

ผลของโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
อำเภอองคราต จังหวัดสุโขทัย

The effect of the intention not of drinking alcohol program by applying the theory
of planned behavior among the 10th grade students in Kongkrait district,
Sukhothai province

อนันต์ มิตคำ

Anan Mitkome

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ

Chakkraphan Phetphum

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

Faculty of Public Health, Naresuan University

DOI: 10.14456/dcj.2021.24

Received: April 16, 2020 | Revised: September 5, 2020 | Accepted: September 11, 2020

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่มวัดซ้ำ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอองคราต จังหวัดสุโขทัย กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอองคราต แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง จำนวนกลุ่มละ 30 คน ที่ได้จากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ตามเกณฑ์คัดเข้า โดยกลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนโดยมีกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับแอลกอฮอล์และผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์ สร้างทัศนคติด้านลบต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ สร้างการรับรู้ความเชื่อ แรงสนับสนุน แรงกดดัน แรงจูงใจจากบุคคลรอบข้าง โดยกลุ่มอ้างอิงที่สำคัญจะมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ และเพื่อให้เกิดทักษะการปฏิเสธ มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประกอบด้วย การบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติและการกระตุ้นเตือนด้วยสื่อสังคมระยะเวลาในการดำเนินการ 12 สัปดาห์ ในขณะที่กลุ่มควบคุมได้รับการเรียนการสอนตามปกติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน chi-squared Paired samples T test และสถิติความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการได้รับโปรแกรม 12 สัปดาห์ พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลองสัปดาห์ที่ 12 สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่าหลังการทดลองทันทีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองก่อนได้รับโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ภายหลังได้รับโปรแกรมทันที และหลังการทดลอง 12 สัปดาห์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการศึกษา

เป็นประโยชน์ต่อผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการนำโปรแกรมไปประยุกต์เพื่อพัฒนากิจกรรมที่มีความเฉพาะเจาะจง
ผสมผสานกับทฤษฎีระหว่างบุคคลและทฤษฎีระดับกลุ่มหรือชุมชน โดยเปิดโอกาสให้ครอบครัว โรงเรียนเข้ามา
มีส่วนร่วมในโปรแกรม โปรแกรมควรจะออกแบบให้เหมาะกับพฤติกรรมที่ไม่ได้ปฏิบัติเป็นประจำโดยตรงต่อไป
ติดต่อผู้พิมพ์ : อนันต์ มิตคำ อีเมล : ananmitkome@gmail.com

Abstract

The objective of this quasi-experimental research with control group repeated measurement was to examine the effect of the program on promoting the intention of not drinking alcohol by applying theories of planned behavior among the 10th grade students in Kongkrait district, Sukhothai province. The samples were divided into 2 groups including 30 participants of the control group and 30 participants of the experimental group and were selected by the stratified sampling technique based on the qualifications specified in the selection criteria. The experimental group received a program for promoting the intention of not drinking alcohol by applying the theories of planned behavior, which included educational activities about alcohol consumption and its effects, establishing negative attitudes towards alcohol drinking habits, raising awareness, creating beliefs, providing support, building pressure, and creating motivation from those around them. Important reference groups will influence decisions and play an important role in helping them to achieve rejection skills. Cognitive ability to control alcohol drinking behavior was achieved and observed through various activities consisting of lectures, group discussions, role-play techniques, and social media prompts. Two-time follow-up measurements were before, immediately after the intervention, and 12 weeks after intervention program, while the control group received normal teaching. Data analysis included descriptive statistics with mean, percentage, standard deviation, and repeated measurement of variance to examine the effects of the program. The results indicated that after receiving the program after 12 weeks, the experimental group had a mean score of the intention of not drinking alcohol higher than that of the control group with statistical significance of 0.05. The experimental group had a mean score of alcohol drinking behavior significantly lower than the control group. The experimental group had a mean score of the intention of not drinking alcohol after the 12-week intervention higher than that before participating in the program, and higher than that of immediately after the experiment with a statistical significance of 0.05. However, the mean scores of alcohol drinking behaviors of the experimental group before, immediately after receiving the intervention and 12 weeks after participating in the program were not statistically significantly different. The results of the study are of benefit to those who are involved in applying the program to develop specific activities in combination with interpersonal and group or community-based theories by giving the families and school an opportunity to take part in the program. Programs should be designed to be adapted to a low level or directed towards non-routine behaviors.

