

Perceived behavioral controls and intention to quit smoking among vocational college students with nicotine addiction and non-addiction

Ratchadaporn Ungcharoen,¹ Acharaporn Seeherunwong,²
Ronnachai Kongsakon³ and Dusit Sujirarat⁴

¹ MSc. (epidemiology) Faculty of Public health, Kasetsart University
Chalermphrakiat Sakonnakhon Province Campus

² DNS. Faculty of Nursing, Mahidol University, Bangkok, Thailand

³ MD. Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University, Bangkok, Thailand

⁴ MSc. (biostat) Faculty of Public Health, Mahidol University, Bangkok, Thailand

Corresponding Author: Acharaporn Seeherunwong Email: acharaporn.see@mahidol.ac.th

Received: 26 June 2014 Revised: 10 December 2014 Accepted: 15 December 2014

Available online: December 2014

Abstract

Ungcharoen R, Seeherunwong A, Kongsakon R and Sujirarat D
Perceived behavioral controls and intention to quit smoking among
vocational college students with nicotine addiction and non-addiction
J Pub Health Dev. 2014; 12(3): 17-30

Purposes: This study aimed to examine relationship between direct, indirect perceived behavioral control (PBC) and intention to quit smoking and to compare the difference of intention, direct and indirect perceived behavioral control toward quitting smoking during the next six months between vocational college students with nicotine addiction and non-addiction.

Designs: Descriptive correlational study.

Methods: The subjects were 632 students, aged 15-24 years, who studied in vocational colleges (1st - 3rd year) located in Bangkok. A three-stage stratified cluster sampling was used to identify the subject. Subjects were given a set of questionnaires including Cage questionnaires modified for smoking behavior, intention, direct and indirect PBC, control beliefs and perceived power to quit smoking during the next six months. Descriptive statistic, Pearson's product moment correlation coefficients and independent t-test were used to analyze the data.

Main findings: The correlation amongst direct, indirect PBC and intention to quit smoking more likely to be positive relationships ($r = 0.17 - 0.41$, $p < 0.01$). In addition, the nicotine non-addicted students had more perceived behavioral control toward their quitting smoking and intention to quit smoking than addicted students. Barrier factors that both groups believed indifferently including the opportunity to be asked to smoke and to see other people smoke. Facilitating factors that nicotine non-addicted students had more beliefs than addicted students including the opportunity to play sports or do exercise, find a good role model, receive encouragement from a closed person and have self-determination. In addition, the non-addicted students had significantly more perceived power of facilitators and barrier factors than the other group.

Conclusion and recommendations: The different beliefs concerning factors that can prevent or facilitate quitting smoking between students with nicotine addiction and non-addiction should use to be information for campaign of smoking cessation in vocational college students. In the non-addicted smokers should address on providing no-smoking area, encouraging the quitting behavior, and enhance supporting from significant persons while in the nicotine addicted smokers should add on therapeutic factors to control their quitting smoking.

Keywords: adolescent, intention to quit smoking, perceived behavioral control, nicotine addiction, quitting smoking

การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของนักเรียนอาชีวะ ที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคติน

รัชฎาภรณ์ อึ้งเจริญ,¹ อัจฉราพร สี่หรีดวงศ์,² รณชัย คงสกนธ์³ และดุสิต สุจิรารัตน์⁴

¹ วท.ม. (ระบาดวิทยา) คณะสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสกลนคร

² พย.ด. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

³ พบ. คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

⁴ วท.ม. (ชีวสถิติ) คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

บทคัดย่อ

รัชฎาภรณ์ อึ้งเจริญ, อัจฉราพร สี่หรีดวงศ์, รณชัย คงสกนธ์ และดุสิต สุจิรารัตน์
การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมและความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่
ของนักเรียนอาชีวะที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคติน

ว. สาธารณสุขและการพัฒนา. 2557; 12(3): 17-30

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่โดยทางตรง ทางอ้อม และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ และเปรียบเทียบความเชื่อในการควบคุมและการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้า ในนักเรียนอาชีวะที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคติน

รูปแบบการวิจัย: การวิจัยเชิงบรรยายความสัมพันธ์

วิธีดำเนินการวิจัย: กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1-3 ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่สูบบุหรี่ อายุระหว่าง 15-24 ปี จำนวน 632 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ 3 ชั้น (A three-stage stratified cluster sampling) เครื่องมือในการวิจัย ได้แก่ แบบคัดกรอง CAGE เพื่อประเมินภาวะติดนิโคติน แบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ความเชื่อในการควบคุมพฤติกรรม การรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยเกื้อหนุนและขัดขวางการเลิกสูบบุหรี่ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และ independent t-test

ผลการวิจัย: ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการสูบบุหรี่ทางตรง ทางอ้อม และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด กลุ่มที่ไม่ติดนิโคติน และติดนิโคตินส่วนมากอยู่ในระดับปานกลาง ($r = 0.17 - 0.41, p < .01$) กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินมีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการสูบบุหรี่ทางตรง ทางอ้อม และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ มากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคตินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) กลุ่มที่ไม่ติดและติดนิโคตินมีความเชื่อว่าการที่เพื่อนชวนให้สูบบุหรี่ และการเห็นเพื่อนสูบบุหรี่เป็นปัจจัยขัดขวางการเลิกสูบบุหรี่ไม่ต่างกัน กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินเชื่อในโอกาสเกิดปัจจัยเกื้อหนุนเช่น การมีโอกาสดูแลกีฬาหรือออกกำลังกาย การมีแบบอย่างที่ดี การมีคนใกล้ชิดให้กำลังใจ และการมีจิตใจที่เข้มแข็งอดทน มากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคติน และมีการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยควบคุมในการเลิกสูบบุหรี่มากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคตินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปและข้อเสนอแนะ: ความเชื่อต่อโอกาสในการเกิดปัจจัยการควบคุมและการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยควบคุมในการเลิกสูบบุหรี่ที่ต่างกันระหว่างกลุ่มที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคติน ควรใช้เป็นแนวทางในการรณรงค์ลด/เลิกบุหรี่สำหรับนักเรียนอาชีวะในกลุ่มที่ยังไม่ติดนิโคติน โดยเน้นเรื่องการจัดสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัย เสริมความเข้มแข็งทางใจ เสริมการให้กำลังใจจากเพื่อนและคนใกล้ชิด ส่วนกลุ่มที่ติดนิโคตินควรเพิ่มการควบคุมด้วยปัจจัยการบำบัด

