

ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ
ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ และพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ
ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก
The Effect of Promoting Programs for Perceived Self-Efficacy in Prevention
of Dental Caries, Outcome Expectation on Prevention of Dental Caries
and Dental Caries Preventive Behaviors Among Grade Six Students at
One Primary School in Phitsanulok Province

วัชลาวัลี เกตุดี¹ และวุฒิชัย จริยา²

Watchalawalee Ketdee¹ and Wutthichai Jariya²

¹หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยนเรศวร

¹Master of Public Health, Naresuan University

²คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

²Faculty of Public Health, Naresuan University

Received: January 3, 2020

Revised: April 21, 2020

Accepted: April 27, 2020

บทคัดย่อ

การวิจัยแบบกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก ขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณ จำนวน 68 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 34 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 34 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการคัดเลือกโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 2 โรงเรียน กำหนดโรงเรียนกลุ่มทดลองและโรงเรียนกลุ่มเปรียบเทียบโดยวิธีการจับฉลาก คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างนักเรียนของแต่ละโรงเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบสุ่มอย่างง่าย กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมดังกล่าวเป็นระยะเวลาทั้งหมด 8 สัปดาห์ โดยโปรแกรมดังกล่าวประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองของ Bandura มีแนวคิดที่สำคัญ คือ การรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ได้ทดสอบค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช ส่วนการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ส่วนความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ และส่วนพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ เท่ากับ .78, .78 และ .77 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานสถิติเชิงวิเคราะห์ ได้แก่ Independent t-test, ANCOVA และ Paired t-test ผลการวิจัย พบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ค่าคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ และค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุในกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังใน

ผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ($p\text{-value} < .05$)

คำสำคัญ: โปรแกรม, การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ, ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ, พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ

Abstract

This quasi-experimental research aimed to evaluate the effect of promoting programs for perceived self-efficacy in prevention of dental caries, outcome expectations on prevention of dental caries and dental caries preventive behaviors among grade six students at one primary school in Phitsanulok Province. The population were the grade six students studying at primary schools in Phitsanulok Province. The sample size of 68 students was calculated. The samples were divided into an experimental group and a control group, each group consisted of 34 students. Two sampling schools were purposively selected. The two selected schools were determined for the experimental group and control group by employing the lottery method. The samples of each school were recruited by using the simple random sampling methods. The effect of health such program had been implemented in the experimental group for 8 weeks. The Bandura's self-efficacy theory including the domains of perceived self-efficacy and outcome expectation was applied into such program. Data were collected by utilizing three sections of the questionnaire including; perceived self-efficacy in prevention of dental caries, outcome expectation on prevention of dental caries and dental carry preventive behaviors. They were tested for the Cronbach's alpha and received the reliability score .78, .78, .77 respectively. Statistics utilized for data analysis were descriptive statistics (mean, percentage and standard deviation) and inferential statistics (Independent t-test, ANCOVA and Paired t-test). The results have shown that the mean score of perceived self-efficacy in prevention of dental caries, outcome expectation on prevention of dental caries and dental carry preventive behaviors in the experimental group was significantly higher after receiving the program, than before receiving the program, and higher than that in the control group ($p\text{-value} < .05$).

Keywords: program, perceived self-efficacy in prevention of dental caries, outcome expectation on prevention of dental caries, dental carry preventive behaviors



บทนำ

ในปัจจุบันโรคฟันผุยังคงเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญทั่วโลก องค์การอนามัยโลก (World Health Organization--WHO) ให้ความสำคัญกับโรคฟันผุเป็นอย่าง

มาก โดยในเด็กนักเรียนมีฟันผุประมาณ ร้อยละ 60-90 ส่วนใหญ่มีการส่งเสริมสุขภาพช่องปากเกิดขึ้นในช่วงสามทศวรรษที่ผ่านมาควบคู่ไปกับการนำระบบสุขภาพช่องปากที่มุ่งเน้นด้านการป้องกัน ทำให้ความชุกและความรุนแรง

ของโรคฟันผุลดลง ในทวีปยุโรปตะวันออกและทวีปเอเชียกลาง มีโรคฟันผุในระดับสูงและมีระบบในการเปลี่ยนการรับสัมผัสของประชากรเพื่อป้องกันการเกิดโรค ทำให้โรคฟันผุได้ลดลงอย่างมาก ในประเทศที่มีรายได้ต่ำและปานกลาง ได้แก่ ทวีปแอฟริกา ทวีปเอเชียและละตินอเมริกา ยังขาดโปรแกรมการป้องกัน เนื่องจากประเทศเหล่านี้ ขาดแคลนบุคลากรด้านสุขภาพช่องปากและระบบสุขภาพส่วนใหญ่ จะเน้นเฉพาะการรักษา ในอนาคตคาดว่าจะการสูญเสียฟันและคุณภาพชีวิตที่ไม่ดีจะเป็นปัญหาสาธารณสุขในประเทศกำลังพัฒนาจำนวนมาก (Petersen & Ogawa, 2016)

