

Research article

Effects of Health Education Program of Oral Health Care Behavioral Development for Gingivitis Prevention among the Students Grade 5, Siboonruang District, Nong Bua Lam Phu Province

Kitisak Moonla

Master of Public Health in Health
Education and Health Promotion,
Faculty of Public Health, Khon Kaen
University

Pannee Banchonhattakit

Assoc. Prof.Dr., Health Education and
Health Promotion, Faculty Public Health,
Khon Kaen University

Abstract

Oral health problems associated with gingivitis is an important issue and it is necessary to prevent a problem, particularly among primary school children. This problem can be prevented. This research was to study The effectiveness of health education program by an application of self-efficacy and motivation on oral health care behavioral development for gingivitis prevention.

This research was quasi-experimental research aimed to study the effects of health education program of oral health care behavioral development for gingivitis prevention among the students grade 5. The sample 64 students and they were divided to experimental group and comparative group and each group were 32 students. The experimental group was received health education program of an application of self-efficacy and motivation theory on health care behavioral development for gingivitis prevention for 12 weeks. The implementation were consist of different activities such as lecture, modeling, demonstration, group discussion, health education board, tooth brushing contest, data were collected by questionnaires and analyzed descriptive data by descriptive statistic such as frequency, percentage, mean and standard deviation. Internal different comparison was used paired t-test, and between groups different comparison was used independent sample t-test for statistical analysis. The significant was set at $p\text{-value} < 0.05$ and 95% confidence interval (95% CI). The results; after experiment, the experimental group had mean scores of knowledge, self-efficacy, expectancy and practice

were higher than before experiment and comparison group (p-value < 0.001) . Mean score of dental plaque was decreased significantly than before experiment and comparison group (p-value < 0.001). In addition, self-efficacy and expectancy were correlated with practice significantly (p-value < 0.001).

Key word : oral health care behavior; gingivitis; health education program

ผลของโปรแกรมสุขศึกษาในการพัฒนาพฤติกรรมการดูแล สุขภาพช่องปาก เพื่อการป้องกันโรคเหงือกอักเสบของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู.

กิตติศักดิ์ มุลละ

รศ.ดร. พรรณี บุญชรหัตถกิจ

มหาวิทยาลัยสุรนารี วิทยาลัยการศึกษาศาสตร์

ส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

รองศาสตราจารย์ ภาควิชาสุขศึกษา

คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

บทคัดย่อ

ปัญหาสุขภาพช่องปากที่เกี่ยวข้องกับโรคเหงือกอักเสบนับว่าเป็นปัญหาจำเป็นในการแก้ไขเป็นอย่างมากโดยเฉพาะในกลุ่มเด็กชั้นประถมศึกษา ซึ่งปัญหาดังกล่าวสามารถป้องกันได้ การศึกษาครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจมีผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบเป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลอง(Quasi-experimental Two Group Pretest-Posttest) โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลาก กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวนทั้งสิ้น 64 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละ 32 ราย กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสุขศึกษา ประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ ได้แก่ การบรรยายประกอบสื่อ แบบจำลอง ภาพพลิก การสาธิต การฝึกปฏิบัติ การใช้ตัวแบบ การอภิปรายกลุ่ม ระยะเวลาทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ การรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม แบบประเมินแผ่นคราบจุลินทรีย์ ก่อนและหลังการทดลอง วิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลทั่วไปโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนภายในกลุ่ม วิเคราะห์ด้วยสถิติ Paired Sample t-test และระหว่างกลุ่ม ใช้สถิติ Independent Sample t-test กำหนดระดับค่าความเชื่อมั่น 95% กำหนดนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ : พฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปาก; โรคเหงือกอักเสบ; โปรแกรมสุขศึกษา

ผลการศึกษา

พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เกี่ยวกับการแปรงฟันอย่างถูกต้อง การรับรู้ความสามารถตนเองในการแปรงฟันอย่างถูกต้อง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการแปรงฟันอย่างถูกต้อง ถูกวิธี การปฏิบัติตัวในการแปรงฟันอย่างถูกต้อง สูงกว่า ก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 ปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ในกลุ่มทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนทดลอง และลดลงต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 นอกจากนี้พบว่า การรับรู้ความสามารถตนเองในการแปรงฟันอย่างถูกต้องและความคาดหวังในผลของการแปรงฟันอย่างถูกต้อง มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตัวในการแปรงฟันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