คำสำคัญ: การเลิกสูบบุหรี่ การติดนิโคติน การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ วัยรุ่น

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยรุ่นไทยสูบบุหรี่มากขึ้นและอายุที่เริ่มสูบน้อยลง^{1,2} โดยเฉพาะนักเรียนอาชีวะเป็นกลุ่มที่สูบบุหรี่มากที่สุด ในจำนวนวัยรุ่นทั้งหมด³ การสูบบุหรี่มีผลกระทบต่อสุขภาพวัยรุ่นทั้งในระยะสั้นและระยะยาว ในระยะสั้น ได้แก่ ปัญหาของระบบทางเดินหายใจ การทำหน้าที่ของภูมิคุ้มกันลดลง มีการเจ็บป่วยเพิ่มขึ้น ฟันผุ โรคเหงือก และการ mutation ของ gene ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการเกิดโรคมะเร็ง⁴ ถ้าวัยรุ่นสูบบุหรี่ต่อไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ จะส่งผลให้เกิดโรคหลอดเลือดและหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคมะเร็งปอด และมีโอกาสเสียชีวิตก่อนถึงวัยอันควร⁵

ปัจจุบันมีวิธีการเลิกสูบบุหรี่หลายวิธีที่มีประสิทธิผล ทั้งแบบใช้ยาและไม่ใช้ยา⁶ แต่พบว่าวัยรุ่นหนึ่งในสามเท่านั้นที่ประสบความสำเร็จในการเลิกบุหรี่⁷ systematic review จากงานวิจัย 28 เรื่อง ที่ศึกษาโปรแกรมช่วยเลิกบุหรี่ในวัยรุ่น พบว่าการบำบัดด้วยยา เช่น nicotine replacement and bupropion ไม่มีรายงานว่าพบความสำเร็จในวัยรุ่น และยังทำให้เกิดผลไม่พึงประสงค์จากยาด้วย ส่วนโปรแกรมการบำบัดที่มีประสิทธิผลมักใช้ร่วมกันหลายวิธี เช่น การเตรียมวัยรุ่นเพื่อการเลิกบุหรี่ การสนับสนุนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การเสริมสร้างแรงจูงใจ อย่างไรก็ตามจากหลักฐานเชิงประจักษ์สรุปได้ว่าผู้ป่วยแต่ละกลุ่มมีความแตกต่างและต้องการโปรแกรมการรักษาหรือการช่วยเหลือที่มีความเฉพาะแตกต่างกันไป⁶

จากการทบทวนงานวิจัยพบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่ในวัยรุ่น ได้แก่ ความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่⁸ แรงจูงใจในการหยุดสูบบุหรี่^{9,10} ปฏิสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติที่ไม่ดีต่อการสูบบุหรี่และการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหยุดสูบบุหรี่¹¹ การสนับสนุนทางครอบครัวและเพื่อน¹⁰ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลิกสูบบุหรี่⁸ ความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่¹² และการคิดสารนิโคตินในบุหรี่¹³ ในบรรดาปัจจัยทั้งหลายพบว่าการรับรู้ความสามารถของ

ตนเองในการเลิกสูบบุหรี่เป็นปัจจัยที่สำคัญและมีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่มากที่สุด¹⁴ และปัจจัยความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์กับความพยายามในการเลิกสูบบุหรี่¹² นอกจากนี้การติดนิโคติน (Nicotine dependence) เป็นปัจจัยทำนายระดับบุคคลที่สำคัญที่สุดที่มีอิทธิพลต่อความพยายามและความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่จากผลการศึกษาเชิงสำรวจใน 4 ประเทศ¹⁵

การรับรู้ความสามารถในตนเอง (self-efficacy) มีความสำคัญต่อความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่มาก จากการศึกษาเปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถตนเองของผู้ที่ประสบความสำเร็จในการเข้าร่วมโปรแกรมเลิกสูบบุหรี่พบว่ากลุ่มที่เลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ มีการรับรู้ความสามารถตนเองมากกว่ากลุ่มที่เลิกสูบบุหรี่ไม่สำเร็จ¹⁴ และในการศึกษาติดตามกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับแรงจูงใจในการเลิกสูบบุหรี่จำนวน 570 คนเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ พบว่ากลุ่มที่เลิกสูบบุหรี่สำเร็จ (จำนวน 26% ของกลุ่มตัวอย่าง) มีระดับ self-efficacy ก่อนได้รับการทดลองมากกว่ากลุ่มที่กลับมาสูบบุหรี่ซ้ำ (ซึ่งมีจำนวน 45% ของกลุ่มตัวอย่าง) และกลุ่มที่ยังคงสูบบุหรี่อย่างสม่ำเสมอ (จำนวน 29% ของกลุ่มตัวอย่าง) กล่าวคือคนที่เลิกสูบบุหรี่สำเร็จและคนที่กลับมาสูบบุหรี่ซ้ำมีความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่มากกว่ากลุ่มที่ยังคงสูบบุหรี่ต่อไปอย่างมีนัยสำคัญ และกลุ่มที่เลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จมีการวางแผนเตรียมการมากกว่ากลุ่มที่ยังคงสูบบุหรี่ต่อไป¹² จากงานวิจัยนี้สรุปได้ว่าความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่เป็นตัวแปรเดียวที่ทำนายความพยายามในการหยุดสูบบุหรี่ และการรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นปัจจัยหลักในการทำนายความสำเร็จในความพยายามเลิกสูบบุหรี่ ปัจจัยการรับรู้ความสามารถในตนเองมีความหมายใกล้เคียงกับการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (Perceived Behavioral Control: PBC) ในทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมของ Ajzen¹⁵⁻¹⁶

PBC มีอิทธิพลโดยตรงต่อความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ และมีอิทธิพลผ่านความความตั้งใจไปยัง

พฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่อีกทางหนึ่ง PBC หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่าเป็นการยากหรือง่ายที่จะหยุดสูบบุหรี่ ซึ่งมีพื้นฐานจากประสบการณ์ในอดีตหรือได้รับข้อมูลจากแหล่งใดแหล่งหนึ่งที่ส่งผลต่อการเพิ่มหรือลดความรู้สึกลึกซึ้งเกี่ยวกับการหยุดสูบบุหรี่ ยิ่งถ้าบุคคลคิดว่าเขามีทรัพยากรและโอกาสมาก เขาก็จะคาดการณ์สิ่งขัดขวางหรืออุปสรรคน้อย บุคคลก็จะมีรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการหยุดสูบบุหรี่ได้มากกว่า^{15,17} และคาดคะเนความเป็นไปได้ที่จะมีปัจจัยส่งเสริมการหยุดสูบบุหรี่

การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมตามทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมได้กำหนดวิธีการประเมินไว้ 2 แนวทางดังนี้¹⁶ แนวทางที่ 1 การประเมินทางตรง เป็นการประเมินความคิดความรู้สึเกี่ยวกับความสามารถที่เขาจะควบคุมพฤติกรรมการไม่สูบบุหรี่ และแนวทางที่ 2 การประเมินทางอ้อม เป็นการประเมินจากพื้นฐานความเชื่อ โดยประเมินจากผลรวมของผลคูณ $(\sum_{i=1}^k C P_i)$ ระหว่างความเชื่อในการควบคุม (control beliefs: C_k) กับการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยในการควบคุม (Perceived power: P_k) โดยความเชื่อในการควบคุม หมายถึง ความเชื่อเกี่ยวกับการมีหรือไม่มีทรัพยากรหรือโอกาสที่จำเป็นในการหยุดสูบบุหรี่ และการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยควบคุม หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่ามีปัจจัยควบคุมใดบ้างที่เป็นปัจจัยส่งเสริมเอื้ออำนวยหรือขัดขวางการหยุดสูบบุหรี่

นักเรียนอาชีวะเป็นกลุ่มเสี่ยงสูงต่อการติดนิโคตินจากการสูบบุหรี่และเกิดปัญหาสุขภาพในระยะยาวจากการทบทวนวรรณกรรมยังไม่พบโปรแกรมส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ที่เฉพาะกับวัยรุ่นที่เป็นนักเรียนอาชีวะ การวิจัยนี้จึงสนใจศึกษาว่าการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ในนักเรียนอาชีวะในกลุ่มที่สูบบุหรี่โดยรวม และจำแนกเป็นกลุ่มที่สูบบุหรี่แบบติดนิโคตินและไม่ติดนิโคติน มีความสัมพันธ์กันอย่างไร

และเปรียบเทียบความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ความเชื่อในการควบคุมพฤติกรรม และการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยควบคุมการเลิกสูบบุหรี่ ของนักเรียนอาชีวะที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคตินว่าเป็นอย่างไร โดยกำหนดช่วงระยะเวลาในการเลิกสูบบุหรี่ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้า เพื่อให้มีตารางเวลาในการตัดสินใจ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงความสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่ศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1-3 ที่สูบบุหรี่ จำนวนขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Daniel¹⁸ โดยประมาณค่าสัดส่วนของนักเรียนที่สูบบุหรี่ที่ 0.16¹⁹ ได้จำนวนตัวอย่าง 574 คน จากจำนวนประชากรนักเรียนทั้งหมด 40,104 คน ที่ศึกษาระดับ ปวช. 1-3 ในเขตกรุงเทพมหานคร จากวิทยาลัยสังกัดกรมอาชีวศึกษา 31 แห่ง และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการศึกษาเอกชน 94 แห่ง เมื่อคำนวณค่าผิดพลาดในการเก็บข้อมูลจึงเพิ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 10 ได้ขนาดตัวอย่างทั้งหมด 632 คน สุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ 3 ชั้น (A three-stage stratified cluster sampling) ชั้นที่ 1 สุ่มโรงเรียนอาชีวศึกษาของรัฐ 2 แห่งจาก 31 แห่ง สังกัดเอกชน 4 แห่งจาก 94 แห่ง รวม 6 แห่ง ชั้นที่ 2 สุ่มนักเรียนที่สูบบุหรี่จากชั้นปีที่ 1-3 ตามสัดส่วนนักเรียนที่มีในปีการศึกษา 2551-2552 และชั้นที่ 3 สุ่มตามสัดส่วนของนักเรียนชายต่อหญิงที่สูบบุหรี่ ได้นักเรียนในสถานศึกษาแต่ละแห่งดังนี้ ชั้นปีที่ 1 ชาย 24 คนต่อหญิง 1 คน ชั้นปีที่ 2 ชาย 11 คนต่อหญิง 1 คน และชั้นปีที่ 3 ชาย 5 คนต่อหญิง 1 คน

เครื่องมือการวิจัย

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ จำนวนบุหรี่ที่สูบต่อวัน อายุที่เริ่มสูบ และประวัติการเลิกสูบบุหรี่

2. แบบสอบถาม CAGE (CAGE questionnaire modified for smoking behavior) ใช้ประเมินพฤติกรรมการสูบบุหรี่แบบติดยาโคติน พัฒนาโดย Ewing²⁰ เครื่องมือนี้ปรับมาจากเครื่องมือ CAGE สำหรับคัดกรองภาวะติดแอลกอฮอล์ มีคำถามสั้นๆ 4 ข้อ คำตอบมี 2 ตัวเลือก ตอบ “ใช่” ให้ 1 คะแนน ตอบ “ไม่ใช่” ให้ 0 คะแนน ถ้ามีคะแนนเท่ากับหรือมากกว่า 2 คะแนน ถือว่ามีพฤติกรรมการสูบบุหรี่แบบติดยาโคติน เครื่องมือนี้ใช้ในการสำรวจทางระบาดวิทยาพบว่า มีค่าความไว (sensitivity) และความจำเพาะ (specificity) ในระดับดี

3. แบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้า ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวทางการสร้างแบบวัดของทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรม^{16,21} มี 2 ข้อ สอบถามความตั้งใจและการวางแผนที่จะเลิกสูบบุหรี่ใน 6 เดือนข้างหน้า คำตอบเป็นแบบประเมินค่า 2 ขั้ว 7 ระดับ ตั้งแต่ ไม่เลย ค่อนข้างน้อย น้อย ปานกลาง ค่อนข้างมาก มากที่สุด ให้คะแนนตั้งแต่ (1) - (7) แบบสอบถามนี้มีค่าความเชื่อมั่นภายในเท่ากับ .95 (n = 30)

4. แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ แบบสอบถามความเชื่อในการควบคุมพฤติกรรม และการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยควบคุมการเลิกสูบบุหรี่ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้า ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวทางการสร้างแบบวัดของทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรม^{16,21} โดยสร้างข้อคำถามจากข้อมูลความเชื่อเด่นชัดที่ได้จากกลุ่มบุคคลที่มีลักษณะเหมือนกับกลุ่มประชากรที่ต้องการศึกษา ช่วงแรกผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลความเชื่อโดยให้นักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างจำนวน 70 คน เขียนตอบคำถามปลายเปิดดังนี้ 1. ปัจจัยส่งเสริมและอุปสรรคในการงดสูบบุหรี่ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้ามีอะไรบ้าง 2. นักเรียนคิดว่าความสามารถที่จะทำให้การงดสูบบุหรี่ในอีก 6 เดือนข้างหน้าประสบความสำเร็จเป็นอย่างไร (ตัวอย่าง เช่น ยาก หรือง่าย หรือ อื่นๆ) นำคำตอบทั้งหมดมาจัดกลุ่มข้อความที่มีความหมาย

เดียวกันและสร้างเป็นข้อคำถามและช่วงที่สอง ทดสอบคุณภาพของแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ด้วยวิธีตรวจสอบอำนาจจำแนกของข้อคำถาม ด้วยค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ (discriminant analysis with t-test) โดยกลุ่มสูงเป็นกลุ่ม 27% แรกที่ได้คะแนนสูงสุด และกลุ่มต่ำเป็นกลุ่มที่ได้คะแนนใน 27% สุดท้าย และตรวจสอบความเชื่อมั่นภายในด้วยสถิติ Chronbach's alpha coefficient โดยแต่ละแบบสอบถามแต่ละชุด มีรายละเอียดดังนี้

4.1 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้า มีจำนวน 2 ข้อ คำตอบเป็นแบบประเมินค่า 2 ขั้ว 7 ระดับ ข้อที่ 1 ประเมินระดับความยาก-ง่าย ให้คะแนนตั้งแต่ (1) - (7) ข้อที่ 2 ประเมินความสามารถที่จะทำได้สำเร็จ หรือ ไม่สำเร็จ ตั้งแต่ระดับมาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง และระดับ น้อย ปานกลาง มาก ให้คะแนนตั้งแต่ (7) - (1) ข้อความเชื่อทั้ง 2 ข้อสามารถจำแนกระหว่างกลุ่มที่มีความเชื่อต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญ (p < .001) มีค่าความเชื่อมั่นภายในเท่ากับ .37

4.2 แบบสอบถามความเชื่อในการควบคุมพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ มีจำนวน 10 ข้อ คำตอบเป็นแบบประเมินค่า 2 ขั้ว 7 ระดับ ตั้งแต่เป็นไปได้ ในระดับมาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง และเป็นไปได้ในระดับน้อย ปานกลาง มาก ให้คะแนนตั้งแต่ (1) - (7) ข้อความเชื่อทั้ง 10 ข้อสามารถจำแนกระหว่างกลุ่มที่มีความเชื่อต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ (p < .001) มีค่าความเชื่อมั่นภายในเท่ากับ .84

4.3 แบบสอบถามการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยเกื้อหนุนและขัดขวางการเลิกสูบบุหรี่ มีจำนวน 10 ข้อ คำตอบเป็นแบบประเมินค่า 2 ขั้ว คือ ขัดขวาง และเกื้อหนุน ให้ประเมินค่าใน 7 ระดับ ตั้งแต่ ขัดขวาง ระดับมาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง และเกื้อหนุน ระดับน้อย ปานกลาง มาก ให้คะแนนตั้งแต่ (1) - (7) ข้อที่เป็นปัจจัยขัดขวางให้คะแนนตรงกันข้าม ทุกข้อความ

สามารถจำแนกระหว่างกลุ่มที่มีการประเมินต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญ ($p < .001$) แบบสอบถามนี้มีค่าความเชื่อมั่นภายในเท่ากับ .84

แบบสอบถามที่สร้างขึ้นตามแนวทางของทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรม ไม่จำเป็นต้องนำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ เนื่องจากคำถามเหล่านั้นมาจากบุคคลที่มีประสบการณ์ในเรื่องนั้นอยู่แล้ว²¹

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยผ่านการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหิดล (รหัสโครงการ MU 2007-206) ก่อนเก็บข้อมูลผู้วิจัยแจ้งให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ประโยชน์ที่จะได้รับ สิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัย ในกรณีที่นักเรียนมีอายุต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์ ให้ผู้ปกครองหรือผู้แทนโดยชอบธรรมอนุญาตในการเข้าร่วมวิจัย ข้อมูลจะเก็บรักษาเป็นความลับ และเปิดเผยผลในรูปแบบที่สรุปผลแล้ว

วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยขอหนังสือราชการจากบัณฑิตวิทยาลัยส่งไปถึงผู้อำนวยการโรงเรียนและวิทยาลัยต่างๆ ตามที่สุ่มเลือกไว้ เมื่อได้รับอนุญาตแล้วจึงเข้าชี้แจงให้อาจารย์ผู้ประสานงานเข้าใจขั้นตอนต่างๆ เพื่อจัดสถานที่ที่เหมาะสม และเตรียมนักเรียนที่ได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองเข้าฟังคำชี้แจง และตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองจากนักเรียนอาชีวศึกษาตามสถานศึกษาที่สุ่มไว้จำนวน 632 คน ได้แบบสอบถามกลับคืนครบถ้วนทุกคน ระหว่างเดือนพฤษภาคม 2551 ถึงเดือนมิถุนายน 2552

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม

เลิกสูบบุหรี่โดยทางตรง และทางอ้อม ($\sum_{i=1}^k CP_i$)

ซึ่งคำนวณจากผลรวมของผลคูณของความเชื่อต่อการควบคุมพฤติกรรม (c_i) และการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยเกื้อหนุนและขัดขวางการเลิกสูบบุหรี่ (p_i) โดยใช้สหสัมพันธ์เพียร์สัน และวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของปัจจัยดังกล่าวโดยรวมและเป็นรายข้อด้วยสถิติ independent t-test