สุขภาพช่องปากเป็นเสมือนประตูไปสู่การมีสุขภาพร่างกายที่ดี ในขณะที่เดียวกันช่องปากก็เป็นสาเหตุทำให้เกิดปัญหาสุขภาพทั้งระบบได้ ปัญหาโรคในช่องปาก เป็นปัญหาที่พบในประชากรทุกวัยจะมีพัฒนาการไปตามช่วงวัย เริ่มจากปัญหาการเกิดโรคฟันผุในกลุ่มเด็กและเยาวชนจะมีผลกระทบต่อพัฒนาการ การเรียนรู้ และการเจริญเติบโต จนนำไปสู่ปัญหาการสูญเสียฟันในวัยทำงานและผู้สูงอายุ การสูญเสียฟันหลายซี่จะส่งผลกระทบต่อคุณภาพของการเคี้ยว ทำให้ไม่สามารถเคี้ยวอาหารได้อย่างละเอียด กินอาหารไม่อร่อย ระบบย่อยอาหารถดถอย ต้องทำงานหนัก เกิดปัญหาอาหารไม่ย่อย ท้องอืด เป็นโรคกระเพาะ ปัญหาโรคฟันผุจึงเป็นปัญหาสำคัญที่เป็นจุดเริ่มต้นของความบกพร่องในการทำงานของอวัยวะในช่องปาก การปล่อยให้ฟันผุและโรคปริทันต์อักเสบในทุกช่วงวัย นอกจากทำให้เจ็บปวดแล้ว ยังทำให้ช่องปากเป็นแหล่งแพร่กระจายเชื้อโรคไปสู่อวัยวะต่าง ๆ การเกิดโรคในช่องปากมีการเปลี่ยนแปลงตามช่วงวัย เนื่องจากพฤติกรรมและปัจจัยเสี่ยงที่แตกต่างกัน โดยแต่ละช่วงวัยจะมีกลุ่มอายุที่สำคัญที่สามารถใช้เป็นอายุดัชนี เพื่อเป็นข้อมูลทางระบาดวิทยา ด้านสุขภาพช่องปาก สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา จะใช้กลุ่มอายุเด็ก 12 ปี เนื่องจากเป็นวัยที่มีฟันถาวรขึ้นครบ 28 ซี่ และเป็นช่วงอายุที่ย่างเข้าสู่วัยรุ่น ดังนั้น เด็กวัยรุ่นจึงเป็นกลุ่มวัยสำคัญในการส่งเสริมทันตสุขภาพ (Bureau of Dental Public Health, Department of health, 2018)

สถานการณ์ทันตสุขภาพในประเทศไทย จากผล การสำรวจสภาวะทันตสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 8 พ.ศ. 2560 พบว่า เด็กอายุ 12 ปี มีประสบการณ์โรคฟันผุ ร้อยละ 52.0

มีค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด (Decayed Missing and Filled Teeth--DMFT) เท่ากับ 1.4 ซี่ต่อคน (Bureau of Dental Public Health, Department of health, 2018) โรคฟันผุในระดับจังหวัดพิษณุโลก จากผลสำรวจสภาวะทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถม ศึกษาปีที่ 6 พ.ศ. 2557-2561 ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก พบว่า กลุ่มเด็กอายุ 12 ปี มีประสบการณ์โรคฟันผุ ร้อยละ 52.24, 50.15, 53.30, 32.93 และ 42.65 ตามลำดับ ค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด (DMFT) เท่ากับ 1.99, 1.56, 1.47, 1.50 และ 1.60 ซี่ต่อคนตามลำดับ (Phitsanulok Provincial Health office, 2018) ข้อมูลสำรวจสภาวะทันตสุขภาพในระดับอำเภอแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก พ.ศ. 2557-2561 พบว่า กลุ่มเด็กอายุ 12 ปี มีประสบการณ์โรคฟันผุ ร้อยละ 54.28, 49.29, 49.05, 59.78 และ 50.85ตามลำดับ ค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด (DMFT) เท่ากับ 1.49, 1.44, 1.48, 1.41 และ 1.39 ซี่ต่อคน ตามลำดับ ผลการสำรวจสภาวะทันตสุขภาพตำบลแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก พบว่า มีประสบการณ์โรคฟันผุ ร้อยละ 55.35, 55.29, 55.37, 53.41 และ 51.13 ตามลำดับ ค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด (DMFT) เท่ากับ 1.48, 1.54, 1.68, 1.53 และ 1.51 ซี่ต่อคน ตามลำดับ (Bangrakam Hospital, 2018)

ผลสำรวจสภาวะทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก พ.ศ. 2557-2561พบว่ามีประสบการณ์โรค ฟันผุร้อยละ 54.14, 54.03, 54.24, 55.13 และ 53.09 ค่าเฉลี่ยฟันผุ ถอน อุด(DMFT)เท่ากับ 1.45, 1.54, 1.57, 1.59 และ 1.53 ซี่ต่อคน ตามลำดับ (Bangrakam Hospital, 2018) ถึงแม้ว่าจะมีแนวโน้มประสบการณ์โรคฟันผุลดลง แต่ยัง สูงเมื่อเทียบกับเกณฑ์ของระดับประเทศที่กำหนดให้ ร้อยละ 50

ปัญหาการเกิดโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาเกิดจากพฤติกรรมทันตสุขภาพแบ่งเป็น 2 ประเด็นหลัก ๆ คือ (1) พฤติกรรมการบริโภคขนมหรือเครื่องดื่ม ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นมากตามกระแสนิยม และ (2) พฤติกรรมการแปรงฟันและการใช้ยาสีฟัน โดยการแปรงฟันของเด็กอายุ 12 ปี ส่วนใหญ่แปรงฟันหลังตื่นนอนตอนเช้าทุกวันหรือเกือบทุกวัน ส่วนการแปรงฟันหลังอาหารกลางวันในโรงเรียน พบว่า เด็กอายุ 12 ปี ส่วนใหญ่ไม่เคยแปรงฟัน

เลย สำหรับการแปรงฟันก่อนนอนซึ่งเป็นช่วงเวลาสำคัญที่จะช่วยป้องกันโรคฟันผุ แม้ว่านักเรียนจะมีพฤติกรรมแปรงฟันก่อนนอนแต่ยังมีการบริโภคอาหารหรือเครื่องดื่มอีกและไม่แปรงฟันซ้ำอีกครั้งก่อนเข้านอนจริง พฤติกรรมดังกล่าวสะท้อนถึงความรู้ความเข้าใจในการแปรงฟันที่ถูกต้องและยังคงมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคฟันผุเช่นเดียวกันกับการไม่แปรงฟันก่อนนอน (Bureau of Dental Public Health, Department of health, 2013)

