

ประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น

ชลดา กิ่งมาลา* เอื้อจิต สุขพูล* ภาวิณี แพงสุข** ศุภวรรณ ขิมทอง***

บทคัดย่อ

บทนำ : ความรอบรู้สุขภาพทางเพศเป็นความสามารถและทักษะของบุคคลในการกลั่นกรอง ประเมิน ตัดสินใจ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่การมีพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยเฉพาะสุขภาพทางเพศ และการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

วัตถุประสงค์การวิจัย : เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น

วิธีการวิจัย : การวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อน หลัง และติดตามผล ตัวอย่าง คือ วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี จำนวน 64 ราย สุ่มอย่างง่ายได้กลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละ 32 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย โปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น แบบวัดความรอบรู้สุขภาพทางเพศ และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และสถิติทดสอบความแปรปรวนที่มีการวัดซ้ำ

ผลการวิจัย : เมื่อสิ้นสุดการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศก่อนทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 ส่วนคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบไม่แตกต่างกัน

สรุปผล : การสร้างเสริมความรอบรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น ช่วยเพิ่มความรอบรู้สุขภาพทางเพศ เพื่อให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ที่เหมาะสมต่อไป

คำสำคัญ : การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ความรอบรู้ทางสุขภาพ การป้องกัน สุขภาพทางเพศ

* วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

ผู้นิพนธ์ประสานงาน : ชลดา กิ่งมาลา, E-mail: chonladanu@gmail.com

Received: April 3, 2023

Revised: June 27, 2023

Accepted: August 18, 2023

Effectiveness of sexual health literacy promotion program among adolescents

Chonlada Kingmala* Aurjit Sookpool* Pavinee Pangsook** Supawan Kimthong***

Abstract

Background: Health literacy is the ability and skill of a person to screen, evaluate, and make decisions in order to change behavior that leads to more appropriate behavior. Especially in adolescent sexual health and pregnancy prevention, appropriate sexual behavior is important to reduce the problem of adolescent pregnancy.

Objective: The aim of this study was to examine the effectiveness of a sexual health literacy promotion program among adolescents.

Methods: A quasi-experimental study that utilized a two-group pre-post test design was conducted with 64 adolescents selected by simple random sampling. The sample was randomly divided equally into experimental and comparison groups. The research instruments included the sexual health literacy promotion program, health literacy of sexual questionnaire and pregnancy prevention behavior questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistic and repeated measured ANOVA tests.

Results: The results showed that there were significant differences between sexual health literacy mean scores of the pre-test, post-test and follow up in the experimental group ($p < .05$). The mean scores between the experimental group and comparison group of the sexual health literacy were significantly different ($p < .05$). The mean scores of the pre-test, post-test and follow up in the experimental group and between the comparison group on adolescent pregnancy prevention behavior were not significantly different ($p > .05$).

Conclusions: The sexual health literacy promotion program could improve sexual health literacy in order to change behavior leading to appropriate pregnancy prevention behavior.

Keywords: adolescent pregnancy, health literacy, prevention, sexual health

*Boromarajonani college of nursing, Surin, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute, Thailand

Corresponding Author: Chonlada Kingmala. E-mail: chonladanu@gmail.com

บทนำ

สุขภาพทางเพศ (Sexual Health) คือ การมีสุขภาพทางเพศที่ดีทั้งกาย จิต และสังคม ซึ่งไม่ได้มองเพียงการไม่มีโรค หรือปราศจากความทุกข์ทรมานเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการมีประสบการณ์ทางเพศที่ปลอดภัย และมีความพึงพอใจ ปราศจากการบังคับ การเลือกปฏิบัติ และความรุนแรง¹ การศึกษาที่ผ่านมาพบว่า วัยรุ่นมีความรอบรู้สุขภาพทางเพศอยู่ในระดับน้อยถึงปานกลาง²⁻³ ความรอบรู้สุขภาพทางเพศมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น โดยเฉพาะทักษะการตัดสินใจ และการสื่อสาร^{2,4} นอกจากนี้ความรอบรู้สุขภาพทางเพศมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์กับวัยรุ่นหญิง⁵

