

## รายงานการวิจัย

# การสูบบุหรี่: สถานการณ์ และพฤติกรรมของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

อ้อยทิพย์ บัวจันทร์\*, และเมวดี ศรีมงคล\*

Buajun, A., & Srimongkol, M.

Tobacco smoking: Situation and behavior among first year undergraduate students,

Chaiyaphum Rajabhat University.

Thai Journal of Nursing, 63(1), 35-42, 2014.

**Key Words:** Tobacco Smoking, Freshmen, Undergraduate.

### บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสถานการณ์การสูบบุหรี่ ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ทักษะคิดเกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ รวมถึง แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 จำนวน 343 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ทักษะคิดเกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ และความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่ วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุด

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 78.13) อายุเฉลี่ย 18.5 ปี ภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดชัยภูมิ (ร้อยละ 52.77) และไม่สูบบุหรี่ (ร้อยละ 92.72) ร้อยละ 38.19 ระบุว่ามีคนในครอบครัวสูบบุหรี่ ส่วนใหญ่เป็นพ่อ ด้านความรู้พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้

เกี่ยวกับบุหรี่อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 63.56 มีทัศนคติเกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 63.27 และรู้ว่าบุหรี่มีผลเสียต่อสุขภาพ ร้อยละ 96.79 สำหรับนักศึกษาในกลุ่มที่สูบบุหรี่ มีสาเหตุที่เริ่มสูบบุหรี่คืออยากทดลองสูบบุหรี่ ร้อยละ 80.77 และสูบบุหรี่วันละ 42.31 และร้อยละ 57.69 มีค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่เดือนละ 301-400 บาท เหตุผลในการสูบบุหรี่ที่พบมากที่สุด คือ เพื่อผ่อนคลาย (ร้อยละ 76.92) แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาส่วนใหญ่แก้ปัญหาด้วยตนเองโดยการ "ปฏิเสธ" มากที่สุด (ร้อยละ 53.64) จากการศึกษาครั้งนี้พบว่าปัญหาการสูบบุหรี่ยังคงมีอยู่และมีแนวโน้มว่าจะเพิ่มสูงขึ้นเนื่องมาจาก การเข้าถึงที่ง่าย ปัจจัย การปรับตัว การดำเนินชีวิตของนักศึกษา ส่งผลให้เกิดความเครียด สิ่งเหล่านี้มีผลต่อการเริ่มสูบบุหรี่ ส่วนในกลุ่มที่สูบบุหรี่นั้นพบว่ายังขาดแรงจูงใจในการที่จะเลิกสูบบุหรี่ เนื่องจากยังไม่ตระหนักถึงผลเสียที่เกิดจากการสูบบุหรี่

\*อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

## Abstract

The objectives of this study were to examine smoking situation, knowledge about tobacco, attitude towards not smoking, smoking behavior, and how to prevent and manage problems of tobacco smoking. Sample was 343 first-year students from all faculties of Chaiyaphum Rajabhat University, academic year 2013. Data was collected using questionnaires. Data analysis was performed and presented in frequency, percentage, mean, standard deviation, and minimum-maximum score.

Results reveal that most respondents were female (78.13%), average was 18.5 years old, and currently live in Chaiyaphum (52.77%) and not smoking (92.72%). Almost 40 percent of the respondents reveal that their family member smoke, most of them were their fathers. The knowledge about tobacco was most found at high level (63.56%). The attitude towards not smoking was at moderate level (63.27%) and most of them (96.79%) knew that smoking could harm their health. Respondents who were smokers told that the most reason of start smoking (80.77%) was just trying and 42.31% of them were smoking everyday. Almost 60% of smokers paid for tobacco at 301-400 bahts per month and the most reason of smoking (76.92%) was for relaxation. The way to prevent and manage problems of smoking was most performed by themselves, as 53.64% of respondents would say "no" for tobacco offering. These results reveal that tobacco smoking is still being the problem and tend to increase from the easy access to tobacco. As freshmen's stress on lifestyle adaptation and studying, these youth might start smoking. For the smoker students, they had no concern on health hazardous from smoking and had no motivation to stop smoking.

## ความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันทั่วโลกมีผู้สูบบุหรี่ประมาณ 1,000 ล้านคน และคาดการณ์ว่าภายในปี พ.ศ. 2568 จะเพิ่มขึ้นถึงกว่า 1,600 ล้านคน รายงานสรุปสถานการณ์การควบคุมการบริโภคยาสูบของประเทศไทย ระบุว่า มีผู้สูบบุหรี่ในปี พ.ศ. 2554 มากถึง 11.5 ล้านคน โดยสูบบุหรี่เป็นประจำ 9.9 ล้านคน ผู้ชายสูบบุหรี่มากกว่าผู้หญิง 20 เท่า ที่สำคัญเยาวชนไทยอายุ 15-24 ปี เริ่มสูบบุหรี่เร็วขึ้น และจากรายงานขององค์การอนามัยโลก ปี 2554 พบว่าบุหรี่เป็นสาเหตุทำให้ประชากรทั่วโลกเสียชีวิตจากโรคปีละกว่า 6 ล้านราย หรือเฉลี่ยนาทีละ 11 ราย ส่วนในประเทศไทยมีรายงานการเสียชีวิตปีละเกือบ 50,000 ราย และสาเหตุการตาย

อันดับ 1 คือ โรคถุงลมโป่งพอง นอกจากนี้จากการคาดคะเนทางระบาดวิทยาในอีก 20 ปีข้างหน้า ทั่วโลกจะมีจำนวนผู้เสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ เพิ่มขึ้นเป็นปีละ 10 ล้านคน หรือนาทีละ 20 คน ทั้งนี้มีกลุ่มเยาวชนที่เริ่มใช้บุหรี่ประมาณ 80,000 – 100,000 คน ทั่วโลก และในอนาคต เด็ก 250 ล้านคนจะต้องเสียชีวิต เนื่องจากพิษภัยของบุหรี่ (กรองจิต วาทีสาธกกิจ, 2555) ประเทศไทยเป็น 1 ใน 15 ประเทศที่มีอัตราประชากรสูบบุหรี่มากที่สุดในโลก และเป็น 1 ใน 4 ของประเทศในแถบเอเชียที่มีอัตราการสูบบุหรี่ของกลุ่มเยาวชนสูงที่สุด (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2551) ข้อมูลของศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ

(ศจย.) ปี 2555 (ศิริวรรณ พิทยรังสรวรค์ และคณะ, 2555) สรุปได้ว่า ภาคใต้มีอัตราประชากรสูบบุหรี่สูงสุดเป็นอันดับ 1 รองลงมา คือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เริ่มสูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 18 ปี ในเพศชาย และ 21 ปี ในเพศหญิง โดยพบว่า ผู้ที่เริ่มสูบบุหรี่เมื่ออายุน้อยที่สุด เริ่มที่อายุเพียง 6 ปี ปัจจัยสำคัญที่ทำให้เริ่มสูบบุหรี่โดยเฉพาะในกลุ่มของวัยรุ่น ได้แก่ วัยรุ่นสามารถเข้าถึงบุหรี่ได้ง่าย รวมถึงสื่อโฆษณาเกี่ยวกับบุหรี่มีให้เห็นเกือบทุกวัน อีกทั้งวัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ในช่วงของการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ มีความอ่อนไหวต่อสิ่งรอบข้าง เป็นวัยที่อยากรู้อยากลอง สะท้อนให้เห็นว่าวัยรุ่นเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการติดบุหรี่ที่มีแนวโน้มจะรุนแรงขึ้น (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ, 2550)

จังหวัดชัยภูมิ เป็นจังหวัดที่มีความเจริญทั้งทางด้านเศรษฐกิจ มีโรงงานอุตสาหกรรม มีสถานบันการศึกษาหลายแห่ง จึงมีวัยรุ่นหรือเยาวชนที่มีอายุประมาณ 18 ปี เข้ามาเรียนหนังสือเป็นจำนวนมาก เยาวชนกลุ่มนี้ เป็นเป้าหมายของกลุ่มผู้ประกอบการของสถานบริการบันเทิงและร้านค้า ทั้งรายใหญ่และรายย่อย ที่จำหน่ายสินค้าและบริการเพื่อความบันเทิงต่างๆ โดยมีสื่อโฆษณา เช่น โทรทัศน์ วิทยุ สิ่งพิมพ์ต่างๆ เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดค่านิยมต่อการสูบบุหรี่มากขึ้น แม้แต่ในชุมชนเองก็มีกิจกรรมที่กระตุ้นให้เด็กและเยาวชนรับรู้และซึมซับเอาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ที่สะท้อนออกมาในรูปของการจัดงานบุญประเพณีต่างๆ การศึกษาเกี่ยวกับสถานการณ์การสูบบุหรี่ในจังหวัดชัยภูมิ จากกลุ่มตัวอย่าง 1,909 คน พบว่า ผู้สูบบุหรี่ส่วนใหญ่เริ่มสูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ 15 ปี รองลงมา คือ อายุ 14 ปี และ 13 ปี สาเหตุที่เริ่มสูบ คือ อยากรอง ร้อยละ 43.1 รองลงมาคือ การตามอย่างเพื่อน (เพื่อนชวน) ร้อยละ 16.9 (มานพ คณะโตและ สุชาติดา ภัยหลีกถึ, 2547) แสดงให้เห็นว่าสถานการณ์การสูบบุหรี่ของนักเรียน นักศึกษาในเขตเทศบาลเมืองจังหวัดชัยภูมิ ยิ่งนับวันจะขยายวงกว้างและ

