

ผลของโปรแกรมป้องกันการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม

ประทุมพร เชาว์ฉลาด* วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)

ศรัณญา เบญจกุล** ปร.ด. (สังคมศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข)

มณฑา เก่งการพานิช*** ปร.ด. (สังคมศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข)

ธราดล เก่งการพานิช*** พบ.ม. (พัฒนาสังคม)

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมป้องกันการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของโรงเรียน 2 แห่งในเขตเทศบาล อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม เลือกโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มทดลอง จำนวน 36 ราย และกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 35 ราย ระยะเวลาการทดลอง 4 สัปดาห์ โดยจัดกิจกรรมทางสุขศึกษา 4 สัปดาห์ต่อเนื่องกันสัปดาห์ละ 1 วันและติดตามผลหลังสิ้นสุดโปรแกรม 4 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม 3 ช่วงเวลา ได้แก่ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 5 และระยะติดตามผลในสัปดาห์ที่ 8 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและทดสอบความแตกต่างด้วยสถิติไคสแควร์ สถิติพิชเชอร์ สถิติที และสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีการวัดซ้ำ ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองและติดตามผลกลุ่มทดลองมีความรู้ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นโปรแกรมนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันและชะลอการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้นได้

คำสำคัญ: การป้องกันการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง แอลกอฮอล์วัยรุ่น

*นักศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาสุขศึกษาและส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

**Corresponding author, อาจารย์ ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล,

E-mail: dr.benjakul@gmail.com

***รองศาสตราจารย์ ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

Effects of an Alcohol Use Prevention Program Applying Self-Efficacy Theory among 7th Grade Students in Nakhon Pathom Province

Pratumporn Chowchalard* M.Sc. (Public Health)

Sarunya Benjakul** Ph.D. (Medical and Health Social Sciences)

Mondha Kengganpanich*** Ph.D. (Medical and Health Social Sciences)

Tharadol Kengganpanich*** M.A. (Social Development)

Abstract:

This quasi-experimental research aimed to examine the effects of an alcohol use prevention program applying the Self-efficacy Theory among 7th grade students from two schools in Nakhon Pathom Province. A sample of students was divided by simple random sampling into two groups: 36 students in the experimental group and 35 students in the control group. The study was conducted over a period of four weeks. Health education activities were continuously administered once a week for four weeks, with a follow-up session after one month. Data were collected using self-administered questionnaires in three phases: pre- and post- intervention on the 5th week and follow-up on the 8th week. Statistical analyses were performed using descriptive statistics and inferential statistics, chi-square test, Fisher's exact test, independent t-test, and repeated measures ANOVA. The results revealed that after the experiment and the follow-up period, the experimental group had a significant increase in knowledge, self-efficacy, outcome expectation, and behavior to alcohol use prevention than before the experiment and control groups. Thus, the alcohol prevention program applying the Self-efficacy Theory could be implemented to prevent or delay the school-based onset of alcohol drinking among adolescents.

Keywords: Alcohol prevention, Self-efficacy, Alcohol, Adolescents

*Master's student, Master of Sciences (Public Health) Program in Health Education and Health Promotion, Faculty of Public Health, Mahidol University

**Corresponding author, Lecturer, Department of Health Education and Behavioral Sciences, Faculty of Public Health, Mahidol University, E-mail: dr.benjakul@gmail.com

***Associate Professor, Department of Health Education and Behavioral Sciences, Faculty of Public Health, Mahidol University

ผลของโปรแกรมป้องกันการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์นอกจากทำให้เกิดการติดแอลกอฮอล์แล้วยังส่งผลให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ กว่า 200 ชนิด¹ รวมถึงผลกระทบต่อบุคคลรอบข้าง² สังคม และเศรษฐกิจ³ ซึ่งผลการสำรวจในปี พ.ศ. 2555 พบว่าทั่วโลกมีผู้เสียชีวิตจากการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์แบบอันตราย (harmful use) 3.3 ล้านคน¹ สำหรับประเทศไทยในปีเดียวกันนี้มีการติ่มอยู่ในอันดับที่ 40 ของโลก และอันดับที่ 3 ของทวีปเอเชีย โดยมีปริมาณเฉลี่ย 52 ลิตรต่อคนต่อปี คิดเป็น 7.1 ลิตรแอลกอฮอล์บริสุทธิ์ต่อคนต่อปี¹ เมื่อพิจารณาความชุกของการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ในรอบ 5 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2554-2558)⁴ พบประชากรวัยรุนที่มีอายุ 15-19 ปี มีการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์สูงกว่าประชากรวัยผู้ใหญ่ถึง 4.5 เท่า เห็นได้จากประชากรวัยรุนเหล่านี้มีอัตราการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นร้อยละ 7.71 ต่อปี โดยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 14 เป็นร้อยละ 19.43 ขณะที่ประชากรวัยผู้ใหญ่พบอัตราความชุกของการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นเช่นกัน คิดเป็นร้อยละ 1.72 ต่อปี⁴ โดยเพิ่มจากร้อยละ 37.31 เป็นร้อยละ 40.42 ดังนั้นในแต่ละปีจึงมีจำนวนเพิ่มขึ้นประมาณ 2.5 แสนคน ซึ่งในจำนวนนี้ส่วนใหญ่ คือ วัยรุน⁵

ทั้งนี้วัยรุนส่วนใหญ่เริ่มติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกที่อายุเฉลี่ย 14 ปี⁶ ซึ่งการเริ่มติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ก่อนอายุ 15 ปี พบว่า มีความเสี่ยงต่อการติดแอลกอฮอล์มากกว่าการเริ่มต้นติ่มแอลกอฮอล์หลังอายุ 15 ปี ถึง 4 เท่า⁷ ด้วยเหตุนี้จากรายงานสถานการณ์การบริโภคเครื่องติ่มแอลกอฮอล์รายจังหวัด พ.ศ. 2554⁸ พบว่าจังหวัดนครปฐมเป็น 1 ใน 14 จังหวัดของภาคกลางตอนล่างที่มีความชุกของการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ในประชากรวัยรุนที่มีอายุ 15-19 ปี ร้อยละ 9.9 และจากการศึกษานำร่องในวัยรุนที่มีอายุ 13-14 ปี

ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐม 1 ห้องเรียน จำนวน 49 คน เพื่อหาสาเหตุของการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ในเด็กวัยรุนเหล่านี้ พบว่าร้อยละ 28 เคยทดลองติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์โดยมีสาเหตุสำคัญคือ อยากลองติ่มเพื่อนชักชวน และเพื่อความสนุกคลายเครียด สำหรับนักเรียนส่วนที่เหลือแม้ไม่เคยทดลองติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์แต่ก็ไม่มั่นใจว่าตนเองจะทดลองติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ในอนาคตหรือไม่ หากต้องเข้าสู่สังคมหรือมีเพื่อนมาชักชวน