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาที่สำคัญในประเทศไทย จากข้อมูลการคลอดของมารดาอายุ 15 - 19 ปี ในระหว่างปี 2560 - 2564 พบว่า มีอัตราการคลอดของหญิงวัยรุ่นอายุ 15 - 19 ปี เท่ากับ 39.6, 35.0, 31.3, 28.7 และ 24.4 ต่อ 1,000 ประชากร ตามลำดับ⁶⁻⁸ ซึ่งมีแนวโน้มลดลง เมื่อเปรียบเทียบกับเป้าหมายยุทธศาสตร์ที่กำหนดไว้ คือ ไม่เกิน 25 ต่อ 1,000 ประชากร ในปี พ.ศ. 2569 แม้อัตราการคลอดของหญิงวัยรุ่นจะเป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนด แต่หากตั้งครรภ์ไม่พร้อม ย่อมส่งผลต่อแม่วัยรุ่น และลูกจากการศึกษาด้านปัจจัย พบว่า การคุมกำเนิดทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ ลักษณะของครอบครัว การทำงานกลางคืน ประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์มีผลต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น⁹ และการเข้าถึงสื่อที่สนับสนุนการป้องกันการตั้งครรภ์ การสื่อสารภายในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน การมีทัศนคติในทางบวกในการคุมกำเนิด การสนับสนุนจากบุคคลใกล้ชิด การไม่เคยมี

เพศสัมพันธ์ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมมีผลต่อการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น¹⁰

ความรอบรู้สุขภาพ (Health Literacy) Nutbeam¹¹ ได้ให้ความหมาย ความรอบรู้สุขภาพไว้ว่า เป็นความรู้ ความเข้าใจ และทักษะทางสังคมที่กำหนดแรงจูงใจ รวมถึงความสามารถเฉพาะบุคคลในการเข้าถึง การทำความเข้าใจ และใช้ข้อมูลเพื่อทำให้เกิดสุขภาพที่ดี รวมถึงการพัฒนาความรู้ ความเข้าใจในบริบทด้านสุขภาพ การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและแรงจูงใจเพื่อให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศกับผู้ปกครอง ทัศนคติเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ทางสุขภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น¹²⁻¹³ และผลของการจัดโปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้สุขภาพพบว่า ภายหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพ และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรม¹⁴⁻¹⁶ ส่วนใหญ่เน้นที่กลุ่มวัยรุ่นตอนต้น ยังไม่พบการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งถือว่าเป็นช่วงวัยที่ควรได้รับการส่งเสริมความรอบรู้สุขภาพเช่นกัน

อัตราการคลอดของวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี ของจังหวัดสุรินทร์ในระหว่างปี 2560 - 2564 เท่ากับ 39.2, 33.5, 30.6, 26.9 และ 24.1 ตามลำดับ ซึ่งพบว่าอัตราการคลอดของวัยรุ่นอายุ 15-19 ปีมีแนวโน้มลดลง โดยในปี 2564 มีอัตราการคลอดเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้⁶⁻⁸ แต่ทางจังหวัดยังให้ความสำคัญในการแก้ไขปัญหาอย่างต่อเนื่อง เพราะหากตั้งครรภ์ไม่

พร้อม ย่อมส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของเด็กได้ในอนาคต จากข้อมูลที่ผ่านมาและการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทำให้สนใจพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความรู้สุขภาพทางเพศ เพื่อให้วัยรุ่นมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ นำไปสู่มีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและช่วยลดปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในอนาคตต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่นต่อ

ความรู้ด้านสุขภาพทางเพศ และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

สมมติฐานงานวิจัย

1. กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สุขภาพทางเพศ และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกับก่อนการทดลอง

2. กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สุขภาพทางเพศ และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกับกลุ่มเปรียบเทียบ

กรอบแนวคิดการวิจัย

โปรแกรมการส่งเสริมความรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น

- เรียนรู้ เข้าใจห่วงไกลตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร
- จัดการตนเองให้ห่างไกลจากตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร
- สื่อสารให้ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร
- ฝึกทักษะ เพิ่มความมั่นใจ ห่วงไกลตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

- ความรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น
- พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดโปรแกรมการส่งเสริมความรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) แบบสองกลุ่ม วัดก่อนทดลอง หลังทดลอง และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ (Two group pretest-posttest design)