เพิ่มความรุนแรงมากขึ้น จากการเข้าถึงแหล่งจำหน่ายบุหรี่ได้ง่าย จึงพบการสูบบุหรี่ในเยาวชนกลุ่มอายุที่น้อยลงเรื่อยๆ ถึงแม้จะมีนโยบายมาตรการ ตลอดจนพระราชบัญญัติคุ้มครองเด็กและเยาวชนมาบังคับใช้ก็ตาม โดยเฉพาะในมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิที่เป็นสถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่มีนักศึกษาเป็นจำนวนมาก ถ้าไม่ได้รับการป้องกันและแก้ไข สิ่งที่จะตามมาคือ ปัญหาด้านการเรียน ด้านสุขภาพ ด้านสังคม ผู้วิจัยในบทบาทพยาบาลจึงมีความสนใจศึกษาเรื่องนี้ เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหามหาวิทยาลัย ของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

ศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ชั้นปีที่ 1 โดยมีวัตถุประสงค์เฉพาะ ได้แก่ ศึกษาสถานการณ์การสูบบุหรี่ ความรู้ ทักษะคิดเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ รวมถึงแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ชั้นปีที่ 1

### วิธีดำเนินการวิจัย

**ชนิดของการวิจัย** เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional descriptive study)

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**ประชากร**คือนักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 จำนวน 1,270 คน (สำนักทะเบียนและประมวลผลมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ, 2556)

#### กลุ่มตัวอย่าง

ใช้สูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างที่ใช้ในการสำรวจเพื่อการประมาณสัดส่วน กรณีทราบขนาดของประชากรของ Cochran (1977) ตามสูตร

$$n = \frac{NZ^2_{a/2}pq}{Nd^2 + Z^2_{a/2}pq}$$

เมื่อ  $n$  = ขนาดตัวอย่าง

$N$  = จำนวนประชากร คือนักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ในปีการศึกษา 2556 จำนวน 1,270 คน

$Z_{a/2}$  = ค่าสถิติของการแจกแจงแบบปกติมาตรฐาน เมื่อกำหนดระดับความเชื่อมั่นของการประมาณค่าที่ 95%

$P$  = สัดส่วนของตัวแปรตามหลักในการศึกษาครั้งนี้ คือ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษามหาวิทยาลัย จากการศึกษาของจินตนา วงศ์วาน (2548) ที่พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยสูบบุหรี่ร้อยละ 38.1 ดังนั้นค่า  $p = 0.381$  และ  $q = 1-p$

$d$  = ความคลาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดขึ้นในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดให้ความคลาดเคลื่อนของค่าสัดส่วนที่ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างแตกต่างจากค่าสัดส่วนของประชากรมีค่าเท่ากับ 0.05

แทนค่าในสูตรได้ขนาดตัวอย่าง จำนวน 343 คน ผู้วิจัยได้คำนวณขนาดตัวอย่างตามสัดส่วนของนักศึกษาแต่ละคณะ โดยการสุ่มตัวอย่างจากบัญชีรายชื่อนักศึกษาแต่ละคณะ ที่มีการจัดเรียงตามรหัสนักศึกษา จับสลากรายชื่อนักศึกษาคนแรกจากตารางเลขสุ่ม และหารายชื่อนักศึกษาคนต่อไปตามระยะห่างของจำนวนนักศึกษาแต่ละคณะ

**เครื่องมือวิจัย** เป็นแบบสอบถาม มี 3 ส่วนดังนี้

**ส่วนที่ 1** ข้อมูลส่วนบุคคล เพศ อายุ ภูมิลำเนา จำนวน 3 ข้อ

**ส่วนที่ 2** แบบสอบถามสถานการณ์การสูบบุหรี่ ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ทักษะชีวิตที่มีต่อผู้สูบบุหรี่ และพฤติกรรมการสูบบุหรี่

