

Received: 21 Jan 2023, Revised: 5 Feb. 2023

Accepted: 6 Feb. 2023

นิพนธ์ต้นฉบับ

ประสิทธิผลของโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคม
เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

วิวัฒน์ สุดเพาะ^{1*}, นฤมล ลินสุพรรณ², ชนะพล ศรีฤชา³

บทคัดย่อ

การวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) นี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ในนักเรียนกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในปีการศึกษา 2565 เลือกมาแบบเจาะจง (Purposive Sampling) (จำนวน 60 คน จาก 2 โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ 30 คน (กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม) โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งประกอบด้วย การชมคลิปวีดีโอ คู่มือการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จัดบอร์ดให้ความรู้เรื่องแอลกอฮอล์ และการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ โดยการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้วิจัยในการให้ความรู้ กระตุ้นเตือนโดย เพื่อนครูและผู้ปกครอง กลุ่มควบคุมได้รับสุขศึกษาตามปกติในโรงเรียนระยะเวลาดำเนินการ 12 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ลักษณะทางประชากรโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา เปรียบเทียบความแตกต่าง ค่าเฉลี่ยคะแนน วิเคราะห์ด้วยสถิติ Paired t-test และ Independent t-test ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

ผลการศึกษา พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนและค่าเฉลี่ยความแตกต่าง ของคะแนนด้านความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทศนคติ ต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) โดยมีปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สรุป โปรแกรมนี้มีประสิทธิผลในการป้องกันพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกลุ่มเป้าหมายที่มีลักษณะใกล้เคียงได้

คำสำคัญ : การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์,ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน,การสนับสนุนทางสังคม,นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

¹ นักศึกษาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภาวะผู้นำและนวัตกรรมการจัดการสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเซีย

^{2,3} รองศาสตราจารย์ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภาวะผู้นำและการจัดการสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเซีย

* Corresponding author E-mail : tou30529@gmail.com

Original Article

The Effectiveness of Alcohol Drinking Prevention Program by Application of The Theory of Planned Behavior with Social Support on Alcohol Drinking Preventive behaviors among High School Students

Wittawat Sudpror¹, Narumon Sinsupan²,
Chanaphol Sriruecha³

Abstract

This Quasi-Experimental research aimed to study the effects of alcohol drinking prevention program by applying of the Plan Behavior theory together with Social support in high school. The samples were 60 high school students who were studying in mattayomsuksa 4 at the secondary school in Nam Phong District Khon Kaen Province, academic year 2022, then divided into 2 groups (experimental group and control group), each group was 30 students. The experimental group received alcohol prevention program which consists of watching video clips, alcohol prevention guideline handbook, organized a forum to discussion and exchange of experience about alcohol through receiving social support from researchers, teachers, friends and parents. The control group received normal health education about alcohol prevention in school. The experimental was conducted for 12 weeks. Data were collected by using questionnaires, and demographic characteristics were analyzed using descriptive statistics. Comparative mean score difference by Paired t-test and Independent t-test at a significance level of 0.05.

The results showed that after the experiment, the experimental group had the mean score and the mean score difference of alcohol knowledge, attitudes toward perceived benefits of not drinking alcohol, cognitive behavior control in preventing alcohol use and intention to prevent drinking alcohol were significantly higher than before the experiment (p - value < 0.001) and significantly higher than the Control group (p - value < 0.001). And the score of the problems from drinking alcohol was less than the control group at the statistical significance level of 0.05. In conclusion, this program was effective for alcohol prevention among students, it should be applied to an others high school which similar context.

Keywords: Alcohol Drinking Prevention, Planed behavior theory, Social support, High school student

¹ Master of Public Health student Leadership and Innovation in Health Management Faculty of Science and Technology College of Asian scholars.

^{2,3} Associate Professor, Master of Public Health Program Leadership and Innovation in Health Management Faculty of Science and Technology College of Asian scholars.

