

Smoking Prevention Skills of Secondary School Students in Songkhla Province

Kittiporn Nawsuwan, Ed.D.*

Prapipis Singhasem, M.N.S.**

Bussakorn Kienprasert, SN***

Abstract

This research is a descriptive research. It aims to: 1) study level of smoking prevention skills of secondary school in Songkhla Province, 2) compare the prevention skills of the secondary school among gender, family relationship, and smoking group of closest friends. Sample was 159 students in secondary school in Songkhla Province by G* Power. The multi-stage random sampling was used. Research instrument was a questionnaire about Smoking Prevention Skills. Its reliability was examined. The Cronbach's Alpha coefficient was equal to 0.86. Data were analysed using descriptive statistics, t-test and F-test.

The results showed as follows: Overall score of smoking prevention skills by the students in secondary school in Songkhla Province was at a high level ($\bar{x}=3.64$, S.D.=0.38). The difference of gender and smoking group of closest friends were statistically significant level of .001, while the family relationship did not make any difference.

Keywords: Smoking Prevention Skills, Smoking Group of Closest Friends, Secondary School Students

*, **, *** Boromarajonani College of Nursing, Songkhla, Songkhla Province

ทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลา

กิตติพร เนาว์สุวรรณ, ศษ.ด.*

ประไพพิศ สิงหเสม, พ.ย.ม.**

บุษกร เคียรประเสริฐ, นศ.พยาบาล***

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนาคนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ และเปรียบเทียบทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลา จำแนกตามเพศ สัมพันธภาพ ในครอบครัว และการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิท กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัด จำนวน 159 คน สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ ผ่านตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และหาความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา สถิติค่าที และค่าเอฟ

ผลการศึกษาพบว่าทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่างโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=3.64$, S.D. =0.38) และกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศและการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิทต่างกัน มีทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<.001$) สำหรับตัวแปรสัมพันธภาพในครอบครัว ไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ: ทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่, การสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิท, นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3

*, **, ***วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา จังหวัดสงขลา

บทนำ

ในแต่ละปีทั่วโลกมีการตายของผู้สูบบุหรี่มากกว่า 5 ล้านคน⁽¹⁾ ในปี พ.ศ. 2558 ทั่วโลกมีจำนวนผู้สูบบุหรี่มากกว่า 1,100 ล้านคน เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง ในทวีปเอเชียมีแนวโน้มจำนวนเพิ่มคนสูบบุหรี่เพิ่มมากขึ้นเช่นกัน สำหรับประเทศไทยมีอัตราการสูบบุหรี่ในเพศชายที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปี ร้อยละ 41 ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับสูง⁽²⁾ ในแต่ละปีคนไทยเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ไม่น้อยกว่า 40,000 คน รัฐบาลต้องใช้งบประมาณเป็นจำนวนมากเพื่อเป็นค่ารักษาโรคที่เกิดจากบุหรี่ เช่น มะเร็งช่องปากและลำคอ มะเร็งกระเพาะปัสสาวะ มะเร็งปากมดลูก ภาวะเส้นเลือดหัวใจตีบตันลงโป่งพอง และโรคของหลอดเลือดสมอง เป็นต้น โดยเฉพาะโรค มะเร็งปอด สาเหตุส่วนใหญ่ของมะเร็งปอดมากกว่าร้อยละ 90 มาจากการสูบบุหรี่⁽³⁾

ทวิมา ศิริวิทย์ และคณะ (2554)⁽⁴⁾ ศึกษาผลกระทบจากนโยบายควบคุมการบริโภคยาสูบในประเทศไทย กลุ่มวัยรุ่น รอบที่ 5 (พ.ศ. 2554) จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 963 คน พบว่าอัตราความชุกของการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นเท่ากับ 22.4 อัตราการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นชายเท่ากับร้อยละ 39.5 และอัตราการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นหญิงเท่ากับร้อยละ 2.3 โดยวัยรุ่นชายมีอัตราการสูบบุหรี่สูงสุดในภาคใต้ อายุเฉลี่ยที่เริ่มสูบบุหรี่หมดมวนครั้งแรกเท่ากับ 15.3 ปี โดยอายุน้อยที่สุดที่เริ่มสูบบุหรี่ คือ 11 ปี ในกลุ่มวัยรุ่นที่สูบบุหรี่ สาเหตุการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นที่มีอายุ 11-15 ปี พบว่า ร้อยละ 38.40 เริ่มสูบบุหรี่เพราะความอยากรลองในขณะที่ ร้อยละ 35.90 เริ่มสูบบุหรี่เพราะเพื่อนชวนโดยบางคนมีเจตคติว่าถ้าไม่สูบ

