

ปัจจัยทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ของทหารกองประจำการในกรุงเทพมหานคร

Factors predicting the intention to quit smoking among military officers in Bangkok

พรปวีณ์ ยังปักษ์, จิตจินต์นิสา ศรีทองเพ็ชร, ชาลิสา ชัยเกียรติ, ณัฐวดี บัณฑิต, ธัญภรณ์ ฉายากุล,
นันทวัน เอ่งฉ้วน, บุญยาภรณ์ คงกระพันท์, บุษยา วงษ์วิจารณ์, วรณญา จิตรอารีย์,
วรัทยา ประเสริฐสรค์, วริสรา คุระแก้ว, ชญาลักษณ์ สิริภักดีกาญจน์, และศิริณญา คงอยู่
Pornpawee Yangpaksee, Jitjinnisa Srithongphet, Chalisa Chaiyakiat, Nuttawadee Bundit, Tunyaporn Chayakul,
Nuntawan Eangchuan, Bunyaporn Kongkrapan, Bussaya Wongwijarn, Warunya Jitaree,
Waruttaya Praserdson, Warisara Kurakaew, Chayaluck Siripukdeekan, and Sirinya Kongyoo

วิทยาลัยพยาบาลกองทัพ
Royal Thai Army Nursing College

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณานี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 391 นาย ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ซึ่งหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาได้เท่ากับ 0.667, 0.867, 0.967 และ 0.934 และค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงได้เท่ากับ 0.667, 0.967, 0.867 และ 0.934 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า ทหารกองประจำการมีความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่อยู่ในระดับมาก ทศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่, แรงสนับสนุนทางสังคม, การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่, ประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ และปริมาณบุหรี่ที่สูบในแต่ละวัน สามารถร่วมกันทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ได้ร้อยละ 44.7 ($R^2 = 0.447$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่, ทหารกองประจำการ, ปัจจัยทำนาย

Abstract

The objective of this descriptive research is to study the factors predicting the intention to quit smoking among military officers in Bangkok. A sample of 391 military officers was selected using stratified random sampling. Data were collected using questionnaires. Their content validity index were 0.667, 0.867, 0.967, and 0.934 and their reliability coefficients were 0.667, 0.967, 0.867, and 0.934 respectively. Data were analyzed using stepwise multiple

regression analysis. The results are as follows. Military officers have the high level of intention to quit smoking. Attitude toward smoking cessation, social support, perceived efficacy in controlling smoking cessation behavior, smoking cessation experience and the amount of cigarette used per day are able to predict 44.7 percent of the intention to quit smoking ($R^2 = 0.447$) with statistical significance at .05 level

Keywords: Smoking Cessation, Military Officer, Predictive Factor

ความสำคัญของปัญหา

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2560) รายงานสถานการณ์การสูบบุหรี่ของประเทศไทยในปี 2560 ว่ากลุ่มประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป จำนวน 55.9 ล้านคน เป็นผู้สูบบุหรี่ 10.7 ล้านคน ร้อยละ 19.14 แยกเป็นผู้ที่สูบเป็นประจำ 9.4 ล้านคน ร้อยละ 16.81 และผู้ที่สูบไม่เป็นประจำ 1.3 ล้านคน ร้อยละ 2.33 โดยกลุ่มอายุ 25-44 ปี สูบบุหรี่สูงที่สุด ร้อยละ 21.9 รองลงมา ได้แก่ อายุระหว่าง 20-24 ปี ร้อยละ 20.7 และเพศชายมีอัตราการสูบบุหรี่สูงกว่าเพศหญิงถึง 22 เท่า

ทหารกองประจำการ เป็นกลุ่มที่มีความน่าสนใจในการศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ เนื่องจากอยู่ในช่วงอายุที่มีอัตราการสูบบุหรี่สูงที่สุด อีกทั้งยังมีเพื่อนในกลุ่มหรือเพื่อนสนิทสูบบุหรี่ (พิชญาวดี กงบุราณ, 2551) นอกจากนี้การมีชีวิตความเป็นอยู่แบบทหารที่ต้องอยู่ในระเบียบวินัยที่เคร่งครัด การฝึกปฏิบัติการทางทหาร การอยู่ห่างจากบ้านและครอบครัว ทำให้ไม่มีแรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาทางสุขภาพ ความเครียด ความวิตกกังวล อาจส่งผลให้การตัดสินใจในการจัดการปัญหาที่ไม่เหมาะสม นำไปสู่ความเสี่ยงต่อพฤติกรรมสุขภาพ เช่น การสูบบุหรี่ การใช้สารเสพติดซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีอิทธิพลสามทาง (Theory of Triadic Influence) (Flay, Petraitis, & Hu, 1999) ซึ่งอธิบายปัจจัยที่มีผลต่อการแสดงพฤติกรรม ประกอบด้วย ภาย จิต และสังคม (Biopsychosocial being) และสามารถแบ่งสาเหตุของปัจจัย

ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม ออกเป็น 3 ประการ ได้แก่ อิทธิพลภายในตัวบุคคล (Intrapersonal influences) อิทธิพลจากทัศนคติ ความเชื่อ (Attitudinal influences) และอิทธิพลจากภายนอกบุคคล (Interpersonal influences/Social influences) นอกจากนี้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแบบแผนของ Ajzen (1985) ที่ระบุว่าหากบุคคลมีความตั้งใจหรือกระทำพฤติกรรมใด ก็มีโอกาที่จะกระทำพฤติกรรมนั้น แสดงให้เห็นว่าการแสดงพฤติกรรมของบุคคลมีปัจจัยเกี่ยวข้องหลากหลายปัจจัย

คณะผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่สามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการในกรุงเทพมหานคร เนื่องจากทหารกองประจำการเป็นกำลังพลส่วนใหญ่ของกองทัพบก จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคภัย อันมีสาเหตุจากสิ่งที่สามารถป้องกันได้ และเป็นการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีของทหารกองประจำการ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. ศึกษาอายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ ความถี่ของการสูบบุหรี่ ปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวัน ประสิทธิภาพในการเลิกสูบบุหรี่ ทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการใน

กรุงเทพมหานคร

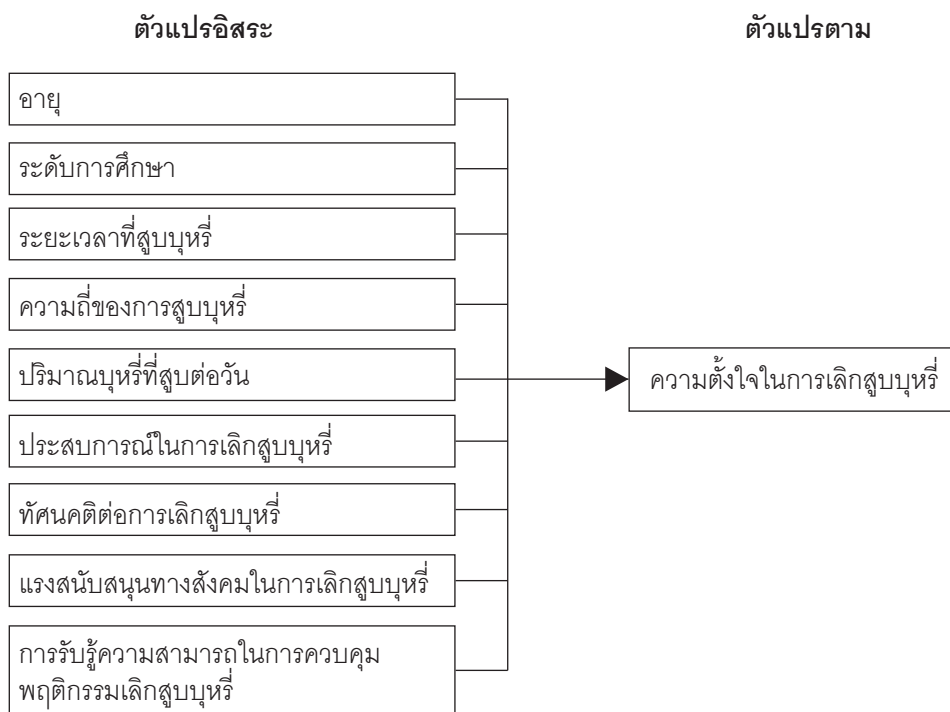
2. ศึกษาปัจจัยทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการในกรุงเทพมหานคร โดยใช้ปัจจัยทำนาย ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ ความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ ปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวัน ประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ ทักษะการเลิกสูบบุหรี่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่

