

ผลการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยง การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

Effects of Preventing Alcohol Consumption Program by Applying Self-Efficacy Theory on Avoiding Alcohol Consumption of Lower Secondary School Students

จุฑามาศ อินทพันธุ์* เอ็มอัชมา วัฒนบุรณนท์ รจฤดี โชติกาวิรินทร์ วลัย อิศรางกูร ณ อยุธยา วัลลภ ใจดี
Jutamas Intapan* Aimutcha Wattanburanon Rotruedee Chotigawin Walai Isarankura Na Ayudhaya Wanlop Jaidee
มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี ประเทศไทย 20131
Burapha University ChonBuri Thailand 20131

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 66 คน เลือกแบบเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 33 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 33 คน เครื่องมือที่ใช้ 1) แผนการจัดการเรียนรู้การป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเอง 2) แบบสอบถามความสามารถของตนเอง 3) แบบสอบถามพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 4) แบบวัดความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน t-test One-way ANOVA และ LSD กำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. หลังการทดลอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการใช้โปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. หลังการทดลอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการใช้โปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในระยะติดตามผลและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ : โปรแกรมการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์, ความสามารถของตนเอง, พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์, ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

Abstract

This quasi-experimental research aimed to study the alcohol drinking prevention program applying self-efficacy theory among secondary school students. The 66 samples were divided by the purposive sampling method into two groups: 33 experimental group and 33 comparison group. The experimental instrument were 1.) The alcohol drinking prevention program applying self-efficacy theory learning management plans. 2.) The self-efficacy questionnaire 3.) The alcohol drinking prevention questionnaire 4.) The alcohol knowledge test. The data obtained were analyzed by using percentage, frequency, standard deviation, t-test, One-way ANOVA, LSD and it conducted the level of statistical significance at .05 level.

The findings were as follows:

1.) After treatment, the mean scores of the self-efficacy, the mean scores of alcohol drinking prevention behavior and the mean scores of alcohol knowledge test from the alcohol drinking prevention program of the experimental group were found higher than the comparison group in statistically significant at .05 level.

2.) After treatment, the mean scores of the self-efficacy, the mean score of alcohol drinking prevention behavior and the mean scores of alcohol knowledge test from the alcohol drinking prevention program of the experimental group were found higher than before treatment in statistically significant at .05 level. While the follow-up phase and after treatment were found no different.

Keywords: Alcohol drinking prevention program, Self-efficacy, Alcohol drinking prevention behavior, Secondary School Students

บทนำ

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีผลกระทบต่อสุขภาพในเชิงลบมากกว่าเชิงบวกหลายสิบเท่า เครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดโรคและการบาดเจ็บเป็นอันดับต้นๆ เช่น โรคหลอดเลือดสมอง การบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจราจร เบาหวาน การติดสุรา โรคเอดส์โรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด มะเร็งตับ และโรคซึมเศร้า¹ นอกจากนี้ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการดื่มแอลกอฮอล์ในสังคม มีตั้งแต่ก่อให้เกิดความรำคาญใจ การทำลายทรัพย์สินสาธารณะ ไปจนถึงขั้นการถูกทำร้ายร่างกายและฆาตกรรม²

สำนักงานสถิติแห่งชาติได้ทำการสำรวจในปี พ.ศ. 2560 ประชากรกลุ่มอายุ 15 ถึง 24 ปี จำนวน 55.9 ล้านคน มีพฤติกรรมการดื่มสุราและการสูบบุหรี่ และ ในช่วงเวลา 13 ปี ที่ผ่านมาเพิ่มขึ้นร้อยละ 64. เฉลี่ยเพิ่มขึ้นร้อยละ 4.96 ต่อปี³ และข้อมูลองค์การอนามัยโลก ปีพ.ศ. 2557 พบว่า ประชากรทั่วโลกดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ มากกว่าร้อยละ 38 และมีผู้เสียชีวิตจากการดื่มแอลกอฮอล์ 3.3 ล้านรายทั่วโลกในแต่ละปี⁴

จากการศึกษาทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self Efficacy Theory) มีองค์ประกอบคือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และ ความคาดหวังในผลของการกระทำแบบดูราได้เสนอแนะวิธีการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง 4 วิธี ดังนี้ 1. ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (Mastery experiences) 2. การใช้ตัวแบบ (Modeling) 3. การชักจูงด้วยคำพูด (Verbal Persuasion) 4. การกระตุ้นทางอารมณ์ (Emotional Arousal)⁵ จากการศึกษาการพัฒนาโปรแกรมสุขศึกษาโดยเน้นเด็กเป็นศูนย์กลาง ต่อการรับรู้ความสามารถของตนและพฤติกรรมมารับประทานอาหารของเด็กวัยเรียน อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี พบว่า เด็กวัยเรียนมีคะแนนการรับรู้ความสามารถของตน สูงกว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม แต่ในเรื่องคะแนนพฤติกรรมมารับประทานอาหารก่อนและหลังได้รับโปรแกรมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ⁶

จากหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 พบว่า สารและมาตรฐานที่ เกี่ยวข้องกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและ

พลศึกษา อยู่ในสาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต เรื่องการป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และความรุนแรง ซึ่งมีการจัดการเรียนรู้ในสาระและมาตรฐานที่เกี่ยวข้องกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพียง 1 คาบเรียนต่อสัปดาห์เท่านั้น⁷ จากข้อมูลดังกล่าวอาจทำให้จัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมพฤติกรรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้กับนักเรียนไม่เพียงพอ ซึ่งอาจส่งผลให้นักเรียนยังมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้

จากสถานการณ์ปัญหาดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยผู้วิจัยจึงนำทฤษฎีความสามารถของตนเองมาประยุกต์ในการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งถือว่าอยู่ในช่วงอายุ 14-15 ปีและมีความเสี่ยงในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อเป็นการป้องกันเชิงรุกและลดนักดื่มหน้าใหม่ต่อไป

คำถามงานวิจัย

ผลการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สามารถทำให้วัยรุ่นมีความสามารถของตนเองในการป้องกันและมีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงขึ้นหรือไม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดย

1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการใช้โปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนและหลังการทดลองระหว่างนักเรียน

ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

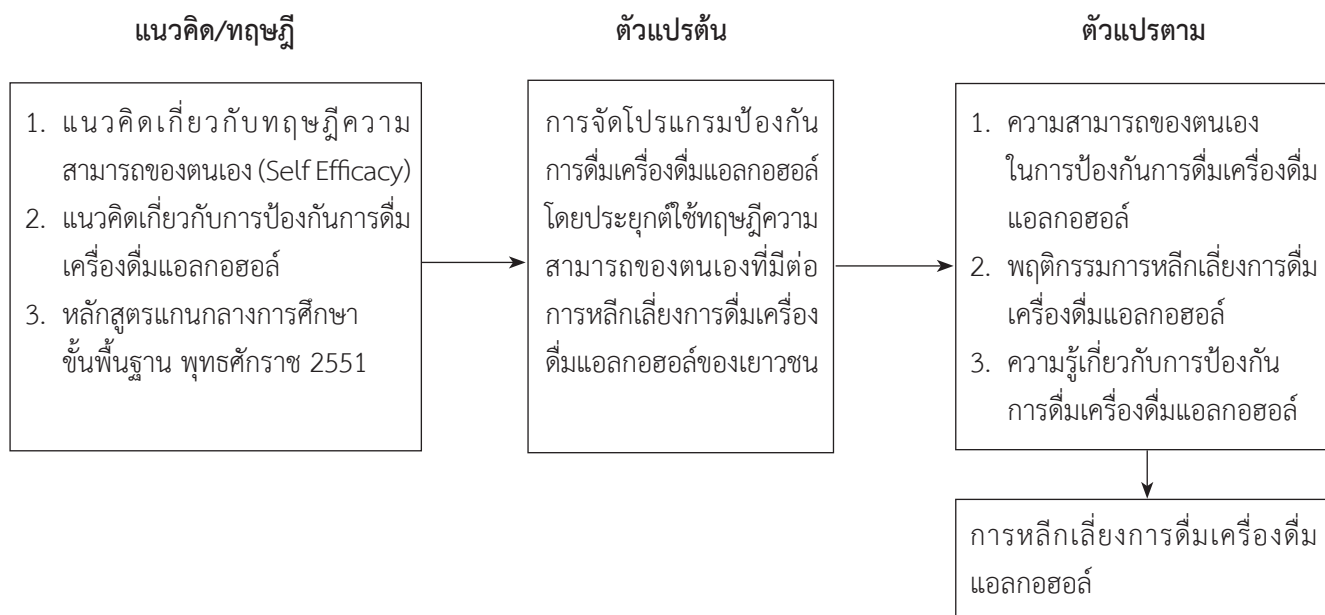
2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการใช้โปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มทดลอง

