล้วว่าถูกต้องจริง

2.7) การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้องเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร เป็นคำถามแบบปรนัย มี 4 ตัวเลือก มีข้อคำถามจำนวน 9 ข้อๆ ละ 4 คะแนนเต็ม 36 คะแนน แปลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับคือ ระดับไม่ดีพอคือ คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 หมายถึง ไม่สนใจต่อการปฏิบัติ ระดับพอใช้ได้คือ คะแนนร้อยละ 60-80 หมายถึง มีการตัดสินใจที่ถูกต้องที่เกิดผลดีเฉพาะต่อตนเองเท่านั้น ระดับดีมากคือ คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป หมายถึง มีการตัดสินใจที่ถูกต้องต่อตนเองและผู้อื่นอย่างเคร่งครัด

2.8) พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 15 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ตัวเลือก ข้อคำถามเชิงบวกจะให้คะแนนตามระดับของลิเคิร์ท⁽¹¹⁾ มีเกณฑ์ตั้งแต่ 5 (ทุกครั้ง) ถึง 1 (ไม่ได้ปฏิบัติ) ข้อคำถามเชิงลบจะถูกกลับค่าคะแนน การแปลค่าคะแนนเป็น 3 ระดับ ระดับไม่ดีพอคือ คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 หมายถึง ปฏิบัติตนไม่ถูกต้อง ระดับพอใช้ได้คือ คะแนนร้อยละ 60-80 หมายถึง ปฏิบัติตนถูกต้องแต่ไม่สม่ำเสมอ ระดับดีมากคือ คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป หมายถึง ปฏิบัติตนถูกต้องสม่ำเสมอ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

โปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ ได้รับการตรวจสอบความเหมาะสมและความสอดคล้องเชิงโครงสร้างโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน แล้วนำผลการพิจารณามาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence; IOC) อยู่ระหว่าง 0.67-1.00 ส่วนแบบวัดความรู้ด้านสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ได้รับการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยกองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข⁽⁶⁾ ดังนี้ แบบวัดความรู้ ความเข้าใจทางสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ค่าความเชื่อมั่น (KR-20) จำแนกตามความยากง่ายเท่ากับ 0.76 แบบวัดการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร แบบวัดการสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญในการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร แบบวัดการจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพของตนเองเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร แบบวัดการรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร แบบวัดการตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้องเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรและแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร หาค่าความเที่ยงด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) เท่ากับ 0.89 0.87 0.90 0.89 0.87 และ 0.88 ตามลำดับ

โปรแกรมการทดลอง

กลุ่มทดลอง จะได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ ตั้งแต่เดือน กรกฎาคม ถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2567 เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1-2 ชั่วโมง ประกอบด้วย กิจกรรมที่ 1 พัฒนาทักษะการเข้าถึงข้อมูล เป็นการฟังบรรยาย การฝึกปฏิบัติ การพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับการเข้าถึงข้อมูล และแหล่งข้อมูลที่สำคัญ ที่เกี่ยวข้อง กับวัยรุ่นและการป้องกันการตั้งครรภ์ กิจกรรมที่ 2 ฝึกทักษะความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับป้องกันการตั้งครรภ์ เป็นการฟังบรรยาย พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น ค่านิยมที่ถูกต้องทางเพศ การคุมกำเนิดและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ กิจกรรมที่ 3 ฝึกทักษะการสื่อสาร เป็นการฝึกทักษะการฟัง การพูด การอ่าน การเขียน ให้นักศึกษาสามารถสื่อสารต่อรองในการป้องกันตนเองจากการตั้งครรภ์ กิจกรรมที่ 4 พัฒนาเงื่อนไขทางสุขภาพของตนเอง เป็นการฟังบรรยาย จำลองสถานการณ์ที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ และแนะนำการจัดการกับอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น อันนำไปสู่การตั้งครรภ์ กิจกรรมที่ 5 พัฒนาทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ฟังบรรยาย การฝึกปฏิบัติ ในการตรวจสอบความถูกต้อง ความน่าเชื่อถือของข้อมูลสุขภาพ และวิธีการเลือกรับสื่อเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรได้อย่างถูกต้อง และกิจกรรมที่ 6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง เป็นการฝึกปฏิบัติ ทักษะการปฏิเสธ และวิธีปฏิบัติตนที่ถูกต้อง ส่วนกลุ่มควบคุม เรียนปกติตามหลักสูตรไม่ต้องเข้าร่วมโปรแกรม