บทนำ

ปัญหาสุขภาพช่องปากที่เกี่ยวข้องกับโรคเหงือกอักเสบเป็นปัญหาที่มีความจำเป็นในการแก้ไขเป็นอย่างมากโดยเฉพาะในกลุ่มเด็กชั้นประถมศึกษา¹ จากการศึกษาข้อมูลขององค์การอนามัยโลกพบว่าร้อยละ 60-90 ของเด็กนักเรียนทั่วโลกมีสภาวะฟันผุ ทั้งนี้สภาวะเหงือกอักเสบยังคงเป็นปัญหาหลักของเด็กนักเรียนและเยาวชน² จากรายงานการสำรวจสภาวะทันตสุขภาพแห่งชาติของกองทันตสาธารณสุข พ.ศ. 2550 พบว่าสภาวะปริทันต์ในกลุ่มเด็กอายุ 12 ปี พบว่ามีเหงือกอักเสบร้อยละ 72³ เนื่องจากเป็นช่วงที่เข้าสู่วัยรุ่น มีการเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆทางร่างกายและมีการเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆทางร่างกาย ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนเพศ และมีกระบวนการพัฒนาทางด้านความรู้ความคิด พัฒนาการไปตามช่วงอายุ ซึ่งถือว่าเป็นช่วงอายุที่มีความสำคัญต่อการเรียนรู้เพื่อการดูแลสุขภาพและมีทัศนคติที่ดีและถูกต้องในการป้องกันปัญหาสุขภาพทางช่องปาก³ ข้อมูลจากการสำรวจสภาวะทันตสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาในตำบลหนองแกพบว่ามีความเสี่ยงโรคเหงือกอักเสบ

ร้อยละ 71⁴ เนื่องจากส่วนใหญ่นักเรียนยังมีการแปรงฟันที่ยังไม่ถูกวิธี ดังนั้นจากข้อมูลดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในเขตตำบลหนองแก เพื่อเป็นการส่งเสริมให้เกิดความรู้ในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ฝึกปฏิบัติการแปรงฟันเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบ การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ความคาดหวังผลดีในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบและสร้างแรงจูงใจโดยครู เพื่อน เพื่อเป็นการลดปริมาณคราบจุลินทรีย์ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดโรคเหงือกอักเสบ พร้อมทั้งเป็นการส่งเสริมให้เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ให้เกิดการพัฒนาทางด้านพฤติกรรมทันตสุขภาพที่ถูกต้อง

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจในการพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู

สมมุติฐานการวิจัย

หลังการทดลอง กลุ่มทดลองจะมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมป้องกันโรคเหงือกอักเสบ สูงกว่า ก่อนทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ ดังนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับการแปรงฟันอย่างถูกต้องและความรู้เรื่องโรคเหงือกอักเสบ
2. การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ
3. ความคาดหวังในผลของการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ
4. การปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ
5. ปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ลดลง

วิธีวิธีการศึกษา

เป็นการวิจัยกึ่งทดลองที่มีการทดสอบ 2 กลุ่ม เปรียบเทียบก่อน-หลัง (Quasi-experimental Two Group Pretest-Posttest)

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานในเขต อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู จำนวน 80 โรงเรียนใน 14 ตำบล

กลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้ใช้สูตรการคำนวณขนาดตัวอย่าง เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย กรณี 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 32 ราย คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หลังจากนั้นทำการสุ่มโดยวิธีการจับฉลาก 2 ครั้ง เพื่อคัดเลือกโรงเรียนเป็นกลุ่มทดลองได้โรงเรียนหนองแกสระแก้ววิทยา และโรงเรียนบ้านดอนเกล็ดเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ แล้วทำการคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโครงการด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับฉลากเป็นรายบุคคล โดยได้กลุ่มตัวอย่างและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 32 ราย