ผลการวิจัย

1. ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 94.3 และเพศหญิงร้อยละ 5.7 และมีอายุระหว่าง 15-19 ปี ร้อยละ 87.82 และอายุระหว่าง 20-24 ปี ร้อยละ 12.18 รายละเอียดเพิ่มเติมรายงานไว้ในความเชื่อและทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ของนักเรียนอาชีวศึกษาที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคติน²² และประเมินภาวะติดนิโคตินด้วยแบบคัดกรอง CAGE พบว่ามีนักเรียนติดนิโคติน 291 คน เป็นชายร้อยละ 94.2 เป็นหญิงร้อยละ 5.8 มีนักเรียนที่ไม่อยู่ในภาวะติดนิโคติน 341 คน เป็นชายร้อยละ 94.4 และหญิงร้อยละ 5.6

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (PBC) โดยทางตรง ทางอ้อม และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง PBC โดยทางตรงและทางอ้อมพบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางบวกระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ทั้งในกลุ่มที่สูบบุหรี่ทั้งหมด กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินและติดนิโคติน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง PBC และ

ความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์ในทางบวก ระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 เฉพาะในกลุ่มที่ติดนิโคติน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง PBC ทางอ้อม และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่

มีความสัมพันธ์ในทางบวกระดับต่ำถึงปานกลางอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ทั้งในกลุ่มที่สูบบุหรี่ทั้งหมด กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินและติดนิโคติน (Table 1)

Table 1 Correlation coefficient among indirect perceived behavioral control ($\Sigma P_i C_i$), direct perceived behavioral control (PBC) and intention to quit smoking (I) in the next six months of vocational college students with nicotine non-addiction, nicotine addiction and all subjects

Relationship between variable and variable	Correlation coefficients classify by group of subjects		
	All subjects (n=632)	Nicotine non-addiction (n = 341)	Nicotine addiction (n = 291)
$\Sigma P_i C_i$ and PBC	0.37**	0.35**	0.35**
PBC and I	0.06	-0.03	0.16**
$\Sigma P_i C_i$ and I	0.27**	0.17**	0.41**

**Significant at the <0.01 level (2-tails)

3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างการรับรู้ความสามารถในการควบคุมการเลิกบุหรี่โดยตรงทางอ้อมและความตั้งใจในการเลิกบุหรี่ระหว่างกลุ่มที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคติน

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของ PBC โดยทางตรง ทางอ้อม และความตั้งใจในการเลิกบุหรี่พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ <.01 ในทุกกลุ่ม ทั้งกลุ่มผู้ที่สูบบุหรี่ทั้งหมด กลุ่มที่สูบบุหรี่ไม่ติดนิโคตินและติดนิโคติน (Table 2)

ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมการเลิกสูบบุหรี่ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้าจำนวน 10 ความเชื่อ ระหว่างกลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินและติดนิโคติน พบว่าทั้งสองกลุ่มมีความเชื่อในระดับที่ไม่แตกต่างกันเท่า มีโอกาสที่เพื่อนจะชวนให้ฉันสูบบุหรี่ เห็นคนอื่นสูบบุหรี่ และมีกิจกรรมทำในยามว่างส่วนความเชื่อเรื่องอื่นๆ ได้แก่ ฉันมีโอกาสที่จะเที่ยว

หมากฝรั่งหรืออมลูกอม จะได้เล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย จะหาสถานที่สูบบุหรี่ได้ยาก จะมีแบบอย่างที่ดีเป็นตัวอย่างในการเลิกสูบบุหรี่ จะมีคนใกล้ชิดมาให้กำลังใจในการเลิกสูบบุหรี่ จะมีจิตใจมุ่งมั่นที่จะเลิกสูบบุหรี่ จะมีความเข้มแข็งอดทนเพียงพอที่จะเลิกสูบบุหรี่ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติโดยกลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินมีความเชื่อว่ามีความเป็นไปได้มากกว่าอย่างมีนัยสำคัญ (Table 3)

ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยควบคุมการเลิกสูบบุหรี่ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้า 10 ปัจจัย เป็นปัจจัยขัดขวาง 2 ปัจจัย ปัจจัยเกื้อหนุน 8 ปัจจัยระหว่างกลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินและติดนิโคติน พบว่าทั้งสองกลุ่มรับรู้อำนาจในการขัดขวางและเกื้อหนุนของการเห็นคนอื่นสูบบุหรี่ และการเคี่ยวหมากฝรั่งหรืออมลูกอมต่อการเลิกสูบบุหรี่ไม่แตกต่างกัน ส่วนปัจจัยอื่นๆ ได้แก่ การเล่นกีฬาหรือออก

กำลังกาย การมีกิจกรรมทำในยามว่าง การมีสถานที่ที่อนุญาตให้สูบบุหรี่น้อย การมีแบบอย่างที่ดีเป็นตัวอย่าง การที่คนใกล้ชิดให้กำลังใจ การมีจิตใจมุ่งมั่น และการมีจิตใจเข้มแข็งอดทน กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินรับรู้ว่าเป็นปัจจัยส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่มากกว่ากลุ่มที่ติด

นิโคตินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนปัจจัยเพื่อนชวนให้ฉันทสูบบุหรี่ กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินรับรู้ว่าเป็นอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่มากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคตินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Table 4)

Table 2 Comparison of direct and indirect PBC and intention to quit smoking in the next six months of vocational college students with nicotine non-addiction and nicotine addiction

Variables	All subjects (n=632)		Nicotine non-addiction (n = 341)		Nicotine addiction (n = 291)		t-test	p-value
	Mean	S.D	Mean	S.D	Mean	S.D		
Indirect PBC	24.51	12.27	26.18	12.13	22.55	12.16	3.75***	<0.001
Direct PBC	7.72	2.75	8.14	2.69	7.22	2.75	4.21***	<0.001
Intention to quit smoking	8.89	4.12	9.32	4.70	8.39	3.25	2.93***	<0.001

***Significant at the <0.001 level (2-tails)

Table 3 Comparison of each item of control beliefs toward quitting smoking in the next six months of vocational college students with nicotine non-addiction and nicotine addiction