จากงานวิจัยของ Suwakhon and Wongsawat (2018) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพฟันเพื่อป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดพิษณุโลก ผลการวิจัย พบว่า การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ มีผลทางบวกต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพฟัน การรับรู้ความสามารถของตนเองจะมีอิทธิพลให้นักเรียนเกิดความมั่นใจที่เพียงพอจะทำให้รู้สึกว่าการนักเรียนสามารถปฏิบัติได้จริง จึงเกิดผลทำให้นักเรียนเกิดการแสดงพฤติกรรมออกมาได้ และจากงานวิจัยของ Wiangkham (2012) ที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ผลการวิจัย พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองมีความคาดหวังในผลดีของการป้องกันโรคฟันผุอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 62.50 หลังการทดลองมีความคาดหวังในผลดีของการป้องกันโรคฟันผุอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 85.00 จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุที่เพิ่มขึ้นและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุที่เพิ่มขึ้น นำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ

ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเองของแบนดูรา นั้น มีผลต่อการกระทำของบุคคลที่จะตัดสินใจเริ่มการปฏิบัติหรือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ถ้าหากบุคคลมีความต้องการและมีความเชื่อในความสามารถตนเองสูงบุคคลนั้นก็จะมีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ สูง ซึ่งปัจจัยที่จะนำไปสู่การสร้างการรับรู้ขึ้นมาจากประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ การนำเสนอตัวแบบที่ดี การพูดชักจูงและการกระตุ้นทางอารมณ์ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เป็นแรงผลักดันที่จะทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรม (Bandura & Adams, 1977) ซึ่งทฤษฎีนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในงานวิจัยเพื่อส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเอง ความ

คาดหวังในผลลัพธ์ และพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุในกลุ่มวัยเรียนได้ (Wiangkham, 2012; Kulphimai, 2014; Watyota, 2018)

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่า โรคฟันผุเป็นปัญหาทันตสาธารณสุขที่สำคัญ โดยเฉพาะพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ ซึ่งนักเรียนยังมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคฟันผุและความเอาใจใส่เรื่องการแปรงฟัน (Bureau of Dental Public Health, Department of health, 2013) ซึ่งในพื้นที่ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก มีปัญหาการป้องกันโรคฟันผุและมีแนวโน้มการเกิดโรคฟันผุเพิ่มมากขึ้นเช่นเดียวกัน ถึงแม้ว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาจะได้รับความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพช่องปากและเข้ารับบริการรักษาทางทันตกรรมแล้ว (Bangrakam Hospital, 2018) ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจทำโปรแกรมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมาประยุกต์ใช้เพื่อให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ ซึ่งจะนำไปสู่การมีพฤติกรรมทันตสุขภาพที่ดีและลดอัตราการเกิดโรคฟันผุได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ และพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก

1. วัตถุประสงค์เฉพาะ

1.1 เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภายในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง

1.2 เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุความคาดหวัง

ในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลอง

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมาใช้ในการวิจัยนี้ ศึกษาค้นคว้าและพัฒนาทฤษฎีการเรียนรู้ความสามารถตนเอง คือ อัลเบิร์ต แบนดูรา (Bandura & Adams, 1977) เป็นนักจิตวิทยาชาวแคนาดา ทฤษฎีความสามารถตนเองมีแนวคิดที่สำคัญ คือ

1. การรับรู้ความสามารถตนเอง (perceived self-efficacy) ซึ่ง Bandura ได้ให้ความหมายว่า เป็นการตัดสินใจความสามารถตนเองว่าสามารถทำงานในระดับใดหรือเป็นความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตความเชื่อในความสามารถตนเองพิจารณาจากความรู้สึก ความคิด การตั้งใจ และพฤติกรรม โดยปัจจัยที่ส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้นมี 4 วิธี ดังนี้

- 1.1 ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (mastery experiences)
- 1.2 การใช้ตัวแบบ (modeling)
- 1.3 การใช้คำพูดชักจูง (verbal persuasion)
- 1.4 การกระตุ้นทางอารมณ์ (emotional arousal)

2. ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ (outcome expectation) หมายถึง ความเชื่อที่บุคคลประเมินค่าพฤติกรรมเฉพาะอย่างที่ปฏิบัติ อันจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่คาดหวังไว้ เนื่องจากมนุษย์เรียนรู้ว่าการกระทำใดนำไปสู่ผลลัพธ์ใด แต่ความสามารถของมนุษย์แต่ละบุคคลที่จะกระทำกิจกรรมต่าง ๆ นั้น มีขีดจำกัดไม่เท่ากัน ดังนั้น การที่บุคคลจะตัดสินใจว่าจะกระทำพฤติกรรมนั้นหรือไม่ ส่วนหนึ่งจึงขึ้นอยู่กับการรับรู้ความสามารถตนเองและอีกส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับความคาดหวังในผลลัพธ์ของการกระทำ โดยปัจจัยที่ส่งผลต่อความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติมีดังนี้ ผลลัพธ์ทางด้านกายภาพ (physical outcome expectation) ผลลัพธ์ทางด้านสังคม (social outcome expectation) ผลลัพธ์ด้านการตอบสนองต่อมาตรฐานตนเอง (self-evaluation outcome expectation)

การรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการกระทำนั้น ไม่สามารถแยกจากกันได้เด็ดขาด เพราะบุคคลมองผลของการกระทำที่เกิดขึ้นว่าเป็นสิ่งแสดงถึงความเหมาะสมเพียงพอของพฤติกรรมที่ได้กระทำไป และยังเป็นสิ่งที่ช่วยในการตัดสินใจอีกว่าจะกระทำพฤติกรรมนั้นหรือพฤติกรรมอื่นได้อีกหรือไม่ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถ ของตนเองและความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้น หากบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง จะเกิดความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นสูงเช่นเดียวกัน บุคคลจะมีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นแน่นอน

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Wiangkham (2012) ได้ศึกษาผลของการ ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนประถมศึกษาตำบลบัวน้อย อำเภอกันทรารมย์ จังหวัดศรีสะเกษ ผลการวิจัย พบว่า ภายหลัง การทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้เรื่องโรคฟันผุ มีการรับรู้ ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลดีของการป้องกันโรคฟันผุ การปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคฟันผุ สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