* Corresponding author E-mail : tou30529@gmail.com

บทนำ

ในสังคมปัจจุบันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ขยายเข้าสู่กลุ่มเด็กและเยาวชนมากขึ้นจากปัจจัยต่างๆ เช่น ความอยากรู้อยากลอง กลุ่มเพื่อน การเข้าถึง สื่อโฆษณา เป็นต้น ถือได้ว่าเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ และทวีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากแอลกอฮอล์ถือได้ว่าเป็นสิ่งเสพติดชนิดหนึ่ง บุคคลที่สามารถซื้อแอลกอฮอล์ได้ต้องมีอายุไม่ต่ำกว่า 20 ปี บริบูรณ์ ซึ่งสามารถหาซื้อได้ง่ายและครอบครองได้โดยไม่ผิดกฎหมายมีการดื่มกันอย่างแพร่หลาย ทำให้เกิดโรคและการเจ็บป่วยกว่า 230 ชนิด ตาม ICD-10¹¹ (หรือบัญชีการจำแนกโรคและปัญหาสุขภาพฯ เพื่อข้อมูลทางสถิติระหว่างประเทศฉบับทบทวนครั้งที่ 18) จากข้อมูลภาระโรคและการบาดเจ็บจากผลกระทบจากการบริโภค เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับโลกปี 2560 แอลกอฮอล์เป็นปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพในลำดับที่ 7 ของการตายและพิการของประชากรทั้งหมด และเป็นปัจจัยเสี่ยงอันดับหนึ่งของประชากรกลุ่มอายุ 15-49 ปีโดยมีคนเสียชีวิตด้วยโรคและการบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประมาณ 3 ล้านคนต่อปี(คิดเป็นร้อยละ 5.3 ของการเสียชีวิตทั้งหมดทั่วโลก)¹¹ ในจำนวนนี้ส่วนใหญ่เป็นชาย (ร้อยละ 75) และในสัดส่วนของการตายด้วยโรคและความเจ็บป่วยจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นี้ส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากการบาดเจ็บทั้งจากอุบัติเหตุจราจรและการฆ่าตัวตาย (ร้อยละ 29) โรคระบบทางเดินอาหาร (ร้อยละ 21) โรคหลอดเลือดหัวใจ (ร้อยละ 19) โรคติดเชื้อ (ร้อยละ 13) และโรคมะเร็ง (ร้อยละ 13) โดยคิดเป็นประมาณร้อยละ 7.2 ของการตายก่อนวัยอันควรทั้งหมด เมื่อพิจารณาจากกลุ่มประเทศ พบว่า กลุ่มประเทศรายได้ต่ำมีสัดส่วนการเสียชีวิตด้วยโรคไม่ติดต่อ และการบาดเจ็บที่เกิดจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่ากลุ่มประเทศรายได้สูง ในขณะที่กลุ่มประเทศรายได้สูงมีสัดส่วนการเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่ากลุ่มประเทศรายได้ต่ำ¹¹

จากการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2560 พบว่า ประชากรในประเทศไทยที่อายุ 15 ปีขึ้นไปทั้งสิ้น 55.9 ล้านคน เป็นผู้ดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในรอบปีที่แล้วประมาณ

15.9 ล้านคน (ร้อยละ 28.4) โดยเป็นผู้ที่ดื่มสม่ำเสมอ 6.98 ล้านคน (ร้อยละ 12.5) และเป็นผู้ที่ดื่มนานๆ ครั้ง 8.91 ล้านคน(ร้อยละ 15.9) กลุ่มอายุ 25-44 ปี มีอัตราการดื่มสุราสูงสุด (ร้อยละ 36.0) กลุ่มอายุ 20-24 ปี และ 45-49 ปี มีอัตราการดื่มสุราใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 33.5 และ 31.1 ตามลำดับ) กลุ่มผู้สูบบุหรี่ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) มีอัตราการดื่มสุราร้อยละ 15.2 สำหรับกลุ่มเยาวชน (อายุ 15-19 ปี) มีอัตราการดื่มสุราต่ำสุด (ร้อยละ 13.6)¹¹ จากการวิเคราะห์แนวโน้ม ความชุกของผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบดื่มประจำของประชากรกลุ่มต่างๆ ระหว่างปีพ.ศ. 2547-2557 พบว่า กลุ่มอายุ 15-24 ปีดื่มเพิ่มขึ้น จากร้อยละ 23.5 เป็นร้อยละ 25.2 หากรัฐบาลและสังคมไม่มีมาตรการที่ดีพอ อนาคตของเด็กไทยจะเต็มไปด้วยผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากนั้น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ส่งผลกระทบหลายอย่าง เช่น เกิดอาการมึนเมาในผู้ที่ดื่ม ทำให้ขาดสติยังคิด จิตใจและอารมณ์ไม่ปกติ ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ ก่อให้เกิดเหตุทะเลาะวิวาท ซึ่งถ้าผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นนักเรียนอาจถูกทำโทษให้ออกจากโรงเรียนได้ และอาการมึนเมายังทำให้การตัดสินใจผิดพลาด ก่อให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย จากสถิติการเสียชีวิต จากอุบัติเหตุทางถนนจำแนกตามกลุ่มอายุ ปี 2556 พบว่า กลุ่มอายุที่เสียชีวิตมากที่สุด คือ กลุ่มอายุ 15-13 ปี จำนวน 1,757 ราย รองลงมาคือ กลุ่มอายุ 20-24 ปี จำนวน 1,426 ราย ซึ่งพบได้ว่า กลุ่มอายุดังกล่าวเป็นกลุ่มอายุที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากที่สุด ด้วยเช่นกัน ดังนั้น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้เกิดผลเสียที่ตามมาคือเกิดอุบัติเหตุและการเสียชีวิต¹⁰