2.1) แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ เป็นแบบปรนัย 2 ตัวเลือก ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิด ได้ 0 คะแนน มีจำนวน 10 ข้อ แบ่งความรู้เป็น 3 กลุ่ม โดยใช้

เกณฑ์ของ Bloom และคณะ (1971) ดังนี้  
มีคะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป จัดให้อยู่ในกลุ่มความรู้สูง

มีคะแนนร้อยละ 60-79 จัดให้อยู่ในกลุ่มความรู้ปานกลาง

มีคะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 จัดให้อยู่ในกลุ่มความรู้ต่ำ

2.2) แบบสอบถามทัศนคติต่อการไม่สูบบุหรี่ มีลักษณะเป็นแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ โดยกำหนดค่าคะแนน ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนนคำถามในเชิงบวก

4 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

3 หมายถึง เห็นด้วย

2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย

1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

คำถามในเชิงลบ กลับคะแนนการให้เป็น 1-4

มีจำนวน 10 ข้อ แบ่งทัศนคติเป็น 3 กลุ่ม โดยใช้เกณฑ์ของ Bloom และคณะ (1971) ดังนี้

มีคะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป จัดให้อยู่ในกลุ่มทัศนคติต่อการไม่สูบบุหรี่ดี

มีคะแนนร้อยละ 60-79 จัดให้อยู่ในกลุ่มทัศนคติปานกลาง

มีคะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 จัดให้อยู่ในกลุ่มทัศนคติไม่ดี

2.3) แบบสอบถามพฤติกรรมการสูบบุหรี่ มีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิดและปลายปิด เป็นข้อคำถามกรณีในกลุ่มตัวอย่างสูบบุหรี่ ประกอบการมีคนสูบบุหรี่ในครอบครัว รายได้ต่อเดือนของคนที่สูบบุหรี่ สาเหตุที่สูบบุหรี่ ความถี่ในการสูบบุหรี่ ค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่ต่อเดือน โอกาสในการสูบบุหรี่ สถานที่ที่มักจะสูบบุหรี่ ประเภทของบุหรี่ที่สูบ ความรู้สึกเปรียบเทียบระหว่างบุหรี่ในประเทศและต่างประเทศ ความคาดหวังในการเลิกสูบบุหรี่ในอนาคต และบุคคลที่จะสามารถทำให้เลิกบุหรี่ได้ในอนาคต รวมจำนวน 14 ข้อ

**ส่วนที่ 3** ความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการป้องกัน และแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่ของนักศึกษา ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบปลายเปิด จำนวน 5 ข้อ และคำถามปลายปิดจำนวน 28 ข้อ ประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะและวิธีการป้องกันและแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่

เครื่องมือวิจัยได้รับการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ปรับปรุง และนำไปใช้กับนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย จำนวน 30 คน นำมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยความรู้ ใช้วิธีการของคูเดอร์แอนด์ริชาร์ดสัน (KR20) ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.84 ทศนคติใช้หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient) ได้เท่ากับ 0.83

**การเก็บรวบรวมข้อมูล** โดยทำหนังสือจากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ส่งถึงคณบดีทุกคณะในมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ เพื่อขออนุญาต และขอความร่วมมือจากอาจารย์และนักศึกษาทุกคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จากนั้น ผู้วิจัยเข้าแนะนำตัวและประสานงานกับอาจารย์แต่ละคณะ ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามและเดินทางไปรับแบบสอบถามคืนตามวันนัดจากผู้ประสานงาน และนัดวันเก็บแบบสอบถามอีกครั้ง จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องและครบถ้วนของข้อมูล ก่อนนำข้อมูลไปวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป หาค่าจำนวน (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ค่าต่ำสุด (Minimum) ค่าสูงสุด (Maximum) การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis)

#### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้ทำการอธิบายขั้นตอนการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างรับทราบ และเปิดโอกาสให้ซักถาม โดยคำนึงถึงความพร้อมของกลุ่มตัวอย่าง รวมไปถึงการพิทักษ์สิทธิโดยแจ้งให้ทราบว่า การเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมการวิจัยขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจของกลุ่มตัวอย่าง และจะไม่มีผลกระทบ

