

ผลของหนังสั้นเพื่อป้องกันพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

Effect of short movie for smoking prevention behavior among junior high school

กัญจนกร พันสาย ว.ม.(การสร้างเสริมสุขภาพ)

Kunjanagorn Punsai M.Sc. (Health Promotion)

ยวดี รอดจากภัย ส.ด.

Yuvadee Rodjarkpai Dr.P.H.

ไพบุณย์ พงษ์แสงพันธ์ ป.ร.ด

Paiboon Pongsangpun Ph.D.

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Faculty of Public Health, Burapha University

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของหนังสั้นเพื่อป้องกันพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 2 โรงเรียน สุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โดยกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมชมหนังสั้น 1 เรื่องความยาวประมาณ 15 นาทีสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 4 สัปดาห์ โดยผู้วิจัยได้สร้างหนังสั้นขึ้นเองใหม่ทั้งหมด ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับการเรียนการสอนตามปกติและเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามเพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมชมหนังสั้น ก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง เปรียบเทียบผลของโปรแกรมหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติเชิงอนุมานได้แก่ Independent Sample, t-test และ Paired Sample t-test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ผลของการศึกษา พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพและคะแนนเฉลี่ยด้านพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value<0.05) คะแนนเฉลี่ยด้านการรับรู้ความสามารถของตนเองก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน และหลังทดลองกลุ่มทดลองมีผลต่างคะแนนรวมด้านแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ด้านพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value<0.05) และผลต่างคะแนนรวมหลังทดลองด้านการรับรู้ความสามารถของตนเองทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ: หนังสั้น พฤติกรรมการสูบบุหรี่ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

Abstract

This research is a Quasi experimental the objective was to study the effect of short movie for smoking prevention behavior among junior high school. The samples of two students at the three schools. The sample was randomization by multi-stage method. Divided into an comparison and control group. The experimental group participated in a program to watch a short movie about a length of about 15 minutes once a week, four weeks. In short movie, the researchers created an entirely new, and collect data form questionnaires. The comparison group has been teaching as usual and between groups of experimental and control group comparing program results.

The trial of the experimental and the comparison group. The data were analyzed by paired sample t-test, and use descriptive statistics; percentage, mean and standard deviation. An inferential statistics, including independent sample t-test and paired sample t-test at significance level of 0.05. The results showed that the experimental group health belief score, and behavioral aspects of smoking score were baseline with statistically significant (p -value<0.05) compare of experimental group. The average score on the efficacy of self-defense score, were not significantly different. and the experimental groups with a total score of the health belief score, behavioral aspects of smoking score. were higher than the control group with statistically significant (p -value<0.05) and the difference between the total score the efficacy of self-defense score of the two group were not significantly different.

Keywords: short movie, smoking prevention, junior high school students

บทนำ

ในปัจจุบันอัตราการสูบบุหรี่เริ่มพบได้ตั้งแต่กลุ่มวัยรุ่น นักเรียนและนักศึกษา ซึ่งพบสถิติได้ตั้งแต่อายุ 15 ปีขึ้นไป และยังมีอัตราการสูบบุหรี่ที่เพิ่มมากขึ้น ซึ่งกลุ่มระดับมัธยมศึกษาตอนต้นมีอัตราการสูบบุหรี่ปัจจุบันสูงกว่าระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย การสูบบุหรี่เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญโดยอัตราการสูบบุหรี่ทั่วโลกในปัจจุบันพบว่า มีผู้สูบบุหรี่ทั่วโลกประมาณ 1,100 ล้านคน ภายในปี พ.ศ. 2568 จะเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมากกว่า 1,600 ล้านคน ข้อมูลจากองค์การอนามัยโลกระบุว่าในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา จำนวนผู้สูบบุหรี่ได้เพิ่มมากขึ้น 1 เท่า โดยมีจำนวนสูงถึง 2,300 ล้านคน คาดว่า บุหรี่เป็นสาเหตุการเสียชีวิตของประชากร 100 ล้านคน ในศตวรรษที่ 20 และอาจเพิ่มขึ้นเป็น 1,000 ล้านคนในศตวรรษนี้ สถิติจากองค์การอนามัยโลกระบุว่า หากแนวโน้มคนสูบบุหรี่ที่เพิ่มมากขึ้นไม่ได้รับการควบคุมต่อไปยอดผู้เสียชีวิตที่มีสาเหตุมาจากการสูบบุหรี่จะเพิ่มขึ้นเป็น 8 ล้านคนในปี พ.ศ.2573⁽¹⁾ นอกจากนี้จำนวนและอัตราการบริโภคยาสูบของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ข้อมูลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี พ.ศ. 2557 พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปี ขึ้นไปจำนวน 54.8 ล้านคน เป็นผู้สูบบุหรี่ร้อยละ 20.7 อัตราการสูบบุหรี่ของเพศชายร้อยละ 40.5 เพศหญิงร้อยละ 2.2 อัตราการสูบบุหรี่ของผู้ชายมากกว่าผู้หญิง 18.4 เท่า ปัจจุบันปัญหาดังกล่าวจึงต้องให้ความสำคัญตระหนักในการป้องกันการสูบบุหรี่ในกลุ่มวัยรุ่นและนักเรียนให้มากขึ้นเพื่อป้องกัน