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มอายุ 15-19 ปี ซึ่งส่วนใหญ่อยู่ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นและสอดคล้องกับการเสียชีวิตที่พบสูงขึ้นในกลุ่มอายุนี้ และเมื่อนำมาวิเคราะห์สถานการณ์ในแต่ละภูมิภาคนั้น พบว่า ภาคเหนือมีความชุกการดื่มสูงที่สุด (ร้อยละ 39.4) รองลงมาคือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ร้อยละ 37.2) สำหรับภูมิภาคอื่นนั้นมีความชุกการดื่มน้อยกว่า ซึ่งความชุกการดื่มในภาพรวมของประเทศร้อยละ 31.5 โดยภาคกลางมีความชุกการดื่ม ร้อยละ 28.1 กรุงเทพมหานคร ร้อยละ 23.5 และภาคใต้ ร้อยละ 18.8 ภาคเหนือมีสัดส่วนของผู้ที่เคยดื่มแต่ไม่ดื่มในปัจจุบันสูงที่สุด (ร้อยละ 11.9) และภาคใต้มีสัดส่วนของผู้ที่ไม่เคยดื่มเลยในชีวิตสูงที่สุด

(ร้อยละ 75.4) หากพิจารณาตามระดับการศึกษาสูงสุด พบว่า ในปี 2554 ผู้ที่จบการศึกษาในสายอาชีพ ปวช. ปวส. และปริญญาตรีขึ้นไป มีความชุกของการดื่มใน 12 เดือนที่ผ่านมาสูงที่สุด คือ ร้อยละ 37.6 รองลงมา ได้แก่ ผู้ที่จบมัธยมศึกษาในสายสามัญ (ร้อยละ 33.5) และผู้ที่จบประถมศึกษาและต่ำกว่า ร้อยละ 30.4 โดยผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่านั้นมีความชุกการดื่มต่ำที่สุด คือ ร้อยละ 27.3⁵

จากสถานการณ์ดังกล่าวจะเห็นได้ว่า ปัญหาการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเยาวชนและวัยรุ่นในปัจจุบันนี้ จำเป็นจะต้องมีการระวังและป้องกันอย่างจริงจัง เพราะอายุของการเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีแนวโน้มลดลงเรื่อย ๆ ดังนั้น ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญในการแก้ไขปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มเยาวชนมากขึ้น เนื่องจากเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากพัฒนาการทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และการได้รับผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากเป็นอันดับสองรองจากกลุ่มที่อยู่ในวัยทำงาน โดยเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีทัศนคติในทางที่ดีต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีโอกาสหรือความยากในการเข้าถึงแหล่งซื้อขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หากได้รับการอบรมสั่งสอนดูแลเอาใจใส่ คำแนะนำจากครูและผู้ปกครองการมีนโยบายห้ามดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานศึกษาอย่างจริงจังและการรับรู้เรื่องโทษของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากเพื่อนจะส่งผลให้มีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยลงหรือไม่ดื่ม³

ผลการสำรวจในจังหวัดขอนแก่น ปี 2561 พบว่า ผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ส่วนใหญ่อายุ 15 – 19 ปี ร้อยละ 34.6 รองลงมาคือ อายุ 20 ปีขึ้นไป ร้อยละ 15.2 เมื่อพิจารณาประเภทเครื่องดื่มที่นิยมดื่มมากที่สุดคือ เบียร์ ร้อยละ 63.27 รองลงมาคือ สุราขาว/สุรากลั่นชุมชน ร้อยละ 56.91 และสุรายี่ห้อไทย ร้อยละ 20.17 ตามลำดับ โดยสาเหตุที่เริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เนื่องจากอยากลองว่าเมื่อดื่มแล้วมีอาการเมาเป็นอย่างไรมาก่อน เพื่อนชวน จากสถิติของจังหวัดขอนแก่น จะเห็นว่ามีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เกือบทุกวันถือเป็นเรื่องที่น่าเป็นห่วงมาก การใช้มาตรการทางกฎหมายมาควบคุมรวมถึงการรณรงค์ให้

ลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก็ได้ผลเพียงบางส่วน แต่การจะทำให้การ ลด ละ เลิก การดื่มสุราหรือลดปัญหาที่เกิดจากการดื่มสุรานั้น ทุกภาคส่วนโดยเฉพาะชุมชนและครอบครัวพ่อแม่ ผู้ปกครอง ต้องช่วยกันสอดส่องดูแล และปฏิบัติตัวเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุตรหลาน¹²

จากการสำรวจเบื้องต้นของผู้วิจัย ได้ทำการสำรวจในเขตพื้นที่ โรงเรียนมัธยมศึกษาในระดับตำบลแห่งหนึ่ง ในอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น เป็นโรงเรียนขยายโอกาสห่างจากตัวอำเภอน้ำพอง 20 กิโลเมตร มีนักเรียนทั้งหมด 279 คน เพศหญิง 210 คน เพศชาย 69 คน จากการสำรจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 30 คน พบว่าอายุที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรก คือ อายุ 16 ปี รองลงมา คือ อายุ 15 ปี เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ลองดื่มครั้งแรกคือ เบียร์ เพราะว่าเป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่สามารถหาซื้อได้ง่าย รองลงมาเป็น สุราขาว สาเหตุหลักของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์คือ อยากลองว่าเมื่อดื่มแล้วมีอาการเมาเป็นอย่างไรมาก่อน และรองลงมาคือ เหตุจากเพื่อนชวน ด้านความรู้ในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เยาวชนรับรู้ ว่า เมื่อดื่มแอลกอฮอล์แล้วจะทำให้ตับแข็ง รองลงมาคือ การรับรู้เรื่องอุบัติเหตุบนท้องถนน ด้านผู้ที่มีส่วนช่วยลดในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พบว่าเพื่อนมีส่วนช่วยในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากที่สุด รองลงมาเป็นผู้ปกครอง⁷