บุหรี่จะเข้ากับเพื่อนไม่ได้เพื่อนจะไม่ยอมรับเข้ากลุ่ม และหลายคนไม่กล้าเลิกสูบบุหรี่เพราะกลัวเพื่อนจะล้อเลียนและไม่ให้เข้ากลุ่ม⁽³⁾

จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่ากลุ่มวัยรุ่นที่เริ่มสูบบุหรี่เป็นครั้งแรกมีอายุเฉลี่ย 15 ปี ซึ่งเป็นวัยที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยวัยนี้เป็นวัยที่มีความต้องการเป็นอิสระ ต้องการสร้างเอกลักษณ์ความเป็นตัวของตัวเอง ต้องการการยอมรับจากเพื่อน ต้องการความถูกต้องยุติธรรม มีความอยากรู้อยากเห็น ชอบทดลอง ชอบความท้าทาย ชอบเลียนแบบ มีความคิดความอ่านไม่รอบคอบ ตลอดจนการให้ความสำคัญกับเพื่อนมากกว่าบุคคลอื่น

ดังนั้นการส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่จึงเป็นกิจกรรมสำคัญของสถาบันการศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่จำเป็นต้องกำหนดแนวทางการเฝ้าระวังและป้องกันการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นผ่านกิจกรรมการเสริมสร้างทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ที่ถูกต้องโดยทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ประกอบด้วยเจตคติต่อการสูบบุหรี่ ความสามารถในการป้องกันการสูบบุหรี่และพฤติกรรม การสูบบุหรี่⁽⁵⁾ จากการศึกษาของ Madeleine & Laura (2016)⁽⁶⁾ ทักษะการควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์กับการลดพฤติกรรมสูบบุหรี่ของวัยรุ่นในประเทศสหรัฐอเมริกา และการศึกษาของ ฮูตา แวหะยี, บุญสิทธิ์ ไชยชนะ และกรรณิกา เรืองเดช (2555)⁽⁷⁾ พบว่าการพัฒนาทักษะชีวิตมีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันการสูบบุหรี่ นอกจากนี้พบว่าในการสกัดการสูบบุหรี่ของวัยรุ่น การปฏิเสธการเชิญชวนให้สูบบุหรี่จากเพื่อนและการสนับสนุนให้เลิกสูบจากเพื่อนจะช่วย

หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ได้^(8,9) จากประเด็นดังกล่าวจึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาทักษะในการป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตจังหวัดสงขลา อันเกิดประโยชน์ต่อการวางแผนจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้นต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลา
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลา จำแนกตามเพศ สัมพันธภาพในครอบครัว และการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิท

วัสดุและวิธีการ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดสงขลา ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 159 คน คำนวณสัดส่วนโดยใช้โปรแกรม G* Power ใช้ Test family เลือก F-test, Statistical test เลือก ANOVA: Fixed effects, omnibus, one-way กำหนดค่าอิทธิพลขนาดกลาง = 0.25⁽¹⁰⁾ ค่าความคลาดเคลื่อน เท่ากับ 0.05 และ ค่า Power เท่ากับ 0.8 โดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ โดยพัฒนาของจาก วรณชนก จันทชุม (2549)⁽⁵⁾ ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ ข้อมูล

ทั่วไป และทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ประกอบด้วย เจตคติต่อการสูบบุหรี่ ความคาดหวังในความสามารถของตนเองในการป้องกันการสูบบุหรี่ และพฤติกรรม การป้องกันการสูบบุหรี่ ผ่านตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา จากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน และหาความเชื่อมั่น ใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86

การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป โดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละวิเคราะห์ระดับของทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่โดยใช้ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ จำแนกตาม เพศ สัมพันธภาพในครอบครัว และการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิทโดยใช้สถิติค่าที และค่าเอฟ ทั้งนี้ผู้วิจัยทำการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้น ของการใช้สถิติทดสอบค่าที และเอฟ เพื่อหาหลักการแจกแจงเป็นโค้งปกติ ของข้อมูลโดยการทดสอบจากกราฟการแจกแจงข้อมูล Histogram พบว่า ค่าเฉลี่ยของข้อมูลมีการกระจายแบบปกติ มีความสมมาตร ลักษณะกราฟเป็นรูประฆังคว่ำ มีจุดยอดโค้งอยู่ตรงกลาง ดังนั้นสรุปได้ว่า ลักษณะของข้อมูลมีการแจกแจงแบบปกติ⁽¹¹⁾

จริยธรรมการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการพิจารณาและได้รับอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมเกี่ยวกับการวิจัยในมนุษย์ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา หมายเลข EC. No. SN50.BCNSK 9/2560

ผลการศึกษา

ตาราง 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=159)	ร้อยละ (100)
1. เพศ		
ชาย	93	58.5
หญิง	66	41.5
2. สัมพันธภาพในครอบครัว		
รักใคร่และช่วยเหลือกันดี	149	93.7
ไม่ราบรื่น ทะเลาะวิวาทกันบ่อย	10	6.3
3. การสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิท		
สูบบุหรี่	6	3.8
ไม่สูบบุหรี่	95	59.7
ทั้งสูบและไม่สูบบุหรี่	58	36.5

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลา ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 58.5 มีสัมพันธภาพในครอบครัวรักใคร่ช่วยเหลือกันดีจำนวน

149 คน คิดเป็นร้อยละ 93.7 และกลุ่มเพื่อนสนิทส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 59.7 รองลงมา คือ กลุ่มเพื่อนสนิททั้งสูบและไม่สูบบุหรี่จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 36.5

ตาราง 2 ระดับทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่

ทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ
เจตคติต่อการสูบบุหรี่	4.06	0.52	มาก
ความคาดหวังในความสามารถของตนเองในการป้องกันการสูบบุหรี่	2.81	0.32	มาก
พฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่	3.98	0.57	มาก
รวม	3.64	0.38	มาก

จากตาราง 2 พบว่าทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลาโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=3.64$, S.D.=0.38) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือด้านเจตคติต่อการสูบบุหรี่ ($\bar{x}=4.06$, S.D.=0.52)

รองลงมาคือ ด้านพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ ($\bar{x}=3.98$, S.D.=.57) และส่วนที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือความคาดหวังในความสามารถของตนเองในการป้องกันการสูบบุหรี่ ($\bar{x}=2.81$, S.D.=0.32)

ตาราง 3 เปรียบเทียบทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลาจำแนกตามเพศ สัมพันธภาพในครอบครัว โดยใช้สถิติ t-test

ตัวแปร	n	$\bar{x}$	SD	t	P
1. เพศ					
ชาย	63	3.53	0.42	-4.857	<0.001*
หญิง	66	3.80	0.26		
2. สัมพันธภาพในครอบครัว					
รักใคร่และช่วยเหลือกันดี	149	3.66	0.34	.847	.418
ไม่ราบรื่น ทะเลาะวิวาทกันบ่อย	10	3.44	0.80		

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลาที่มีเพศต่างกันมีทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) โดยเพศหญิงมีทักษะการป้องกัน

การสูบบุหรี่ ($\bar{x}=3.80$, S.D.=0.26) สูงกว่าเพศชาย ($\bar{x}=3.53$, S.D.=0.42) สำหรับสัมพันธภาพในครอบครัวที่ต่างกันมีทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 4 เปรียบเทียบแปรปรวนระหว่างกลุ่มและภายในกลุ่มของทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิท

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	5.242	2	2.621	22.615	<0.001*
ภายในกลุ่ม	18.079	156	.116		
รวม	23.320	158			

จากตาราง 4 เมื่อเปรียบเทียบแปรปรวนระหว่างกลุ่มและภายในกลุ่มของทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลา จำแนกตามการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อน

สนิทพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิทต่างกันทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$)

ตาราง 5 ทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสงขลา จำแนกตามการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิทเพื่อทดสอบรายคู่ด้วยวิธี Scheffe

การสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิท	$\bar{x}$	สูบบุหรี่	ไม่สูบบุหรี่	ทั้งสูบและไม่สูบบุหรี่
สูบบุหรี่	2.82		<0.001*	<0.001*
ไม่สูบบุหรี่	3.74			
ทั้งสูบและไม่สูบบุหรี่	3.57			.013

จากตาราง 5 พบว่านักเรียนที่มีเพื่อนไม่สูบบุหรี่มีค่าเฉลี่ยทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่สูงสุด ($\bar{x}=3.75$, S.D.=0.30) รองลงมาคือ มีเพื่อนทั้งสูบ

และไม่สูบบุหรี่ ($\bar{x}=3.57$, S.D.=0.39) ส่วนนักเรียนที่มีเพื่อนสูบบุหรี่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{x}=2.82$, S.D.=0.43) เมื่อทดสอบรายคู่ด้วยวิธี Scheffe พบว่า