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่า มีความพยายามแก้ไขปัญหานักติ่มหน้าใหม่หลากหลายมาตรการ โดยเฉพาะมาตรการทางกฎหมายและการจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อป้องกันการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ เช่น ห้ามจำหน่ายเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ให้กับบุคคลที่อายุต่ำกว่า 20 ปี กำหนดเวลาจำหน่ายเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ ห้ามตั้งสถานประกอบการที่มีการจำหน่ายเครื่องติ่มแอลกอฮอล์บริเวณรอบสถานศึกษาต่ำกว่า 500 เมตร เป็นต้น^{9,10} แต่วัยรุนก็ยังคงมีพฤติกรรมติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์อย่างไรก็ดี ยังมีวิธีป้องกันการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ของวัยรุนอีกวิธีหนึ่งที่ได้รับการยอมรับว่ามีประสิทธิภาพ นั่นคือ การจัดโปรแกรมในระดับโรงเรียน (School-based Programs) เพราะสามารถชะลอหรือยืดเวลาและช่วยลดความถี่ของการติ่มเครื่องติ่มแอลกอฮอล์ได้¹⁰

สำหรับทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์ที่มุ่งส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถกระทำพฤติกรรมเป้าหมายได้ แม้เผชิญปัญหาอุปสรรคใดๆ ก็คือ ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy Theory) เนื่องจากทฤษฎีนี้ ส่งผลต่อความคิดและความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมได้ จนทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมที่ยั่งยืนในอนาคต¹¹ แบนดัวร์¹² กล่าวว่า หากบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงและมีความ

คาดหวังในผลของการกระทำสูง บุคคลจะมีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นอย่างแน่นอน และในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำและมีความคาดหวังในผลลัพธ์ของการกระทำต่ำด้วย บุคคลจะมีแนวโน้มที่จะไม่กระทำพฤติกรรมนั้น และจากการศึกษาของวิกเตอร์และคิมะ¹³ พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์กับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพและการคงอยู่ของพฤติกรรมทั้งในเรื่องของพฤติกรรมการสูบบุหรี่ การควบคุมน้ำหนัก การป้องกันการตั้งครรภ์ การออกกำลังกาย และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมทั้งการศึกษาที่ผ่านมาของกาญจนา แก้วสุวรรณ¹⁴ ประสิทธิ์ ไกรราช¹⁵ และจุฑาดี กมลพรมงคล¹⁶ ที่พบว่าพฤติกรรมสุขภาพเปลี่ยนแปลงไปตามที่คาดหวัง ได้แก่ การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนเมื่อประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง

ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้ จึงควรปลูกฝังให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นและมั่นใจว่าตนเองมีความสามารถแสดงพฤติกรรมป้องกันตนเองไม่ให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองมาจัดเป็นโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความคาดหวังในผลลัพธ์ต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งจะนำไปสู่การแสดงพฤติกรรม ป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งในลักษณะของการมีทักษะการปฏิเสธ และการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาและติดตามผลของโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการ

ป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สมมติฐานการวิจัย

ภายหลังการทดลองและระยะติดตาม นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เข้าร่วมโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