Kulphimai (2014) ได้ศึกษาโปรแกรมส่งเสริมทันตสุขภาพโดยบุคคลต้นแบบต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย อำเภอพระทองคำ จังหวัดนครราชสีมา โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองและทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคฟันผุ การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลดีของการป้องกันโรคฟันผุ การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคฟันผุ สูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

Watyota (2018) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพช่องปากต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปากของนักเรียนอายุ 12 ปี เขตพื้นที่อำเภอโกสุมพินคร จังหวัดกำแพงเพชรโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎี

การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและทฤษฎีการเรียนรู้ตามแนวคิดของบลูม ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปากการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการดูแลสุขภาพช่องปากและพฤติกรรมในการตรวจฟันอย่างง่ายสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05

กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดงานวิจัยนี้ได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง โดยมีแนวคิดหลัก คือ การรับรู้ความสามารถ

ตนเอง (perceived self-efficacy) และความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ (outcome expectation) ซึ่งการสร้างการรับรู้ความสามารถตนเอง ประกอบด้วย ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ การใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูงและการกระตุ้นทางอารมณ์ และการสร้างความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ ประกอบด้วย ผลลัพธ์ทางด้านสังคม โดยทำการประเมินผลการศึกษาของงานวิจัยโดยการวัดตัวแปรการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ตัวแปรความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ และตัวแปรพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ

โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ประกอบด้วย

1. การสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ
 - ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (mastery experiences) ได้แก่ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การประชุมกลุ่มและการฝึกปฏิบัติการแปรงฟัน, ตรวจฟันและการ ใช้ไหมขัดฟัน
 - การใช้ตัวแบบ (modeling) ได้แก่ นำเสนอตัวแบบ และการฉายวิดีโอ
 - การใช้คำพูดชักจูง (verbal persuasion) ได้แก่ การพูดชมเชย ให้กำลังใจ
 - การกระตุ้นทางอารมณ์ (emotional arousal) ได้แก่ เกม
2. การสร้างความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ
 - ผลลัพธ์ทางด้านสังคม (social outcome expectation) ได้แก่ การให้รางวัล

- การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ
- ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ
- พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ

ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคฟันผุ สูงกว่าก่อนทดลอง

2. ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคฟันผุ สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมกรรมการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก

กลุ่มตัวอย่าง

ใช้สูตรการคำนวณของตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยประชากร 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (Chirawatkul, 2009)

$$n/Group = \frac{2\sigma^2(Z_\alpha + Z_\beta)^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2} \quad (1)$$

เมื่อ

n คือ จำนวนตัวอย่างในแต่ละกลุ่ม

Z_α คือ ค่าสถิติมาตรฐานภายใต้โค้งปกติที่ระดับความเชื่อ 95% ดังนั้น $Z = 1.64$

Z_β คือ ค่าสถิติมาตรฐานภายใต้โค้งปกติที่กำหนดให้ power of test = 90 ดังนั้น = 1.28

μ_1 คือ ค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคฟันผุในกลุ่มทดลอง = 32.94 (To-on, 2010)

μ_2 คือ ค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคฟันผุในกลุ่มเปรียบเทียบ = 29.88 (To-on, 2010)

σ^2 คือ ความแปรปรวนของคะแนนการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคฟันผุในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โดยจะเป็นค่าความแปรปรวนร่วม = 12.19

$$\begin{aligned} n/Group &= \frac{2\sigma^2(Z_\alpha + Z_\beta)^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2} \\ &= \frac{(2)(12.19)(1.64+1.28)^2}{(32.94-29.88)^2} = 22 \end{aligned}$$

จากการคำนวณขนาดตัวอย่างจะได้กลุ่มตัวอย่าง 22 คนต่อกลุ่ม แต่เพื่อป้องกันปัญหาผู้ตกสำรวจหรือผู้สูญหายจากการทำกิจกรรมและให้ได้ขนาดตัวอย่างที่เหมาะสมผู้วิจัยจึงได้มี การปรับเพิ่มขนาดตัวอย่างที่ว่าจะสูญหายร้อยละ 20 เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวน ที่ต้องการศึกษา คำนวณสูตร

$$n_{adj} = \frac{n}{(1-R)^2} \quad (2)$$

$$\text{แทนค่าสูตร} = \frac{22}{(1.00-0.20)^2} = 34$$

จึงได้ขนาดตัวอย่างในการศึกษาจากการคำนวณกลุ่มละ 34 คน ดังนั้นกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือ

1. กลุ่มทดลอง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก จำนวนกลุ่มละ 34 คน

2. กลุ่มเปรียบเทียบ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก จำนวน 34 คน

วิธีการสุ่มตัวอย่าง

1. คัดเลือกโรงเรียนประถมศึกษาในอำเภอแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก โดยการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ซึ่งอาศัยเกณฑ์ ดังนี้

1.1. โรงเรียนขนาดใหญ่ในเขตอำเภอแห่งหนึ่งในจังหวัดพิษณุโลก ที่มีปัญหาโรคฟันแท้ผุสูงกว่าที่กองทันตสาธารณสุขกำหนด (ฟันแท้ผุเกินร้อยละ 20 ถือว่าเป็นปัญหาเร่งด่วนที่ต้องได้รับการแก้ไข)

1.2. โรงเรียนที่มีสภาพทางภูมิศาสตร์และกิจกรรมด้านทันตสาธารณสุขใกล้เคียงกัน

1.3. โรงเรียนยินดีเข้าร่วมกิจกรรมตลอดระยะเวลาการวิจัย

2. กำหนดโรงเรียนกลุ่มทดลอง และโรงเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ โดยวิธีการจับฉลาก

3. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างนักเรียนของแต่ละโรงเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบโดย วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) การจับฉลาก จำนวนกลุ่มละ 34 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรค ฟันผุของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง มีลักษณะเครื่องมือที่ใช้แบ่งเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียน จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ นักเรียนอาศัยอยู่กับใครและจำนวนการแปรของนักเรียนต่อวัน ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ปกครองนักเรียน จำนวน 3 ข้อ ได้แก่อาชีพของผู้ปกครอง การศึกษาของผู้ปกครอง และรายได้ของผู้ปกครอง