Control beliefs	Nicotine non-addiction (n = 341)		Nicotine addiction (n = 291)		t-test	p-value
	Mean	S.D	Mean	S.D		
I believe that in the next six months:						
1. I will have the opportunity to be asked to smoke.	4.18	2.14	4.36	1.93	-1.10	0.273
2. I will have the opportunity to see other people smoke.	4.74	2.36	4.90	2.15	-.90	0.367
3. I will have the opportunity to chew gum or eat candy.	5.06	2.00	4.63	2.27	2.48**	0.013
4. I will have the opportunity to play sports or exercise.	4.98	2.06	4.55	2.11	2.60**	0.009
5. I will have the opportunity to do free time activities.	4.89	2.07	4.76	2.02	0.85	0.397
6. I will rarely have the opportunity to find smoking places.	4.44	2.06	4.16	2.12	1.67	0.095
7. I will have the opportunity to find a good role model.	4.76	2.11	4.40	2.18	2.13*	0.034
8. I will receive encouragement from close persons.	4.94	2.05	4.39	2.10	3.35***	<0.001
9. I will have commitment to quit smoking.	4.86	2.06	4.46	2.12	2.39*	0.017
10. I will have self-determination.	4.84	2.03	4.38	2.04	2.85**	0.005

p-value of independent samples t-test (2-tails);

*** Significant at the <0.001 level; **Significant at the <0.01 level; *Significant at the <0.05 level

Table 4 Comparison of each item of perceived power to quit smoking in the next six months of vocational college students with nicotine non-addiction and nicotine addiction

Perceived power of barrier or facilitating factors to quit smoking in the next six month	Nicotine non-addiction (n = 341)		Nicotine addiction (n = 291)		t-test	p-value
	Mean	S.D	Mean	S.D		
1. be invited by a friend to smoke	4.45	2.10	4.10	1.90	2.16*	0.032
2. see other people smoke	4.32	2.04	4.32	1.91	0.02	0.985
3. chew gum or eat candy	5.00	1.94	4.80	2.04	1.28	0.201
4. play sports or exercise	5.28	2.07	4.37	2.17	3.27***	<0.001
5. do activities on my free time	5.38	1.92	4.90	2.07	2.97**	0.003
6. have rarely smoking places	4.93	2.11	4.10	2.07	4.96***	<0.001
7. find a good role model	5.46	1.82	4.80	1.92	4.48***	<0.001
8. receive encouragement from close persons	5.55	1.78	5.05	1.96	3.31***	<0.001
9. have commitment to quit smoking	5.77	1.83	5.04	2.12	4.60***	<0.001
10. have self-determination	5.72	1.89	4.97	2.20	4.58***	<0.001

p-value of independent samples t-test (2-tails);

***Significant at the <0.001 level; **Significant at the <0.01 level; *Significant at the <0.05 level

อภิปรายผล

ผลการศึกษานี้พบว่า PBC การเลิกสูบบุหรี่โดยตรงและทางอ้อมมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญในทุกกลุ่ม ซึ่งสนับสนุนคำอธิบายของทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมที่กล่าวว่าการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมทั้งโดยตรง และทางอ้อมมีความสัมพันธ์กัน เนื่องจากในการวัด PBC ทางอ้อมเป็นการประเมินความเชื่อเด่นชัดที่มีต่อโอกาสเกิดปัจจัยเอื้อและปัจจัยขัดขวางพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่และการรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยเอื้อและปัจจัยขัดขวางนั้น^{15,16} สำหรับความสัมพันธ์ระหว่าง PBC กับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ การศึกษานี้พบว่า PBC

ทางอ้อมเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ในทุกกลุ่มที่สูบบุหรี่ ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มที่สูบบุหรี่ชนิดนิโคตินหรือไม่ชนิดนิโคติน ทั้งนี้เป็นไปได้ว่าในการวัดทางอ้อมนั้นมีการระบุความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ ซึ่งแบบสอบถามในการศึกษานี้พัฒนาจากข้อมูลความเชื่อเด่นชัดที่ได้จากกลุ่มนักเรียนอาชีวะที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ ส่วน PBC ทางตรงพบมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่เฉพาะในกลุ่มที่คิดนิโคตินเท่านั้น ในกลุ่มที่ไม่คิดนิโคตินและกลุ่มที่สูบบุหรี่ทั้งหมดพบว่าความสัมพันธ์ดังกล่าวไม่มีนัยสำคัญ ซึ่งผลการศึกษานี้สนับสนุนแนวคิดของทฤษฎี

การวางแผนพฤติกรรมบางส่วน ผลการศึกษาไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาของ Hu S-C and Lanese²³ ที่ประยุกต์ทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมศึกษาพฤติกรรม การเลิกสูบบุหรี่ในสถานที่ทำงานของคณาจารย์งาน อุตสาหกรรมเหล็ก 3 แห่งในประเทศไต้หวัน รายงานว่า PBC การเลิกสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจในการเลิกบุหรี่ (ค่า r อยู่ระหว่าง 0.37 - 0.48, $p < 0.01$) ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่าข้อคำถามของแบบวัด PBC ทางตรงในการศึกษานี้มีจำนวนน้อย (2 ข้อ) และเนื้อหาค่อนข้างกว้างและไม่กระชับมากนัก ประกอบกับพฤติกรรมการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่ควบคุมได้ยากจึงส่งผลให้การตอบคำถามมีความหลากหลายและไม่พบความสัมพันธ์ดังกล่าว

ผลการเปรียบเทียบความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่โดยทางตรงและทางอ้อมระหว่างนักเรียนกลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินและติดนิโคติน พบว่านักเรียนกลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินมีคะแนนเฉลี่ยของความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่โดยทางตรงและทางอ้อมมากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคตินอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้เป็นไปตามผลการสำรวจใน 4 ประเทศที่พบว่าภาวะติดนิโคตินปัจจัยทำนายระดับบุคคลที่สำคัญที่สุดที่มีอิทธิพลต่อความพยายามและความสำเร็จในการเลิกสูบบุหรี่¹³ อย่างไรก็ตามผลการศึกษาไม่สอดคล้องกับกับผลการศึกษาในคณาจารย์ชาวไต้หวันวัยผู้ใหญ่ที่พบว่าภาวะติดนิโคตินไม่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่²³ แต่พบว่าคนที่ให้ความสำคัญต่อการเลิกสูบบุหรี่ในลำดับต้นๆ จะมีความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่มากกว่าคนที่ให้ความสำคัญ