การเกิดปัญหาหรือภาวะเสี่ยงอื่น ๆ ตามมาได้ในสังคม⁽¹⁾

จากการสำรวจข้อมูลของโรงเรียนในสังกัดการศึกษาขั้นพื้นฐานอำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรีจำนวน 10 โรงเรียน พบว่าทุกโรงเรียนมีนโยบายให้โรงเรียนเป็นโรงเรียนสีขาวปลอดบุหรี่ในสถานศึกษา ดังนั้นเพื่อเป็นการดำเนินนโยบายการสร้างโรงเรียนสีขาวปลอดบุหรี่ ผู้วิจัยจึงให้ความสำคัญ และจัดรูปแบบโรงเรียนต้นแบบในการปลอดบุหรี่ให้มีรูปธรรมมากขึ้น ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดในการสร้างโปรแกรมหนังสือที่มีรายละเอียดเชื่อมโยงกับเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องราวแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อให้เด็กนักเรียนมีแนวทางป้องกันการมีพฤติกรรมสูบบุหรี่และหนังสือที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเอง เพื่อช่วยกระตุ้นความสนใจของกลุ่มนักเรียนผ่านหนังสือให้เท่าทันยุคสังคมออนไลน์ สร้างการเรียนรู้รูปแบบใหม่ผ่านสื่อหนังสือเพื่อให้เด็กนักเรียนมีแหล่งค้นคว้าเกิดการเรียนรู้มากขึ้น ผู้วิจัยจึงสร้างหนังสือขึ้นมาใหม่เพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีช่องทางในการเรียนรู้ผ่านหนังสือเพื่อให้นักเรียนได้ใช้จินตนาการอย่างสร้างสรรค์เกี่ยวกับความรู้ที่ป้องกันพฤติกรรมสูบบุหรี่ โดยหนังสือมีความยาว 15 นาที เพื่อช่วยเป็นเครื่องมือใหม่ๆ เสริมการเรียนรู้ในชั้นเรียนได้อีกรูปแบบหนึ่งของการศึกษาในปัจจุบัน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรม

ป้องกันการสูบบุหรี่ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

2. เพื่อเปรียบเทียบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental design) เป็นการศึกษาผลของหนังสือเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี โดยมีระยะเวลา 4 สัปดาห์

วิธีดำเนินการวิจัย

แบ่งกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็น 2 กลุ่มคือกลุ่มทดลอง (Experimental Group) และกลุ่มเปรียบเทียบ (Comparison Group) โดยมีการเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง (Pre test-Post test Two Group Design) โดยมีรายละเอียดดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2558 ของโรงเรียนในสังกัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน จำนวน 2 แห่ง เกณฑ์คัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัย

1. นักเรียนเพศชายและเพศหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2558

2. นักเรียนอยู่ห้องเดียวกัน

เกณฑ์คัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัยออก

1. นักเรียนไม่สนใจเข้าร่วมวิจัย

2. นักเรียนย้ายโรงเรียน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) เพื่อให้ได้

กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกันเลือกมา 2 โรงเรียน โดยใช้เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเป็นพื้นที่ต่างเขตที่อยู่ห่างกัน เพื่อลดโอกาสที่ทั้งสองกลุ่มแลกเปลี่ยนกัน และทำการเลือกกลุ่มตัวอย่าง จากโรงเรียนโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ทำการเลือกจากเกณฑ์ที่กำหนดไว้ข้างต้น

ขนาดกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีประมาณ 250 คน
หาขนาดกลุ่มตัว

$$n = \frac{2\sigma^2(Z\alpha + Z\beta)^2}{d^2}$$

n คือขนาดกลุ่มตัวอย่าง α คือระดับนัยสำคัญ (Type I error) กำหนดให้ที่ 0.05 β คือความเชื่อถือได้ (Type II error) กำหนดให้ที่ 95% $Z\alpha$ คือคะแนนมาตรฐานที่ระดับนัยสำคัญที่ 0.05 มีค่า 1.96 $Z\beta$ คือคะแนนมาตรฐานที่ 95% มีค่า 1.64