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ จำนวน 10 ข้อ ข้อคำถามด้านบวก จำนวน 8 ข้อ ข้อคำถามด้านลบ จำนวน 2 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดประมาณค่า (rating scale) 3 ระดับ คือ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย กำหนดคะแนน 3 ถึง 1 ตามลำดับ ส่วนข้อความทางลบ ให้คะแนน 1 ถึง 3 ตามลำดับ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถาม ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ จำนวน 9 ข้อ ข้อคำถามด้านบวก จำนวน 7 ข้อ ข้อคำถามด้านลบ จำนวน 2 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดประมาณค่า (rating scale) 3 ระดับ คือ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย กำหนดคะแนน 3 ถึง 1 ตามลำดับ ส่วนข้อความทางลบ ให้คะแนน 1 ถึง 3 ตามลำดับ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ จำนวน 10 ข้อ ข้อคำถามด้านบวก จำนวน 9 ข้อ ข้อคำถามด้านลบ จำนวน 1 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นมาตรวัดประมาณค่า (rating scale) 3 ระดับ คือ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย กำหนดคะแนน 3 ถึง 1ตามลำดับ ส่วนข้อความทางลบ ให้คะแนน 1 ถึง 3 ตามลำดับ

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองของ Bandura มีแนวคิดที่สำคัญ คือ การรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที

การทดสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. ตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงของเนื้อหา (content validity)

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรค ฟันผุ และโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความถูกต้องการครอบคลุมครบถ้วน สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ตรงกับเนื้อหาที่ต้องการวัด กรอบแนวคิด

โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรค ฟันผุ และความเหมาะสมทางภาษา เมื่อผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาได้มาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-objective Congruence--IOC) พิจารณาให้ใช้เกณฑ์พิจารณาค่า IOC ตั้งแต่ .50 ขึ้นไป (Rovinelli & Hambleton, 1977 อ้างอิงใน Kitthirawutwong, 2017) ผลการพิจารณาได้ค่า IOC อยู่ในช่วง .67-1.00

2. ตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ (reliability)

หาค่าความเที่ยงของแบบสอบถามโดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach's Coefficient Alpha) ตั้งแต่.7 ขึ้นไป (DeVellis, 2012 อ้างอิงใน Kitthirawutwong, 2017) ทำการทดสอบเครื่องมือ โดยนำแบบสอบถามไปทดสอบ (try out) กับโรงเรียนที่อยู่ต่างอำเภอที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 30 คน แล้วนำมาหาคุณภาพเครื่องมือ ผลการวิเคราะห์ ได้ค่าความเที่ยงด้านการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุความคาดหวังในผลลัพธ์ ของการป้องกันโรคฟันผุ และพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุเท่ากับ.78,.78,.77 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ภายหลังการเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมของมหาวิทยาลัยนเรศวร COA No. 030/2018 IRB No. 0912/60 ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูล โดยดำเนินการเป็นขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือราชการจากคณะกรรมการสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวรถึงผู้อำนวยการโรงเรียนกลุ่มทดลองและโรงเรียนกลุ่มเปรียบเทียบเพื่อขอความร่วมมือในการศึกษาวิจัยและชี้แจงรายละเอียด

2. ผู้วิจัยดำเนินการวิจัย โดยการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้ระยะเวลา ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน-ธันวาคม 2561 จำนวน 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยกลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของ

การป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง (Bandura & Adams, 1977) ประกอบด้วยการสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันฟันผุและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ จนนำไปสู่การมีพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ โดยมีรายละเอียดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มี ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 (สุขภาพช่องปากของเรา)

เก็บข้อมูลก่อนการทดลองในสัปดาห์ที่ 1 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โดยใช้แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ “น้องชื่ออะไร” เพื่อทำการรู้จักและเป็นการกระตุ้นทางอารมณ์และผู้นำภาพเด็ก 2 คน มาให้นักเรียนดู โดยภาพ 1 เป็นรูปเด็กยิ้มเห็นฟันสวย ขาวสะอาด ไม่มีฟันผุ ภาพ 2 เป็นรูปเด็กยิ้มเห็นฟันผุ ผู้วิจัยถามนักเรียนอยากมีฟันเหมือนเด็กในภาพใดและทำอย่างไรถึงจะมีฟันสวย

สัปดาห์ที่ 2 (โรคฟันผุคืออะไรจ๊ะ)

ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ “ใบคำ” เพื่อนำเข้าสู่บทเรียนเป็นการกระตุ้นทางอารมณ์และนำเสนอตัวแบบโดยให้นักเรียนชมวิดีโอ เรื่องการ ผจญภัยในอาณาจักรฟัน ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกมานำเสนอเรื่องโรคฟันผุ ตามใบงานที่ 1

สัปดาห์ที่ 3 (มาแปรงฟันกันเถอะ)

ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ “เกมป้องกัน” เพื่อนำเข้าสู่บทเรียนเป็นการกระตุ้นทางอารมณ์และผู้นำวิธีการแปรงฟันของนักเรียน และคัดเลือกนักเรียนที่แปรงฟันได้ถูกวิธีมาเป็นตัวแบบ หลังจากนั้นให้นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องการแปรงฟันและแบ่งกลุ่มฝึกทักษะการแปรงฟันด้วยวิธีขยับปิดที่ละกลุ่มภายใต้การดูแลของผู้วิจัย ทำให้เกิดประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จผ่านการฝึกปฏิบัติ ผู้วิจัยแจกคู่มือฟันดีและแบบบันทึกการแปรงฟันและการใช้ไหมขัดฟัน

สัปดาห์ที่ 4 (มารู้จักไหมขัดฟันกัน)

ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์“จับผิดภาพ”เพื่อนำเข้าสู่บทเรียนเป็นการกระตุ้นทางอารมณ์และนำเสนอตัวแบบโดยให้นักเรียนชมวิดีโอที่สั้นเรื่อง ทำไมเราต้องใช้ไหมขัดฟัน หลังจากนั้นให้นักเรียนแบ่งกลุ่มฝึกทักษะการใช้ไหมขัดฟัน ทำให้เกิดประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จผ่านการฝึกปฏิบัติ