ประชากรและตัวอย่าง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ วัยรุ่นชาย-หญิง มีอายุระหว่าง 15-19 ปี ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตอำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ คัดเลือกตัวอย่างโดยเลือกพื้นที่ในการดำเนินการศึกษาด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายได้ 2 ตำบลในเขตอำเภอเมือง จากนั้นกำหนดขนาดตัวอย่าง¹⁷

โดยคำนวณจากค่าขนาดอิทธิพล (Effect size) ได้ 1.62 ซึ่งมีขนาดอิทธิพลมากกว่า 0.8 ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 64 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 32 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 32 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ตามเกณฑ์คัดเข้า ดังนี้ 1) วัยรุ่นชาย-หญิงสมัครใจและยินยอมเข้าร่วมการวิจัยและได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง/ผู้ดูแล ให้เข้าร่วมในการวิจัย และ 2) ไม่มีประวัติการตั้งครรภ์ หรืออยู่ในระหว่างการตั้งครรภ์สำหรับวัยรุ่นหญิง เกณฑ์คัดออก วัยรุ่นชาย-หญิงที่ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ทุกกิจกรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น ประกอบด้วย 1) เรียนรู้ เข้าใจ ห่วงไกลตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร 2) จัดการตนเอง ให้ห่างไกลจากตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร 3) สื่อสารให้ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร และ 4) ฝึกทักษะเพิ่มความมั่นใจห่างไกลตั้งครรภ์ในวัยรุ่น มีทั้งหมด 4 ครั้งๆละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ มีค่า Content Validity Index เท่ากับ .90

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีทั้งหมด 3 ส่วน ดังนี้

1. แบบสอบถามลักษณะส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา บุคคลที่วัยรุ่นอาศัยอยู่รวม บุคคลที่วัยรุ่นขอคำปรึกษา พฤติกรรมการดื่มสุรา สูบบุหรี่ การมีแฟน

2. แบบวัดความรอบรู้สุขภาพทางเพศ ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พัฒนาและปรับปรุงจากแบบสอบถามความรอบรู้สุขภาพ ในการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร สำหรับสตรีไทยวัยรุ่น อายุ 15-21 ปี ของกองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข¹⁸ ประกอบด้วย

2.1 ความรู้ความเข้าใจทางสุขภาพ เพื่อการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ และการป้องกันการตั้งครรภ์ จำนวน 8 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก คะแนนอยู่ระหว่าง 0-8 คะแนน ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ มีค่าความตรงของเนื้อหา เท่ากับ .91 และค่าความเชื่อมั่น KR-20 เท่ากับ .82

2.2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

ประกอบด้วย การเข้าถึงข้อมูล การสืบค้นข้อมูล การตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ และการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ คะแนนอยู่ระหว่าง 5-25 คะแนน ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ มีค่าความตรงของเนื้อหา เท่ากับ .84 และค่าความเชื่อมั่น Cronbach alpha coefficient เท่ากับ .86

2.3 การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ประกอบด้วย การพูดคุย สื่อสาร ให้คำแนะนำ เกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ และการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จำนวน 6 ข้อ เป็นแบบวัดมาตราประมาณค่า 5 ระดับ คะแนนอยู่ระหว่าง 6-30 คะแนน ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ มีค่าความตรงของเนื้อหา เท่ากับ .93 และค่าความเชื่อมั่น Cronbach alpha coefficient เท่ากับ .88

2.4 การจัดการเงื่อนไขทางสุขภาพของตนเองเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ประกอบด้วย การสังเกตตนเอง การจัดการตนเองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ สิ่งแวดล้อมในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบวัดมาตราประมาณค่า 5 ระดับ คะแนนอยู่ระหว่าง 5-25 คะแนน ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ มีค่าความตรงของเนื้อหา เท่ากับ .84 และค่าความเชื่อมั่น Cronbach alpha coefficient เท่ากับ .91

2.5 การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ประกอบด้วย การวิเคราะห์ พิจารณา แลกเปลี่ยนเกี่ยวกับข้อมูล สื่อและสารสนเทศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบ

มาตรฐานค่า 5 ระดับ คะแนนอยู่ระหว่าง 5-25 คะแนน ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ มีค่าความตรงของเนื้อหา เท่ากับ .92 และค่าความเชื่อมั่น Cronbach alpha coefficient เท่ากับ .81

2.6 การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้องเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ประกอบด้วย การตัดสินใจ การสื่อสารในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จำนวน 9 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก คะแนนอยู่ระหว่าง 0-9 คะแนน ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ มีค่าความตรงของเนื้อหา เท่ากับ .91 และค่าความเชื่อมั่น KR-20 เท่ากับ .81

3. แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พัฒนาและปรับปรุงจากแบบสอบถามความรอบรู้สุขภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร สำหรับสตรีไทยวัยรุ่น อายุ 15-21 ปี ของกองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข¹⁸ เป็นแบบวัดพฤติกรรมเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จำนวน 15 ข้อ ลักษณะการตอบเป็นแบบมาตรฐานค่า 5 ระดับ คะแนนอยู่ระหว่าง 15-75 คะแนน ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ มีค่าความตรงของเนื้อหา เท่ากับ .89 และค่าความเชื่อมั่น Cronbach alpha coefficient เท่ากับ .85

ข้อพิจารณาด้านจริยธรรม

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร เลขที่ P-EC 01-01-65 ลงวันที่ 11 มกราคม 2565

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ เก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในสัปดาห์ที่ 1, 4 และ 6 และดำเนินการทดลองในกลุ่มทดลองโดยให้โปรแกรมการส่งเสริมความรอบรู้สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น ในสัปดาห์ที่ 1 - 4 จำนวน 4 กิจกรรมๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1 เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 1 ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ครั้งที่ 2 กิจกรรมที่ 1 “เรียนรู้ เข้าใจ ห่างไกลตั้งครรภ์ก่อนวัยอันสมควร” ในกลุ่มทดลองโดยการเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และทักษะในการเข้าถึงข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ ประกอบด้วย 1) ร่างกายของฉันเปลี่ยนแปลงอย่างไร 2) อภิปรายกลุ่มประเด็นสุขภาพทางเพศและการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น 3) ให้ข้อมูลประเด็นแหล่งข้อมูลในการดูแลสุขภาพทางเพศ และการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น แหล่งให้บริการด้านสุขภาพทางเพศ และ 4) ใ้ไปงานการสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางเพศ (การบ้าน)

สัปดาห์ที่ 2 กิจกรรมที่ 2 “จัดการตนเองให้ห่างไกลจากการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันสมควร” โดยฝึกทักษะการจัดการตนเอง ทักษะการตัดสินใจในสถานการณ์ที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ ประกอบด้วย 1) อภิปรายกลุ่มประเด็นการจัดการตนเอง และการตัดสินใจ 2) ให้ข้อเสนอแนะประเด็นการจัดการตนเองและการตัดสินใจในประเด็นการป้องกันมีเพศสัมพันธ์และการ

ตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และ 3) ไปงานการจัดการตนเอง และการตัดสินใจ (การบ้าน)

สัปดาห์ที่ 3 กิจกรรมที่ 3 “สื่อสารอย่างไรให้ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันสมควร” ให้เรียนรู้ทักษะการสื่อสาร การปฏิเสธ การตัดสินใจ เพื่อให้ปลอดภัยจากการมีเพศสัมพันธ์ การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น กิจกรรม ได้แก่ 1) ฝึกทักษะการสื่อสาร ตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ 2) ฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ตามสื่อที่กำหนดให้ และ 4) ไปงานการสื่อสารเรื่องเพศ การปฏิเสธ และการตัดสินใจ (การบ้าน)

สัปดาห์ที่ 4 กิจกรรมที่ 4 “ฝึกทักษะเพิ่มความมั่นใจทางไกลตั้งครรภ์ในวัยรุ่น” การเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับวิธีการป้องกันการตั้งครรภ์ที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น การเข้าถึงข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการป้องกันการตั้งครรภ์ที่เหมาะสม การฝึกทักษะการเลือกใช้ และใช้อุปกรณ์ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น กิจกรรม ได้แก่ 1) การสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับอุปกรณ์การป้องกันการตั้งครรภ์ 2) การฝึกทักษะการเลือกใช้อุปกรณ์การป้องกันการตั้งครรภ์ และ 3) สรุปความรู้ความเข้าใจในภาพรวม

เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 2 ในกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมครบ 4 สัปดาห์ โดยใช้แบบวัดความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และแบบวัดพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สำหรับกลุ่มเปรียบเทียบผู้วิจัยได้ดำเนินการสรุปความรู้เกี่ยวกับสุขภาพทางเพศและการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นไว้ในสัปดาห์ที่ 4

เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 3 ในสัปดาห์ที่ 6 โดยใช้แบบวัดความรอบรู้สุขภาพทางเพศ

ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และแบบวัดพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของวัยรุ่น ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic)

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศ และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ และเปรียบเทียบภายในกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ใช้สถิติ Repeated Measure ANOVA โดยกำหนดระดับนัยสำคัญที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของวัยรุ่น กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีความคล้ายคลึงกัน อายุเฉลี่ยคือ 16.72 (SD = 0.52) และ 16.81 (SD = 0.69) ตามลำดับ ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 อาศัยอยู่กับบิดา มารดา เป็นเพื่อนเป็นบุคคลที่วัยรุ่นขอคำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องเพศ ส่วนใหญ่ไม่มีแฟน ไม่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ส่วนกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมการดื่มสุรามากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศ และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหลังการทดลอง และระยะติดตามผลภายในกลุ่มทดลอง

2.1 ความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพ

ทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ระหว่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองพบว่า หลังการทดลอง และระยะติดตามผลมีคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีความแตกต่างกันกับก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 ($F = 89.91, p < .001$) ดังแสดงในตารางที่ 1 และกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นที่เปลี่ยนแปลงตามช่วงเวลาที่มีความแตกต่างกัน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 2

2.2 พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของกลุ่มทดลองตามช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นที่เปลี่ยนแปลงตามช่วงเวลาไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรที่ศึกษา ภายในกลุ่มทดลอง และระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามช่วงเวลาทำการวัด โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F-test	p
ความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น					
ระหว่างกลุ่ม					
กลุ่ม	2310.19	1	2310.19	8.19	.006*
ความคลาดเคลื่อน	17469.73	62	281.77		
ภายในกลุ่ม					
ช่วงเวลา	12499.63	2	6249.81	89.91	<.001*
ช่วงเวลาxกลุ่ม	8282.63	2	4141.31	59.58	<.001*
ความคลาดเคลื่อน	8619.08	124	69.51		
พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น					
ระหว่างกลุ่ม					
กลุ่ม	45.05	1	45.65	.50	.482
ความคลาดเคลื่อน	5579.62	62	89.99		
ภายในกลุ่ม					
ช่วงเวลา	11.76	2	5.88	.25	.776
ช่วงเวลาxกลุ่ม	51.78	2	25.89	1.12	.330
ความคลาดเคลื่อน	2871.79	124	23.16		

* $p < .05$

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศในวันรุ่งภายในกลุ่มทดลอง จำแนกตามช่วงเวลาของการวัด โดยวิธีการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้วิธี Bonferroni

ช่วงเวลาของการวัด	T2-T1	T3-T1	T3-T2
	Mean Difference	Mean Difference	Mean Difference
ภายในกลุ่ม			
กลุ่มทดลอง	31.25*	30.250*	1.080

* $p < .05$ T1= ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม T2 = หลังเข้าร่วมโปรแกรม T=ระยะติดตามผลสัปดาห์ที่ 2

3. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศ และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหลังการทดลองและระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

3.1 ความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ($F = 8.199$, $p = .006$) ดังแสดงในตารางที่ 1 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ตามช่วงเวลาพบว่า หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีความแตกต่างกันกับกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($MD=2.969$, $MD=15.438$; ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 3

3.2 พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เมื่อเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ ตามช่วงเวลา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า กลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างกับกลุ่มเปรียบเทียบเล็กน้อย ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = .501$, $p = .482$) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามช่วงเวลาของการวัด โดยวิธีการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้วิธี Bonferroni