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ซึ่งมีความสอดคล้องกับทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ซึ่งในทฤษฎีนี้บุคคลจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมถ้ามีการปรับเปลี่ยนการรับรู้ ความเชื่อ เจตคติ และต้องอาศัยแรงสนับสนุนทางสังคมเช่น บุคคลในครอบครัว เช่น พ่อ แม่ พี่ น้อง ญาติ เพื่อนนักเรียนเพื่อให้เด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้เกิดการรับรู้ที่ถูกต้อง และคิดที่จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และในการนำพฤติกรรมตามแผนการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมเพื่อป้องกัน

การตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ความรู้เกี่ยวกับเครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ทักษะคิดในการปฏิบัติตัว การรับรู้ประโยชน์และการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ การนำแรงสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมรวมถึงการดำเนินกิจกรรมในการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพของวัยรุ่นวัยกำลังศึกษา ตลอดจนการแก้ไขพฤติกรรมการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ นอกจากนี้ยังส่งผลให้เป็นเยาวชนที่มีสุขภาพดีต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. เพื่อเปรียบเทียบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับเครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวในการป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ การรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ในกลุ่มทดลองก่อนทดลองและหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านความรู้เกี่ยวกับเครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวในการป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ การรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

รูปแบบการวิจัย

เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง (Experimental Group) และกลุ่มควบคุม (Control Group) มีระยะเวลาในการศึกษาเดือนสิงหาคม 2565 ถึง เดือน ตุลาคม 2565 รวม 3 เดือน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ได้แก่ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2565 จำนวน 2 แห่ง รวมเป็น 129 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2565 โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ โรงเรียนมัธยมศึกษาในระดับตำบล ก จำนวน 30 คน กลุ่มทดลอง และโรงเรียนมัธยมศึกษาในระดับตำบล ข จำนวน 30 คน กลุ่มควบคุม โดยมีเกณฑ์ดังนี้

2.1 เกณฑ์คัดเข้า คือ

- 1) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2565
- 2) มีสภาพร่างกายที่แข็งแรงพร้อมจะร่วมทำกิจกรรมได้

3 มีความยินดีเข้าร่วมกิจกรรมตลอดระยะเวลาที่ทำการศึกษา และผู้ปกครองอนุญาต

2.2 เกณฑ์การคัดออก คือ

- 1) มีโรคประจำตัว สภาพร่างกายไม่พร้อมจะร่วมกิจกรรม
- 2) ไม่ประสงค์เข้าร่วมกิจกรรม และผู้ปกครองไม่อนุญาตให้เข้าร่วมการวิจัย
- 3) ย้ายโรงเรียน ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดระยะเวลาที่ทำการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ประสิทธิภาพโปรแกรมป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนกับแรงสนับสนุนทางสังคมซึ่งประกอบด้วย ทักษะคิดต่อการรับรู้ประโยชน์ในการป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ การรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการตีพิมพ์เครื่องตีพิมพ์แอลกอฮอล์ รวมถึงการกระตุ้นให้เกิดทัศนคติที่ดีและเกิดแรงสนับสนุนเชิงบวกเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อป้องกันการตีพิมพ์

เครื่องตี้มแอลกอฮอล์โดยมีการจัดกิจกรรมแบ่งเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 จัดกิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้งแต่ละครั้งห่างกัน 1 สัปดาห์

1) แผนการจัดกิจกรรมครั้งที่ 1 เป็นการประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์ พร้อมทั้งเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองด้วยแบบสอบถาม ทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และการบรรยายประกอบสไลด์ "โทษของเครื่องตี้มแอลกอฮอล์" เป็นการบรรยายเกี่ยวกับเครื่องตี้มผสมแอลกอฮอล์ในเรื่องของความรู้ อันตราย หรือความรุนแรงของการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์และการรับรู้ประโยชน์ของการ ลด ละ เลิก ตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ และจัดประชุมผู้ปกครอง เพื่อชี้แจงเกี่ยวกับเทคนิค และวิธีการให้แรงสนับสนุนทางสังคมแก่นักเรียน ผู้ปกครองจะได้รับความรู้เกี่ยวกับวิธีการดูแลนักเรียนเพื่อป้องกันการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ และแบบบันทึกการให้แรงสนับสนุนทางสังคมของผู้ปกครอง โดยจะทำการบันทึกทุกสัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง

2) แผนการจัดกิจกรรมครั้งที่ 2 เป็นการดูวิดีโอ ซึ่งเป็นตัวแบบที่ตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ สบตโทษณา (สุขเล็กเหล่า) แนะนำชักจูงใจไม่ให้ไปลองหรือตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์และให้ความรู้เรื่องผลดีของการไม่ตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ และให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ถึงสิ่งที่ได้จากการดูวิดีโอ สบตโทษณา เกี่ยวกับการรับรู้ว่ามีไม่ตี้มแอลกอฮอล์แล้วดีอย่างไร

3) แผนการจัดกิจกรรมครั้งที่ 3 เป็นการดูวิดีโอตัวแบบสัญลักษณ์ ซึ่งจะแสดงถึงตัวแบบที่เคยตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์แล้วมีความตั้งใจจึงสามารถเลิกได้ และตัวแบบจากสื่อวิดีโอซีดีสบตโทษณา (เล็กเหล่าเล็กจน) ที่แนะนำเรื่องการไม่ตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ อภิปรายกลุ่มย่อยถึงสาเหตุ ปัญหาและอุปสรรคในการเลิกตี้มสุรา และความรุนแรงของการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ ที่มีต่อสุขภาพร่างกาย จิตใจ ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

4) แผนการจัดกิจกรรมครั้งที่ 4 เป็นกิจกรรมบทบาทสมมติแล้วแบ่งกลุ่มวิเคราะห์ถึงผลดีที่ได้รับจากการทำกิจกรรมต่าง ๆ เหล่านั้น นำเสนอผลการ

อภิปรายกลุ่ม และ กิจกรรมการสร้างให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการตัดสินใจในการไม่ตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ แบ่งกลุ่มย่อยวิเคราะห์กรณีศึกษาถึงผลดี-ผลเสีย ในการเลือกตัดสินใจแบบนั้น

ขั้นตอนที่ 2 จัดกิจกรรมนัดพูดคุยกระตุ้นเตือนให้กำลังใจทั้งหมด 12 ครั้งแต่ละครั้งห่างกัน 1 สัปดาห์ ประเภทสื่อที่ใช้ในการจัดกิจกรรม ประกอบด้วย

1) คู่มือการป้องกันการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโดยผู้วิจัยเรียบเรียงข้อมูลเป็นรูปเล่ม

2) การบรรยายประกอบสไลด์ความรู้เรื่องพิษภัยของเครื่องตี้มแอลกอฮอล์

3) ตัวแบบจากวิดีโอทัศน์มิวสิควิดีโอและสบตโทษณา

4) สมุดบันทึกกิจกรรมความดีและการหลีกเลี่ยงเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งออกเป็น 6 ส่วน มีดังนี้

ส่วนที่ 1 ลักษณะทางประชากร

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับเครื่องตี้มแอลกอฮอล์

ส่วนที่ 3 ทศนคติต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์

ส่วนที่ 4 การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในปฏิบัติตัวการป้องกันการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์

ส่วนที่ 5 ความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวในการป้องกันการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์

ส่วนที่ 6 แบบประเมินปัญหาจากการตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ (AUDIT)

การตรวจคุณภาพเครื่องมือ ผู้ศึกษาได้ดำเนินการตรวจสอบเพื่อทดสอบความตรง (Validity) โดยนำแบบสอบถามให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบจำนวน 5 ท่าน พิจารณาความถูกต้อง ความตรงเนื้อหา ภาษาและความชัดเจนของภาษา โดยพิจารณาจากค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม คำตอบ กับเนื้อหาตามความเห็นของ

ผู้เชี่ยวชาญ IOC (Index of objective congruence) เท่ากับ 0.81

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้วิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ซึ่งใช้สถิติที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา โดยกำหนดระดับนัยสำคัญในการทดสอบที่ระดับ 0.05 วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองเพื่อเปรียบเทียบผลแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย โดยใช้สถิติ Paired t-test การวิเคราะห์ข้อมูลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Independent t-test

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยได้รับการพิจารณาจริยธรรม จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย โครงการวิจัยเลขที่ CASHE650016

ผลการวิจัย

1. ลักษณะทางประชากร

กลุ่มทดลอง เพศหญิง 20 คน(ร้อยละ 66.67) เพศชาย 10 คน (ร้อยละ 33.33) อายุเฉลี่ย 15.9 ปี ค่าใช้จ่ายที่ได้เฉลี่ย/ สัปดาห์ 4,783 บาท ส่วนใหญ่เพียงพอ (22 คน ร้อยละ 73.33) เพียงพอไม่เหลือเก็บ 8 คน (ร้อยละ 26.67) สถานภาพสมรสของบิดามารดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน (28 คน ร้อยละ 93.33) ปัจจุบันนักเรียนส่วนอาศัยอยู่กับบิดาและมารดา (28 คน ร้อยละ 93.33) บุคคลในครอบครัวและคนใกล้ชิดที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ บิดา พี่ มารดา (26 คน ร้อยละ 86.67) อาชีพของบิดา เกษตรกรรมและรับจ้างทั่วไป (30 คน ร้อยละ 100) การศึกษาของบิดาส่วนใหญ่อยู่ระดับประถมศึกษา (29 คน ร้อยละ 96.67) อาชีพมารดา เกษตรกรรม และรับจ้างทั่วไป (29 คน ร้อยละ 96.67) อาชีพมารดา เกษตรกรรมและรับจ้างทั่วไป (29 คน ร้อยละ 96.67) ใน 1 เดือนที่ผ่านมานักเรียนเที่ยวสถานบันเทิงเฉลี่ย 17 ครั้ง ปัจจุบันนักเรียนเที่ยวสถานบันเทิงตอนกลางคืน (27 คน ร้อยละ 90.00) สถานบันเทิงที่นักเรียน