สัปดาห์ที่ 5 (ตรวจฟันทุกวัน รู้ทันฟันผุ)

ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์“ต่อจิ๊กซอว์ฟัน”เพื่อนำเข้าสู่บทเรียนเป็นการกระตุ้นทางอารมณ์และนำเสนอตัวแบบโดยให้นักเรียนชมวิดีโอที่สั้น การตรวจฟันด้วยตนเอง หลังจากนั้นฝึกให้นักเรียนตรวจฟันของตัวเองโดยใช้กระจก ทำให้เกิดประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จผ่านการฝึกปฏิบัติ และบันทึกลงในแบบตรวจฟันด้วยตนเอง ผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องในการตรวจฟันของนักเรียนซ้ำอีกครั้ง

สัปดาห์ที่ 6 (กินอย่างไรฟันถึงไม่ผุ)

ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์“กินอะไรดีจ๊ะ”โดยจัดตัวอย่างอาหารและผลิตภัณฑ์อาหารที่มีประโยชน์และโทษต่อฟันวางไว้ที่โต๊ะให้นักเรียนแต่ละคนเลือกอาหารที่ชอบรับประทานคนละ 1 อย่าง โดยให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอ ตามใบงานที่ 2

สัปดาห์ที่ 7 (นำเสนอตัวแบบที่ดีด้านทันตสุขภาพ)

ผู้วิจัย นักเรียนและครูช่วยกันคัดเลือกตัวแบบ มอบเกียรติบัตร ของรางวัลและนารายชื่อผู้ที่ชนะการประกวดติดบนป้ายนิเทศของชั้นเรียน เป็นการนำเสนอตัวแบบเพื่อเป็นต้นแบบการมีสุขภาพช่องปากที่ดี

สัปดาห์ที่ 8 (สรุปผลกิจกรรมหลังการดำเนินการวิจัย)

ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์“จับคู่คำศัพท์กับภาพ” เพื่อนำเข้าสู่บทเรียนเป็นการกระตุ้นทางอารมณ์และผู้วิจัยสรุปกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาทั้งหมดและผู้วิจัยเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรค ฟันผุ ประเมินหลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 8 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

3. รวบรวมข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้วิธีทางสถิติ เพื่อดำเนินการทดสอบสมมุติฐาน

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) วิเคราะห์ข้อมูลทางคุณลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. สถิติ (Independent t-test, ANCOVA) เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ คาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ โดยการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ

3. สถิติ Paired t-test เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ คาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ โดยการเปรียบเทียบภายในกลุ่มทดลอง

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป

จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 68 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 34 คน และ กลุ่มเปรียบเทียบ 34 คน วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ดังนี้

กลุ่มทดลอง เป็นเพศหญิงและเพศชายเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ส่วนใหญ่นักเรียนอาศัยอยู่กับพ่อแม่ คิดเป็นร้อยละ 73.50 ส่วนใหญ่ผู้ปกครองมีอาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 64.70 ส่วนใหญ่ผู้ปกครองจบการศึกษาระดับมัธยมหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 47.00 ส่วนใหญ่ผู้ปกครองมีรายได้น้อยกว่า 9,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 58.80 ส่วนใหญ่นักเรียนแปรงฟันวันละ 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 73.53

กลุ่มเปรียบเทียบ เป็นเพศหญิงและเพศชายเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ส่วนใหญ่นักเรียนอาศัยอยู่กับพ่อแม่ คิดเป็นร้อยละ 52.94 ส่วนใหญ่ผู้ปกครองมีอาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 41.20 ส่วนใหญ่ผู้ปกครองจบ

การศึกษาระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 61.80 ส่วนใหญ่ ผู้ปกครองมีรายได้น้อยกว่า 9,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 67.60 ส่วนใหญ่นักเรียนแปรงฟันวันละ 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 73.50

การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ (Independent t-test) ดังแสดงในตาราง 1

ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุก่อนการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ หลังการ

ทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ ก่อนการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงนำคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ ก่อนการทดลอง มาเป็นตัวแปรร่วม (covariate) เพื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มหลังการทดลอง ดังแสดงตาราง 2 และ 3

ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุก่อนการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงนำคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ ก่อนการทดลอง มาเป็นตัวแปรร่วม (covariate) เพื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มหลังการทดลอง ดังแสดงในตาราง 2 และ 4

ตาราง 1

การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ (Independent t-test)

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง		กลุ่มเปรียบเทียบ		t-test	p-value
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ						
ก่อนทดลอง	19.79	2.71	20.26	2.54	- 0.74	.462
หลังทดลอง	26.65	2.73	22.76	2.50	6.12	< .001*
ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ						
ก่อนทดลอง	20.94	2.39	19.38	2.44	2.67	.010*
หลังทดลอง	25.41	1.69	20.74	2.57	8.86	< .001*
พฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ						
ก่อนทดลอง	21.82	2.26	20.53	2.78	2.10	.039*
หลังทดลอง	27.59	2.63	20.88	3.01	9.78	< .001*

*p- value <.05

ตาราง 2

ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ และพฤติกรรม การป้องกันโรคฟันผุ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลอง โดยปรับอิทธิพลของตัวแปรร่วม (Co-variate)

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง		กลุ่มเปรียบเทียบ	
	$\bar{X}$	SE	$\bar{X}$	SE
ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ				
หลังทดลอง	25.07*	0.34	21.08*	0.34
พฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ				
หลังทดลอง	27.20 [#]	0.41	21.27 [#]	0.41

*Adjusted co-variate (คะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุก่อนการทดลอง)

[#]Adjusted co-variate (คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุก่อนการทดลอง)

ตาราง 3

การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA) ในการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเป็นตัวแปรร่วม (Co-variate) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ หลังการทดลอง