นักเรียนที่มีเพื่อนไม่สูบบุหรี่ และมีเพื่อนทั้งสูบและไม่สูบบุหรี่มีทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่สูงกว่า มีเพื่อนที่สูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$, .013)

วิจารณ์

ผลการศึกษาพบว่าทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่าง โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.64$, $S.D. = 0.38$) โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านเจตคติต่อการสูบบุหรี่ ($\bar{x} = 4.06$, $S.D. = 0.52$) ทั้งนี้เนื่องจากเจตคติ เป็นพฤติกรรมทางจิตวิทยาอย่างหนึ่งประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่ ความรู้เชิงประเมินค่า ความรู้สึก ความพร้อมที่จะกระทำ ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ หากรับรู้ว่าสิ่งนั้นเป็นประโยชน์ จะทำให้เกิดความรู้สึกพอใจ ส่งผลต่อความพร้อมที่จะกระทำพฤติกรรมดังกล่าว ในขณะที่เดียวกันหากรับรู้ว่าเป็นโทษ จะเกิดความรู้สึกไม่พอใจ ไม่มีความพร้อมต่อการปฏิบัติพฤติกรรมนั้น ส่งผลให้เจตคติไม่ดีต่อสิ่งนั้น⁽¹²⁾ เช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับโทษของการสูบบุหรี่จากครู เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและสื่อออนไลน์ ทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดีกับบุหรี่ ส่งผลให้มีเจตคติไม่ดีต่อการสูบบุหรี่เช่นเดียวกัน สอดคล้องกับการศึกษาของสุภาวดี ศิริพิน⁽¹³⁾ พบว่านักเรียนอาชีวศึกษาที่มีอายุ 15-20 ปี มีเจตคติด้านลบต่อการสูบบุหรี่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.86$)

นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีเพศและการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิทต่างกัน มีทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ทั้งนี้อธิบายได้ว่าทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ เป็นความชำนาญหรือความสามารถในการกระทำหรือการปฏิบัติตนเองเพื่อป้องกันตนเองไม่ให้สูบบุหรี่ประกอบด้วย ด้านเจตคติต่อการสูบบุหรี่ ด้านความคาดหวังในความสามารถของตนเองในการป้องกันการสูบบุหรี่ และด้านพฤติกรรมการป้องกัน

การสูบบุหรี่⁽⁵⁾ สอดคล้องกับทฤษฎีความคาดหวังของ Vroom (1964)⁽¹⁴⁾ เชื่อว่าบุคคลจะมีความคาดหวังในตัวเองเพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการ ดังนั้นบุคคลจึงพยายามดิ้นรนแสวงหา วิธีใดวิธีหนึ่ง เพื่อตอบสนองความต้องการหรือสิ่งที่คาดหวังไว้ จากการศึกษาของอารม คงพัฒน์, และกุลชลี ดันติรัตน์วงศ์ (2558)⁽¹⁵⁾ พบว่าโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนเพื่อการป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยการสร้างตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูงการใช้ประสบการณ์ความสำเร็จด้วยตนเอง และการลดความเครียดของตนเอง สามารถเพิ่มสมรรถนะและพฤติกรรมในการป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นได้ สำหรับตัวแปรการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิทมีผลต่อทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่นั้นอธิบายได้ว่าวัยรุ่นจะให้ความสำคัญและต้องการการยอมรับจากเพื่อน ดังนั้นหากมีเพื่อนที่ไม่สูบบุหรี่ก็จะเป็นแบบอย่างที่ดี สอดคล้องกับการศึกษาของทวิมา ศิริวิทย์ และคณะ (2554)⁽⁴⁾ พบว่าปัจจัยการมีเพื่อนสนิทมีผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่น โดยวัยรุ่นที่สูบบุหรี่เกือบทั้งหมดมีเพื่อนสนิทสูบบุหรี่อย่างน้อย 1 คน และเกือบครึ่งมีเพื่อนสนิททั้ง 5 คนสูบบุหรี่ และการศึกษาของกมลภรณ์ นอมสัจย์ และรัชณี สรรเสริญ (2554)⁽¹⁶⁾ พบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ในระยะเริ่มต้นของนักเรียนชาย ได้แก่ การถูกเพื่อนชักชวนให้สูบบุหรี่ ($OR = 2.94$) การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ต่ำ ($OR = 2.31$) ทศนคติที่เห็นด้วยกับการสูบบุหรี่ ($OR = 2.16$) และการมีเพื่อนสนิทสูบบุหรี่ ($OR = 2.14$) สำหรับปัจจัยที่ไม่สัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ในระยะเริ่มต้น ได้แก่ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง นอกจากนี้การศึกษาของ Madeleine & Laura (2016)⁽⁶⁾ พบว่าทักษะการควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์กับการลดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นในประเทศสหรัฐอเมริกา