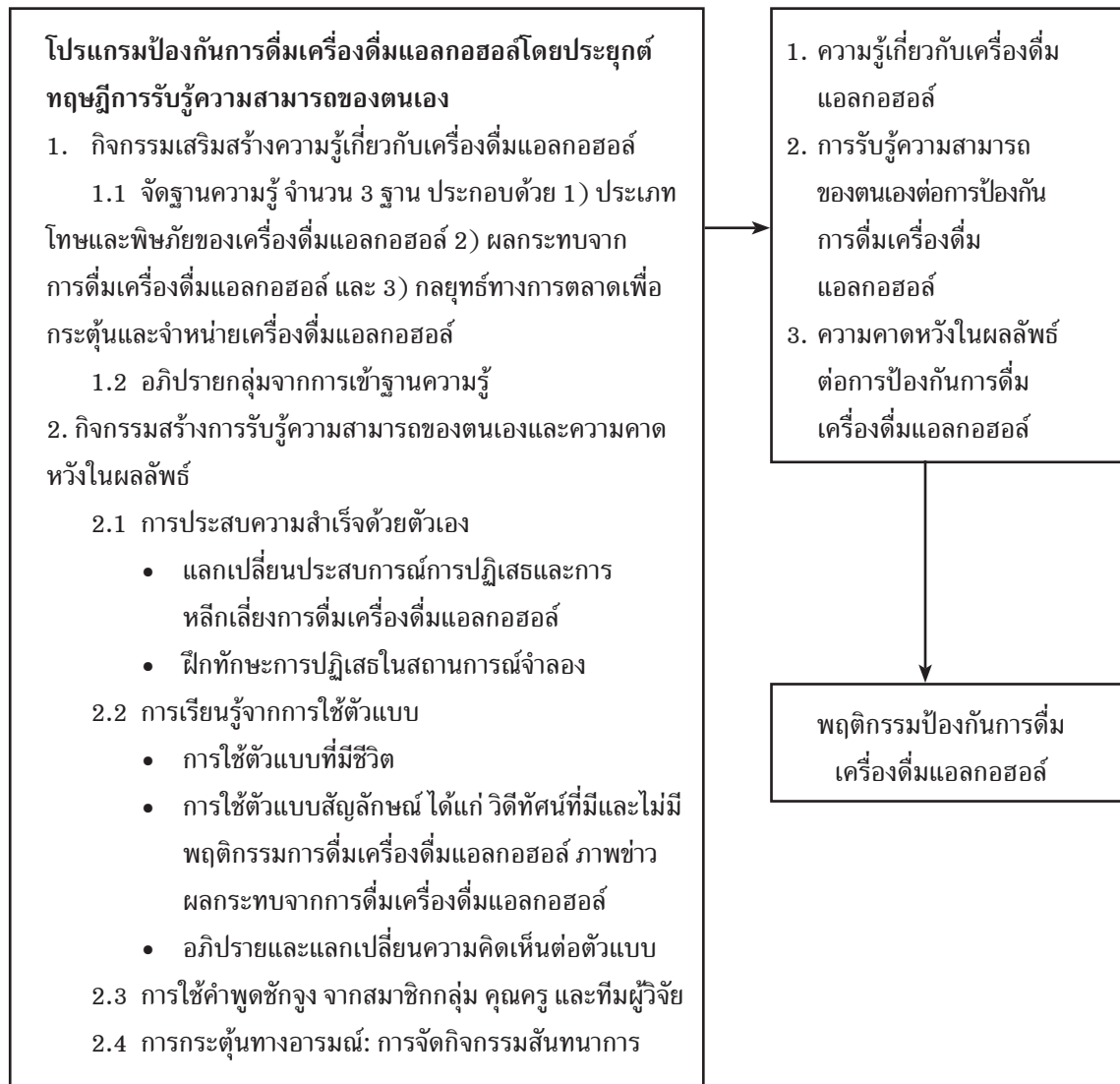
กรอบแนวคิดในการวิจัย

โปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สำหรับการศึกษาครั้งนี้ ประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองของแบนดูรา¹² เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีความเชื่อมั่นว่าจะสามารถป้องกันตนเองไม่ให้ทดลองดื่มหรือดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ในสถานการณ์ต่างๆ และมีความคาดหวังว่าตนเองจะได้รับผลทางบวกจากการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โปรแกรมมีการออกแบบกิจกรรมด้วยหลักการ 4 วิธี คือ 1) การประสบความสำเร็จจากการกระทำด้วยตนเอง 2) การได้รับประสบการณ์จากตัวแบบ 3) การใช้คำพูดชักจูง และ 4) การกระตุ้นทางอารมณ์โดยการสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองและผ่อนคลาย ประกอบด้วย 1) การให้ความรู้เกี่ยวกับแอลกอฮอล์โดยจัดเป็นฐานความรู้ 2) การฝึกทักษะการปฏิเสธและการเรียนรู้จากตัวแบบทั้งจาก

**ผลของโปรแกรมป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้
ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม**

ตัวแบบที่มีชีวิตและตัวแบบสัญลักษณ์ในลักษณะของ
วิถีทัศน์และภาพข่าว 3) การใช้คำพูดชักจูง จากสมาชิก
กลุ่ม คุณครู และทีมผู้วิจัย และ 4) การกระตุ้นทา

งอารมณ์โดยการจัดกิจกรรมสนทนากาการซึ่งสามารถสรุป
ตามกรอบแนวคิดของการวิจัยตั้งแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

วิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน-หลัง การทดลอง (สัปดาห์ที่ 5) และติดตามผล (สัปดาห์ที่ 8)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนสังกัดเขตเทศบาล จังหวัดนครปฐม ตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนสังกัดเขตเทศบาล จังหวัดนครปฐม จำนวน 2 แห่ง การวิจัยครั้งนี้เริ่มต้นคัดเลือกโรงเรียน ห้องเรียน และนักเรียนตัวอย่าง ดังนี้ 1) เลือกโรงเรียนตัวอย่าง โดยกำหนดคุณสมบัติคัดเลือก คือ เป็นโรงเรียนสหศึกษาในเขตเทศบาล อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม มีสภาพแวดล้อมเชิงกายภาพใกล้เคียงกัน และผู้บริหารโรงเรียนให้ความร่วมมือ จากเกณฑ์ดังกล่าว สามารถเลือกโรงเรียนตัวอย่างได้ 2 โรงเรียน จึงใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายโดยการจับสลากเพื่อสุ่มเป็นโรงเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ 2) เลือกห้องเรียน ใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายเช่นกันโดยการจับสลากเพื่อเลือก 1 ห้องเรียนต่อ 1 กลุ่ม และ 3) เลือกนักเรียนตัวอย่างที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 โดยมีเกณฑ์คัดเลือก ได้แก่ ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือเคย์ตี้ไม่เกิน 1-2 แก้ว หรือ 1-2 ครั้งในรอบ 30 วันที่ผ่านมา สามารถอ่านออก/เขียนได้ นักเรียนและผู้ปกครองยินยอมเข้าร่วมการวิจัย เกณฑ์คัดออกคือ ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ครบทุกครั้งนักเรียนและ/หรือผู้ปกครอง ขอดอนตัวขณะเข้าร่วมกิจกรรมด้วยเหตุผลใดๆ

คำนวณขนาดตัวอย่างจากสูตรเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวอย่างที่เป็นอิสระต่อกันของชเลสมา (1982) อ้างในธวัชชัยวรพงษ์¹⁷ จากนั้นแทนค่าสูตรจากการศึกษาของจุฑาวดี กมลพรมงค¹⁶ ที่ค่าอำนาจการทดสอบเท่ากับ .80 และระดับนัยสำคัญเท่ากับ .05 ได้ขนาดตัวอย่าง 17 ราย แต่เนื่องจากชั่วโมงที่ใช้ในการ

จัดกิจกรรมสุขศึกษาตามโปรแกรมในครั้งนี้เป็นชั่วโมงการเรียนการสอนรายวิชาสุขศึกษา จึงไม่สามารถแยกตัวอย่างมาเข้าร่วมโปรแกรมได้ จึงกำหนดให้นักเรียนทั้งห้องเรียนเป็นตัวอย่างของแต่ละกลุ่ม แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 36 ราย และกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 35 ราย โดยดำเนินการระหว่างเดือนมิถุนายน ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2560

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามที่สร้างขึ้นโดยผู้วิจัย จากการทบทวนวรรณกรรม แนวคิดทฤษฎี และเอกสารที่เกี่ยวข้อง จำนวน 1 ชุดแบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

1) ข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 20 ข้อ ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไปของตัวอย่าง ข้อมูลของผู้ปกครอง การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของบุคคลใกล้ชิดและตัวอย่าง และการใช้เวลาว่างในช่วง 30 วันที่ผ่านมา

2) ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 13 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตรานามบัญญัติ ให้เลือกตอบ 3 คำตอบ คือถูก ผิด และไม่แน่ใจ โดยให้ค่าคะแนนของคำตอบที่ถูก 1 คะแนน และคำตอบที่ผิดหรือไม่แน่ใจ 0 คะแนน คะแนนรวมมีค่าอยู่ระหว่าง 0-13 คะแนน โดยคะแนนสูงแสดงถึงมีความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูง ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือให้ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลจำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงรายข้อคำถามด้วยค่า Item-Objective Congruence Index (IOC) เท่ากับ .67 ขึ้นไป หลังจากปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยนำไปตรวจสอบหาค่าความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในด้วยวิธี KR-20 กับนักเรียนที่มีคุณลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 25 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .79 ในการศึกษาครั้งนี้ได้.81

ผลของโปรแกรมป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้
ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม

3) การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ จำนวน 15 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบประมาณค่า 5 อันดับ คือ เชื่อมั่นมากที่สุด (5) ถึงเชื่อมั่นน้อยที่สุด (1) คะแนนรวมมีค่าอยู่ระหว่าง 15-75 คะแนน คะแนนสูงแสดงถึงความเชื่อมั่นหรือความมั่นใจว่าตนเองมีความสามารถเกี่ยวกับการป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์สูง ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือให้ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลจำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงรายข้อคำถามด้วยค่า Item-Objective Congruence Index (IOC) เท่ากับ .67 ขึ้นไป หลังจากปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้วิจัยนำไปตรวจสอบหาค่าความเชื่อมั่นโดยหาลัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) กับนักเรียนที่มีคุณลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 25 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .94 ในการศึกษาครั้งนี้ได้ .93

4) ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ จำนวน 14 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 อันดับ คือ คาดหวังมากที่สุด (5) ถึงคาดหวังน้อยที่สุด (1) คะแนนรวมมีค่าอยู่ระหว่าง 14-70 คะแนน คะแนนสูง แสดงถึงความคาดหวังว่าจะได้รับผลทางบวกจากการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการตีแอลกอฮอล์สูง ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือให้ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลจำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงรายข้อคำถามด้วยค่า Item-Objective Congruence Index (IOC) เท่ากับ .67 ขึ้นไป หลังจากปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยนำไปตรวจสอบหาค่าความเชื่อมั่นโดยหาลัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) กับนักเรียนที่มีคุณลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 25 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .79 ในการศึกษาครั้งนี้ได้ .82

5) พฤติกรรมป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ จำนวน 15 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบเลือกตอบ 3 ตัวเลือกโดยให้ค่าคะแนนของพฤติกรรมที่เหมาะสมมาก 2 คะแนน เหมาะสม 1 คะแนน และไม่เหมาะสม 0 คะแนน โดยคะแนนสูงแสดงถึงมีพฤติกรรมป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์เหมาะสมมาก ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือให้ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลจำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงรายข้อคำถามด้วยค่า Item-Objective Congruence Index (IOC) เท่ากับ .67 ขึ้นไป แต่เนื่องจากพฤติกรรมป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์นั้นเป็นพฤติกรรมภายนอกในลักษณะสถานการณ์จำลองอาจมีปัจจัยภายนอกส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมจึงไม่ได้นำมาหาค่าเชื่อมั่น

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยมีการจัดกิจกรรมกลุ่มให้กับกลุ่มทดลอง 4 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ติดต่อกัน 4 สัปดาห์ ได้แก่ การให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องตีแอลกอฮอล์โดยการจัดฐานความรู้ การฝึกทักษะการปฏิเสธ การใช้ตัวแบบมีชีวิตและตัวแบบสัญลักษณ์การใช้คำพูดชักจูงใจ ให้กำลังใจและชมเชย โดยเพื่อนที่เข้าร่วมกิจกรรมด้วยกันเอง คุณครูและทีมผู้วิจัย และการกระตุ้นทางอารมณ์จากการจัดกิจกรรมสนทนาก่อนเริ่มกิจกรรมสุขศึกษา โดยมีรายละเอียดดังนี้

กลุ่มทดลอง

- สัปดาห์ที่ 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับเครื่องตีแอลกอฮอล์โดยจัดเป็นฐานความรู้ 3 ฐานประกอบด้วย 1) โทษและพิษภัยของเครื่องตีแอลกอฮอล์ 2) ผลกระทบของเครื่องตีแอลกอฮอล์ และ 3) กลยุทธ์ทางการตลาดของเครื่องตีแอลกอฮอล์ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มหมุนเวียนจนครบทุกฐาน และอภิปรายกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ที่ได้รับในแต่ละฐาน

• สัปดาห์ที่ 2-4 มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้าง การรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังใน ผลลัพธ์ของการป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย 5 กิจกรรม สัปดาห์ละ 2-3 กิจกรรม ดังนี้ 1) เปิดสื่อวีดิทัศน์เกี่ยวกับหลักการ ขั้นตอนการปฏิเสธ และวิธีการหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่นำไปสู่การตี เครื่องตีแอลกอฮอล์ 2) ฝึกทักษะการปฏิเสธจากการ แสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์จำลองพร้อม ๆ กับการฝึกใช้คำพูดชักจูง ชมเชยและให้กำลังใจเมื่อแสดง บทบาทสมมติที่เหมาะสมจากเพื่อน คุณครู และทีม ผู้วิจัย 3) พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์จริงเกี่ยวกับการ ปฏิเสธหรือการหลีกเลี่ยงการตีเครื่องตี แอลกอฮอล์จากตัวแบบที่มีชีวิตซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่ม 4) เรียนรู้จากตัวแบบเชิงสัญลักษณ์ผ่านการดูวีดิทัศน์ที่ ตัวแบบวัยรุ่นมีพฤติกรรมการตีและไม่ตีเครื่องตี แอลกอฮอล์จำนวน 3 เรื่อง และร่วมอภิปรายแลกเปลี่ยน ความคิดเห็นจากสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการดูวีดิทัศน์ และ 5) เรียนรู้จากตัวแบบเชิงสัญลักษณ์ผ่านภาพข่าวทาง หนังสือพิมพ์ที่เป็นผลมาจากการตีเครื่องตี แอลกอฮอล์ จำนวน 3 ภาพ และร่วมกันอภิปรายภาพ ข่าว พร้อมนำเสนอหน้าชั้นเรียน

ทั้งนี้ก่อนเริ่มกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์จะเริ่มต้น ด้วยการจัดกิจกรรมสนทนาการเพื่อกระตุ้นทางอารมณ์ และส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการรับรู้ความสามารถเพิ่ม มากขึ้น

กลุ่มเปรียบเทียบ

• ได้รับการเรียนการสอนปกติตามหลักสูตร รายวิชาสุขศึกษา (ซึ่งมีเนื้อหา ประกอบด้วย เครื่องตี แอลกอฮอล์คืออะไร ฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ และโรคที่เกิด จากการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์มีชั่วโมงการเรียน 1 คาบเรียน) และเมื่อสิ้นสุดการเก็บรวบรวมข้อมูลใน ระยะติดตามผล ได้จัดกิจกรรมสุขศึกษา 1 ครั้ง นาน 50 นาที ประกอบด้วย การให้ความรู้เกี่ยวกับโทษพิษภัย ผลกระทบเกี่ยวกับการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ ทักษะ

และวิธีการหลีกเลี่ยงการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์โดย รับชมผ่านวีดิทัศน์ อภิปรายแลกเปลี่ยนความรู้และสรุป บทเรียนร่วมกันระหว่างนักเรียนและผู้วิจัย