สมมติฐานการวิจัย

หลังการทดลองนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับผลการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมป้องกันการดื่มสุราของเยาวชนตามทฤษฎีความสามารถของตนเอง เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น โดยประยุกต์แนวคิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง (SELF-EFFICACY) การตัดสินใจของบุคคลที่จะกระทำพฤติกรรมที่เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง ที่จะจัดการหรือดำเนินการกิจกรรมนั้น จากทฤษฎีความสามารถของตนเอง บุคคลสองคนอาจมีความสามารถที่ไม่แตกต่างกัน แต่จะแสดงออกมาแตกต่างกันได้ อาจเนื่องจากคนสองคนนี้มีการรับรู้ความสามารถในตนเองและสภาพการณ์ที่แตกต่างกัน ดังนั้นสิ่งที่กำหนดลักษณะการแสดงออกขึ้นอยู่กับ การรับรู้ความสามารถในตนเองในสถานการณ์นั้นๆ จากแนวคิดดังกล่าว ได้มีการพัฒนาและทดสอบทฤษฎีความสามารถตนเอง (SELF-EFFICACY) โดยมีการตั้งสมมติฐานว่า ถ้าบุคคลมีการคาดหวังหรือมีความเชื่อในความสามารถตนเอง โดยที่ทราบว่าจะต้องทำอะไรบ้างนั้น และเมื่อทำแล้วได้ผลลัพธ์ตามที่คาดหวังนั้น บุคคลนั้นก็จะปฏิบัติตาม



วิธีดำเนินงานวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง (experimental group) และกลุ่มเปรียบเทียบ (comparison group) โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง (pre-test) หลังการทดลอง (post-test) และติดตามผลหลังการทดลอง (follow up) 4 สัปดาห์

กลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2562 จำนวนทั้งหมด 66 คน การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (purposive Selection) และ 2. ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เลือกกลุ่มทดลอง 33 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 33 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ประกอบด้วย กิจกรรมการเรียนรู้ 8 กิจกรรม

การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์ด้วยค่าสถิติความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยโดย ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลองด้วยสถิติ Independent samples t-test ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง และ

หลังการทดลอง ด้วยสถิติ Paired samples t-test และภายในกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวน (One-way ANOVA) และทดสอบความมีนัยสำคัญของความแตกต่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธี LSD

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือผู้วิจัยนำไปทดลองใช้เพื่อตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ 1) เครื่องมือที่ใช้ดำเนินการทดลอง คือ โปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นพิจารณาหาค่า ดัชนีความ โดยพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป 2) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตามการรับรู้ของตนเอง ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นวิเคราะห์โดยใช้สูตร Coefficient Alpha ของ Cronbach ได้ค่าเท่ากับ 0.73 ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

วิเคราะห์โดยใช้สูตร Coefficient Alpha ของ Cronbach ได้ค่า เท่ากับ 0.746 ส่วนที่ 3 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นำผลการวัดความรู้ของนักเรียนมาตรวจให้คะแนนและหาค่าความเที่ยงของแบบวัดโดยใช้สูตร KR20 ของคูเดอร์ริชาร์ดสันได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.812 มีระดับความยากง่ายอยู่ในช่วง 0.47-0.73 และมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.2 ขึ้นไป

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยคำนึงถึงจรรยาบรรณของนักวิจัยและให้การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการวิจัยการจัดโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

ตอนต้นกลุ่มตัวอย่างจะได้รับการชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการเก็บข้อมูล และประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมการจัดโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น รวมทั้งข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับจากกลุ่มตัวอย่างถือเป็นความลับ ไม่เปิดเผยชื่อ และจะนำผลประเมินที่ได้เป็นข้อมูลเพื่อประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตัดสินใจด้วยตนเองและยินดียใจเข้าร่วมวิจัยซึ่งกลุ่มตัวอย่างสามารถยุติการเข้าร่วมการวิจัยขณะดำเนินการวิจัยอยู่ได้ โดยมาส่งผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้พิจารณาโครงการวิจัย รหัส IRB 02/2562 ลงวันที่ 1 พฤศจิกายน 2562

ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลอง ($n = 33$) และกลุ่มเปรียบเทียบ ($n = 33$) หลังการทดลอง