วิธีดำเนินการเก็บข้อมูล

ผู้วิจัยนำนักศึกษาทำแบบวัดความรู้ด้านสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนการคลอด หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลเรียบร้อยแล้ว กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ ระยะเวลาทั้งหมด 6 สัปดาห์ หลังจากนั้นผู้วิจัยนำนักศึกษาเก็บข้อมูลอีกครั้งหลังการทดลอง

สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เรื่องสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ก่อนและหลังการทดลองของแต่ละกลุ่ม โดยใช้สถิติ Paired t-test เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Independent t-test กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยได้รับการรับรองจริยธรรมจาก คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา ได้พิจารณาอนุมัติให้ ดำเนินการวิจัยได้เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม 2566 เลขที่โครงการวิจัย SCPHYLIB 2566/90

ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์มีต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันตั้งครรภ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตยะลา แบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีผลการเรียนอยู่ในระดับ 3.01 – 3.50 คิดเป็นร้อยละ 56.60 มีความพึงพอใจในผลการเรียนอยู่ในระดับ พอใจมาก คิดเป็นร้อยละ 80.00 มีอายุ

21 ปี คิดเป็นร้อยละ 80.10 นับถือศาสนาอิสลาม คิดเป็นร้อยละ 90 พักอาศัยกับบิดามารดา ร้อยละ 73.30 บิดามารดาแต่งงานและอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 70.00 มีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 53.40 มีอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 33.30 มีความสัมพันธ์ในครอบครัว ระดับรักใคร่กันดี ร้อยละ 40.10 และกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีผลการเรียนอยู่ในระดับ 3.01 – 3.50 คิดเป็นร้อยละ 33.33 มีความพึงพอใจในผลการเรียนอยู่ในระดับ พอใจมาก คิดเป็นร้อยละ 43.30 มีอายุ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 50.00 นับถือศาสนาอิสลาม คิดเป็นร้อยละ 90 พักอาศัยกับบิดามารดา ร้อยละ 66.70 บิดามารดาโสด ร้อยละ 46.70 มีการศึกษาอยู่ในระดับอนุปริญญา/ปวส. ปริญญาตรี ร้อยละ 46.70 มีอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 53.30 มีความสัมพันธ์ในครอบครัว ระดับดีบ้างไม่ดีบ้าง ร้อยละ 46.70

ผลการเปรียบเทียบความรู้เรื่องสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยที่ใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ที่มีต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้โปรแกรม โดยภาพรวมนักศึกษามีความรู้ด้านสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยหลังใช้โปรแกรม นักศึกษามีความรู้สูงขึ้นอยู่ในระดับเป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพที่มากเพียงพอและมีการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรถูกต้องและยั่งยืน จนแนะนำและเป็นแบบอย่างให้ผู้อื่นได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 131.97 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.66 ส่วนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการใช้โปรแกรม พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยหลังใช้โปรแกรมนักศึกษามีความรู้เป็นผู้มีระดับความรู้ด้านสุขภาพที่เพียงพอและอาจมีการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรถูกต้องบ้าง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 100.37 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 16.25 ดังแสดงในตารางที่ (Table) 1

Table 1 Comparison of health literacy before and after the experiment within the experimental group and within the control group.

Variables/group	Before		After		Mean difference	95%CI	t	p-value
	M	S.D.	M	S.D.				
Cognitive skill for unwanted pregnancy prevention								
Experimental group	5.07	1.44	6.73	1.11	1.66	1.00, 2.33	5.02	<0.001**
control group	4.50	1.98	5.20	1.42	0.70	-0.22, 1.62	1.57	0.121
Access skill for unwanted pregnancy prevention								
Experimental group	14.70	3.15	21.83	1.66	7.13	5.77, 8.50	10.96	<0.001**
control group	14.63	2.97	15.03	3.88	0.40	-1.61, 2.41	0.45	0.656

Table 1 Comparison of health literacy before and after the experiment within the experimental group and within the control group. (continue)