Correspondence: Anan Mitkome

E-mail: ananmitkome@gmail.com

คำสำคัญ

นักเรียน, โปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจ,
ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

Keywords

student, program on promoting intention,
not drink alcohol

บทนำ

ปัจจุบันมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กันอย่างกว้างขวาง เพราะสามารถหาซื้อได้ง่าย และเป็นที่ยอมรับกันค่อนข้างแพร่หลาย โดยองค์การอนามัยโลกรายงานว่า ประชากรทั่วโลกมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากถึง 2,000 ล้านคน หรือ 1 ใน 3 ของประชากรโลก⁽¹⁾ สอดคล้องกับรายงาน Global status report on alcohol and health ที่พบว่า ประชากรที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปดื่มแอลกอฮอล์ในช่วง 12 เดือน ผ่านมามากถึง ร้อยละ 39.30⁽²⁾ สำหรับสถานการณ์ของประเทศไทยมีรายงานการดื่มแอลกอฮอล์มากเป็นอันดับ 40 ของโลกจากรายงานสถานการณ์การดื่มแอลกอฮอล์ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2558 พบว่า มีวัยรุ่นตอนต้นที่ดื่มแอลกอฮอล์ประมาณ 17.7 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 32.30 ซึ่งเพิ่มขึ้นจากปี 2554 ที่มีอัตราการการดื่มแอลกอฮอล์คิดเป็นร้อยละ 26.24⁽³⁾ ดังนั้น จากข้อมูลดังกล่าว จะเห็นได้ว่า การดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นไม่ได้ลดลง แต่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น สำหรับข้อมูลการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในภาคเหนือ พบว่า การดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มวัยรุ่นในเขตภาคเหนือเท่ากับร้อยละ 23.5 สูงกว่าอัตราการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มวัยรุ่นระดับประเทศ คิดเป็นร้อยละ 18.1 โดยจังหวัดสุโขทัยมีอัตราการความชุกของนักดื่มวัยรุ่น คิดเป็นร้อยละ 30.0 สูงกว่าระดับภูมิภาคและระดับประเทศ ในจำนวนนี้ ประมาณร้อยละ 40 ของนักดื่มกลุ่มวัยรุ่นเป็นนักดื่มปัจจุบัน หรือเคยมีประสบการณ์การดื่มในรอบ 30 วันที่ผ่านมา

การดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อโดยตรงต่อผู้ดื่มและต่อสังคมโดยรอบ โดยเฉพาะผลกระทบต่อผู้ดื่มคือเรื่องสุขภาพ เมื่อแอลกอฮอล์เข้าไปในร่างกายจะส่งผลกระทบต่อการทำงานของเซลล์ระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้วังซิม สูญเสียการทรงตัว

มีผลทำให้การกลืนเนื้อหัวใจบีบตัวน้อยลง ทำให้หมดสติและเสียชีวิตได้ นอกจากนี้แอลกอฮอล์ยังส่งผลให้การทำงานของตับผิดปกติ ส่งผลต่อความสมดุลของฮอร์โมนเกี่ยวกับการเจริญเติบโต และลักษณะทางเพศ กระทบต่อพัฒนาการของวัยรุ่น และที่สำคัญการดื่มแอลกอฮอล์ยังส่งผลกระทบต่อสมอง ทำให้การเรียนรู้ผิดปกติและระดับสติปัญญาลดลง⁽⁴⁾ ทั้งนี้ เนื่องจากวัยรุ่นมีความไวต่อฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ที่ไม่พึงประสงค์ ทำให้วัยรุ่นสามารถดื่มในปริมาณมากต่อ 1 ครั้งการดื่ม ทำให้เกิดอันตรายจากการดื่มมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเกิดอุบัติเหตุ ทำให้เกิดการบาดเจ็บ พิการหรือถึงแก่ชีวิตได้ การดื่มแอลกอฮอล์ยังก่อให้เกิดผลกระทบทางสังคม โดยทำให้วัยรุ่นใช้ความรุนแรง เช่น การทะเลาะวิวาท ยกพวกตีกันและฆ่ากัน⁽⁵⁾ ที่สำคัญการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นยังนำไปสู่พฤติกรรมเสียอื่น ๆ เช่น การมีเพศสัมพันธ์และการใช้สารเสพติด โดยพบว่า วัยรุ่นที่ดื่มแอลกอฮอล์เสี่ยงต่อการถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์โดยไม่เต็มใจ การตั้งครภหรือการทำให้คนอื่นตั้งครภ 2-3 เท่า ของวัยรุ่นที่ไม่ดื่มแอลกอฮอล์⁽⁶⁾

จากรายงานการสำรวจพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของโรงพยาบาลงกริลาตในนักเรียนในเขตอำเภอกริลาตย้อนหลัง 3 ปี ตั้งแต่ปี 2557, 2558 และปี 2559 พบว่า อัตราการดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นร้อยละ 15.7, 18.3 และ 23.5 จากข้อมูลจะเห็นได้ว่าอัตราการดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีแนวโน้มสูงขึ้น และจากรายงานการสำรวจอัตราความชุกการดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนกริลาตวิทยาปี 2557, 2558 และปี 2559 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีอัตราการดื่มแอลกอฮอล์ เป็นร้อยละ 35, 37 และ 42 ตามลำดับ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีอัตราการดื่มแอลกอฮอล์

เป็นร้อยละ 30, 29 และ 31.5 ตามลำดับ และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีอัตราการดื่มแอลกอฮอล์ เป็นร้อยละ 29, 30 และ 31 ตามลำดับ ซึ่งนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีอัตราการดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และ 6 และเมื่อเปรียบเทียบกับอัตราความชุกการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นระดับประเทศเป็นร้อยละ 18.1 พบว่า อัตราการดื่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 สูงกว่าระดับประเทศอีกด้วย ที่ร้อยละ 35, 37 และ 42 ตามลำดับ⁽⁸⁾ จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า ปัญหาการดื่มแอลกอฮอล์ที่สำคัญ โดยเฉพาะปัญหาการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นที่ส่งผลกระทบต่อหลายด้าน ทั้งสุขภาพของตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ เนื่องด้วยวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังก้าวเข้าไปสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป การหาวิธีแก้ไขปัญหการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น จึงต้องหาวิธีที่เหมาะสม

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเยาวชนพบว่า ทักษะคิดต่อพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมส่งผลให้เกิดความตั้งใจดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์⁽⁷⁾ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior: TPB) ที่เชื่อว่า การเกิดพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลเป็นผลมาจากความตั้งใจที่จะกระทำของบุคคล และความตั้งใจดังกล่าวก็ได้รับอิทธิพลมาจากด้านความเชื่อ ประกอบด้วยทัศนคติต่อพฤติกรรม อิทธิพลของกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม โดยหากบุคคลนั้นมีทัศนคติด้านบวกต่อพฤติกรรมเป้าหมาย โดยรับรู้ถึงผลลัพธ์ของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดังกล่าวว่าจะส่งผลดีมากกว่าผลเสียบุคคลนั้นได้รับรู้ว่ากลุ่มคนที่มีความสำคัญกับเขามีความต้องการให้เขาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และมีส่วนช่วยสนับสนุนและกระตุ้นให้สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้เป็นผลสำเร็จ และหากบุคคลมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมในระดับมาก ก็จะส่งผลให้บุคคลมีความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมให้สำเร็จ

เพิ่มมากขึ้นตามไปด้วย นอกจากนี้การเรียนการสอนเรื่องสารเสพติดในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายไม่ได้บรรจุเนื้อหาเกี่ยวกับสุราไว้ เน้นการให้ความรู้อย่างเดียว ไม่ได้เสริมทักษะในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังนั้น จากเหตุผลดังกล่าวในการศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจพัฒนาโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เพื่อสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มแอลกอฮอล์ และป้องกันพฤติกรรมกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ต่อไป

วัสดุและวิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) แบบสองกลุ่มวัดซ้ำ (Repeated Measures Design: Two group) มีการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งก่อนทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามหลังการทดลอง 12 สัปดาห์ ในกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม ศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน มาเป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนในเขตอำเภอคลองไกรลาศ จังหวัดสุโขทัย ปีการศึกษา 2561 จำนวน 230 คน ผู้วิจัยใช้วิธีคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์คุณสมบัติที่กำหนด คือ มีสภาพร่างกายที่แข็งแรงพร้อมจะร่วมทำกิจกรรมได้ มีความยินดีเข้าร่วมกิจกรรมตลอดระยะเวลาที่ทำการศึกษา เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงที่จะดื่มแอลกอฮอล์ โดยต้องมีความเสี่ยงต่อไปนี้มีผู้ปกครองดื่มแอลกอฮอล์ มีเพื่อนสนิทดื่มแอลกอฮอล์ เคยทดลองดื่มแอลกอฮอล์ใน 6 เดือนที่ผ่านมาแต่ยังไม่ดื่มประจำ⁽⁹⁾ และผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีอุปกรณ์สื่อสารที่สามารถใช้ส่งข้อความออนไลน์ได้ คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยประชากรสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (two sample