	$\bar{X}$	$\bar{d}$	SD	95%CI Lower Upper	t	Sig.
1. คะแนนความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		12.12		11.13 13.11	24.42	.000*
กลุ่มทดลอง	38.17		2.17			
กลุ่มเปรียบเทียบ	23.31		1.83			
2. พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		14.93		13.86 16.01	27.84	.000*
กลุ่มทดลอง	34.60		2.29			
กลุ่มเปรียบเทียบ	20.60		2.06			
3. ความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		6.42		7.99 8.19	8.20	.000*
กลุ่มทดลอง	14.81		3.40			
กลุ่มเปรียบเทียบ	8.39		2.94			

* $p < .05$

จากตารางที่ 1 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าของคะแนนสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้ ก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง (n = 33)

	$\bar{X}$	$\bar{d}$	SD	95%CI		t	Sig.
				Lower	Upper		
1. ความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		17.21	3.19	16.08	18.34	31.00	.000*
ก่อนการทดลอง	17.40						
หลังการทดลอง	34.60						
2. พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		16.48	3.03	15.41	17.56	31.23	.000*
ก่อนการทดลอง	19.06						
หลังการทดลอง	35.55						
3. ความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		7.15	3.90	5.77	8.53	10.56	.000*
ก่อนการทดลอง	7.06						
หลังการทดลอง	14.81						

*p < .05

จากตารางที่ 2 พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้ หลังการทดลองและหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ ของนักเรียนกลุ่มทดลอง (n = 33)

	$\bar{X}$	$\bar{d}$	SD	95%CI		t	Sig.
				Lower	Upper		
1. ความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่ม		-0.17	0.63	-0.25	0.19	-0.27	0.786
หลังการทดลอง	34.60						
หลังการทดลอง 4 สัปดาห์	34.57						
2. พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		-0.03	0.30	-0.14	0.72	-0.57	0.570
หลังการทดลอง	35.54						
หลังการทดลอง 4 สัปดาห์	35.24						
3. ความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		-0.09	1.20	-0.33	0.51	0.43	0.660
หลังการทดลอง	14.81						
หลังการทดลอง 4 สัปดาห์	14.36						

*p < .05

จากตารางที่ 3 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนไม่แตกต่างจากหลังทดลอง

การอภิปรายผลการวิจัย

นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับใช้การจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง นักเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นหลังการทดลอง และแตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน เนื่องจากหลังทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบรวมถึงการมีความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่เหมาะสม ความรู้ที่ได้ส่งผลให้มีความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และมีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้อาจสืบเนื่องมาจากผู้เรียนกลุ่มทดลองได้รับการจัดโปรแกรมตามแผนการจัดการเรียนรู้ที่ ผู้วิจัยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่ได้รับการตรวจสอบคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิ และผ่านเกณฑ์การสร้างเครื่องมือวิจัย ซึ่งกิจกรรมการจัดการเรียนรู้โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่ คิดค้นและพัฒนาขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัย⁸ ศึกษาผลของโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม พบว่า หลังการทดลองและการติดตามผลกลุ่มทดลองมีคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองคะแนนความรู้ ความคาดหวังในผลลัพธ์ และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และยังสอดคล้องกับงานวิจัย⁹ ศึกษาผลของการจัดโปรแกรมสุขศึกษาโดยใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น จากการวิจัยนี้พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความรุนแรง การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้โอกาสเสี่ยง และความตั้งใจที่จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่าก่อน การทดลอง และในกลุ่มทดลองมี

คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความรุนแรง การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรคการรับรู้โอกาสเสี่ยง และความตั้งใจที่จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่าก่อนการทดลอง

โปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น หลังทดลอง และหลังทดลอง 4 สัปดาห์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น ยังคงอยู่ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ทั้งนี้อาจสืบเนื่องมาจากการจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ให้แก่นักเรียนกลุ่มทดลองโดย จัดกิจกรรม 8 กิจกรรม ได้แก่ ได้แก่ 1) กิจกรรมเมาแล้วแยะ 2) กิจกรรมร่างกายของฉันทับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3) กิจกรรมรู้เรื่องผลของแอลกอฮอล์ 4) กิจกรรมดื่มทำไมกัน 5) กิจกรรมปฏิเสธอย่างไร 6) กิจกรรมแอลกอฮอล์ฉันไม่ยุ่ง 7) กิจกรรมมายด์ไอดอล (My Idol) 8) กิจกรรมสัญญาแล้วว่าจะจะไม่ดื่มโดยการแสดงความรู้สึก และการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม การเขียนแผนผังความคิด (Mind Mapping) การแสดงบทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง เป็นต้น สามารถทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ ได้ดียิ่งขึ้น ทำให้ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีความเชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถที่จะป้องกันและหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตามที่ตนเองได้คาดหวังไว้ และยังสอดคล้องกับงานวิจัย¹⁰ ศึกษาพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ของนักศึกษามหาวิทยาลัย: กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง พบว่า มหาวิทยาลัยต้องเสริมสร้างพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์ของนักศึกษา และจะสามารถเสริมสร้างพฤติกรรมโดยการสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองให้กับนักศึกษา เช่น การสร้างกิจกรรมที่มีประโยชน์ให้กับนักศึกษา โดยอาจจะส่งเสริมในรูปแบบของ

ชมรม ตามที่นักศึกษาสนใจ โดยเฉพาะนักศึกษาชาย กิจกรรมที่ต้องทำงานเป็นทีมจะช่วยสร้างพฤติกรรมที่ดีจากการเสริมแรงโดยเพื่อนด้วย อีกทั้งการที่มหาวิทยาลัยได้มีการเสริมแรงในเรื่องของการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยกำหนดเป็นนโยบายที่มหาวิทยาลัย ได้มีการจัดรณรงค์อย่างต่อเนื่องเพื่อให้นักศึกษาส่วนใหญ่ในมหาวิทยาลัยรับรู้ทำให้นักศึกษามีพฤติกรรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การจัดโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นและใช้ในการวิจัยครั้งนี้ทำให้ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถของตนเองในการป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำงานวิจัย

1.1 โรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นสามารถนำโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นไปบูรณาการในการเรียนการสอนในวิชาสุขศึกษาได้โดยเฉพาะเรื่อง สารเสพติด พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

1.2 ในการจัดทำกิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละครั้งควรกระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วม ในการทำกิจกรรมทุกกิจกรรม

1.3 สามารถนำโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นเสนอเป็นหลักสูตรเสริมหรือหลักสูตรของโรงเรียนเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แต่ต้องปรับระยะเวลา และเนื้อหาให้เหมาะสมกับบริบทและสภาพแวดล้อมด้วย

2. ข้อเสนอแนะในการทำงานวิจัยในครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพถึงสภาพเศรษฐกิจ ปัจจัยจากเพื่อนที่มี ต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียน

2.2 ควรศึกษาปัจจัยเสี่ยงอื่นๆที่มีผลต่อการดื่มเครื่องดื่ม

2.3 ควรมีการศึกษาโปรแกรมป้องกันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองที่มีต่อการหลีกเลี่ยงการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหรือกลุ่มเสี่ยงที่แตกต่างออกไป

References

1. Center of Alcohol Studies. The situation of alcohol consumption and its effects In Thailand, year 2013. Nonthaburi: Thegraphic-system; 2013. (in Thai)
2. Aorrathai W. Alcohol and crime, violence, order and social safety; 2016. (in Thai)
3. Center of alcohol studies. Facts and figures of alcoholic beverages in Thailand. Songkhla: Center of alcohol studies; 2016. (in Thai)
4. WHO. Global status report on alcohol and health-2014: Geneva : World Health Organization; 2014.
5. Bandura, A. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioural change. Psychological; 1997.
6. Choojan S. & Wanakul T. Development of health education on child centered program in self-efficacy and food consumption behavior among school aged childre in Lamukka District, Pathumtani Province. Journal of the royal Thai Army Nurse 2018; 19 (3): 158-164. (in Thai)

7. Ministry of Education. Basic Education Core Curriculum B.E. 2008. Bangkok, The Agricultural Cooperative Federation of Thailand. Limited.; 2008. (in Thai)
8. Pratumporn C. Effects of an alcohol use prevention program applying self- efficacy. Grade students in Nakhon Pathom Province. Ramathibodi Nurseg gospel. year 24; 2018. (in Thai)
9. Pannawit P,Rungrawee S, Aimutcha W. Health education program development using belief patterns in health to prevent alcohol drinking of female secondary school students. Journal of medicine and health Science 2017; 24(1): 55-66. (in Thai)
10. Darunwan S. Preventive behavior of alcohol drinking among students. university: A case study of a private university. HCU Journal 2017; 20(1): 127-128. (in Thai)