Variables/group	Before		After		Mean difference	95%CI	t	p-value
	M	S.D.	M	S.D.				
Communication skill for unwanted pregnancy prevention								
Experimental group	16.90	2.12	26.57	1.70	9.67	8.66, 10.68	19.48	<0.001**
control group	17.03	1.38	17.50	2.64	0.47	-0.76, 1.70	0.86	0.394
Health condition of oneself for unwanted pregnancy prevention								
Experimental group	14.30	5.25	22.30	1.70	8.00	5.90, 10.10	7.93	<0.001**
control group	16.10	5.49	16.17	4.59	0.07	-2.76, 2.62	0.051	0.959
Media literacy skill for unwanted pregnancy prevention								
Experimental group	12.90	5.65	22.10	1.63	9.20	7.04, 11.36	8.56	<0.001**
control group	14.27	4.05	15.00	5.04	0.73	-1.69, 3.15	0.62	0.537
Decision skill for unwanted pregnancy prevention								
Experimental group	27.77	5.66	32.43	1.63	4.66	2.45, 6.88	4.33	<0.001**
control group	25.13	6.14	31.53	3.34	6.40	3.68, 9.11	5.01	<0.001**
Total								
Experimental group	91.63	15.58	131.97	5.66	40.34	34.23, 46.43	13.32	<0.001**
control group	91.73	12.29	100.37	16.25	8.64	0.37, 16.89	2.32	0.024*

Note: M = Mean, S.D. = Standard deviation, * p-value ≤ .05, ** p-value ≤ .01

ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ ส่วนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการใช้โปรแกรม พบว่านักศึกษา ก่อนวัยอันควรของนักศึกษามหาวิทยาลัยที่ใช้โปรแกรมพัฒนา มีพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรต่างกันอย่าง ทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ที่มีต่อความรู้ด้านสุขภาพและ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยหลังการใช้โปรแกรม พฤติกรรมการป้องกันตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม นักศึกษามีพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรอยู่ พบว่า กลุ่มทดลองก่อนและหลังใช้โปรแกรม มีความแตกต่างกัน ในระดับ พอใช้ได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 57.93 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยหลังใช้โปรแกรม เท่ากับ 8.52 นั่นคือ มีการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ นักเรียนมีพฤติกรรมสูงขึ้นอยู่ในระดับ ดีมาก นั่นคือ มีการปฏิบัติตน ก่อนวัย อันควรได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่แต่ไม่สม่ำเสมอ ดังแสดง เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัย อันควรได้อย่างถูกต้องสม่ำเสมอ ในตารางที่ (Table) 2 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 63.80 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.07

Table 2 Comparison of mean score of pregnant prevention behaviors between the experimental group and control group

Variables/group	Before		After		Mean difference	95%CI	t	p-value
	M	S.D.	M	S.D.				
Pregnant prevention behaviors								
Experimental group	56.93	9.20	63.80	5.07	6.87	3.33, 10.40	3.58	0.001**
control group	51.77	11.25	57.93	8.52	6.16	0.95, 11.38	2.39	0.020*

Note: M = Mean, S.D. = Standard deviation, * p-value ≤ 0.05, ** p-value ≤ 0.01

ผลการเปรียบเทียบผลการใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ที่มีต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรม การป้องกันตั้งครรภ์ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกัน

การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยกลุ่มทดลองมีความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรในระดับที่สูงกว่ากลุ่มควบคุม ดังตารางที่ (Table) 3

Table 3 Comparison effects of a pregnant prevention skills program on health literacy and pregnant prevention behaviors between the experimental and control groups

Variables	Experimental gr.		Control gr.		Mean Difference	95%CI	t	p-value
	M	S.D.	M	S.D.				
Health literacy	131.96	5.66	91.73	12.28	40.23	35.30, 45.18	10.05	<0.001**
Pregnant prevention behaviors	63.80	5.07	51.77	11.24	12.03	7.52, 16.54	3.24	0.002**

Note: M = Mean, S.D. = Standard deviation, * p-value $\leq$ 0.05, ** p-value $\leq$ 0.01, n per group was 30

อภิปรายผล

จากการศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ที่มีต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรม การป้องกันตั้งครรภ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตยะลา พบว่า โปรแกรมที่จัดทำขึ้นทำให้กลุ่มทดลองมีความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยกลุ่มทดลองมีความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรในระดับที่สูงกว่ากลุ่มควบคุม มีการนำมาอภิปรายผลจากการวิจัยตามสมมุติฐานดังนี้

การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาได้การเรียนรู้การเข้าถึงข้อมูลจากแหล่งที่มาที่หลากหลาย และนำเชื่อถือเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง ซึ่งตามทฤษฎีความรู้ทางสุขภาพ การที่บุคคลมีทักษะในค้นหาเพื่อเข้าถึงแหล่งข้อมูล จะทำให้สามารถกลั่นกรองและตรวจสอบการเข้าถึงข้อมูล⁽¹²⁾ ซึ่งการเข้าถึงความรู้เรื่องเพศสัมพันธ์จากสื่อต่างๆ มีทั้งความรู้ที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง จึงควรมีวิธีการสอนที่ทำให้วัยรุ่นเข้าถึงข้อมูลเรื่องเพศที่ทำให้วัยรุ่นมีความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศที่ถูกต้อง⁽¹³⁾ จากการศึกษาของชลดา กิงมาลา เอื้อจิต สุขพล และ วัชรวิงค์ หวังมัน พบว่า การเข้าถึงสื่อสนับสนุนการป้องกันการตั้งครรภ์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ กล่าวได้ว่าการที่วัยรุ่นเข้าถึงสื่อ เช่น ทีวี หนังสือพิมพ์ วารสาร อินเทอร์เน็ต ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ จะช่วยสนับสนุนให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ได้เพิ่มขึ้น⁽¹⁴⁾

ความรู้ ความเข้าใจทางสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ย มากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาได้รับความรู้จากการฟังการบรรยายเกี่ยวกับป้องกันการ

ตั้งครรภ์ ทำให้นักศึกษามีความรู้และความเข้าใจ เกี่ยวกับเนื้อหาป้องกันการตั้งครรภ์ และสามารถวิเคราะห์ เปรียบเทียบเนื้อหา และมีแนวปฏิบัติตน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของดอน นัทบีม⁽⁷⁾ ที่ได้จำแนกความรู้ด้านสุขภาพออกเป็น 3 ระดับ ซึ่งความรู้ในที่นี้จัดอยู่ใน ระดับที่ 1 คือ ความรู้ด้านสุขภาพขั้นพื้นฐาน ซึ่งหมายความว่า กลุ่มตัวอย่างเหล่านี้ควรมีทักษะความเข้าใจต่อการนำเอาความรู้เรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไปปฏิบัติในชีวิตจริง สอดคล้องกับ การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง ความรอบรู้ด้านสุขภาพ และพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สถานศึกษาอาชีวศึกษา จังหวัดเชียงราย ที่พบว่า ความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05⁽¹⁶⁾

การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญในการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาได้ ฝึกทักษะการสื่อสาร การฟัง อย่างมีวิจารณญาณ ฝึกความกล้าซักถามในเรื่องเพศกับผู้ปกครอง หรือบุคคลที่มีความน่าเชื่อถือ ทำให้มีปฏิบัติตนในการป้องกันการตั้งครรภ์ได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นในชุมชน อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ ที่พบว่า การสื่อสารภายในครอบครัว และกลุ่มเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ กล่าวได้ว่าการสื่อสารภายในครอบครัว และกลุ่มเพื่อนเกี่ยวกับเรื่องเพศ และการป้องกันการตั้งครรภ์จะช่วยสนับสนุนให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ที่เหมาะสมเพิ่มมากขึ้น⁽¹⁴⁾ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ เสาวลักษณ์ ศรีตาเกษ และ เทพไทย โชติชัย พบว่า การสื่อสารเรื่องเพศกับบิดามารดา และ/หรือผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์กับความรู้ด้านสุขภาพ ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น⁽¹⁷⁾ ซึ่งหากวัยรุ่นมีความไว้วางใจในการสื่อสารเรื่องเพศกับผู้ปกครอง จะส่งผลต่อพฤติกรรม ในการป้องกันการตั้งครรภ์ได้

การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพของตนเองเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักศึกษาได้พัฒนาความรู้ ความเข้าใจในการจัดการตนเอง วางแผนกำหนดเป้าหมายในชีวิตของตนเอง วิธีการบรรลุเป้าหมาย และความสามารถในการจัดการตนเอง และจัดการกับอุปสรรคต่างๆ ซึ่งทักษะดังกล่าวจะทำให้ นักศึกษาสามารถจัดการเงื่อนไขของตนเองเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรได้ ซึ่งตามกรอบแนวคิดของ Manganello⁽⁸⁾ อธิบายว่า ความรู้ ความเข้าใจทางสุขภาพ การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญ การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพของตนเอง การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ และการตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การปฏิบัติการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ในวัยรุ่นหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับการศึกษาของ อุทัยวรรณ รัชมีทอง พบว่า การส่งเสริมการจัดการตนเองของบุคคล และครอบครัว ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ซ้ำ และคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งการส่งเสริมทักษะในการส่งเสริมทักษะการจัดการตนเองทำให้มารดาวัยรุ่นรับรู้ได้ถึงความเอาใจใส่ เกิดความมั่นใจในความสามารถของตนเองมากขึ้น และนำไปสู่การปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ซ้ำได้อย่างถูกต้อง⁽¹⁸⁾

การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักศึกษาได้ฝึกทักษะการตรวจสอบความถูกต้อง ความน่าเชื่อถือของข้อมูลสุขภาพ และวิธีการเลือกรับสื่อเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เป็นการสร้างทักษะให้แสวงหาเนื้อหา หรือข้อมูลจากช่องทางต่างๆ จนสามารถแยกแยะข้อมูลที่เป็นจริง และสามารถใช้อ้างอิงข้อมูลที่เป็นจริงสอดคล้องกับวิถีชีวิตของตนเองไปประกอบการตัดสินใจวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมร่วมกับผู้ให้บริการจนสำเร็จผลดังตั้งใจ⁽¹⁹⁾

การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้องเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักศึกษาได้นำข้อมูลการป้องกันตนเองในการตั้งครรภ์ไปสู่การปฏิบัติ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ดอน นัทปีมระดับที่ 3 คือ ความรู้ด้านสุขภาพขั้นวิจารณ์ญาณ คือ มีทักษะทางสังคมและปัญญาที่สูงขึ้นสามารถประยุกต์ใช้ข้อมูลข่าวสารในการวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบและควบคุมการดำเนินชีวิตในชีวิตประจำวันซึ่งในขั้นนี้เน้นการกระทำของแต่ละบุคคล⁽¹⁵⁾ และสอดคล้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพกับพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ของนักศึกษาหญิงระดับอุดมศึกษา

จังหวัดนครราชสีมา พบว่า ความรู้ด้านสุขภาพด้านการตัดสินใจมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05⁽²⁰⁾

พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้ นักศึกษาได้พัฒนาทักษะความรู้ทางสุขภาพทั้ง 6 ด้าน ทำให้นักศึกษามีทักษะการเข้าถึงข้อมูลรับรู้เข้าใจ การอ่าน และการใช้ข้อมูลด้านสุขภาพ ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ทักษะการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการจัดการตนเอง ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งความรู้ทางสุขภาพมีความสัมพันธ์ต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพนำไปสู่ผลลัพธ์ทางสุขภาพ จะเห็นได้ว่าบุคคลที่มีความรู้ทางสุขภาพต่ำจะมีผลต่อองค์ประกอบของความรอบรู้ทางสุขภาพทุกองค์ประกอบ และมีแนวโน้มที่จะเจ็บป่วยจนต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลมากกว่าบุคคลที่มีความรอบรู้ทางสุขภาพสูง เนื่องจากขาดความสามารถในการดูแลตนเอง⁽²¹⁾ สอดคล้องกับการศึกษาครั้งนี้ที่พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการพัฒนาทักษะความรู้ด้านสุขภาพจากการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ มีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการพัฒนาทักษะความรู้ทางสุขภาพ

ข้อเสนอแนะ

- 1) ผู้ปกครอง ครู และบุคคลมีหน้าที่ดูแลนักศึกษา ควรมีทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาเพราะจะทำให้ นักศึกษาสามารถรู้สึกลดภัยในการหาข้อมูลทั้งความรู้และคำปรึกษาในการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์
- 2) สถาบันการศึกษา ควรมีการนำโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการตั้งครรภ์ที่มีต่อความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ ไปประยุกต์ใช้ในทุกระดับชั้นให้เหมาะสมตามบริบทของผู้เรียน

เอกสารอ้างอิง

1. Bureau of Reproductive Health. Annual Report 2022 [Internet]. 2022 [cited 17 Jan 2024]. Available from: <https://rh.anamai.moph.go.th/th/department-yearly-report/download/?did=212085&id=100907&reload=> (In Thai)
2. Bureau of Reproductive Health. Annual Report 2023 [Internet]. 2024 [cited 17 Jan 2024]. Available from: <https://rh.anamai.moph.go.th/th/department-yearly-report/download/?did=212085&id=100907&reload=> (In Thai)