independent group test) จากสูตร⁽⁹⁾ โดยอ้างอิงจากการศึกษาของ อติศักดิ์ พลสาร ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนความแตกต่างความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง (μ_1) ความแปรปรวนเฉลี่ยของความแตกต่างคะแนนความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มทดลอง (σ_1) ค่าเฉลี่ยคะแนนความแตกต่างความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของของกลุ่มควบคุม (μ_2) และความแปรปรวนเฉลี่ยของความแตกต่างคะแนนความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มควบคุม (σ_2) เท่ากับ 32.12, 4.29, 28.16 และ 5.27 ตามลำดับ

$$n_1 = \frac{(z_{1-\frac{\alpha}{2}} + z_{1-\beta})^2 \left[\sigma_1^2 + \frac{\sigma_2^2}{r} \right]}{\Delta^2}$$

$$r = \frac{n_2}{n_1}, \Delta = \mu_1 - \mu_2$$

เมื่อแทนค่าลงในสูตร ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 24 ราย และเพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างได้เพิ่มขนาดของกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 10.00 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 30 ราย รวมทั้งหมด 60 ราย ข้อมูลของกลุ่มทดลอง โดยผู้วิจัยเป็นผู้คัดกรองความเสี่ยงที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ด้วยตนเอง ภายหลังจากการคัดกรองจากเกณฑ์ทั้ง 4 ข้อแล้ว ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ไม่เสี่ยงที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 158 คน และกลุ่มเสี่ยงดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 72 คน ผู้วิจัยคัดกรองกลุ่มเสี่ยงดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 72 คน พบว่าผู้ปกครองไม่อนุญาตให้เข้าร่วมการวิจัย จำนวน 12 คน จึงเหลือจำนวนผู้เข้าร่วมวิจัย จำนวน 60 คน โดยผู้วิจัยเจาะจงเลือกนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เรียนในห้องเรียนเดียวกัน นักเรียนจะต้องมีเครื่องมือสื่อสารที่สามารถใช้สื่อสังคมออนไลน์ได้เพื่อใช้ประกอบการปฏิบัติกิจกรรมในโปรแกรมต่อไป และคัดเลือกกลุ่มอย่างด้วยวิธีจับคู่ตัวแปรสำคัญ (Matched pair)

เพื่อป้องกันตัวแปรแทรกซ้อน และควบคุมให้ทั้งสองกลุ่มมีคุณสมบัติเหมือน หรือใกล้เคียงกันมากที่สุด โดยพิจารณาคัดเลือกนักเรียนทั้งสองกลุ่มควบคุมให้มีเพศ อายุ ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อสัปดาห์ บุคคลในครอบครัว ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเคยเที่ยวสถานบันเทิง และป้องกันการปนเปื้อนโปรแกรมจากกลุ่มทดลองไปสู่กลุ่มควบคุมโดยการจับอบรมในห้องปิด และใช้กลุ่มสื่อสังคมออนไลน์แบบกลุ่มปิด ตลอดการดำเนินการวิจัย มีผู้เข้าร่วมวิจัย จำนวน 60 คน โดยเก็บข้อมูลในรูปแบบตารางและประมวลผลด้วยระบบคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย เครื่องมือ 2 ชุด โดยมีรายละเอียดดังนี้

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอเกาะลพบุรี จังหวัดสุโขทัย แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย ข้อคำถามแบบเลือกตอบ จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ ข้อมูลเพศ สถานภาพสมรสบิดามารดา ที่พักอาศัย ระดับการศึกษา บิดามารดา อาชีพบิดามารดา การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของบุคคลในครอบครัว การเที่ยวสถานบันเทิง และ ข้อคำถามตอบแบบสั้น จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ อายุ และ ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อสัปดาห์ แบบสอบถามวัดความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) จำนวน 5 ระดับ คือ ตั้งใจว่าจะทำได้มากที่สุด ตั้งใจว่าจะทำได้มาก ตั้งใจว่าจะทำได้ปานกลาง ตั้งใจว่าจะได้น้อย และตั้งใจว่าจะได้น้อยที่สุด จำนวน 10 ข้อ ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ ผู้ศึกษาได้ประยุกต์ใช้แบบประเมินปัญหาการดื่มสุรา (Alcohol Use Identification Test: AUDIT) (World Health Organization, 2001) แปลโดย สวัสดิ์ อัมฉัตรกรชัย (อ้างอิงตามคู่มือ แบบประเมินปัญหาการดื่มสุรา แนวปฏิบัติสำหรับสถานพยาบาลปฐมภูมิ

ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 2) ประกอบด้วยข้อคำถามแบบ check list จำนวน 10 ข้อ โดยแต่ละคำถามจะมีชุดคำตอบให้เลือกตอบ และแต่ละคำตอบจะมีคะแนนตั้งแต่ 0 ถึง 4 คะแนน และกำหนดเกณฑ์การแปลผลโดยพิจารณาคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากค่าเฉลี่ยที่มีค่าตั้งแต่ 1.00 ถึง 4.00

ชุดที่ 2 โปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งประกอบด้วยทัศนคติเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มแอลกอฮอล์ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมถึงการกระตุ้นให้เกิดทัศนคติที่ดีเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมความตั้งใจไม่ดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

- กิจกรรมที่ 1 “โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง วัตถุประสงค์ให้นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับแอลกอฮอล์และผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์เพื่อให้นักเรียนมีทัศนคติด้านลบต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์

- กิจกรรมที่ 2 “เพื่อนแท้” ใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง วัตถุประสงค์ให้นักเรียนเข้าใจลักษณะของเพื่อนแท้ ตระหนักถึงการรับรู้ ความเชื่อ แรงสนับสนุน แรงกดดัน แรงจูงใจจากบุคคลรอบข้าง กลุ่มอ้างอิงที่สำคัญจะมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ

- กิจกรรมที่ 3 “นักเรียนยุคใหม่บ้ายบายแอลกอฮอล์” ใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง วัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดทักษะการปฏิเสธ ให้นักเรียนมีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของตนเอง

การพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เลขทะเบียนใบรับรองจริยธรรมในมนุษย์ คือ IRB No. 0873/60 ณ วันที่ 17 มกราคม 2561

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มวัดซ้ำ (Two groups Repeated measurement design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอทองเอน จังหวัดสุโขทัย ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ภายหลังได้รับโปรแกรมทันที และหลังการทดลอง 12 สัปดาห์ ในการดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ มีการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 ครั้ง โดยใช้แบบสอบถามชุดเดียวกัน ทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม คือ เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการได้รับโปรแกรม ภายหลังได้รับโปรแกรมทันที และหลังการทดลอง 12 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทางคุณลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติ Independent t-test และเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ที่ได้จากการวัด 3 ครั้ง ด้วยสถิติ Repeated Measure ANOVA เมื่อพบความแตกต่าง เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ (Post Hoc) ด้วยวิธี Least Significant Difference (LSD)

ผลการศึกษา

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

จากตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้มีการทดสอบความแตกต่างของข้อมูล ด้วยสถิติ chi-squared test และ Paired samples T test พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างไม่มีความแตกต่างกัน ซึ่งข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 56.67 อายุเฉลี่ย 15.17 ปี มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อสัปดาห์ 284 บาทพักอาศัยอยู่กับบิดามารดา

ร้อยละ 63.33 และบุคคลในครอบครัวดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็น ร้อยละ 73.33

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 60.00 อายุเฉลี่ย 15.40 ปี

มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อสัปดาห์ 366.67 บาท พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา ร้อยละ 60.00 และบุคคลในครอบครัวดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 80.00

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

ข้อมูลส่วนบุคคล	กลุ่มทดลอง (n=30) จำนวน (ร้อยละ)	กลุ่มควบคุม (n=30) จำนวน (ร้อยละ)
เพศ		
หญิง	17 (56.67)	18 (60.00)
ชาย	13 (44.33)	12 (40.00)
อายุ		
15 ปี	20 (62.50)	20 (62.50)
16 ปี	6 (25.00)	8 (31.25)
18 ปี	4 (12.50)	2 (6.25)
Mean (SD)	15.17 (0.38)	15.40 (0.68)
ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อสัปดาห์		
100-250 บาท	17 (56.67)	14 (46.67)
251-400 บาท	11 (36.67)	14 (46.67)
401 บาทขึ้นไป	2 (6.66)	2 (6.66)
Mean (SD)	284.00 (102.74)	266.67 (3.33)
การพักอาศัย		
บิดามารดา	19 (63.33)	18 (60.00)
บิดา	-	3 (10.00)
มารดา	4 (13.33)	3 (10.00)
ญาติ	7 (23.34)	6 (20.00)
บุคคลในครอบครัวของท่านดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		
ดื่ม	22 (73.33)	24 (80.00)
ไม่ดื่ม	8 (26.67)	6 (20.00)