ใดๆ กลุ่มตัวอย่างสามารถบอกยุติการให้ความร่วมมือได้ตลอดเวลา สำหรับการนำข้อมูลไปอภิปราย หรือพิมพ์เผยแพร่จะกระทำในภาพรวม จากนั้นให้ผู้ที่ยินดีเข้าร่วมการวิจัยลงลายมือชื่อรับทราบ

#### ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นหญิง จำนวน 268 คน (ร้อยละ 78.13) อายุระหว่าง 17 ถึง 24 ปี อายุเฉลี่ย 18.54 ปี (SD = 1.85) และมีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดชัยภูมิ (ร้อยละ 52.77) มีนักศึกษาที่สูบบุหรี่ 26 คน (ร้อยละ 7.58) ส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน 3,001-4,000 บาท (ร้อยละ 42.31) และผู้ที่มีคนในครอบครัวสูบบุหรี่มีจำนวน 131 คน (ร้อยละ 38.19) ในกลุ่มนี้เป็นบิดา 108 คน (ร้อยละ 82.44) พี่ชาย 11 คน (ร้อยละ 8.40) และ คุณตา 6 คน (ร้อยละ 4.58)

**ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่** กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้ ในระดับสูง (ร้อยละ 63.56) รองลงมา มีความรู้ อยู่ในระดับปานกลาง และระดับต่ำ ร้อยละ 35.28 และ 1.17 ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยความรู้เท่ากับ 7.14 คะแนน (SD = 2.36) ในกลุ่มนักศึกษาที่สูบบุหรี่ มีความรู้ อยู่ในระดับสูง และระดับปานกลาง ใกล้เคียงกัน คือ ร้อยละ 50.0 และ 46.15 ตามลำดับ ส่วนในกลุ่มที่ไม่สูบบุหรี่ มีความรู้ อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 64.67 มีความรู้ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.38

**ทัศนคติเกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่** กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีทัศนคติเกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่ อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 63.27) รองลงมา มีทัศนคติอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 36.15) และระดับไม่ดี (ร้อยละ 0.58) กลุ่มนักศึกษาที่สูบบุหรี่ ส่วนใหญ่มีทัศนคติอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 57.69) กลุ่มที่ไม่สูบบุหรี่ ส่วนใหญ่มีทัศนคติ ระดับปานกลาง (ร้อยละ 63.72) โดยไม่พบว่า มีทัศนคติไม่ดีต่อการไม่สูบบุหรี่ (ตาราง 1)

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่สูบบุหรี่และไม่สูบบุหรี่ จำแนกตามความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ และทัศนคติเกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่ (n = 343)

ตัวแปร	สูบบุหรี่ (n = 26)		ไม่สูบบุหรี่ (n = 317)		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่</b>						
ความรู้สูง	13	50.00	205	64.67	218	63.56
ความรู้ปานกลาง	12	46.15	109	34.38	121	35.28
ความรู้ต่ำ	1	3.85	3	0.95	4	1.17
<b>ทัศนคติเกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่</b>						
ทัศนคติระดับดี	9	34.62	115	36.28	124	36.15
ทัศนคติระดับปานกลาง	15	57.69	202	63.72	217	63.27
ทัศนคติไม่ดี	2	7.69	0	0.00	2	0.58

ทัศนคติที่มีต่อผู้สูบบุหรี่ ส่วนใหญ่ระบุว่ามีผลเสียต่อสุขภาพและทำลายสุขภาพ (ร้อยละ 96.79) รองลงมาระบุว่าเป็นที่รังเกียจของสังคม (ร้อยละ 79.88) และมีผลเสียต่อคนรอบข้างเป็นการทำลายคนรอบข้าง (ร้อยละ 75.80) สำหรับความคิดเห็นที่มีต่อผู้สูบบุหรี่นั้น ส่วนใหญ่รู้สึกรังเกียจไม่อยากอยู่ใกล้ (ร้อยละ 92.42) รองลงมาคือรู้สึกไม่ชอบ และรู้สึกเฉยๆ (ร้อยละ 46.06 และ 3.50 ตามลำดับ)

**พฤติกรรมกาสูบบุหรี่ย** สาเหตุที่สูบบุหรี่ในกลุ่มนักศึกษาที่สูบบุหรี่ 26 คน พบว่า เกิดจากความอยากรทดลองสูบ (ร้อยละ 80.77) รองลงมา คือตามอย่างเพื่อนหรือเพื่อนชักชวนให้สูบ และสูบบุหรี่เมื่อมีความเครียดหรือวิตกกังวล และจะสูบทุกวันมากที่สุด (ร้อยละ 42.31) รองลงมาคือ สูบวันเว้นวัน (ร้อยละ 30.77) ทั้งนี้ นักศึกษาที่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่ 301-400 บาทต่อเดือน (ร้อยละ 57.69) มักจะสูบบุหรี่เมื่อต้องการผ่อนคลาย (ร้อยละ 76.92) รองลงมาคือเมื่อสังสรรค์กับเพื่อน (ร้อยละ 50.00) และสูบบุหรี่ในบริเวณที่ปกอาศัย