ช่วงเวลาของการวัด	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
	Mean Difference	Mean Difference	Mean Difference
ระหว่างกลุ่ม			
กลุ่มทดลอง-กลุ่มเปรียบเทียบ	-18.406*	2.969*	15.438*

* $p < .05$

อภิปรายผล

ความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นพบว่า ภายหลังจากทดลอง และระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมี

คะแนนเฉลี่ยความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นแตกต่างกับก่อนการทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สามารถอธิบาย

ได้ว่าโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ สุขภาพทางเพศ โดยประยุกต์ใช้แนวคิดความรู้ สุขภาพทางเพศ ของ Nutbeam¹¹ มาเป็นแนวทางในการออกแบบกิจกรรมในโปรแกรม โดยมีกิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้งๆละ 1 ชั่วโมง 30 นาที กิจกรรมประกอบด้วย การให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การเข้าถึงสื่อที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพทางเพศ และการป้องกันการตั้งครรภ์ ผักหักชะการสื่อสาร การตัดสินใจ การจัดการตนเอง ผ่านสถานการณ์ที่กำหนด ร่วมกับการอภิปรายกลุ่ม เพื่อฝึกการวิเคราะห์สถานการณ์การแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น รวมถึงการฝึกทักษะการใช้อุปกรณ์การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจ และเกิดความมั่นใจในการดูแลตนเองเพื่อให้มีสุขภาพทางเพศที่ดี และป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีความรอบรู้สุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์เพิ่มขึ้น^{14,15} เนื่องจากการออกแบบกิจกรรมโดยประยุกต์แนวคิดความรู้ สุขภาพ ผ่านกิจกรรมหลายครั้ง ทำให้ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรม และระยะติดตามผล กลุ่มเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ สุขภาพสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ¹⁶

พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นพบว่า ภายหลังการทดลอง และระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น แตกต่างกับ ก่อนการทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบเล็กน้อยแต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติอธิบายได้ว่า ในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้สุขภาพทางเพศสามารถทำให้กลุ่ม

ทดลองปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงที่ก่อให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้เล็กน้อย¹¹ ทั้งนี้อาจเกิดจากการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกัน และมีความสัมพันธ์กับระยะเวลา¹⁹ ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้มีการวัดในระยะติดตามผลหลังจากการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ อาจเป็นช่วงที่กลุ่มทดลองกำลังปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทำให้ยังไม่เห็นการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุป

โปรแกรมการสร้างเสริมความรู้ สุขภาพทางเพศในวัยรุ่น สามารถช่วยส่งเสริมให้วัยรุ่นมีความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ดีขึ้น แต่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงเพียงเล็กน้อย ดังนั้นควรนำไปพัฒนาโปรแกรมในการส่งเสริมสุขภาพทางเพศ และการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นต่อไป

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย

หน่วยงานด้านสุขภาพ และสถานศึกษาสามารถนำผลการวิจัยนี้ไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม การป้องกันในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เพื่อให้วัยรุ่นในพื้นที่มีพฤติกรรมดูแลตนเอง และป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสม

ข้อเสนอแนะการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการจัดโปรแกรมโดยแยกกลุ่มตามเพศ จะช่วยให้การเข้ากลุ่มวัยรุ่นได้ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในมุมมองของตนเองมาก

ยิ่งขึ้น และควรมีการพัฒนาความรู้ พฤติกรรม และมีการติดตามผลเป็นระยะเช่น 3 เดือน 6 เดือน 1 ปี เพื่อให้ความคงทนของโปรแกรม หรือ การเห็นความก้าวหน้าของการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมมากยิ่งขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัย ขอขอบคุณวิทยุรุ่นในพื้นที่ ของตำบล 2 แห่งในเขตอำเภอเมือง จังหวัด สุรินทร์ รวมถึงกองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม (ววน.) ที่สนับสนุนงบประมาณใน โครงการวิจัยในครั้งนี้