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยยึดหลักจริยธรรมการศึกษา วิจัยในมนุษย์ โดยได้รับการรับรองจากคณะกรรมการ การวิจัยในมนุษย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัย มหิดล หมายเลข MUPH 2017-078 และได้รับอนุญาต จากผู้อำนวยการโรงเรียนในการจัดกิจกรรมทาง สุขศึกษา ผู้วิจัยดำเนินการชี้แจงให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ทราบถึงวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัยพร้อมเอกสาร ชี้แจงโครงการวิจัยโดยนักเรียนกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองลงนามอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรนักเรียน หรือผู้ปกครองสามารถปฏิเสธหรือยกเลิกการเข้าร่วม โครงการวิจัยได้ตลอดเวลา ข้อมูลที่ได้ผู้วิจัยเก็บเป็น ความลับและนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง 8 สัปดาห์ เก็บรวบรวม ข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามจำนวน 3 ครั้ง ด้วยเครื่องมือ ที่สร้างขึ้นตั้งรายละเอียดที่ระบุไว้ข้างต้น ได้แก่ ก่อนการ ทดลอง (สัปดาห์ที่ 1) โดยใช้แบบสอบถาม 1 ชุด ซึ่งแบ่ง เป็น 5 ส่วน ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป ความรู้เกี่ยวกับเครื่องตี แอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการ ป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ ความคาดหวังใน ผลลัพธ์ของการป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ ส่วนหลังการทดลอง (สัปดาห์ที่ 5) และระยะติดตามผล (สัปดาห์ที่ 8 หรือหลังสิ้นสุดกิจกรรมทางสุขศึกษาไป แล้ว 4 สัปดาห์) โดยใช้แบบสอบถามชุดเดิม ยกเว้น ข้อมูลทั่วไป

ผลของโปรแกรมป้องกันการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม

การวิจัยครั้งนี้ มีผู้ช่วยวิจัย 2 คน ซึ่งได้รับคัดเลือกโดยมีคุณสมบัติ คือ มีประสบการณ์ในการทำวิจัย/วิทยานิพนธ์หรือเคยมีประสบการณ์ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม จากนั้นชี้แจงให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และรายละเอียดการจัดกิจกรรมสุศึกษาพร้อมกำหนดหน้าที่ความรับผิดชอบ ได้แก่ การร่วมเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง การจัดกิจกรรมกลุ่ม การมีส่วนร่วมกระตุ้นทางอารมณ์ และการใช้คำพูดชักจูงใจ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยสถิติบรรยายแสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยมีการทดสอบสมมติฐานตามข้อตกลงเบื้องต้น พบว่าตัวแปรทุกตัวมีการกระจายแบบปกติ เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มจำแนกตามระยะเวลาการทดลอง โดยใช้สถิติ independent t-test และภายในกลุ่มโดยใช้สถิติ Repeated measures ANOVA และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธี Bonferroni

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 58.30 และร้อยละ 51.40 มีอายุเฉลี่ย 12.42 ปี (SD = .50) และ 12.51 ปี (SD = .50) ตามลำดับ ผลการเรียนอยู่ระหว่าง 2.50-3.50 ได้เงินมาโรงเรียนเฉลี่ยวันละ 60.42 บาท (SD = 21.52) และ 67.29 บาท (SD = 18.96) ตามลำดับ พักอาศัยกับครอบครัวและมีจำนวนสมาชิกในครอบครัว (ไม่นับรวมนักเรียน) 4 คน ซึ่งพบว่าทั้ง 2 กลุ่มมีข้อมูล

ส่วนบุคคลไม่แตกต่างกัน ($p > .05$) สำหรับการใช้เวลาว่าง พบว่าทั้ง 2 กลุ่ม ใช้เวลาในการเล่นเกมนคอมพิวเตอร์/เกมออนไลน์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .005$) โดยกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ใช้เวลาสม่ำเสมอ/บ่อยครั้ง เพื่อเล่นเกม ร้อยละ 77.80 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบกลับใช้เวลาสม่ำเสมอ/บ่อยครั้งเพื่อกิจกรรมนี้ร้อยละ 45.70 ส่วนการใช้เวลาว่างในกิจกรรมอื่น เช่น เล่นกีฬา เล่นดนตรี ดูโทรทัศน์ ฟังเพลง เป็นต้น พบว่าไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ ยังพบว่าทั้ง 2 กลุ่ม มีสถานภาพสมรสของบิดามารดาที่อยู่ร่วมกัน ระดับการศึกษาที่จบสูงสุด และอาชีพหลักไม่แตกต่างกัน ($p > .05$) โดยส่วนใหญ่ไม่ได้ศึกษา-จบชั้นมัธยมศึกษา และมีอาชีพหลักเป็นลูกจ้าง สำหรับพฤติกรรมการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ของบุคคลใกล้ชิดและเพื่อนสนิทของทั้ง 2 กลุ่ม พบว่าไม่แตกต่างกัน ($p > .05$) คือ มีบุคคลในครอบครัวตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ โดยส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์ในฐานะบิดา บุคคลในครอบครัวเคยใช้ให้ไปซื้อและชวนให้ตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ และมีเพื่อนสนิทเคยตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์สำหรับการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ในช่วงชีวิตที่ผ่านมา พบว่าทั้ง 2 กลุ่มเคยทดลองตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกันคือ ร้อยละ 22.20 และร้อยละ 25.70 ($p = .473$) และในรอบ 30 วันที่ผ่านมา ทั้ง 2 กลุ่มไม่ตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์

เมื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมป้องกันการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ภายในกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองและติดตามผล กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันตนเองต่อการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันตนเองต่อการตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ ดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ดังตารางที่ 1

ประทุมพร เชาว์ฉลาด และคณะ

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับเครื่องตัดแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และพฤติกรรมป้องกันการตัดเครื่องตัดแอลกอฮอล์จำแนกตามระยะเวลาการทดลองภายในกลุ่มด้วยสถิติ Repeated Measures ANOVA