(ร้อยละ 100) รองลงมาคือในรถหรือปั๊มน้ำมัน (ร้อยละ 61.54) ชนิดของบุหรี่ที่สูบเป็นบุหรี่ในประเทศ (ร้อยละ 46.15) เป็นบุหรี่ทั้งในประเทศและต่างประเทศ (ร้อยละ 42.31) และเมื่อสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการเลิกสูบบุหรี่ในอนาคต ส่วนใหญ่ระบุว่า ไม่แน่ใจว่าจะเลิกได้ (ร้อยละ 69.23) รองลงมาคือ คิดว่าจะเลิกได้ภายใน 1 ปี (ร้อยละ 11.54) และคิดว่าจะเลิกได้ภายใน 10 ปี (ร้อยละ 7.69) โดยบุคคลที่จะสามารถทำให้กลุ่มตัวอย่างเลิกบุหรี่ได้นั้น ส่วนใหญ่ระบุว่า เป็นตัวเอง (ร้อยละ 61.54) รองลงมาคือ บิดามารดา (ร้อยละ 42.13)

**การป้องกันและแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่าง** พบว่า ส่วนใหญ่แก้ปัญหาด้วยตนเอง โดยปฏิเสธเมื่อเพื่อนหรือคนอื่นชวนสูบ คิดเป็นร้อยละ 53.64 **ด้านครอบครัว** โดยให้ผู้ปกครองเลิกบุหรี่เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดี และการสร้างจิตสำนึกที่ดีในครอบครัว **ด้านกลุ่มเพื่อน** โดยให้ความรักความหวังดีเตือนถึงอันตรายจากการสูบ **ด้านหมู่บ้านหรือชุมชน** โดยการรณรงค์ให้หมู่บ้าน/ชุมชนปลอดควันบุหรี่ **ด้านสังคม** โดยการเข้ามาตรการทาง

กฎหมายบังคับการผลิต และการจำหน่ายบุหรี่ นอกจากนี้ นักศึกษายังให้ข้อเสนอแนะว่า การแก้ปัญหาที่เหมาะสมควรเป็นการอบรมให้ความรู้ การรณรงค์เกี่ยวกับพิษภัยบุหรี่ การกำหนดบทลงโทษตามกฎหมาย และการกำหนดสถานที่สาธารณะปลอดควันบุหรี่ตามกฎหมาย

### การอภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาในครั้งนี้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ย 18.54 ปี และมีผู้สูบบุหรี่มากถึง 26 คน อีกทั้งมีสมาชิกครอบครัวสูบบุหรี่ซึ่งส่วนใหญ่เป็นบิดา สอดคล้องกับนันทาสูรักษา (2546) ในด้านของความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ พบว่า ผู้ที่สูบบุหรี่ มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องบุหรี่อยู่ในระดับสูง และปานกลางใกล้เคียงกัน คือร้อยละ 50.5 และ 46.15 สอดคล้องกับ ประวิณ สิ้นเศรษฐกุล และ นเรศ สุริยกาญจน์ (2537) ที่พบว่า แม้จะรู้ถึงอันตรายต่อสุขภาพ แต่ยังสูบบุหรี่เพราะคิดว่าตนยังมีสุขภาพแข็งแรง และสูบมานานแต่ไม่มีอาการเจ็บป่วยใดๆ เห็นได้ว่า ในกลุ่มผู้สูบบุหรี่ มีความรู้เกี่ยวกับโทษ ผลกระทบและอันตรายที่เกิดจากการสูบบุหรี่ในระดับสูงถึงปานกลาง แต่ไม่มีแรงจูงใจที่จะเลิกบุหรี่ ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการไม่สูบบุหรี่ พบว่า ผู้ที่สูบบุหรี่มีทัศนคติในระดับปานกลาง โดยคิดว่ามีทั้งผลดีและผลเสีย สอดคล้องกับ ประวิณ สิ้นเศรษฐกุล และนเรศ สุริยกาญจน์ (2537) ที่พบว่าในผู้ที่สูบบุหรี่เป็นประจำ เห็นว่าการสูบบุหรี่ทำให้ผ่อนคลายความเหงา ช่วยลดความเครียด และสอดคล้องกับ จิราพร สุวรรณธีรางกูร (2543) ที่พบว่าวัยรุ่นมีความคิดเห็นทางบวกต่อบุหรี่ มีโอกาสเริ่มสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น วัยรุ่นที่สูบบุหรี่ไม่ค่อยคำนึงถึงผลเสียของการสูบบุหรี่ แต่รับรู้ถึงความพึงพอใจ หรือผลดีที่จะได้รับจากการสูบบุหรี่มากกว่า ด้านของพฤติกรรมการสูบบุหรี่ พบว่า ผู้ที่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่เริ่มจากอยากทดลอง (ร้อยละ 80.77) โดยสูบบุหรี่ทุกวัน และมีค่าใช้จ่ายในการซื้อบุหรี่ต่อเดือนระหว่าง 301-400 บาท สอดคล้องกับสเปญ อุ๋นออนค์ (2551) ที่พบว่า ผลที่เกิดต่อจิตใจในผู้ที่ติดบุหรี่ คือการเรียนรู้ว่าการสูบบุหรี่ทำให้