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ คะแนนเฉลี่ย ประสิทธิภาพโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอคลองไกรลาศ จังหวัดสุโขทัย

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลองทันทีและหลังการทดลอง 12 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน (กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม) ภายหลังได้รับโปรแกรมทันที พบว่า

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ภายหลังได้รับโปรแกรมหลัง 12 สัปดาห์ พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) และกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่ำกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.016$)

ตารางที่ 2 คะแนนเฉลี่ยประสิทธิผลโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอคลองไกรลาศ จังหวัดสุโขทัย

ความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่ม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	t	df	p-value
	$\bar{X}$ (SD)	$\bar{X}$ (SD)			
แอลกอฮอล์					
ก่อนทดลอง	3.86 (0.67)	3.70 (0.46)	1.00	51.84	0.322
หลังทดลองทันที	3.81 (0.81)	3.59 (0.50)	1.02	57.29	0.311
หลังทดลอง 12 สัปดาห์	4.22 (0.72)	3.54 (0.82)	3.40	57.09	0.001*
พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์					
ก่อนทดลอง	0.26 (0.25)	0.36 (0.27)	-0.76	54.87	0.442
หลังทดลองทันที	0.28 (0.22)	0.34 (0.32)	-0.56	55.92	0.601
หลังทดลอง 12 สัปดาห์	0.13 (0.12)	0.36 (0.35)	-2.48	41.73	0.016*

หมายเหตุ *p-value<0.05

ส่วนที่ 3 ความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กลุ่มทดลองในแต่ละช่วงเวลา

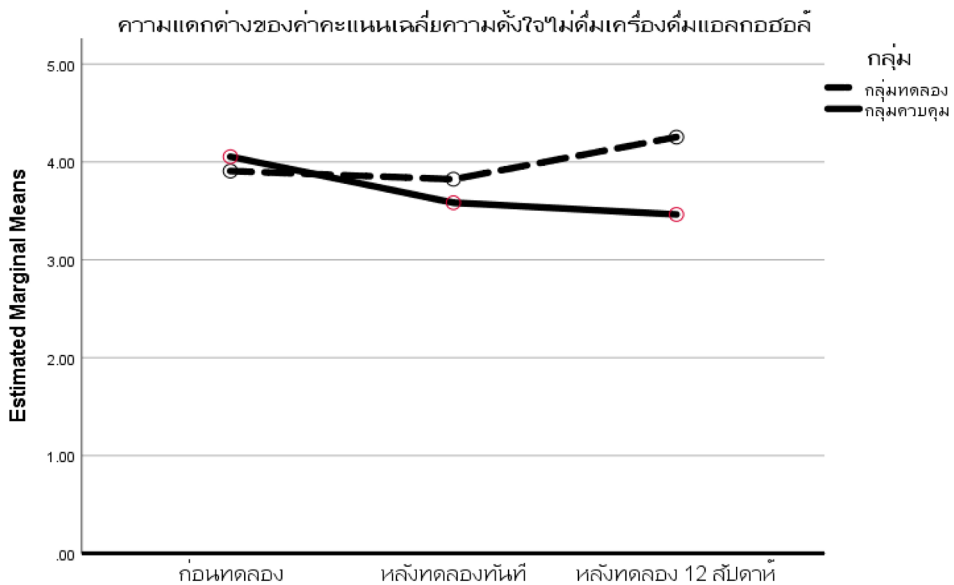
จากตารางที่ 3 วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองในแต่ละช่วงเวลา โดยเปรียบเทียบแบบพหุคูณ (Multiple comparison) ด้วยวิธี LSD พบว่า คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลอง

สัปดาห์ที่ 12 สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 12 คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่าหลังการทดลองทันที อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) ส่วนก่อนการทดลองและหลังทดลองทันที คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ประโยชน์ไม่แตกต่างกัน คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการทดลอง หลังการทดลองทันที และหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 12 ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 3 ความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กลุ่มทดลองในแต่ละช่วงเวลา