สมมติฐานการวิจัย

อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ ความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ ปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวัน และประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ ทักษะการเลิกสูบบุหรี่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่สามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการในกรุงเทพมหานคร

กรอบแนวคิดของการวิจัย ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีพฤติกรรม

ตามแผน (The theory of planned behavior) ของ Ajzen (1985) อธิบายได้ว่าพฤติกรรมของบุคคลได้รับอิทธิพลจากความตั้งใจกระทำพฤติกรรมซึ่งจะเกิดขึ้นได้จากทัศนคติต่อพฤติกรรมนั้น การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมนั้นๆ ในงานวิจัยนี้บุคคลจะเลิกสูบบุหรี่ได้ต้องมีความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ซึ่งเกิดขึ้นได้จาก ทักษะการเลิกสูบบุหรี่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ ส่วนปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ ความสำเร็จของการเลิกสูบบุหรี่ ปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวัน และประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ได้ใช้ ทฤษฎีอิทธิพลสามทาง ของ Flay, Petraitis และ Hu (1999) เข้ามาร่วมอธิบายพฤติกรรม เขียนเป็นกรอบแนวคิดของการวิจัยที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษาได้ดังนี้



วิธีดำเนินการวิจัย

ชนิดของการวิจัย เป็นวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร เป็นทหารกองประจำการในกรุงเทพมหานครที่สูบบุหรี่จำนวน 17,030 คน

กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 391 คนเลือกโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้นตามการแบ่งส่วนราชการในกองทัพบกแบ่งเป็น 6 กลุ่ม และสุ่มแบบง่ายจากแต่ละกลุ่มตามสัดส่วนประชากร ได้แก่ 1) กองทัพบกที่ 1 จำนวน 24 คน 2) หน่วยบัญชาการป้องกันภัยทางอากาศกองทัพบกจำนวน 13 คน 3) กรมการทหารสื่อสารจำนวน 107 คน 4) กองพันทหารราบมณฑลทหารบกที่ 11 จำนวน 188 คน 5) กองพันทหารราบหน่วยบัญชาการรักษาดินแดน จำนวน 45 คน และ 6) หน่วยบัญชาการรักษาดินแดน จำนวน 14 คน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ใช้ตารางของ Yamane (1973)

เครื่องมือวิจัย เป็นแบบสอบถาม 5 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล มีจำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ ความถี่ของการสูบบุหรี่ ปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวัน และประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่

ชุดที่ 2 ทศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ มีจำนวน 9 ข้อ ปรับมาจากแบบสอบถามของนนทรี สัจจธรรม (2555) ซึ่งใช้แนวคิดทศนคติของ Zimbardo และ Ebbesen (1970)

ชุดที่ 3 แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ จำนวน 10 ข้อ ปรับมาจากแบบสอบถามของรุ่งนภา สังข์แก้ว (2559) ซึ่งใช้แนวคิดแรงสนับสนุนทางสังคมของ House, Umberson และ Landis (1988)

ชุดที่ 4 การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ จำนวน 12 ข้อ ปรับมาจากแบบสอบถามของรุ่งนภา สังข์แก้ว (2559) ซึ่งใช้แนวคิด

การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของ Bandura (1997a)

ชุดที่ 5 ความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ จำนวน 10 ข้อ ปรับมาจากแบบสอบถามของนนทรี สัจจธรรม (2555) ซึ่งใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของ Ajzen (1985) แบบสอบถามชุดที่ 2-5 ใช้คำตอบแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ การแปลผลระดับ ใช้ค่าเฉลี่ย ดังนี้ 4.50-5.00 หมายถึง มากที่สุด, 3.50-4.49 หมายถึง มาก, 2.50-3.49 หมายถึง ปานกลาง, 1.50-2.49 หมายถึง น้อย, และ 0.50-1.49 หมายถึง น้อยที่สุด

คุณภาพของเครื่องมือวิจัย แบบสอบถามชุดที่ 2 ถึง 5 ได้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน และหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามแต่ละข้อกับวัตถุประสงค์ (Index of Item-Objective Congruence (IOC)) ได้เท่ากับ 0.667, 0.867, 0.967 และ 0.934 ตามลำดับ แล้วนำไปทดลองใช้ กับทหารกองประจำการพลัด 1/61 กองร้อยพลเสนารักษ์ โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า จำนวน 30 คน หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ Cronbach ได้เท่ากับ 0.667, 0.967, 0.867 และ 0.934 ตามลำดับ