สรุป

จากการศึกษาค้นคว้าพบว่าทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่างโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=3.64$, $S.D.=0.38$) และกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศและการสูบบุหรี่ของกลุ่มเพื่อนสนิทต่างกัน มีทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติ ($p<0.001$) ดังนั้นสถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงควรจัดกิจกรรมรณรงค์การไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา การให้นักเรียนหญิงและนักเรียนที่ไม่สูบบุหรี่มาเป็นต้นแบบในการสร้างทักษะการป้องกันการสูบบุหรี่

เอกสารอ้างอิง

1. Mahaveer, G. Health Promotion Methods for Smoking Prevention and Cessation. A Comprehensive Review of Effectiveness and the Way Forward. International Journal of Preventive Medicine. 2016; 7(7): doi: 10.4103/2008-7802.173797.
2. World Health Organization. Prevalence of tobacco smoking. [Online] 2017 (cited 2017 Jan 3). Available from: <http://www.who.int/gho/tobacco/use/en/>
3. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. โรคร้ายใกล้ตัว มะเร็งปอด. [ออนไลน์] 2560 (เข้าถึงเมื่อ 3 มกราคม 2560). เข้าถึงได้จาก: <http://www.thaihealth.or.th/Content/35273>
4. ทวีมา ศิริรัตมี, บุปผา ศิริรัตมี, จรัมพร ไหล่ายอง, อารี จำปากลาย, ปรียา เกนโรจน์, อีรณัฐ ก้อนแก้ว. ผลกระทบจากนโยบายควบคุมการบริโภคยาสูบในประเทศไทย กลุ่มวัยรุ่น รอบที่ 5 (พ.ศ. 2554). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล; 2554.
5. วรณชนก จันทชุม. การพัฒนาทวิวิธีในการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนโดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วม: กรณีศึกษาโรงเรียนขยายโอกาสในจังหวัดกาฬสินธุ์. วารสารพฤติกรรมศาสตร์ 2549; 12(1): 94-109.
6. Madeleine E. de Blois & Laura D. Kubzansky. Childhood self-regulatory skills predict adolescent smoking behaviour. Journal Psychology, Health & Medicine 2016; 21(2): 138-151.
7. สุดา แวะหะยี, บุญสิทธิ์ ไชยชนะ, กรรณิกา เรืองเดช. ประสิทธิภาพของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา. วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข 2555; 22(1): 85-97.
8. Quitline. Social situations and alcohol. [Online] 2017 (cited 2017 Jan 3). Available from: <http://www.quit.org.au/preparing-to-quit/understanding-your-smoking/social-situations-and-alcohol/>
9. โรงพยาบาลพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี. การเสริมสร้างพฤติกรรมไม่สูบบุหรี่ ในวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้โปรแกรมทักษะชีวิต. ชลบุรี: โรงพยาบาลพนัสนิคม; 2551.
10. นงลักษณ์ วิรัชชัย. สถิติชวนใช้. กรุงเทพฯ: โอเคอนพรีนติ้ง; 2555.
11. Joseph F. Hair Jr, William C. Black, Barry J. Babin Rolph E. Anderson. Multivariate Data Analysis. (7th ed). New Jersey: Pearson Education; 2010.
12. Pratkanis, A.R. Breckler, S.J. & Greenwald, A.G. Attitude Structure and Function. New York: Psychology Press; 2014.

13. สุภาวดี ศิริพิน. ทศนคติที่มีต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนอาชีวศึกษาอายุ 15-20 ปี วิทยาลัยการอาชีพ บางแก้วฟ้า ต.บางพระ อ.นครชัยศรี จ.นครปฐม (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). สาขา วิชาการจัดการภาครัฐและเอกชน. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศิลปากร; 2552.
14. Vroom, V.H. Work and Motivation. New York : Wiley and Sons Inc; 1964.
15. อารม คงพัฒน์, กุลชลี ตันติรัตน์วงศ์. ผลของการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนเพื่อการ ป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน ตำบลเกาะศรีบอยา อำเภอนือคลอง จังหวัดกระบี่. วารสารการพัฒนาสุขภาพชุมชน 2558; 3(3): 410-426.
16. กมลภู ถนอมสัตย์. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ในระยะเริ่มต้นของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาดรสด. วารสารพยาบาลและการศึกษา 2554; 4(3): 38-47.