ช่วงเวลา	$\bar{X}$ ก่อน	$\bar{X}$ หลัง	MD	p-value
ความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์				
ก่อนการทดลองหลังการทดลองทันที	3.71	3.60	0.115	0.550
ก่อนการทดลองหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 12	3.71	4.22	0.511	0.005*
หลังการทดลองทันทีหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 12	3.60	4.22	0.626	0.014*
พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์				
ก่อนการทดลองหลังการทดลองทันที	0.36	0.34	0.020	0.887
ก่อนการทดลองหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 12	0.36	0.40	0.043	0.764
หลังการทดลองทันทีหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 12	0.34	0.40	0.063	0.641

หมายเหตุ *p-value<0.05 MD=Mean Difference



วิจารณ์

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอคลองไทรลาด จังหวัดสุโขทัย ระหว่างกลุ่มทดลอง กลุ่มควบคุมภายหลังได้รับโปรแกรมทันที และหลังการทดลอง 12 สัปดาห์ วิเคราะห์ผลเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายในกลุ่มทดลองก่อนการได้รับโปรแกรม ภายหลังได้รับโปรแกรมทันทีและหลังการทดลอง 12 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกงไกรลาศวิทยา อำเภอคลองไทรลาด จังหวัดสุโขทัย ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองพบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายหลังได้รับโปรแกรมทันที และภายหลังการได้รับโปรแกรม หลัง 12 สัปดาห์ พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่ากลุ่มควบคุม

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่ำกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ซึ่งทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนอธิบายไว้ว่า พฤติกรรมสุขภาพของบุคคลเป็นผลมาจากความตั้งใจที่จะกระทำ ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจาก 3 กลุ่มตัวแปรหลัก คือ ทศนคติที่มีต่อพฤติกรรม อิทธิพลของกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม เชื่อว่า หากบุคคลมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมในระดับมากก็จะส่งผลให้บุคคลมีความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมให้สำเร็จเพิ่มมากขึ้นตามไปด้วย ซึ่งระดับความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของบุคคลนี้ จะผันแปรไปตามความเชื่อเกี่ยวกับปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อพฤติกรรมและการรับรู้ความสามารถของตนเอง ในการจัดการหรือควบคุมปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเหล่านั้น ความสามารถที่แท้จริงในการควบคุมพฤติกรรม⁽¹¹⁾ สอดคล้องกับการศึกษาของ อติศักดิ์ พลเสาร⁽¹¹⁾ ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษา โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียน

มอญชัยวิทยาคม ตำบลมอญชัยพัฒนา อำเภอมอญชัย จังหวัดกาฬสินธุ์ ผลการทดลองพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนน และค่าเฉลี่ยความแตกต่างของคะแนนด้านความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ของการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจ เพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$) และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$) สอดคล้องกับการศึกษาของ ภัทพล โพนไพรสันต์⁽¹²⁾ การศึกษาผลการประยุกต์ใช้โปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเหล่ากลางวิทยาคม ตำบลเหล่ากลาง อำเภอมอญชัย จังหวัดกาฬสินธุ์ โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนและค่าเฉลี่ยความแตกต่างของคะแนนด้านความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$) และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.001$)

จากผลการศึกษา พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับโปรแกรมสร้างความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ไม่มีการเปลี่ยนแปลงความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังจากทดลองทันที แต่เปลี่ยนแปลงหลังจากการทดลอง 12 สัปดาห์ เนื่องมาจากระดับความตั้งใจที่จะกระทำเกิดจากความมุ่งมั่น มีกำหนดระยะเวลาที่คาดว่าจะปฏิบัติพฤติกรรมได้ มีเป้าหมายที่จะกระทำให้สำเร็จ ส่วนพฤติกรรมกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองก่อนได้รับ