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยประสานกับผู้บังคับบัญชาของหน่วยทหาร เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ รายละเอียดการวิจัย ประโยชน์ของการวิจัย ผู้วิจัยเป็นผู้แจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างที่หน่วยทหารโดยใส่ซองให้แต่ละบุคคล ให้เวลาตอบแบบสอบถามประมาณ 1 สัปดาห์ และผู้วิจัยขอเก็บแบบสอบถามคืนด้วยตัวเอง ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือน กันยายน พ.ศ. 2561 แบบสอบถามที่ได้รับมีข้อมูลครบถ้วน จำนวน 391 ฉบับ (100.00%)

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โครงการวิจัยนี้ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาโครงการวิจัย กรมแพทย์ทหารบก ตามหนังสือเลขที่ IRBRTA1740/2561 เมื่อวันที่ 31 สิงหาคม พ.ศ. 2561 ผู้วิจัยให้ข้อมูลโดยการ

แจ้งด้วยวาจาเป็นรายบุคคลรวมทั้งมีเอกสารชี้แจงให้พร้อมแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมวิจัยมีอิสระในการตัดสินใจด้วยตนเอง ข้อมูลที่ได้จะนำมาใช้เพื่อวัตถุประสงค์ในการวิจัยเท่านั้น ไม่มีการเปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคลแก่ผู้ที่ไม่เกี่ยวข้อง โดยไม่มีการระบุชื่อ-นามสกุลในแบบสอบถาม และกลุ่มตัวอย่างจะไม่ได้รับผลประโยชน์หรือได้รับผลเสียหายจากการเข้าร่วมวิจัย และไม่มีผลกระทบต่อการปฏิบัติหน้าที่ทางราชการในหน่วยงานของตน

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติเชิงพรรณนา และ Stepwise multiple regression analysis ตัวแปรที่วัดระดับนามบัญญัติ ได้แก่ ระดับการศึกษา และประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ ได้ทำการแปลงเป็นตัวแปรหุ่น

ผลการวิจัย

1. ทหารกองประจำการมีอายุเฉลี่ย 22.34 ปี ระยะเวลาเฉลี่ยในการสูบบุหรี่ 5.88 ปี ปริมาณบุหรี่ที่สูบบุหรี่ต่อวัน เฉลี่ย 9.86 มวน ร้อยละ 54.2 สำเร็จการศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย รองลงมา คือ มัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 33.8 และน้อยที่สุด คือ ปริญญาตรี มีเพียงร้อยละ 12 ร้อยละ 67.5 สูบบุหรี่เป็นประจำทุกวัน ส่วนสูบเป็นครั้งคราว มีร้อยละ 32.0 ร้อยละ 81.1 เคยเลิกสูบบุหรี่ ส่วนอีกร้อยละ 18.9 ไม่เคยเลิกสูบบุหรี่

2. ทหารกองประจำการมีทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่อยู่ในระดับมาก ($M = 3.951$, $SD = 0.986$)

แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ อยู่ในระดับมาก ($M = 3.831$, $SD = 1.010$) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่อยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.347$, $SD = 1.260$) และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ อยู่ในระดับมาก ($M = 3.935$, $SD = 0.761$)

3. ปัจจัยที่สามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการ

3.1 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ ทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ ปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ ประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ และระดับการศึกษา ($r = .611, .537, .347, .110$ และ $.107$ ตามลำดับ) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีดังนี้ ปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ ปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวัน ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ ความถี่ในการสูบบุหรี่ และอายุ ($r = -.228, -.146, -.140$ และ $-.099$ ตามลำดับ) ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างคู่ของตัวแปรอิสระด้วยกันที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ สูงกว่า .5 มีเพียง 1 คู่ ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่กับการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ ($r = .574$, $p < .01$) (ตาราง 1)

ตาราง 1 Correlation Matrix ของปัจจัยที่ศึกษากับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการ (n = 391)