การเปรียบเทียบความเชื่อที่มีต่อการควบคุมการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่ในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้าระหว่างนักเรียนอาชีวศึกษาที่ไม่ติดนิโคตินและติดนิโคติน ผลการศึกษาพบนักเรียนที่ไม่ติดนิโคตินและติดนิโคตินเชื่อว่า มีความเป็นไปได้ที่เพื่อนจะชวนให้ฉันสูบบุหรี่ เห็นคนอื่น

สูบบุหรี่ และมีกิจกรรมทำในยามว่างในระหว่าง 6 เดือนข้างหน้าแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ โดยกลุ่มที่ติดนิโคตินเชื่อว่ามีโอกาสความเป็นไปได้ที่จะเกิดปัจจัยขัดขวางมากกว่า ซึ่งได้แก่ การที่เพื่อนจะชวนให้ฉันสูบบุหรี่ และเห็นคนอื่นสูบบุหรี่ และความเป็นไปได้ที่จะมีปัจจัยเกื้อหนุนน้อยกว่า ซึ่งได้แก่ การมีกิจกรรมทำในยามว่าง ส่วนโอกาสที่จะเกิดเหตุการณ์เกื้อหนุนอื่นๆ ซึ่งได้แก่ การได้เที่ยวมากฝรั่งหรือออมลูกอม การเล่นเกมกีฬาหรือออกกำลังกาย การหาสถานที่สูบบุหรี่ได้ยาก การมีแบบอย่างที่ดีในการเลิกสูบบุหรี่ การมีคนใกล้ชิดใจให้กำลังใจในการเลิกสูบบุหรี่ การมีจิตใจมุ่งมั่นที่จะเลิกสูบบุหรี่ การมีจิตใจเข้มแข็งอดทนเพียงพอที่จะเลิกสูบบุหรี่ กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินเชื่อว่ามีความเป็นไปได้มากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคตินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การรับรู้พลังอำนาจของปัจจัยขัดขวางและปัจจัยเกื้อหนุน ทั้งกลุ่มที่ติดและไม่ติดนิโคตินรับรู้ว่าการที่เพื่อนชวนให้ฉันสูบบุหรี่ และการเห็นคนอื่นสูบบุหรี่ ก่อนซึ่งเป็นปัจจัยขัดขวางการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่ แต่ปัจจัยเรื่องการที่เพื่อนชวนสูบบุหรี่ กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินเชื่อว่าขัดขวางการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่มากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคติน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่ในวัยรุ่นไทยที่รายงานว่า ถ้ามีเพื่อนเลิกสูบบุหรี่ด้วยก็จะเป็แรงจูงใจต่อการเลิกสูบบุหรี่ ซึ่งหมายถึงว่าจะไม่เห็นเพื่อนสูบบุหรี่และเพื่อนจะไม่ชักชวนให้สูบบุหรี่²⁴ สำหรับปัจจัยส่งเสริมทั้ง 8 ปัจจัย ได้แก่ การได้เที่ยวมากฝรั่งหรือออมลูกอม การเล่นเกมกีฬาหรือออกกำลังกาย การมีกิจกรรมทำในยามว่าง การมีสถานที่ที่อนุญาตให้สูบบุหรี่น้อย การมีแบบอย่างที่ดี การมีคนใกล้ชิดใจให้กำลังใจ การมีจิตใจมุ่งมั่นและการมีจิตใจเข้มแข็งอดทน ทั้งสองกลุ่มเชื่อว่าเป็นปัจจัยเกื้อหนุนการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่ในระดับค่อนข้างมาก แต่กลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินเชื่อว่าเป็นปัจจัยเกื้อหนุนมากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคติน ส่วนการได้เที่ยวมากฝรั่งหรือออมลูกอม ทั้งสองกลุ่มมีความเชื่อว่าเกื้อหนุนการศึกษาการเลิกสูบบุหรี่ไม่ต่างกัน สอดคล้องกับผลการวิจัยในนักเรียนระดับอาชีวศึกษา ณ สถาบันแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร²⁴

ที่รายงานว่าความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ ยิ่งนักเรียนมีจิตใจที่มุ่งมั่นตั้งใจเลิกบุหรี่มาก พฤติกรรมการสูบบุหรี่ก็จะยิ่งน้อย

ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มที่ไม่ติดนิโคตินเชื่อว่าโอกาสที่จะเกิดกิจกรรมและปัจจัยเกื้อหนุนการเลิกสูบบุหรี่มากกว่ากลุ่มที่ติดนิโคติน ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่าพฤติกรรมการลด/ละ/เลิก หรือหยุดสูบบุหรี่ของกลุ่มนี้ยังสามารถควบคุมได้ กล่าวคืออยู่ภายใต้การควบคุมของจิตใจ ส่วนกลุ่มที่ติดนิโคตินมองว่าควบคุมได้ยากกว่า ทั้งนี้อาจเนื่องจากอิทธิพลของสารนิโคตินที่ส่งผลกระทบต่อเส้นทางการให้รางวัลทางสมองแก่ผู้สูบบุหรี่²⁵ ซึ่งกลุ่มที่ติดนิโคตินเชื่อว่าปัจจัยเกื้อหนุนต่างๆ มีส่วนสนับสนุนได้น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ติดนิโคติน ดังนั้นในกลุ่มที่สูบบุหรี่แบบติดนิโคตินอาจต้องการปัจจัยเกื้อหนุนที่มากกว่าการควบคุมด้วยตนเอง แต่เป็นการควบคุมจากภายนอกมากกว่า เช่น การไ้ช้ยา หรือเทคนิควิธีในการบำบัดพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ชนิดอื่นๆ