ไปมากกว่า 2 ครั้ง/เดือน ส่วนใหญ่ ได้แก่ คาเฟ่ (20 คน ร้อยละ 66.67) รองลงมา ได้แก่ หมอลำ (12 คน ร้อยละ 40.00) ที่ไม่เคยมีเพียง 3 คน (ร้อยละ 10.00)

กลุ่มควบคุม เพศชาย 19 คน (ร้อยละ 63.33) เพศหญิง 11 คน (ร้อยละ 36.67) อายุเฉลี่ย 16.3 ปี ค่าใช้จ่ายที่ได้เฉลี่ย/ สัปดาห์ 5,420 บาท ค่าใช้จ่ายที่ได้รับส่วนใหญ่เพียงพอ (13 คน ร้อยละ 43.33) เพียงพอไม่เหลือเก็บ (12 คน ร้อยละ 40.00) ไม่เพียงพอ (5 คน ร้อยละ 16.67) สถานภาพสมรสของบิดามารดาส่วนใหญ่ อยู่ด้วยกัน (11 คน ร้อยละ 36.67) แยกกันอยู่และหย่าร้างจำนวนเท่ากัน (9 คน ร้อยละ 32.40) ปัจจุบันนักเรียนส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับญาติพี่น้อง (11 คน ร้อยละ 36.67) บุคคลในครอบครัวและคนใกล้ชิดที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ บิดา พี่ ป้า มารดาและอา (30 คน ร้อยละ 100) อาชีพของบิดารับจ้างทั่วไปและเกษตรกรรม (22 คน ร้อยละ 73.33) การศึกษาของบิดาส่วนใหญ่ มัธยมศึกษา (15 คน ร้อยละ 50.00) รองลงมา ประถมศึกษา (6 คน ร้อยละ 20.00) อาชีพมารดาส่วนใหญ่ รับจ้างทั่วไปและเกษตรกรรม (19 คน ร้อยละ 63.33) ใน 1 เดือนที่ผ่านมานักเรียนเที่ยวสถานบันเทิงเฉลี่ย 17 ครั้ง ปัจจุบันนักเรียนเที่ยวสถานบันเทิงตอนกลางคืน (16 คน ร้อยละ 53.33) สถานบันเทิงที่นักเรียนไปมากกว่า 2 ครั้ง/เดือน มากที่สุด ได้แก่ คาเฟ่ (7 คน ร้อยละ 23.33) รองลงมาได้แก่ ร้านอาหารและหมอลำจำนวนเท่ากัน (6 คน ร้อยละ 20.00)

2. ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจที่จะปฏิบัติเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษาระดับตำบล ก (กลุ่มทดลอง) ในเขตอำเภอป่าพอง จังหวัดขอนแก่น หลังจากเข้าร่วมโครงการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

ร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลองภายในกลุ่ม เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และการประเมินปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (AUDIT) หลังเข้า

ร่วมโปรแกรมพบว่า มีคะแนนการประเมินลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบผลของโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังทดลอง (n = 30)

กลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปร	ก่อนทดลอง Mean $\pm$ SD	หลังทดลอง Mean $\pm$ SD	Mean diff	Z หรือ t	p - value
กลุ่มทดลอง n = 30	ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	17.77 $\pm$ 0.60	19.83 $\pm$ 0.55	2.07	44.62	<0.001
	ทัศนคติต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	41.63 $\pm$ 0.92	47.43 $\pm$ 0.09	5.80	6.50	<0.001
	การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	25.63 $\pm$ 0.42	35.50 $\pm$ 0.23	9.87	39.07	<0.001
	ความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	24.87 $\pm$ 0.09	26.83 $\pm$ 0.10	1.67	59.00	<0.001
	การประเมินปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (AUDIT)	5.20 $\pm$ 1.32	1.23 $\pm$ 0.17	3.97	-3.03	0.005

ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทัศนคติต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษาระดับตำบล กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ในเขตอำเภอ น้ำพอง จังหวัดขอนแก่น หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรม

ตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และการประเมินปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (AUDIT) หลังเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า กลุ่มทดลองมีปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบผลของโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ระหว่างกลุ่มหลังการทดลอง (n = 60)