ตัวแปร	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. ความตั้งใจ ฯ	1.000									
2. การรับรู้ความสามารถ ฯ	.611**	1.000								
3. แรงสนับสนุนทางสังคม ฯ	.537**	.574**	1.000							
4. ทศนคติ ฯ	.347**	.332**	.403**	1.000						
5. ประสบการณ์ ฯ	.110*	-.024	.021	.118*	1.000					
6. ระดับการศึกษา	.107*	.100*	.420	.040	.068	1.000				
7. ปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวัน	-.228**	-.152**	-.175**	-.147**	-.168**	-.198**	1.000			
8. ระยะเวลาที่สูบบุหรี่	-.146**	-.118*	-.078	-.073	-.033	-.052	.297**	1.000		
9. ความถี่ในการสูบบุหรี่	-.140**	-.125*	-.090	-.067	-.057	-.136**	.380**	.177**	1.000	
10. อายุ	-.099*	-.024	-.082	-.065	-.001	.300**	.093	.350**	-.028	1.000

*p < .05 , **p < .01

3.2 ปัจจัยที่สามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการ ได้แก่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ ประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ และทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหาร

กองประจำการได้ร้อยละ 44.7 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตาราง 2)

ส่วนปัจจัยที่ไม่สามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ ความถี่ในการสูบบุหรี่ และปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวัน

ตาราง 2 ปัจจัยทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการโดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน (n = 391)

ตัวแปรทำนาย	B	SEB	Beta	t	p-value
การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่	0.308	0.033	0.439	9.365	.000
แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่	0.280	0.060	0.225	4.653	.000
ประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่	1.967	0.831	0.092	2.367	.018
ทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่	0.147	0.073	0.086	2.032	.042
ค่าคงที่	15.276	2.739	-	3.053	.002

R = 0.669, R² = 0.447, F = 6.268, p < .05

สมการทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการในรูปแบบของคะแนนดิบ

$$Y' = 15.276 + 0.308X_{\text{การรับรู้}} + 0.280X_{\text{แรงสนับสนุน}} + 1.967X_{\text{ประสบการณ์}} + 0.147X_{\text{ทัศนคติ}}$$

สมการทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการในรูปแบบของคะแนนมาตรฐาน

$$Zy' = 0.439Z_{\text{การรับรู้}} + 0.225Z_{\text{แรงสนับสนุน}} + 0.092Z_{\text{ประสบการณ์}} + 0.086Z_{\text{ทัศนคติ}}$$

การอภิปรายผลการวิจัย

ปัจจัยที่สามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการได้แก่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ ประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ และทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยเป็นส่วนใหญ่ และเป็นไปตามส่วนหนึ่งของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ของ Ajzen (1985) และส่วนหนึ่งของทฤษฎีอิทธิพลสามทางของ Flay, Petraitis และ Hu (1999) ทั้งนี้อธิบายได้ว่า ทหารกองประจำการที่รับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ สามารถยับยั้งซึ่งใจต่อการสูบบุหรี่ และอดทนอดกลั้นต่อความอยากสูบบุหรี่ได้ สอดคล้องกับบันทึก สัจจาธรรม (2555) ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ($r = .357$) ส่วนแรงสนับสนุนทางสังคมที่ได้จากความใส่ใจ ความห่วงใยของสมาชิกในครอบครัวที่สนับสนุนการเลิกสูบบุหรี่ เป็นกำลังใจสำคัญต่อพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ รวมทั้งการรณรงค์การเลิกสูบบุหรี่ หน่วยงานสีขาว การจัดสถานที่ปลอดบุหรี่เป็นการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับรุ่งนภา สังข์แก้ว (2559) ที่พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ในทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ สอดคล้องกับเขมิกา ปาหา (2555) ที่พบว่า ทัศนคติที่ดีต่อการเลิกสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ในระดับสูง ประสบการณ์ในการเลิก

สูบบุหรี่ สอดคล้องกับรุ่งนภา สังข์แก้ว (2559) ที่พบว่า ผู้ที่พยายามเลิกสูบบุหรี่มากกว่า 24 ชั่วโมงขึ้นไป อย่างน้อย 1 ครั้งมีความตั้งใจที่จะเลิกสูบบุหรี่มากกว่าผู้ที่ไม่พยายามเลิกสูบบุหรี่