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง (n = 36)					กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 35)				
	SS	df	MS	F	p-value	SS	df	MS	F	p-value
1. ความรู้เกี่ยวกับเครื่องตัดแอลกอฮอล์										
ช่วงเวลา	554.17	2	277.04	186.79	<.001	16.59	2	8.29	1.40	.255
ความคลาดเคลื่อน	103.83	70	1.48			404.08	68	5.94		
2. การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันการตัดเครื่องตัดแอลกอฮอล์										
ช่วงเวลา	10452.46	2	5226.23	75.09	<.001	280.59	2	140.29	1.06	.351
ความคลาดเคลื่อน	4872.20	70	69.60			8972.08	68	131.94		
3. ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันการตัดเครื่องตัดแอลกอฮอล์										
ช่วงเวลา	3128.22	2	1564.11	151.55	<.001	299.05	2	149.52	4.69	.012
ความคลาดเคลื่อน	722.44	70	10.32			2166.29	68	31.86		
4. พฤติกรรมป้องกันการตัดเครื่องตัดแอลกอฮอล์										
ช่วงเวลา	785.17	2	392.58	166.71	<.001	1.09	2	0.54	0.79	.454
ความคลาดเคลื่อน	164.83	70	2.36			46.25	68	0.68		

หมายเหตุ SS = Sum of square, MS = Mean Square

เมื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมป้องกันการตัดเครื่องตัดแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่ม พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับเครื่องตัดแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันการตัดเครื่องตัดแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของ

การป้องกันตนเองต่อการตัดเครื่องตัดแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันตนเองต่อการตัดเครื่องตัดแอลกอฮอล์ ทั้งในระยะหลังการทดลองและในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ดังตารางที่ 2

**ผลของโปรแกรมป้องกันการตีเครื่องตี้มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้
ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม**

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และพฤติกรรมป้องกันการตี้มแอลกอฮอล์จำแนกตามระยะเวลาการทดลองระหว่างกลุ่มด้วยสถิติ independent t-test

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง (n = 36)			กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 35)			t	df	p-value
	Mean	SD	\bar{d}	Mean	SD	\bar{d}			
1. ความรู้เกี่ยวกับเครื่องตี้มแอลกอฮอล์									
-ก่อนการทดลอง	5.88	1.75	4.58 ^{d1***}	6.00	2.80	0.03 ^{d1 ns}	0.19	56.74	.843
-หลังการทดลอง	10.47	1.27	5.00 ^{d2***}	6.04	1.93	-0.83 ^{d2 ns}	11.47	69.00	<.001
-ติดตามผล	10.88	0.91	0.42 ^{d3**}	5.12	2.36	-0.85 ^{d3 ns}	13.33	43.76	<.001
2. การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์									
-ก่อนการทดลอง	50.13	13.79	19.55 ^{d1***}	57.88	15.35	2.43 ^{d1 ns}	2.23	69.00	.029
-หลังการทดลอง	69.69	2.75	21.97 ^{d2***}	60.31	10.37	-1.54 ^{d2 ns}	5.17	38.60	<.001
-ติดตามผล	72.11	2.59	2.42 ^{d3***}	56.34	10.59	-3.97 ^{d3 ns}	8.56	37.95	<.001
3. ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์									
-ก่อนการทดลอง	53.75	6.07	11.38 ^{d1***}	52.02	6.83	-3.71 ^{d1**}	1.12	69.00	.266
-หลังการทดลอง	65.13	3.67	11.44 ^{d2***}	48.31	5.31	-0.28 ^{d2 ns}	15.55	69.00	<.001
-ติดตามผล	65.19	3.42	0.06 ^{d3 ns}	51.74	7.50	3.43 ^{d3**}	9.67	47.31	<.001
4. พฤติกรรมป้องกันการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์									
-ก่อนการทดลอง	22.69	2.63	5.92 ^{d1***}	23.25	4.31	0.03 ^{d1 ns}	0.66	56.08	.508
-หลังการทดลอง	28.61	1.96	5.50 ^{d2***}	23.28	4.14	0.23 ^{d2 ns}	6.89	48.21	<.001
-ติดตามผล	28.19	2.05	-0.42 ^{d3*}	23.48	4.49	0.20 ^{d3 ns}	5.67	47.31	<.001

หมายเหตุ 1) d¹ = ผลต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างหลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 5 และก่อนการทดลอง
d² = ผลต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างการติดตามในสัปดาห์ที่ 8 และก่อนการทดลอง
d³ = ผลต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างการติดตามในสัปดาห์ที่ 8 และหลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 5
2) ^{ns} p > .05; *p < .05; **p < .01; ***p < .001

อภิปรายผล

ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการทดลองและระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง

ต่อการป้องกันการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันตนเองต่อการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันตนเองต่อการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบแสดงให้เห็นว่าการจัดโปรแกรม

ป้องกันการตีมีเครื่องมือแอลกอฮอล์โดยการจับบอร์ด ความรู้จำนวน 3 ฐาน ซึ่งในแต่ละฐานนั้นเพื่อเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับเครื่องมือแอลกอฮอล์ในเรื่องของ 1) โทษ พิษภัยของเครื่องมือแอลกอฮอล์ 2) ผลกระทบจากการตีมีเครื่องมือแอลกอฮอล์ และ 3) กลยุทธ์การตลาดของ เครื่องมือแอลกอฮอล์ พร้อมหมุนเวียนให้ทุกคนเข้าร่วม ทุกฐาน รวมถึงมีการกระตุ้นให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วม อภิปรายเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างทั่วถึง ส่งผล ให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเพิ่มขึ้น ดังที่วีโรจน์ มังคละมณี และคณะ¹⁸ พบว่า การสอนให้นักเรียนเกิด ความรู้ นั้น ควรใช้กิจกรรมการสอนหลายอย่างประกอบ กันเพื่อให้เด็กนักเรียนมีส่วนร่วม และช่วยให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาเพิ่มมากขึ้น ซึ่งผลการศึกษาคั้งนี้ ยังสอดคล้องกับการศึกษาของสุรัชยา สุมาลี¹⁹ และภัทร พล โพนไพรสันต์²⁰ ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องมือ แอลกอฮอล์เพื่อป้องกันการตีมีเครื่องมือแอลกอฮอล์ กับกลุ่มทดลองโดยจับบอร์ดให้ความรู้และอภิปราย กลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมี คะแนนความรู้เกี่ยวกับเครื่องมือแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น จากก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ

ทั้งนี้หลักการสำคัญของโปรแกรมในการศึกษา ครั้งนี้ตามกรอบแนวคิดของแบนดูรา¹² ประกอบด้วย การประสบความสำเร็จจากการกระทำด้วยตนเอง (mastery experiences) โดยจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อแสดง บทบาทสมมติจากสถานการณ์จำลอง 2 สถานการณ์ คือ “เพื่อนชวนลองต้องปฏิเสธ” และ “เป็นวัยรุ่นก็คิดเป็น” เพื่อฝึกทักษะการปฏิเสธและการหลีกเลี่ยงการตีมี เครื่องมือแอลกอฮอล์ ทำให้กลุ่มทดลองได้ฝึกปฏิบัติ ทบทวนความรู้เกี่ยวกับขั้นตอนการปฏิเสธ และสามารถ แสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมซึ่งสอดคล้องกับ ทิศนา แชมมณี²¹ ที่กล่าวว่า การสร้างสถานการณ์จำลอง ที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงหรือเป็นเรื่องใกล้ตัวผู้เรียน จะช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจและ

ทำให้มีโอกาสวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของ ตนอย่างลึกซึ้งซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมา เช่น ประสิทธิ์ ไกรราช¹⁵ ฝึกทักษะหลีกเลี่ยงการตีมีเครื่องมือ แอลกอฮอล์ด้วยการแสดงบทบาทสมมติ และจุฑาวดี กมลพรมงคล¹⁶ ได้จัดให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ จากตัวแบบที่มีชีวิตที่ประสบความสำเร็จเรียนรู้หลักการ และขั้นตอนปฏิเสธและฝึกทักษะการปฏิเสธผลการวิจัย พบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการ รับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังผลลัพธ์ ของการปฏิเสธการตีมีเครื่องมือแอลกอฮอล์ และ ทักษะปฏิเสธสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่ม เปรียบเทียบ

การเรียนรู้จากตัวแบบ (vicarious experiences) ทั้งตัวแบบที่มีชีวิต (live model) และตัวแบบสัญลักษณ์ (symbolic model) ซึ่งผู้วิจัยได้เลือกตัวแบบที่มีชีวิตที่ เคยมีประสบการณ์การปฏิเสธการตีมีเครื่องมือ แอลกอฮอล์โดยมีลักษณะคล้ายกับตัวอย่างมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ จนทำให้กลุ่มทดลองเกิดการรับรู้ ความสามารถของตนเอง มีแรงจูงใจ และมีกำลังใจที่จะ ปฏิบัติเพื่อให้ประสบความสำเร็จเช่นเดียวกับตัวแบบ สอดคล้องกับแนวคิดของแบนดูรา¹² ที่กล่าวว่า การได้รับ ประสบการณ์จากตัวแบบที่เป็นบุคคลจริง ทำให้มีโอกาส สังเกตและมีปฏิสัมพันธ์โดยตรงที่ก่อให้เกิดความสนใจ และส่งเสริมให้ผู้สังเกตประสบความสำเร็จถ้ามีความ พยายามจริง ส่วนการใช้ตัวแบบเชิงสัญลักษณ์ ได้แก่ การดูวิดีโอทัศน์ และอภิปรายภาพข่าวเกี่ยวกับเครื่องมือ แอลกอฮอล์ ทั้งด้านบวกและด้านลบนั้น สอดคล้องกับ แนวคิดของแบนดูรา¹² ที่กล่าวว่า การเสนอตัวแบบผ่าน สื่อต่างๆ เช่น วิดีโอ โทรทัศน์ เทปบันทึกภาพ เป็นต้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้จาก 4 กระบวนการ ได้แก่ กระบวนการความตั้งใจ (attentional process) กระบวนการจดจำ (retention process) กระบวนการ สร้างพฤติกรรมทางอวัยวะการเคลื่อนไหว (motor reproduction process) และกระบวนการจูงใจ

ผลของโปรแกรมป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม

(motivation process) จะช่วยเพิ่มความคาดหวังในผลลัพธ์มากขึ้นสอดคล้องกับการศึกษาของประสิทธิ์ ไกรราช¹⁵ สุรัชชา สุมาลี¹⁹ และอโนทัย พงษ์จร²² ที่ให้กลุ่มทดลองดูวิดีโอที่ค้นจากตัวแบบด้านบวก-ด้านลบและการอภิปรายกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังผลลัพธ์ของการหลีกเลี่ยงการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ภายหลังการทดลองและในระยะติดตามผล ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การใช้คำพูดชักจูง (verbal persuasion) การให้กำลังใจ และชมเชย โดยเพื่อนที่เข้าร่วมกิจกรรมด้วยกันเอง คุณครู และทีมผู้วิจัยเมื่อตัวอย่างได้แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมหลังจากสิ้นสุดกิจกรรมการแสดงบทบาทสมมติ รวมถึงตัวแบบที่มีชีวิตในการวิจัยครั้งนี้ ได้ใช้คำพูดโน้มน้าว ชักจูงใจ และให้กำลังใจกับตัวอย่าง เช่น “เราคิดว่าการปฏิเสธไม่ใช่เรื่องยากเลย การเลิกสูบบุหรี่ดีกว่า” “เราอยากให้ทุกคนปฏิเสธได้เหมือนเรา เรารู้สึกภูมิใจในตัวเองที่ทำได้” “เราอยากโตเป็นวัยรุ่นที่แข็งแรง ไม่อยากตายก่อนวัยเราอยากดูแลพ่อกับแม่เราไปนาน ๆ” เป็นต้น คำกล่าวเหล่านี้สอดคล้องกับแนวคิดของแบนดูรา¹² ที่กล่าวว่า การใช้คำพูดชักจูงเช่นนี้สามารถจูงใจและกระตุ้นให้เกิดความเชื่อมั่นเพิ่มขึ้น

การกระตุ้นทางอารมณ์ (emotional arousal) โดยการสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง และผ่อนคลายด้วยกิจกรรมสันตนาการขณะเข้าร่วมกิจกรรมดังที่แบนดูรา¹² กล่าวว่า การกระตุ้นทางอารมณ์มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตน โดยบุคคลที่ถูกกระตุ้นอารมณ์ทางลบ เช่น อยู่ในสภาพที่ถูกข่มขู่จะทำให้เกิดความวิตกกังวลและความเครียดจนนำไปสู่การรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำลง ในทางตรงกันข้ามการกระตุ้นให้เกิดอารมณ์ทางบวก เช่น การสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตร มีความสุข เป็นกันเองจะทำให้เกิดความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองดียิ่งขึ้น