โปรแกรม ภายหลังได้รับโปรแกรมทันทีและหลังทดลอง 12 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากหลังการทดลองทันที กลุ่มทดลองมีคะแนนความตั้งใจไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทำให้มีพฤติกรรมกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองไม่มีการเปลี่ยนแปลง ซึ่งทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนได้กล่าวไว้ว่า ความตั้งใจจะมีผลกับการเกิดพฤติกรรมนั้นๆ ในขณะเดียวกันพฤติกรรมกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลองทันทีและหลังการทดลอง 12 สัปดาห์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเกิดจากในขณะนั้นพฤติกรรมกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่ในระดับต่ำ ไม่ได้ดื่มประจำ ดังนั้น โปรแกรมนี้จึงเหมาะกับการเสริมสร้างความตั้งใจ มีประสิทธิภาพในการสร้างเสริมความตั้งใจแต่ไม่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่อยู่ในระดับต่ำหรือพฤติกรรมที่ไม่ได้ปฏิบัติเป็นประจำ และอาจเกิดจากโปรแกรมนี้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีระดับบุคคลเท่านั้น การที่จะควบคุมลด พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้อาจจำเป็นต้องคำนึงถึงปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมหรือปัจจัยระหว่างบุคคล เช่น โรงเรียน ผู้ปกครอง ร่วมด้วย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ในการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนประกอบด้วย ทักษะคิดต่อพฤติกรรม อิทธิพลของกลุ่มอ้างอิงและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ส่งผลให้ความตั้งใจที่จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนับสนุนให้หน่วยงานสาธารณสุขและโรงเรียนสร้างเสริมกิจกรรมทั้ง 3 ด้านนี้ เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจจะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และส่งผลต่อพฤติกรรมต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ในการวิจัยครั้งนี้ ประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนประกอบด้วยทักษะคิดต่อพฤติกรรม อิทธิพลของกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม พบว่า คะแนนความตั้งใจเพิ่มขึ้นแต่คะแนนพฤติกรรมไม่เปลี่ยนแปลง จึงเสนอให้การวิจัยครั้งต่อไป

ผสมผสานกับทฤษฎีระหว่างบุคคลและทฤษฎีระดับกลุ่มหรือชุมชน โดยเปิดโอกาสให้ครอบครัวและโรงเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในโปรแกรม โปรแกรมควรออกแบบให้เหมาะกับพฤติกรรมที่อยู่ในระดับต่ำหรือพฤติกรรมที่ไม่ได้ปฏิบัติเป็นประจำโดยตรง นอกจากนี้ โปรแกรมควรออกแบบให้เหมาะสมกับคุณลักษณะของผู้เข้าร่วมโปรแกรม และภายหลังโปรแกรมควรทดสอบความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรม เพื่อนำไปพัฒนาโปรแกรมให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นและปรับเปลี่ยนให้เข้ากับแต่ละบริบทของพื้นที่

สรุป

โปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอองไกรลาศ จังหวัดสุโขทัย ส่งผลต่อความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. World Health Organization. Global status report on alcohol and health 2009. Geneva: World Health Organization; 2009.
2. World Health Organization. Global status report on alcohol and health 2014. Geneva: World Health Organization; 2014.
3. National Statistical Office (Thailand). Thailand cigarette smoking and drinking behavior survey 2015. Bangkok: National Statistical Office (Thailand); 2015.
4. Faden VB, Goldman M. The effect of alcohol on physiological process and biological development. Alcohol research & health. 2005;28(3):125-32.
5. Somphaisan B, Kaewmungskhun J, Wathanaphon K, Nasueb S, Pimphandee W, Jongprasertying P, et al. Thailand alcohol situation 2009. Nonthaburi: Center for Alcohol Studies; 2009.
6. Assanangkornchai S, Muekthong A, Inthanon T. A surveillance of drinking behaviors and other health-risk behaviours among high school students in Thailand. Nonthaburi: Center of Alcohol Studies; 2008.
7. Kongkailas Hospital. Report of alcohol drinking behavior survey of secondary school students in Kongkailas District Sukhothai Province. Sukhothai: Kongkailas; 2016.
8. Junyaem U, Yuttatri P. Prediction of undergraduate freshmen's intentional abstinence of alcohol: Application of the theory of planned behaviour. Thai journal of nursing council. 2016;31(2):28-40.
9. Kophonrat S, Srisuriyawet R, Homsin P. Factors related to problematic drinking among male vocational students, Chonburi province. Journal of Nursing Science Chulalongkorn University. 2015;27(2):132-46.
10. Ajzen I. From intention to action: Theory of planned behavior [Internet]. Massachusetts. [cited 2016 Mar 26]. Available from: <http://people.umass.edu/ajzen/tpb.html>
11. Phalasarn A, Duangsong R. The effectiveness of health education program by application of theory of planned behavior and social support for prevention alcohol drinking behavior among secondary level 4 Khongchaipattana sub-district, Khongchai district, Kalasin province. KRU Research Journal. 2011;11(1):83-92.
12. Ponprisan P, Promarak T, Thaewpia S. The Application program for prevention alcohol consumption of the student among Laoklangwittay-akhom secondary school, Laoklang Sub-district, Khongchai district, Kalasin Province. Journal of Sakon Nakhon Hospital. 2015;18(2):129-38.