3. Department of Health. Impact of adolescent pregnancy among clinic attendees. Adolescent Clinic, Health Promotion Hospital Center 12, Yala [Internet]. [cited 7 Jun 2024]. Available from: <https://hpc12.anamai.moph.go.th/th/academic-works/download?id=77127>
4. Yudthachawit A. Life experience to pregnancy in graduate students. *Thai Dent Nurs J*. 2019; 30(2): 25-40. (In Thai)
5. Srisupak R, Srisawangwong P, Jantasin B. Factors Related to Unwanted Pregnancy Prevention of Teenage in Maha Sarakham Municipality. *Thai Journal of Public Health and Health Sciences*. 2021; 4(2): 100-8. (In Thai)
6. Health Education Division, Department of Health Service Support, Ministry of Public Health and Srinakharinwirot University. Health Literacy Scale for Unwanted Pregnancy Prevention of Thai Female Adolescents [Internet]. 2014 [cited 11 Jun 2023]. Available from: <https://hed.go.th/linkHed/362> (In Thai)
7. Nutbeam D. Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promot Int*. 2000; 15(3): 259-67.
8. Manganello JA. Health literacy and adolescents: a framework and agenda for future research. *Health Educ Res*. 2008;23(5):840-7.
9. Thailand National Sport University. The Thailand National Sport University Act B.E. 2562 [Internet]. 2019 [cited 10 May 2023]. Available from: <http://www.tnsu.ac.th/web/web3/o6.pdf> (In Thai)
10. Polit DF, Hungler BP. *Nursing research: Principle and methods*. Philadelphia: Lippincott; 1987.
11. Likert R. A technique for the measurement of attitudes. *Arch Psychol*. 1932; 140: 1-55.
12. Kwanmuang K. *Health literacy*. Bangkok: Ideol Digital Print; 2021. (In Thai)
13. Songsomboon T. Learning resources on sexuality, sex comprehensive and proper sexuality learning of psychology students. *Manutsat Paritat: Journal of Humanities*. 2021; 43(2): 116-35. (In Thai)
14. Kingmala C, Sookpool A, Wongmun W. Factors related to pregnancy prevention behaviors among Adolescents in community, Maung District Surin Province. *Journal Boromarajonani college of nursing, Surin*. 2017; 7(1): 31-9. (In Thai)
15. Nutbeam D. Defining and measuring health literacy: what can we learn from literacy studies. *Int J Public Health*. 2009; 54(5): 303-5.
16. Pingwong K, Kaewkanta P, Chaimin U, Pingmuang M. Relationship between Self-esteem, Health Literacy and Adolescents' Pregnancy Preventive Behaviors of Vocational Institutes in Chiang Rai Province. *Journal of Nursing and Health Sciences*. 2023; 17(1): 155-167. (In Thai)
17. Seedaket S, Chotchai T. Health literacy of school-age pregnancy prevention and sexual intercourse among high school students in Khon Kaen Province. *J Health Nurs Res*. 2021; 37(1): 99-111. (In Thai)
18. Rusameetong U. Effectiveness of Individual and Family Self-management Promoting Programs on Repeated Pregnancy Preventing Behaviors and Quality of Life among Adolescent mothers. *Journal of Nursing and Health Care*. 2022; 40(1): 44-53. (In Thai)
19. Department of Health, Ministry of Public Health. Principles of Health Literacy Organizations [Internet]. Bangkok: Office of the 4.0 Driving Project for Health Literacy of the Population; [cited 20 Apr 2024]. Available from: <https://mwi.anamai.moph.go.th/web-upload/migrated/files/mwi/20180924133139.pdf>. (In Thai)
20. Phatisena T, Wisetsat J, Nguadchai T, Thaipukdee A. Relationship Between Health Literacy and Pregnancy Prevention Behaviors of Female University Students in Nakhon Ratchasima Province. *Ratchaphruek Journal*. 2022; 20(1): 71-81. (In Thai)
21. Tachavijitjaru C. Health Literacy: A key Indicator towards Good Health Behavior and Health Outcomes. *J The Royal Thai Army Nurses*. 2018; 19(19): 1-11. (In Thai)