เครื่องมือที่ใช้ศึกษา

มี 2 ชนิด คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีทั้งหมด 6 ส่วน
2. โปรแกรมส่งเสริมทันตสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจในการพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับทันตสุขภาพ โดยการบรรยายประกอบวีดิทัศน์ ฉายสไลด์ ภาพพลิกแบบจำลองฟัน การใช้ตัวแบบ การสนทนาถามตอบ เม็ดสีย้อมฟัน อุปกรณ์การแปรงฟัน เอกสารประกอบการบรรยาย ได้แก่ แผ่นพับ คู่มือแรงจูงใจป้องกันโรค

เหงือกอักเสบ มีการพูดชักจูง สร้างความมั่นใจให้รางวัล การให้คำชมเชย การจัดประกวด หาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถามโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach Alfa Coefficient) ยอมรับความเที่ยงเท่ากับ 0.75 จึงจะถือว่านำไปใช้ได้ ซึ่งค่าความเที่ยงรวมของแบบสอบถามได้เท่ากับ 0.76 โดยวิเคราะห์ความเที่ยงในแต่ละหมวดดังนี้

1. หมวดความรู้เกี่ยวกับโรคเหงือกอักเสบ 0.76
2. หมวดการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ 0.77
3. หมวดความคาดหวังในผลดีของการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ 0.75

การรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูลแบ่งเป็นก่อน (Pretest) และหลัง (Posttest) การทดลองโดยใช้แบบสอบถามชุดเดียวกัน มีการแจ้งวัตถุประสงค์และวิธีการดำเนินการต่าง ๆ และขอความยินยอมให้เข้าร่วมการศึกษาโดยใช้แบบยินยอมจากอาสาสมัคร

ขั้นตอนการดำเนินงาน

สัปดาห์ที่ 1 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย แนะนำตัว แจกคู่มือแนวทางการให้แรงจูงใจ เรื่องการแปรงฟันอย่างถูกต้อง จัดโปรแกรมสุขศึกษาครั้งที่ 1 โดยประกอบไปด้วยกิจกรรมการบรรยายประกอบสื่อ เพื่อให้ความรู้เรื่องการแปรงฟันที่ถูกต้องและโรคเหงือกอักเสบ

สัปดาห์ที่ 2 ประกอบด้วยจัดโปรแกรมสุขศึกษาครั้งที่ 2 การรับรู้การป้องกันโรคเหงือกอักเสบ โดยนำเสนอตัวแบบผู้ที่มีสุขภาพช่องปากที่ดีและสะอาด ครูและเพื่อนนักเรียน ให้แรงจูงใจแก่นักเรียนในด้านข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ รางวัล โบนัส ชักชวน ให้กำลังใจ ให้นักเรียนมีการแปรงฟันที่ถูกวิธี 3 วันต่อสัปดาห์ คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์

สัปดาห์ที่ 3 ประกอบด้วยจัดโปรแกรมสุขศึกษาครั้งที่ 3 การแสดงบทบาทสมมติตามหัวข้อต่าง ๆ ผลดี

การปฏิบัติการแปรงฟันอย่างถูกต้อง ผลเสียของการไม่แปรงฟัน วิธีการแปรงฟันอย่างถูกต้องเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบที่คาดว่าจะทำได้ อภิปรายกลุ่ม สรุปผลการปฏิบัติตัวในการแปรงฟันอย่างถูกต้องเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบ หาปัญหาและอุปสรรคเพื่อแก้ไขและป้องกัน ครูและเพื่อนนักเรียน ให้แรงใจแก่นักเรียนในด้านสิ่งของ รางวัล โฉมยิ้ม ชักชวน ให้กำลังใจ กระตุ้นเตือน