หายเครียด เพลิดเพลิน หายเบื่อ เมื่อไหร่ที่รู้สึกเครียดๆ เบื่อๆ ก็จะนึกถึงบุหรี่ และสูบจนเป็นพฤติกรรม ผลการศึกษาเกี่ยวกับการเลิกสูบบุหรี่ในอนาคต ในกลุ่มที่สูบบุหรี่พบว่า ส่วนใหญ่ไม่แน่ใจว่าจะเลิกได้ (ร้อยละ 69.23) และคิดว่าบุคคลที่จะทำให้สามารถเลิกบุหรี่ได้ คือตัวเอง (ร้อยละ 61.54) จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า จากมุมมองของผู้ที่สูบบุหรี่เองนั้น การเลิกบุหรี่เป็นสิ่งที่ทำได้ค่อนข้างยาก สอดคล้องกับสุริย์ จันทรโมลี (2536) ที่กล่าวถึงพฤติกรรมขาดบุหรี่ไม่ได้ (Addictive smoking) ว่า บุคคลกลุ่มนี้เป็นพวกติดบุหรี่ ถือว่าบุหรี่เป็นสิ่งจำเป็น ถ้าไม่ได้สูบจะรู้สึกไม่สบาย การสูบบุหรี่จะช่วยให้สบายใจ พอใจ และช่วยลดความกดดัน จึงส่งผลให้คนกลุ่มนี้เลิกบุหรี่ได้ยาก ต้องใช้ความพยายามและตั้งใจอย่างมาก

จะเห็นได้ว่า กลุ่มนักศึกษามีความเสี่ยงต่อการเริ่มสูบบุหรี่สูง เนื่องมาจากเป็นวัยที่อยู่ในช่วงอยากรู้อยากลอง และการเข้าเรียนในระดับอุดมศึกษาต้องมีการปรับตัวค่อนข้างมาก ซึ่งเป็นปัจจัยส่งเสริมให้เริ่มสูบบุหรี่ได้เช่นกัน ผลการศึกษาในผู้ที่สูบบุหรี่ เกี่ยวกับการเลิกสูบบุหรี่ในอนาคตยังแสดงให้เห็นว่า แม้จะมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโทษ และพิษภัยที่เกิดจากควันบุหรี่ รวมถึงทัศนคติของผู้อื่นที่มีต่อผู้ที่สูบบุหรี่ ยังไม่เพียงพอที่จะเป็นแรงจูงใจในการเลิกบุหรี่ ดังนั้น สถานการณ์การสูบบุหรี่ในกลุ่มวัยรุ่นนับวันจะยิ่งเพิ่มมากขึ้น แม้ว่าในปัจจุบันจะมีกฎหมายควบคุมยาสูบ แต่อัตราการสูบบุหรี่ยังคงเพิ่มขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากโฆษณาแฝงของบริษัทบุหรี่ การไม่ปฏิบัติตามที่กฎหมายกำหนด ทำให้วัยรุ่นสามารถเข้าถึง หรือซื้อหาบุหรี่ได้ง่าย ที่สำคัญคือตัวผู้สูบเองที่ไม่ตระหนักถึงผลเสียต่อสุขภาพ สิ่งทีกล่าวมานี้ถือเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นระยะเวลานาน และยังมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้น และทวีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้นในอนาคต ต่อไป หากเรายังไม่มีความตระหนัก และสร้างความตระหนัก ในบุคคลกลุ่มที่สูบบุหรี่นี้ ปัญหาจะยิ่งเรื้อรังและขยายวงกว้างเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ และส่งผลกระทบต่อสังคม ชาติ และทั่วโลกได้ต่อไปในอนาคต