References

1. World Health Organization. Sexual health. [Internet]. n.d. [cite 2021 Jan 10]; Available from: https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab_1.
2. Tangnorakul P, Sananreangsak S, Teerarungsikul N. The relationship between sexual health literacy and sexual behavior among middle school female Students. Royal Thai Navy Medical Journal. 2019;46(3):607-20. (in Thai).
3. Phuwasuwan N, Kittipichai W, Chamroonsawasdi K, Taechaboonsersak P. Sexual health literacy among Mathayom Suksa students in Chonburi province. Public Health Policy & Law Journal. 2023; 9(1):85-95. (in Thai).
4. Somjaipeng W. The relationship between sexual health literacy and sexual behaviors of teenage in a district of Suphanburi province. Journal of Prachomklaw College of Nursing, Phetchaburi Province. 2022;5(2):101-16. (in Thai).
5. Panyapin J, Inpiban K, Rattanabuapa A, Jitjak J, Kunjina S. Factors predicting unwanted pregnancy prevention behavior among female adolescent students. Thai Red Cross Nursing Journal. 2022;15(3): 57-72. (in Thai).
6. Department of Health, Ministry of Public Health. Statistics on Adolescent Births, Thailand 2019 [internet]. n.d. [Cited 2022 May 10]; Available from: https://rh.anamai.moph.go.th/web-upload/7x027006c2abe84e89b5c85b44a692da94/202203/m_magazine/35430/2499/file_download/b367d816b7a6fbbad244c570a71cc47e.pdf. (in Thai).
7. Department of Health, Ministry of Public Health. Live birth rate among women aged 15-19 years in 2020 [internet]. n.d. [Cited 2022 May 10]; Available from: <https://rh.anamai.moph.go.th/th/cms-of-1/207030#>.
8. Department of Health, Ministry of Public Health. Situation of reproductive health among adolescents and youth in 2021 [internet]. n.d. [Cited 2022 May 10]; Available from: <https://rh.anamai.moph.go.th/th/cms-of-1/download/?did=211184&id=97083&reload=>.
9. Lertsakornsiri M. Factors associated with unwanted adolescent women pregnancy in the perceived of the first year students at Saint Louis college. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2014;15(1):90-8. (in Thai).

- 10.Sangwalee W, Norkaew J, Photipim M, Ketbumroong V, Prathumyo J, Udomporn T, et al. Factors associate preventive behaviors of unplanned pregnancy among the female vocational students in Nakhon Ratchasima province. *Journal of Vongchavalitkul University*. 2021;34(1):34-46. (in Thai).
- 11.Nutbeam D. The evolving concept of health literacy. *Social Science & Medicine*. 2008;67(12):2072-78.
12. Seedaket S, Chotchai T. Health literacy of school-Age pregnancy prevention and sexual intercourse among high school students in Khon Kaen province. *Journal of Health and Nursing Research*. 2021;37(1): 99-111. (in Thai).
- 13.Ngomsangad Y, Srisuriyawet R, Homsin P. Factors influencing health literacy related pregnancy prevention among female adolescent student in Si Sa Ket province. *The Public Health Journal of Burapha University*. 2019;14(2):37-51. (in Thai).
- 14.Anee C, Boonchuaythanasit K, Kainakha P. Effectiveness of health education program on health literacy development by questioning method for sexual relations prevention behaviors among junior high School Students, Nonthaburi Province. *Kasetsart Educational Review*, 2017; 32(2):137-43. (in Thai).
- 15.Prayochmee V, Sikaow O, Prasertsong C. The effects of health literacy and sexual prevention behaviors among junior high school student. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 2020; 21(2):150-57. (in Thai).
- 16.Srimuang S, Powwattana A, Lagampan S. The effects of health literacy promotion program on teenage pregnancy prevention among early adolescent girls in school under Bangkok metropolitan administration. *Journal of Health and Nursing Research*. 2019;35(3):74-85. (in Thai).
- 17.Cohen J. Statistical power analysis for the behavioral sciences second edition. New York: Lawrence Erlbaum Associates; 1988.
- 18.Health Education Division. Health literacy scale for unwanted pregnancy prevention of Thai female adolescents [Internet]. 2014 [cited 2020 May 2]; Available from : <http://hed.go.th/linkHed/362>.
- 19.Jandaeng B, Kosolkittiamporn S, Kenaphoom S. Factors that affecting behavior change. *Dhammathas Academic Journal*. 2019;19 (4):235-44. (in Thai).