สัปดาห์ที่ 4 ประกอบด้วยจัดโปรแกรมสุขศึกษาครั้งที่ 4 เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมปฏิบัติการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบโดย ฝึกปฏิบัติการแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน และแปรงฟันอย่างถูกต้องวันละ 3 ครั้ง เข้า หลังอาหารกลางวัน และก่อนเข้านอน และตรวจฟันด้วยตนเอง จัดการประกวดการแปรงฟันอย่างถูกวิธี ครูและเพื่อนนักเรียน ให้แรงใจแก่นักเรียนโดยคอยกระตุ้นเตือนเกี่ยวกับการแปรงฟันอย่างต่อเนื่อง สนับสนุนของรางวัล ข่าวสาร ความรู้ รางวัล โฉมยิ้ม ชักชวน ให้กำลังใจ ประเมินผลทางด้านอารมณ์อารมณ์ กระตุ้นเตือนให้นักเรียนมีการแปรงฟันที่ถูกต้อง 3 วันต่อสัปดาห์ คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์

สัปดาห์ที่ 5-11 ประกอบด้วยกิจกรรมโดยให้ครูทำการฝึกแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน การตรวจฟันด้วยตนเอง โดยถ่ายทอดประสบการณ์ร่วมกันในชั้นเรียน ครูและเพื่อนนักเรียน ให้แรงใจแก่นักเรียนในด้าน ความรู้ สิ่งของ รางวัล โฉมยิ้ม ชักชวน ให้กำลังใจ ติดตามเยี่ยมประเมินผลโดยผู้วิจัย

สัปดาห์ที่ 12 ผู้วิจัยเก็บข้อมูลหลังการทดลองจากทั้งสองกลุ่มคือกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบตรวจภาวะปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์จากทั้งสองกลุ่มคือกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

วิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและใช้สถิติพรรณนาอธิบายคุณลักษณะทางประชากรประกอบด้วย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติอนุมานเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่ม

ใช้สถิติ Paired t-test เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มใช้สถิติ Independent t-test โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ข้อพิจารณาด้านจริยธรรม

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ตามหนังสือรับรองเลขที่ HE542236ลงวันที่ 15 ธันวาคม 2554

ผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป กลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง 19 คนคิดเป็นร้อยละ 59.37 กลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอายุ 11 ปี ร้อยละ 78.12 อาชีพของบิดาและมารดา พบว่าทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรรม โดยคิดเป็นร้อยละ 68.75 และ 59.38 ตามลำดับ รายได้ต่อเดือนของครอบครัว พบว่าทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีรายได้ต่อเดือนส่วนใหญ่น้อยกว่า น้อยกว่า 8,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 78.12 และ 81.25 ตามลำดับ เงินค่าขนมที่ได้รับต่อวัน พบว่ากลุ่มทดลองได้รับเงินค่าขนมส่วนใหญ่ 20 บาทต่อวันขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 50.00 และกลุ่มเปรียบเทียบได้รับเงินค่าขนมน้อยกว่าหรือเท่ากับ 10 บาทต่อวันและตั้งแต่ 20 บาทขึ้นไปมีจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 46.95 บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน พบว่านักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดาและมารดาคิดเป็นร้อยละ 59.38 และ 78.17 ตามลำดับ

2. ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง พบว่านักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบแปรงฟันเฉลี่ยวันละ 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 65.62 และ 71.87 ตามลำดับ นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่เมื่อมีปัญหาทันตสุขภาพมักจะปรึกษาผู้ปกครอง ร้อยละ 96.81 และร้อยละ 100 ตามลำดับ ผู้ปกครองของนักเรียนทั้งในกลุ่ม

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนค่าเฉลี่ย ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง

ด้าน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		95% CI	p-value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
กลุ่มทดลอง (n = 32)						
ความรู้	6.34	2.22	13.47	1.81	6.18 – 8.00	<0.001
การรับรู้ความสามารถตนเอง	35.75	5.95	44.18	2.40	6.06 -10.80	<0.001
ความคาดหวัง	50.84	4.30	63.78	2.48	9.67-16.19	< 0.001
การปฏิบัติ	29.28	4.70	34.34	1.89	3.33 - 6.78	<0.001
ปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์	1.62	0.17	0.29	0.10	-1.39ถึง -1.25	<0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 32)						
ความรู้	6.25	2.18	6.87	2.26	0.32 – 0.92	<0.001
การรับรู้ความสามารถตนเอง	35.31	4.76	36.37	5.05	0.69 - 1.42	<0.001
ความคาดหวัง	51.28	6.28	50.40	6.58	0.46-1.28	< 0.001
การปฏิบัติตน	28.15	3.18	29.15	2.76	0.56 - 1.43	< 0.001
ปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์	1.56	0.15	1.53	0.12	-0.04ถึง-0.006	0.04