ทั้งนี้การจัดกิจกรรมทางสุขศึกษาตามทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองข้างต้นนั้น ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์เพิ่มมากขึ้น ทำให้กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมป้องกันการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ที่เหมาะสมเพิ่มขึ้นสอดคล้องกับแนวคิดของแบนดูรา¹² ที่กล่าวว่า การที่บุคคลจะตัดสินใจว่าจะกระทำพฤติกรรมหรือไม่ ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับ การรับรู้ความสามารถของตนเองและอีกส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับความคาดหวังในผลลัพธ์ของการกระทำ เนื่องจากการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังผลลัพธ์ของการกระทำนั้นไม่สามารถแยกจากกันได้เด็ดขาดเพราะบุคคลมองผลของการกระทำที่เกิดขึ้นว่าเป็นสิ่งที่แสดงถึงความเหมาะสมและเพียงพอของพฤติกรรมที่ได้กระทำไป รวมถึงเป็นสิ่งที่ช่วยในการตัดสินใจว่าจะกระทำพฤติกรรมนั้นอีกต่อไปหรือไม่และสอดคล้องกับการศึกษาของจุฑาวดี¹⁶ ที่พบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองซึ่งเป็นนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดชลบุรี มีคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบส่วนการศึกษาของอโนทัย²² พบว่ากลุ่มทดลองซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอบ่อทอง จังหวัดชลบุรี มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 จัดการเรียนการสอนวิชาสุขศึกษาโดยปรับวิธีการสอนในหัวข้อเครื่องตีแอลกอฮอล์จากการบรรยายเป็นกิจกรรมกลุ่มโดยแจกใบงานให้กับนักเรียนก่อนเข้าชั้นเรียน

1.2 จัดกิจกรรมกระตุ้นเพื่อให้เกิดการคงอยู่ของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำทุก 1 เดือน เช่น การจัดเสียงตามสาย การหมุนเวียนจัดบอร์ดกิจกรรมความรู้ การประกวดเขียนคำขวัญ เป็นต้น

2. ข้อเสนอแนะในการทวิจจัยครั้งต่อไป

2.1 ขยายระยะเวลาการติดตามผลเพื่อทดสอบว่าระยะเวลานานเท่าใดจึงเกิดความคงอยู่ของพฤติกรรม

2.2 จัดโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในช่วงเวลาเดียวกันกับแผนการเรียนการสอนเดิมในรายวิชาสุขศึกษาเรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อเปรียบเทียบประสิทธิผลของโปรแกรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นกับการเรียนการสอนในระบบปกติ

2.3 พัฒนาโปรแกรมที่ให้ครูและนักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์กิจกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยตนเอง เพื่อเป็นการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างโปรแกรมที่พัฒนามาจากการมีส่วนร่วมของครู และนักเรียน กับโปรแกรมที่พัฒนาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณคณาจารย์และศูนย์วิจัยปัญหาสุรา (ศวส.) ที่สนับสนุนทุนวิจัยในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. World Health Organization. Switzerland: global status report on alcohol and health; 2014 [cited 2016 November 29]. Available from: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112736/1/9789240692763_eng.pdf
2. Department of Health. Alcohol consumption and impact in Thailand. 1st ed. Nonthaburi: The Grafton Systems 2013. (in Thai)

3. Tavorcharounrat N, Teerawattananon Y, Chayketkeaw U, Lertpitakpong C, Yotahsamut J, Thitiboonsuwan K, et al. A study of social, health and economic costs of alcohol consumption in Thailand. Bangkok: Alcohol Problem Research Center; 2008. (in Thai)
4. National Statistical Office. Health and welfare survey; 2015 [cited 2016 December 19]. Available from: <http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/files/healthy/FormatPdf58.pdf>. 2013 (in Thai)
5. Department of Disease Control, Ministry of Public Health. Annual report 2013 the office of the board alcoholic beverages. Bangkok: Sunder Film Partnership; 2013. (in Thai)
6. Asanongkanchai S, Meunkthong A, Thantanon T. Report of the alcohol consumption behavioral surveillance project and health risk behaviors of secondary school students in Thailand. Bangkok: Pimdeekampim; 2013. (in Thai)
7. Corte C, Zucker RA. Self-concept disturbances: cognitive vulnerability for early drinking and early drunkenness in adolescents at high risk for alcohol problem. *Addict Behav.* 2008; 33(2):1282-90.
8. Center for Alcohol Studies. Provincial alcohol report 2011. 1st ed. Nonthaburi: The Grafton Systems 2011. (in Thai)
9. Vorapong N, Wattanapongvanich S, Nateethong K, Ruangdejorn P. Alcohol policy in Thailand 5P. 1st ed. Bangkok: October Prints; 2016. (in Thai)
10. Henrirtte K, Frode A, Sturla S, Sabine K, Monica M. Effectiveness of school-based preventive interventions on adolescent alcohol use: a meta-analysis of controlled trials. *Subst Abuse Treat Prev Policy.* 2014;48(9):1-11.
11. Pajares F, Urdan T. Self efficacy beliefs of adolescents. Greenwich, CT: Information Age Publishing; 2006.
12. Bandura A. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavior change. *Psychol Rev.* 1977;84(2):191-215.
13. Victor JS, Brenda MD, Marshall HB, Irwin I. The role of self efficacy in achieving health behavior change. *Health Educ Q.* 1986;13(1):73-91.
14. Kaewsuwan K. Self-efficacy program for rejection of adolescent alcohol behaviors. Thung Hua Chang district, Lamphun province. [thesis]. Chiang Mai: Chiang Mai University; 2007. (in Thai)

**ผลของโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้
ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม**

15. Kairach P. Effects of motivation programs on self-efficacy and expectations for avoiding alcohol intake among early adolescent boys in the 7th grade student. *Public Health Nurs.* 2009;26(1):1-18. (in Thai)
16. Kamolpornmongkol C. Effects of self-efficacy on self-efficacy and outcome expectations and alcohol refusal skills of primary school students. [thesis]. Chonburi: Burapa University; 2007.(in Thai)
17. Worrapongtorn T. Principles of public health research. 3rd ed. Bangkok: Printing Chulalongkorn University; 1997. (in Thai)
18. Mongkhanmanee V, Rumsuk P, Santipap Y. Teacher guide book the topic of health education and physical education in the 7th grade. 9st ed. Bangkok: Prasanmite; 2012. (in Thai)
19. Mumalee S. Application of motivation theory for prevention and social support for alcohol drinking prevention among the 6th grade student, Udonthani province. *Udonthani Hospital Medical Research.* 2008;16(2):15-21. (in Thai)
20. Ponpaisan P. Effects of application of alcohol abuse prevention program on upper secondary school students in Klongchai district in Kalasin province. [thesis]. Mahasarakam: Mahasarakam University; 2014. (in Thai)
21. Kammanee T. Teaching Patterns: a variety of options. Bangkok: Printing of Chulalongkorn University; 2008. (in Thai)
22. Fungkajorn A. Effects of self-efficacy program on self-efficacy expectations in results and behavioral habits avoid drinking alcohol in lower secondary school in Chonburi province. *Public Health Nurs.* 2009;30(3):41-54. (in Thai)