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง n = 30 Mean ± SD	กลุ่มควบคุม n = 30 Mean ± SD	Mean diff	Z	p – value
ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	19.83 ± 0.55	12.27 ± 0.79	7.57	-7.83	<0.001
ทัศนคติต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	47.43 ± 0.09	43.20 ± 0.97	4.23	-4.33	0.001
การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	35.50 ± 0.23	30.50 ± 0.94	5.00	-5.14	<0.001
ความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	26.83 ± 0.10	20.07 ± 0.73	6.77	-9.13	<0.001
การประเมินปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (AUDIT)	1.23 ± 0.17	5.20 ± 1.31	3.97	2.98	0.004

3. เปรียบเทียบผลโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง

พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทัศนคติเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษา ระดับตำบล ก ในเขตอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และการประเมินปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (AUDIT) หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า มีคะแนนการประเมินลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4. เปรียบเทียบผลของโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

โรงเรียนมัธยมศึกษา ระดับตำบล ก และ ข ในเขตอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทัศนคติเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษา ระดับตำบล ในเขตอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และการประเมินปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (AUDIT) หลังเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า กลุ่มทดลอง มีปัญหาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เช่นกัน

สรุปและอภิปรายผล

กลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (20 คน ร้อยละ 66.67) อายุเฉลี่ย 15.9 ปี บุคคลในครอบครัวและคนใกล้ชิดที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ บิดา พี่และมารดา (26 คน ร้อยละ 86.67)

กลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่เพศชาย (19 คน ร้อยละ 63.33) อายุเฉลี่ย 16.3 ปี บุคคลในครอบครัวและคนใกล้ชิดที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ บิดา พี่ ป้า มารดา และอา (30 คน ร้อยละ 100) ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากการทดลอง พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นหลังเข้าร่วมโปรแกรมของกลุ่มทดลอง และในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อาจเนื่องมาจาก กิจกรรมที่ได้จัดขึ้นในโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งนี้ มีการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวกับการเพิ่มความรู้ในเรื่องต่างๆ ของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากถึง 3 ครั้ง มีทั้งการให้ดูภาพวิดีโอที่เกี่ยวข้อง รวมไปถึงการฝึกปฏิบัติจริงในบทบาทสมมติ จึงทำให้นักเรียนจำภาพและข้อมูลเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากขึ้น ทำให้การทดสอบความรู้หลังเข้าร่วมโปรแกรมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา¹ ที่ทำการศึกษาค้นคว้าผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง พบว่า วัยรุ่นหญิงกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง ส่วนทัศนคติเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มทดลอง

หลังการเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยสูงขึ้น และในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ จากแนวคิดของบลูมกล่าวว่า ทักษะคิดเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ซึ่งได้แก่ ความสนใจ การให้คุณค่า การรับ การเปลี่ยน ค่านิยม พฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ เนื่องจากกิจกรรมที่ได้เพิ่มลงในโปรแกรมดังกล่าว มีตัวแบบที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สปอตโฆษณา (สุขเล็กเหล้า) แนะนำชักจูงใจไม่ให้ไปลองหรือดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และให้ความรู้เรื่องผลดีของการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากนี้ยังให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ถึงสิ่งที่ได้จากการดูวิดีโอ สปอตโฆษณาเกี่ยวกับการรับรู้เมื่อไม่ดื่มแอลกอฮอล์แล้วได้อย่างไร จึงอาจจะทำให้นักเรียนเกิดความสนใจ เกิดการเรียนรู้ และให้คุณค่าของโทษที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมถึงได้สร้างค่านิยมของพฤติกรรมการเล่นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากตัวแบบ แนะนำชักจูงใจไม่ไปลองดื่ม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา¹ ที่ทำการศึกษาค้นคว้าผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง พบว่า ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง ส่วนด้านการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง หลังการเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น และในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ จาก

แนวความคิดเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมนี้ได้รับอิทธิพลมา จากแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง (The Theory of Perceived Self-efficacy) ของ Albert Bandura⁴ ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมที่มีอยู่จริง (Actual Behavioral Control :ABC) หมายถึง ขอบเขตที่บุคคลมีทักษะความชำนาญ ทรัพยากร และความพร้อมอื่นๆ ที่ต้องมีมาก่อนและจำเป็นต่อการกระทำพฤติกรรมนั้น กล่าวคือ บุคคลจะต้องมีการรับรู้ความสามารถในการกระทำพฤติกรรมของตนที่ถูกต้องด้วย นอกจากนี้การรับรู้ความสามารถในการกระทำพฤติกรรมยังนำไปสู่การเป็นตัวแทนของการควบคุมที่แท้จริงและสามารถใช้ทำนายพฤติกรรมด้วย ซึ่งจากกิจกรรมที่นักเรียนในกลุ่มทดลองได้เข้าร่วม จะส่งเสริมให้นักเรียนได้สวมบทบาทให้นักเรียนรับรู้ถึงความสามารถในการกระทำพฤติกรรมของตนเองที่ถูกต้องได้จริง รวมไปถึงมีการสร้างแรงสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มผู้ปกครองเพื่อเพิ่มสิ่งแวดล้อมที่ดีภายในครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ¹ การศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการติ่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง จากการประเมินปัญหาจากการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (AUDIT) ของกลุ่มทดลอง พบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนการประเมินปัญหาจากการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง และในกลุ่มทดลองมีคะแนนประเมินน้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเนื่องมาจาก นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมได้มีความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ดีขึ้น มีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมไปถึงมีการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ดีขึ้น จึงส่งผลให้ปัญหาจากการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนลดลง ซึ่งสอดคล้องกับ⁴ การศึกษาเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการติ่มของกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการควบคุมการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยตนเอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการติ่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง และหลังสิ้นสุดการทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการติ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้