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนค่าเฉลี่ย ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง

ด้าน	กลุ่มทดลอง		กลุ่มเปรียบเทียบ		95% CI	p-value
	(n = 32)		(n = 32)			
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		

ก่อนการทดลอง						
ความรู้	6.34	2.22	6.25	2.18	2.26 – 3.57	0.43
การรับรู้ความสามารถตนเอง	35.75	5.95	35.31	4.76	-2.25 - 3.13	0.37
ความคาดหวัง	50.84	7.40	50.41	6.28	-2.99 -3.86	0.40
การปฏิบัติตน	29.28	4.70	28.15	3.18	-0.88 - 3.13	0.26
ปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์	1.62	0.17	1.56	0.15	-0.21- (-0.14)	0.07
หลังการทดลอง						
ความรู้	13.44	1.81	6.88	2.27	5.54 – 7.59	<0.001
การรับรู้ความสามารถของตน	44.19	2.40	36.38	5.05	5.82 - 9.80	<0.001
ความคาดหวัง	63.78	5.65	51.28	6.58	9.43 - 15.56	<0.001
การปฏิบัติตน	34.34	1.89	29.15	2.76	4.00 - 6.37	<0.001
ปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์	0.29	0.10	1.53	0.12	-1.29-(-1.18)	<0.001

ทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีการดูแลการแปรงฟันของนักเรียนเป็นประจำ คือ 3-5 วันต่อสัปดาห์ 81.25 และ 53.13 ตามลำดับ ผู้ปกครองของนักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่พานักเรียนพบทันตแพทย์เมื่อมีปัญหาเรื่องฟัน ร้อยละ 68.77 และ 46.88 ตามลำดับ ครูประจำชั้นของนักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีการตรวจฟันแก่นักเรียนเป็นบางครั้ง (เทอมละครั้ง) ร้อยละ 40.63 และ 43.75 ตามลำดับ

3. ความรู้เกี่ยวกับเรื่องโรคเหงือกอักเสบ ภายหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้เพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนทดลองและสูงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

4. การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ภายหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบสูงขึ้นกว่าก่อนทดลองและสูงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

5. ความคาดหวังในผลของการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ภายหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้เพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

6. การปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ภายหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบเพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนทดลองและสูงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

7. ปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ ภายหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ลดลงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

บทวิจารณ์

การประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจในการต่อการพัฒนาพฤติกรรม การดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ประกอบไปด้วยการฝึกปฏิบัติการแปรงฟันอย่างถูกต้อง การฝึกเป็นหมอฟันน้อยโดยการตรวจฟันผู้อื่น การตรวจฟันด้วยตนเอง การใช้เม็ดย้อมฟันเพื่อตรวจดูปริมาณคราบจุลินทรีย์ ซึ่งการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ เหล่านี้จะเป็นประสบการณ์ตรง ส่งผลให้เกิดความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะแปรงฟันให้ถูกวิธีและมีประสิทธิภาพ ซึ่งนักเรียนกลุ่มทดลองสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ทำให้สามารถลดปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ในช่องปากลดลงมาได้ ตามแนวคิดของ Bloom 1960⁵ นักเรียนจะสามารถเรียนรู้ได้ดังนี้ ต้องจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนที่หลากหลาย เช่นการบรรยาย การทำกิจกรรม การให้ข่าวสาร ข้อมูล การฝึกปฏิบัติการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดการเรียนรู้ของนักเรียนดียิ่งขึ้น และตามแนวคิดของ Bandura (1977)⁶ ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ขั้นพื้นฐานของมนุษย์ส่วนใหญ่เป็นการเรียนรู้จากการมีประสบการณ์ในการกระทำ โดยมนุษย์จะกระทำพฤติกรรมที่ให้ผลทางบวกและไม่ทำพฤติกรรมที่ให้ผลทางลบ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของของขวัญดาว พันหมุด (2549)⁷ ซึ่งได้ศึกษาผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การป้องกันโรคเหงือกอักเสบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตอำเภอธาตุพนม จังหวัดนครพนม ซึ่งเป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลองผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ลดลงต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 และลดลงต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 และประพิณทิพย์ หมั่นน้อย (2548)⁸ ได้ศึกษาผลของ