ปัจจัยที่ไม่สามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของทหารกองประจำการ ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาที่สูบบุหรี่ ความถี่ของการสูบบุหรี่ และปริมาณบุหรี่ที่สูบต่อวันซึ่งไม่สนับสนุนสมมติฐานการวิจัย อธิบายได้ว่า 5 ตัวแปรนี้อยู่ในกลุ่มปัจจัยภายในบุคคล ซึ่งเลือกมาศึกษาโดยใช้เพียงส่วนน้อยจากทฤษฎีอิทธิพลสามทางของ Flay, Petraitis และ Hu (1999) ผลการวิจัยนี้จึงไม่สนับสนุนบางส่วนของทฤษฎีอิทธิพลสามทางด้วย อาจเป็นเพราะเลือกตัวแปรจากทฤษฎีอิทธิพลสามทางมาศึกษาจำนวนน้อยไป หรือใช้เพียงทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ของ Ajzen ในการอธิบายพฤติกรรมของบุคคลก็เพียงพอแล้ว

ข้อเสนอแนะ

1. การส่งเสริมให้ทหารกองประจำการมีความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ควรพัฒนาความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ ได้แก่ การมีจิตใจที่เข้มแข็ง และลดปัจจัยที่ขัดขวางการเลิกสูบบุหรี่ เพื่อให้มีกำลังใจ และมีแบบอย่างในการเลิกสูบบุหรี่มากขึ้น พร้อมทั้งประชาสัมพันธ์แหล่งประโยชน์หรือองค์กรที่สนับสนุนช่วยเหลือให้ทหารกองประจำการเลิกสูบบุหรี่ เช่น คลินิก

ฟ้าใสโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า หรือศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ (1600) และส่งเสริมการสร้างแรงสนับสนุนทางสังคม

2. การสร้างโปรแกรมส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ ควรเสริมแรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวโดยสนับสนุนให้บุคคลใกล้ชิด เช่น คู่สมรส คู่ชีวิต บุตรหลาน สมาชิก

ในครอบครัว เพื่อนสนิท หรือเพื่อนร่วมงาน มีส่วนร่วมในการให้กำลังใจในทุกขั้นตอนของการเลิกสูบบุหรี่ เข้าใจระดับการติดบุหรี่ ช่วยเหลือ ประคับประคอง กระตุ้นเตือนถึงความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่และช่วยแก้ไขปัญหาที่อาจเผชิญระหว่างขั้นตอนการเลิกสูบบุหรี่จนบรรลุเป้าหมายในการเลิกสูบบุหรี่

เอกสารอ้างอิง

- เชมิกา ปาหา. (2555). *ปัจจัยทำนายความตั้งใจเลิกสูบบุหรี่ของข้าราชการตำรวจ* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- นนทรี สัจจาธรรม. (2555). *ทัศนคติ และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของนักศึกษาวิทยาลัยราชพฤกษ์*. กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยราชพฤกษ์.
- พิชญาวดี กงบุราณ. (2551). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของทหารใหม่กองประจำการ สังกัดกองพันทหารราบที่ 3 กรมทหารราบที่ 1 มหาดเล็กรักษาพระองค์* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- มัลลิกา มาตระกุล, สุรินทร์ กลัมพากร, และอาภาพร เผ่าวัฒนา. (2555). *ปัจจัยทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของผู้สูบบุหรี่จำนวนเองในจังหวัดเชียงราย*. *วารสารพยาบาล*, 61(1), 10-20.
- รุ่งนภา สังข์แก้ว. (2559). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ที่เป็นโรคเรื้อรังชาย* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). *พฤติกรรมการสูบบุหรี่และดื่มสุราของประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามพฤติกรรม*. สืบค้นเมื่อ 14 มิถุนายน 2560, จาก <http://www.nso.go.th/sites /2557/Documents/info /Infographic59/5.Health/1.Health.pdf>
- Ajzen, I. (1985). *From intentions to action: A theory of planned behavior*. New York: Springer-Verlag.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy*. New York: Freeman.
- Flay, B. R., Petraitis, J., & Hu, F. B. (1999). Psychosocial risk and protective factors for adolescent tobacco use. *Nicotine & Tobacco Research*, 1, 59-65.
- House, S. J., Umberson, D., & Landis, R. K. (1988). *Structures and processes of social support*. Retrieved June 15, 2018, from <https://koutsifiles.wordpress.com /2012/08/house-1988.pdf>
- Zimbardo, P. G., & Ebbesen, E. B. (1970). *Influencing attitudes and changing behavior*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An introductory analysis* (3rd ed.). New York: Harper & Row.