ข้อจำกัดของการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาภาคตัดขวาง ซึ่งศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความตั้งใจในการเลิกบุหรี่ในอีก 6 เดือนข้างหน้า ซึ่งเป็นตัวแปรด้านการรู้คิด ยังไม่ได้เกิดพฤติกรรมจริง ดังนั้นจึงอาจมีความคลาดเคลื่อนในการทำนายพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ได้ ซึ่งความตั้งใจและพฤติกรรมจะมีความสัมพันธ์กันสูงถ้ามีการศึกษาในระยะเวลาที่ใกล้เคียงกันมากที่สุด นอกจากนี้แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่มีค่าความเชื่อมั่นภายใน = .37 ซึ่งถือว่าต่ำ ทั้งนี้อาจเนื่องจากมีข้อคำถามเพียง 2 ข้อ จึงอาจทำให้เกิดความคลาดเคลื่อนจากการวัดได้ การศึกษาครั้งต่อไปจึงควรปรับเครื่องมือในการวัดตัวแปรนี้

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

นักเรียนที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคตินมีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ต่างกัน และมีความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ต่างกัน ดังนั้นการรณรงค์การลด/ละ/เลิกบุหรี่แก่นักเรียนอาชีวศึกษาจึงควรให้ความสำคัญกับเรื่องนี้ โดยพัฒนารูปแบบการเลิกบุหรี่ที่ต่างกันระหว่างนักเรียนที่ติดนิโคตินและไม่ติดนิโคติน นักเรียนที่ยังไม่ติดนิโคตินอาจใช้วิธีเสริมปัจจัยเกื้อหนุน และลดอุปสรรคขัดขวาง โดยจัดสิ่งแวดล้อมที่ปราศจากการสูบบุหรี่ในสถาบันการศึกษา และ ชักชวนเพื่อนที่สูบบุหรี่ให้มาร่วมกันเลิกสูบบุหรี่ด้วยกันเพื่อเป็นพลังหนุนแทนที่จะเป็นอุปสรรคต่อการเลิกบุหรี่ สำหรับปัจจัยเกื้อหนุนในการหยุดสูบบุหรี่ได้แก่ การเคี้ยวหมากฝรั่งหรืออมลูกอม การเล่นเกมกีฬาหรือออกกำลังกาย การมีกิจกรรมทำในยามว่าง การมีสถานที่ที่อนุญาตให้สูบบุหรี่น้อย การหาแบบอย่างที่ดีเป็นตัวอย่าง การที่คนใกล้ชิดให้กำลังใจ การมีจิตใจมุ่งมั่น และการที่มีใจแข็งพอ ควรเสริมโอกาสการเกิดปัจจัยเอื้อให้มากขึ้น เช่น จัดสิ่งแวดล้อมให้มีสถานที่ออกกำลังกาย สถานที่ปลอดบุหรี่ให้มากเหลือพื้นที่สำหรับสูบบุหรี่ให้น้อย ใช้คนใกล้ชิดเป็นแบบอย่างในการเลิกสูบบุหรี่ ส่วนตัวบุคคลนั้นควรเสริมความเข้มแข็งทางใจและความมุ่งมั่นในการเลิกสูบบุหรี่ให้มากขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มที่สูบบุหรี่แบบไม่ติดนิโคติน ส่วนกลุ่มที่สูบบุหรี่แบบติดนิโคตินนอกจากการรณรงค์ด้วยกิจกรรมดังกล่าวข้างต้นแล้ว อาจต้องเสริมการควบคุมด้วยปัจจัยภายนอก เช่น การบำบัดทางจิตสังคมและการไ้ช้ยาร่วมด้วย

References

1. Vathesatogkit P. The survey of behavior smoking of population 2004: National Statistical Office; 2004. (in Thai).
2. Sommit K, Meeyai AC, Iamanan P, Pitayarasit S. Tobacco consumption among youth in Thailand between 2004 and 2009. *J Pub Health Dev.* 2013; 11(2): 63-74.
3. Ramajitti Institute [Internet]. Bangkok: The Institution; c2010 [cited 2014 Jan 5]. Project of monitor situation of substance in educational institution collaborative with office of narcotic control board; [about 1 screen]. Available from: http://www.ramajitti.com/research_project_drug.php. (in Thai).
4. U.S. Department of Health and Human Services. Preventing tobacco use among youth and young adults: a report of the Surgeon General. [Internet]. Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2012. [cited 2014 May 16]. Available from: <http://www.surgeongeneral.gov/library/reports/preventing-youth-tobacco-use/exec-summary.pdf>
5. Centers for Disease Control and Prevention. Projected smoking related deaths among youth-United States. *MMWR* 1997; 45: 971-74.
6. Stanton A, Grimshaw G. Tobacco cessation interventions for young people (review). *The Cochrane Library* 2013;8 [cited 2014 April 20]. Available from: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD003289.pub5/pdf/standard>
7. Sargent JD, Mott LA, Stevens M. Predictors of Smoking cessation in adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 1998; 152(4): 388-93. PubMed PMID: 9559717.
8. Hellman R, Cummings KM, Haughey BP, Zielkeny MA, Shea RMO. Predictors of attempting and succeeding at smoking cessation. *Health Educ Res.* 1991; 6(1): 77-86.
9. McCuller WJ , Sussman S, Wapner M, Dent C and Weiss DJ. Motivation to quit as a mediator of tobacco cessation among at-risk youth. *Addict. Behav.* 2006; 31: 880-88.
10. Tyree O, Jonathan F, Nancy SE, Jyoti D. Motivating adolescent smokers to quit through a school-based program: The Development of Youth Quit Win In: Martin ML, editor. *Adolescent smoking and health research.* Nova Science Publishers: 2008. p. 171-90.
11. Rinka MP, Van Z, Rutger CME, Engels I, Regina JJM, Van DE. Adolescent smoking continuation: reduction and progression in smoking after experimentation and recent onset. *J Behav Med.* 2006;29(5). doi: 10.1007/s10865-006-9065-4.
12. Smit SE, Hoving C, Schelleman-Offermans K, West R, Vries de H. Predictors of successful and unsuccessful quit attempts among smokers motivated to quit. *Addict Behav.* [Internet]. 2014 (in press) doi: 10.1016/j.addbeh.2014.04.017 pii: S0306-4603(14)00119-1 Reference: AB 4229
13. Hyland A, Borland R, Li Q, Yong H-H, McNeill A, Fong GT, et al. Individual-level predictors of cessation behaviors among participants in the International Tobacco Control (ITC) Four Country Survey. *Tobacco Control* 2006;15(Suppl III):iii83-iii94. doi: 10.1136/tc.2005.013516