โปรแกรมสุขศึกษาในการส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายใน เขตตำบลท่าพระ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ลดลงต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเวนิการ์ หล้าสระเกษ (2552)⁹ ได้ศึกษาผลของการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับ แรงสนับสนุนทางสังคม ในการฝึกผู้นำนักเรียนเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบ ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ 5 อำเภอประทาย จังหวัดนครราชสีมา ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ลดลงต่ำกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

และจากการทดลองยังพบว่า หลังการทดลองกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 ทั้งนี้อาจเกิดจากการดำเนินกิจกรรมทางทันตสุขภาพในโรงเรียนจากครูอนามัยโรงเรียนมีดำเนินกิจกรรมการแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน โดยสืบเนื่องจากการเข้าไปดำเนินกิจกรรมของผู้วิจัยจึงเกิดการกระตุ้นเตือนให้ครูอนามัยให้ความสำคัญและจัดกิจกรรมทางด้านทันตสาธารณสุขส่งผลให้ค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบเกิดการเปลี่ยนแปลง และทั้งนี้อาจเกิดจากการจัดทำโครงการทางด้านทันตสาธารณสุขจากเจ้าหน้าที่ทันตสาธารณสุขในพื้นที่ของกลุ่มเปรียบเทียบ โดยการเข้าไปจัดกิจกรรมทันตสุขภาพตามโครงการต่างๆ เช่น ฝึกการแปรงฟันอย่างถูกวิธี การย้อมสีฟันเพื่อตรวจคราบจุลินทรีย์ การตรวจช่องปากด้วยตนเอง จึงอาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบได้

สรุป

ผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจมีผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันโรคเหงือกอักเสบเป็นการมุ่งพัฒนาให้เกิดความรู้ การรับรู้ ความคาดหวัง การปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคเหงือกอักเสบ และลดปริมาณแผ่นคราบจุลินทรีย์ได้

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ช่วยตรวจทานความถูกต้อง ปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือจนประสบความสำเร็จ และขอขอบคุณผู้ปกครอง ครูและนักเรียนทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. **การแปรงฟันอย่างมีประสิทธิภาพ**. นนทบุรี;2553.
2. World Health organization [WHO] [homepage on the Internet]. Oral Health Online Resources, Inc.:c2011 [cited 2011 June 20]. Available from : <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs318/>
3. กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. **รายงานการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากระดับประเทศ พ.ศ. 2549-2550**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก;2551.
4. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู. **รายงานผลสำรวจสภาวะช่องปากตามกลุ่มอายุ ปี 2553 จังหวัดหนองบัวลำภู**. [ม.ป.ท.: ม.ป.พ.];2553.
5. Bloom, B.S. *Handbook on formative and Summative Evaluation of Study of learning*.Newyork : David Mackey ; 1975.
6. Bandura, A. *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice-Hall, 1977.
7. ขวัญดาว พันธุ์หมุด. **ผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเอง ร่วมกับทฤษฎีสันับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการป้องกันโรคเหงือกอักเสบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอธาตุพนม จังหวัดนครพนม**.วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น;2549.
8. ประพินทิพย์ หมิ่นน้อย. **ผลของโปรแกรมสุขศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพช่องปากเพื่อป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ตำบลท่าพระ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น**.วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธาณสุขศาสตร มหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น;2548.
9. เวนิการ์ หล้าสระเกษ. **ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ทฤษฎี ความสามารถตนเอง ร่วมกับทฤษฎีสันสนับสนุนทางสังคมในการฝึกผู้นำเพื่อป้องกันโรค เหงือก อักเสบในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อำเภอประทาย จังหวัดนครราชสีมา**.วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น;2552.