1. ควรจัดกิจกรรม ละครตอนเช้า ในการให้ความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการไม่ติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน
2. ควรจัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันการติ่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ผู้ปกครอง หรือญาติ พี่น้อง ที่เป็นแบบอย่างที่ไม่ดีในการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. จากการศึกษาพบว่าวิธีป้องกันการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ดีที่สุดคือการมีทัศนคติที่ดีในการไม่ติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการรับรู้ตัวในการควบคุมพฤติกรรม เช่น การไม่ลองติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รู้จักการปฏิเสธเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยง เป็นต้น และที่สำคัญอีกอย่างคือ ผู้ปกครอง หรือ ญาติพี่น้อง บุคคลรอบข้างต้องเป็นตัวอย่างเพื่อนนักเรียนจะได้นำไปปฏิบัติตาม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีระยะเวลาที่จำกัด ทำให้การประเมินผลทราบการเปลี่ยนแปลงในระยะสั้นเท่านั้น ควรมีการวิจัยและศึกษาผลการดำเนินงานประเมินผลอย่างต่อเนื่องเป็นระยะๆ และประเมินผลความยั่งยืนของการป้องกันการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนในปัดไป เพื่อจะเห็นผลเป็นรูปธรรม
2. จากผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการป้องกันการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในครั้งนี้กลุ่มทดลองมีความรู้ การรับรู้ และพฤติกรรมปฏิบัติที่ถูกต้องมากขึ้น ดังนั้น จึงควรนำไปบูรณาการใช้กับการดำเนินงานการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอื่นๆ ที่เป็นปัญหาในนักเรียนและชุมชนต่อไป เช่น อุบัติเหตุการจราจร จากการขับซิมอเตอร์ไซด์ เป็นต้น
3. เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้มีระยะเวลาที่จำกัด การศึกษาครั้งต่อไป ควรศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการติ่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน ในแต่ละปัจจัยที่สำคัญ พร้อมทั้งดำเนินการหารูปแบบแนวทางในการดำเนินการป้องกัน การลดละเลิก และการแก้ไขปัญหการติ่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

เอกสารอ้างอิง

1. กัญญ์กุลณัช งามศิริ. ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะ เพื่อป้องกันการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา; 2564.
2. จุฬารัตน์ โสตะ. กลยุทธ์การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ขอนแก่น. ภาควิชาสุขศึกษาและสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2556.
3. ชิวฮวย แซ่ลิ้มและคณะ. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล; 2560.
4. ฐิติพัฒน์พิชญธาดางศ์. พฤติกรรมการแบ่งปันแลกเปลี่ยนความรู้ของพนักงานศึกษาตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน. กรณีศึกษาบริษัทปูนซิเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน). วิทยานิพนธ์ปริญญาบริหารศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพาณิชยศาสตร์และการบัญชี บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2548.
5. บัณฑิต ศรีไพศาล และจุฬารัตน์ แก้วมุงคุณ. รายงานสถานการณ์สุรา ประจำปี พ.ศ. 2560. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยสุรา. 2560; 27(1): 45-61.
6. พัชรภรณ์ ตีกสูงเนิน. ผลของโปรแกรมการควบคุมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยตนเองต่อพฤติกรรมการดื่มในผู้ที่มีพฤติกรรมการดื่มแบบผิดปกติในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2562.
7. วิทวัส สุตเพาะ และคณะ. การสำรวจเบื้องต้นเกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น; 2564.
8. ศูนย์วิชาการ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพ และสุศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช; 2556.
9. ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา. การสำรวจพฤติกรรมบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชากรไทยอายุ 11 ปีขึ้นไป. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข; 2560.
10. สำนักงานโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. รายงานผลสำรวจการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประชาชนทั่วไป. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์; 2557.
11. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2560. กรุงเทพฯ: เท็กซ์ แอนด์ เจอนัล พับลิเคชั่น; 2560.
12. สำนักงานควบคุมโรคที่ 7 ขอนแก่น ผลสำรวจพฤติกรรมการดื่มสุรา พ.ศ. 2560. [ออนไลน์]. สืบค้นเมื่อ 11 พฤศจิกายน 2564 จาก: <http://www.nso.go.th/sites/2014/Pages/News/2561/N30-08-61-2.aspx>