## ข้อเสนอแนะ

ในส่วนของสถาบันการศึกษา ควรมีการนำผลการศึกษาไปเป็นแนวทางกำหนดนโยบาย ด้านการจัดสิ่งแวดล้อมปลอดควันบุหรี่ในสถาบันการศึกษา การห้ามสูบบุหรี่ของนักศึกษาเพื่อลดผู้สูบบุหรี่ใหม่ ควรมีการให้ความรู้ที่ครอบคลุมแนวทางการป้องกันโดยอาจารย์เนื้อหาเกี่ยวกับความรู้และพิษภัยบุหรี่ในหลักสูตร มีการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมศักยภาพนักศึกษาในด้านการเรียนและการดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิต เช่น จัดระบบในการให้การดูแล จัด

ระบบอาจารย์ที่ปรึกษา จัดกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน หรือพี่ช่วยน้อง เพื่อให้ นักศึกษามีแหล่งในการช่วยเหลือ สนับสนุน เมื่อเวลาเกิดปัญหาส่วนในผู้ที่สูบบุหรี่ อาจจัดบริการช่วยเหลือ บุหรี่ และการรณรงค์ให้ลด ละ เลิก บุหรี่ โดยการมีส่วนร่วมของคณาจารย์ผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญและองค์การนักศึกษา การวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษารูปแบบการจัดโครงการลด ละ เลิก บุหรี่ โดยศึกษาวิธีการจากผู้ที่สามารถเลิก บุหรี่ ได้ ซึ่งจะเป็นข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการจัดบริการเพื่อลด ละ เลิก บุหรี่ที่เหมาะสมกับบริบทของนักศึกษา

## เอกสารอ้างอิง

- กรองจิต วาที่สาธกกิจ. (2555). *การประเมินผลโครงการโรงพยาบาลปลอดบุหรี่: ศูนย์กลางการแก้ปัญหาบุหรี่และสุขภาพระดับชุมชน* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่.
- จิราพร สุวรรณธีรานุ. (2543). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นในสถานศึกษา จังหวัดเชียงใหม่. *เชียงใหม่เวชสาร*, 39, 9-19.
- นันทา ผู้รักษา. (2546). *โครงการการศึกษาปัจจัยด้านครอบครัวและกลุ่มเพื่อนที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกาสูบยาบ้าของวัยรุ่น: แนวทางการป้องกันแก้ไข*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- ประวิณ สิ้นเศรษฐกุล และ นเรศ สุริยาภรณ์. (2540). การสำรวจพฤติกรรมกาสูบยาบ้าของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนบน. *วารสารจิตวิทยาคลินิก*, 28(2), 40-53.
- มานพ คณะโต และ สุชาติ ภัยหลีกถี่. (2547). พฤติกรรมกาใช้สารเสพติดในกลุ่มผู้ต้องโทษ. *วารสารประชากรศาสตร์*, 20(2), 31-45.
- ศิริวรรณ พิทยรังสรวร์ ประภาพรรณ เอี่ยมอนันต์ ปวีณา บัณฑิตกระจำง และ กุมภการ สมมิตร. (2555). *สรุปสถานการณ์การควบคุมการบริโภคยาสูบของประเทศไทย พ.ศ. 2555* (ปรับปรุงครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: เจริญดีมีมั่นคง.
- สเปญ อุ๋นองงค์. (2551). *คู่มืออดบุหรี่สำหรับประชาชน*. ค้นเมื่อวันที่ 2 กันยายน 2556, จาก <http://www.ramamental.com/medicalstudent/generalpsyc/howtoquitsmoking/>
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2550). *ข้อมูลการสูบบุหรี่ในกลุ่มเยาวชน*. ค้นเมื่อวันที่ 8 สิงหาคม 2556, จาก <http://www.thaihealth.or.th>
- Bloom, B. S., Hasting, J.T., & Madaus, F. G. (1971). *Handbook on formative and summative evaluation of student learning*. New York: McGraw-Hill.
- Cochran, W. G. (1977). *Sampling techniques* (3rd ed). New York: John Wiley & Sons.