Source	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p-value
ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ					
ก่อนการทดลอง	72.88	1	72.88	19.74	<.001*
ระหว่างกลุ่ม	245.25	1	245.25	66.43	<.001*
ความคลาดเคลื่อน	239.98	65	3.69		
รวม	36887.00	68			

*p- value <.05

ผลการวิเคราะห์ค่าคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ หลังการทดลอง โดยปรับอิทธิพลของตัวแปรร่วม กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ย 25.07 กลุ่มเปรียบเทียบมีค่าคะแนนเฉลี่ย 21.08 และค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ หลังการทดลอง โดยปรับอิทธิพลของตัวแปรร่วม กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ย 27.20 กลุ่มเปรียบเทียบ มีค่าคะแนนเฉลี่ย 21.27 ดังตาราง 2

ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ พบว่า หลังการทดลอง

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุแตกต่างจาก

กลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตาราง 3

ตาราง 4

การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA) ในการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเป็นตัวแปรร่วม (Co-variate) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลอง

Source	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p-value
พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ					
ก่อนการทดลอง	154.83	1	154.83	26.99	<.001*
ระหว่างกลุ่ม	559.39	1	559.39	97.50	<.001*
ความคลาดเคลื่อน	372.93	65	5.737		
รวม	41232.00	68			

*p-value <.05

ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุแตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ ภายในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Paired t-test

ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ภายในกลุ่มทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ ภายในกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ ภายในกลุ่มทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5

การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ ภายในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ใช้สถิติ Paired t-test

ตัวแปร	$\bar{X}$	SD	t	p-value
การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ				
ก่อนทดลอง	19.79	2.71	- 11.25	<.001*
หลังทดลอง	26.65	2.73		
ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ				
ก่อนทดลอง	20.94	2.39	- 8.88	<.001*
หลังทดลอง	25.41	1.69		
พฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ				
ก่อนทดลอง	21.82	2.26	- 11.11	<.001*
หลังทดลอง	27.59	2.63		

*p-value <.05

การอภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัย เรื่อง ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผู้วิจัยนำประเด็นสำคัญมาอภิปราย ดังนี้

1. ภายหลังจากทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุสูงกว่าก่อนทดลอง ซึ่งโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีประสิทธิภาพ สามารถอธิบายได้ ดังนี้

การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้วิจัยมีกิจกรรมการสร้างการรับรู้ความสามารถตนเอง ซึ่งประกอบด้วย การใช้ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ ผู้วิจัย

ได้คัดเลือกนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ประสบความสำเร็จในการดูแลสุขภาพช่องปากที่ดี สามารถถ่ายทอดประสบการณ์ การดูแลสุขภาพช่องปากของตนเองได้ ร่วมกับการใช้ตัวแบบ ซึ่งตัวแบบที่ผู้วิจัยคัดเลือกเป็นนักเรียนที่มีสุขภาพช่องปากที่ดี สามารถแปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันได้ถูกวิธี สามารถตรวจฟันด้วยตนเองได้ เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้จากการได้เห็นประสบการณ์ของผู้อื่นที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับตนเอง จะทำให้นักเรียนเห็นความสำคัญ จนเกิดความรู้สึกรับผิดชอบในตนเองว่าจะทำได้เช่นกัน และใช้ตัวแบบสัญลักษณ์เรียนรู้ผ่านสัญลักษณ์ เช่น การชมวิดิทัศน์ เป็นต้น อีกทั้งผู้วิจัยได้สอดแทรกการใช้คำพูด ชักจูงร่วมกับประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ ซึ่งผู้วิจัยค่อย ๆ เสริมสร้างความสามารถให้กับนักเรียนอย่างค่อยเป็นค่อยไป เพื่อให้เกิดความสำเร็จตามลำดับขั้นตอน เช่น การพูดเชยชมเมื่อนักเรียนสามารถแปรงฟันได้ถูกวิธี, การใช้ไหมขัดฟันได้ถูกวิธีและตรวจฟันตัวเองได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ใช้การกระตุ้นทางอารมณ์ โดยสอดแทรกเกมเพื่อให้นักเรียน มีความสนใจในกิจกรรม กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ ทำให้เข้าใจในบทเรียนมากขึ้น เกิดความสนุกสนานและอยากร่วมกิจกรรมมากขึ้น

ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความคาดหวัง ในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งกิจกรรมประกอบด้วย (1) การสร้างความคาดหวังด้านกายภาพ โดยการให้นักเรียนกลุ่มทดลอง เชื่อว่าภายหลังการปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพช่องปากจะส่งผลดีต่อร่างกาย เช่น การสาธิต แปรงฟัน การสาธิตการใช้ไหมขัดฟัน การสาธิตการตรวจฟัน (2) การสร้างความคาดหวังด้านการตอบสนองต่อมาตรฐานตนเอง คือ นักเรียนกลุ่มทดลอง เกิดความพึงพอใจหลังการปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพช่องปาก (3) การสร้างความคาดหวังในผลลัพธ์ด้านสังคม โดยการคัดเลือกตัวแบบที่มีชีวิตจริงจากนักเรียนในกลุ่มทดลอง ซึ่งตัวแบบจะได้รับความสนใจจากสังคม ได้เป็นตัวแบบให้เพื่อนได้ปฏิบัติตาม เพื่อการป้องกันโรคฟันผุ อีกทั้งได้รับสิ่งตอบแทน เช่น ผู้ชนะการคัดเลือกตัวแบบจะได้รับรางวัล

การรับรู้ความสามารถตนเองที่เพิ่มขึ้นและความคาดหวังในผลลัพธ์ที่เพิ่มขึ้นนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุได้ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีความสามารถตนเอง Bandura, 1997 ได้กล่าวว่า การรับรู้ความสามารถตนเอง เป็นการตัดสินใจความสามารถตนเอง ว่า ความสามารถในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้ และความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ เป็นความเชื่อที่บุคคลประเมินค่าพฤติกรรม อันจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่คาดหวังไว้ เป็นการคาดหวังในสิ่งที่เกิดขึ้น ดังนั้นการที่บุคคลจะตัดสินใจว่าจะกระทำพฤติกรรมนั้นหรือไม่ ส่วนหนึ่งจึงขึ้นอยู่กับ การรับรู้ความสามารถตนเองและอีกส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับความคาดหวังในผลลัพธ์ โดยตัวแปรทั้งสองนี้ มีความสัมพันธ์กันมาก มีผลต่อการตัดสินใจ ที่จะกระทำพฤติกรรมของบุคคลนั้น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Watyota (2018) พบว่า ภายหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการดูแลสุขภาพช่องปาก การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการดูแลสุขภาพช่องปาก และพฤติกรรมในการตรวจฟันอย่างง่าย สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับการศึกษาของ Kulphimai (2014) พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ การปฏิบัติตนในการป้องกันโรค

ฟันผุสูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ <.001

ทั้งนี้ ในกลุ่มเปรียบเทียบที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ และความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม การป้องกันโรคฟันผุ พบว่า หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ย พฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจอธิบายได้ว่า รูปแบบการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) อาจจะพบตัวแปรก่อกวนได้ (Kitthirawutwong, 2017) ซึ่งจากการศึกษานี้ อาจเป็นเหตุผลมาจากการที่กลุ่มเปรียบเทียบได้รับตัวแปรก่อกวนในระหว่าง การทดลอง เช่น กระบวนการเรียนการสอนจากทางโรงเรียน การได้รับข่าวสารด้านทันตสุขภาพมาจากแหล่งอื่น ๆ เช่น อินเทอร์เน็ต โทรทัศน์ เป็นต้น ซึ่งอาจส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลง การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ และความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุได้ อย่างไรก็ตาม ตัวแปรก่อกวนเหล่านี้ก็ไม่สามารถ ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันฟันผุได้

2. ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและ พฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุ สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ สามารถอธิบายได้ว่ากลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริม การรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรม การป้องกันโรคฟันผุ ซึ่งประกอบด้วย กิจกรรมการรับรู้ ความสามารถตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ ทำให้ กลุ่มทดลองมีการรับรู้และความคาดหวังในผลลัพธ์มากขึ้น จนนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Wiangkham (2012) พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ ความสามารถตนเองในการป้องกันฟันผุ ความคาดหวังใน ผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ การปฏิบัติตัวในการป้องกัน โรคฟันผุสูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่านักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง มีผลต่อการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุของกลุ่มนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมไปในทางที่ดีขึ้นส่วนนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบที่ไม่ได้รับโปรแกรมนั้น ถึงแม้จะมีการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุ แต่ไม่ส่งผลต่อพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุซึ่งต่อไปหากไม่มีการจัดกระทำหรือใส่โปรแกรม

ส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันโรคฟันผุ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันโรคฟันผุและพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุลงไปในกลุ่มนี้จะมีความเสี่ยงในการเกิดโรคฟันผุในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการติดตามผลในระยะ 6 เดือน เพื่อประเมินพฤติกรรมในการป้องกันโรคฟันผุที่ยั่งยืน
2. การเลือกช่วงเวลาในการทำกิจกรรมในโรงเรียน ควรเลือกช่วงเวลา “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” หรือในช่วงพักเที่ยง และในแต่ละกิจกรรมใช้เวลา 50 นาที ทำให้ไม่มีผลกระทบต่อการเรียนการสอนปกติ



References

- Bandura, A., & Adam, N. E. (1977). Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cognitive Therapy and Research*, 1(4), 287-310. <http://www.uky.edu/~eushe2/BanduraPubs/Bandura1977CTR-Adams.pdf>
- Bangrakam Hospital. (2018). *Oral health status survey report of Bangrakam District, Phitsanulok Province year 2018* (Research report). Phitsanulok: Bangrakam Hospital. (in Thai)
- Bureau of Dental Public Health, Department of health. (2013). *Report of the 7th National Oral Health survey in Thailand 2012* (Research report). Bangkok: War Veterans Organization. (in Thai)
- Bureau of Dental Public Health, Department of health. (2018). *National Oral Health survey report No.8, Thailand 2018* (Research report). Bangkok: War Veterans Organization. (in Thai)
- Chirawatkul, A. (2009). *Health science statistics for research*. Bangkok: Witthayaphat. (in Thai)
- Kitthirawutwong, N. (2017). *Public health research: From principles to practice*. Phitsanulok: Naresuan University. (in Thai)
- Kulphimai, P. (2014). *The dental health promotion program using person prototype model on behavior modification in dental caries prevention for student in primary school Phratongkham District, Nakhonratchasima Province* (Master's thesis). Mahasarakham University. Maha Sarakham. (in Thai)
- Petersen, P. E., & Ogawa, H. (2016). *Prevention of dental caries through the use of fluoride-the WHO approach Community Dental Health (2016)*. Switzerland: BASCD

- Phitsanulok Provincial Health Office. (2018). *Oral health status survey report of Phitsanulok Province year 2018* (Research report). Phitsanulok: Phitsanulokprovincial health office. (in Thai)
- Suwakhon, N., & Wongsawat, P. (2018). Factor Influencing tooth cleaning behaviors for dental caries prevention of grade 6 students in Muang District, Phitsanulok Province. *EAU Heritage journal science and technology*, 12(2), 273-286. (in Thai)
- To-on, P. (2010). *The effectiveness of health education program by application of the planned behavior theory and social support on behavioral development for dental caries prevention among students grade 3-4 in Ban Nongwaeng Munipal School, Khon Kaen Municipal Khon Kaen Province* (Master's thesis). Khon Kaen university. Khon Kaen. (in Thai)
- Watyota, K. (2018). *Effectiveness of an oral health promotion program on oral health behavior among 12 year-old students in Kosamphi Nakhon District, Kamphaeng Province* (Master's thesis). Naresuan University. Phitsanulok. (in Thai)
- Wiangkham, N. (2012). *The application of self-efficacy theory and social support for dental caries protection of student at primary school in Buanoi Sub-district Kanthararom District, Sisaket Province* (Master's thesis). Mahasarakham University. Maha Sarakham. (in Thai)