d คือผลต่างของค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ σ คือส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานรวมของประชากรกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบสำหรับค่า d และ σ ได้จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องของศิริธิดา ศรีพิทักษ์ และคณะ⁽²⁾ มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่เท่ากับ 23.33 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.6) และกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ เท่ากับ 18.96 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.7) จากการศึกษาดังกล่าวสามารถนำมาใช้ในการคำนวณขนาดตัวอย่างได้ดังนี้ แทนค่าในสูตร

$$\begin{aligned} n &= \frac{2\sigma^2(Z\alpha + Z\beta)^2}{d^2} \\ &= \frac{2\left(\frac{3.6+5.7}{2}\right)^2(1.96+1.64)^2}{(23.33-18.96)^2} \\ &= 29.35 \\ &= 30 \end{aligned}$$

ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างที่กลุ่มละในครั้งนี่คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 30 คน รวมทั้งหมด 60 คนผู้วิจัยจึงได้ทำการสุ่มตัวอย่างจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยการสุ่มแบบหลายชั้นตอนดังนี้ ชั้นตอนที่ 1 กำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรีที่สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานมีจำนวน 10 โรงเรียน ชั้นตอนที่ 2 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานมีจำนวน 10 โรงเรียน จับลาก 1 โรงเรียน เป็นกลุ่มทดลอง 1 โรงเรียนเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ และ 1 โรงเรียนทดสอบเครื่องมือชั้นตอนที่ 3 ในโรงเรียนมีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีอยู่ 4 ห้องเรียน จับลากเลือก 1 ห้องเรียนเป็นกลุ่มทดลองและ 1 ห้องเรียนเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ

เครื่องมือที่ใช้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามที่ทบทวนจากทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพและทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง แบ่งออกเป็นข้อมูลทั่วไปได้แก่ เพศ อายุ ค่าใช้จ่ายที่ได้รับจากผู้ปกครองสถานภาพสมรสของบิดามารดาอาชีพของบิดามารดา รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว การมีสมาชิกในครอบครัวที่สูบบุหรี่ เป็นคำถามแบบเติมคำตอบมีจำนวน 10 ข้อ แบบสอบถามความเชื่อด้านสุขภาพจำนวน 17 ข้อ แบ่งเป็นการรับรู้ถึงโอกาสเสี่ยงของการเป็นโรครจากการสูบบุหรี่จำนวน 5 ข้อ การรับรู้ถึงความเสี่ยงของโรครจากการสูบบุหรี่จำนวน 5 ข้อการรับรู้ถึงผลประโยชน์และอุปสรรคของการปฏิบัติเพื่อป้องกันโรครจากการสูบบุหรี่จำนวน 7 ข้อ และบทหนึ่งสั้นที่ผู้วิจัยได้เขียนขึ้นมาเพื่อให้เนื้อเรื่องสอดคล้องไปกับทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพและทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองรวมทั้งบทของนักแสดงนั้นได้มีเนื้อหาที่ถ่ายทอดถึงพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ด้วยโดยหนึ่งสั้นมี 1 เรื่องความยาวประมาณ 15 นาที ซึ่งหนึ่งสั้นได้มีการทดสอบสื่อกับผู้เชี่ยวชาญด้านหนึ่งสั้นเพื่อส่งเสริมสังคมจำนวน 1 ท่าน ซึ่งผู้วิจัยได้นำผลงานหนึ่งสั้นที่เสร็จ

สมบูรณ์แล้วไปทดสอบกับผู้เชี่ยวชาญก่อนแล้วนำกลับมาแก้ไขตามคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญทุกขั้นตอนอย่างสมบูรณ์ แล้วจึงนำหนึ่งสั้นไปประเมินกับกลุ่มตัวอย่างโดยเครื่องมือที่สร้างขึ้นนำไปทดลองใช้ และหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาช (Cronbach's Alpha Coefficient) มากกว่า 0.70 ในทุกส่วน

จริยธรรมในการวิจัย

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อวันที่ 28 พฤษภาคม พ.ศ.2558

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ได้ทำการเก็บข้อมูลจากกลุ่มทดลองทั้งหมด 4 สัปดาห์ เนื่องจากมีข้อจำกัดในด้านเวลาทำให้ผู้วิจัยใช้เวลาพักของกลุ่มทดลองในการจัดโปรแกรมชมหนึ่งสั้น ผู้วิจัยจึงกำหนดการจัดโปรแกรมชมหนึ่งสั้นทั้งหมด 4 ครั้งซึ่งมีกิจกรรมดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 ใช้ระยะเวลารวม 40 นาที โดยผู้วิจัยเริ่มเก็บข้อมูลก่อนการทดลองจากแบบสอบถาม และจัดโปรแกรมให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับชมหนึ่งสั้นครั้งที่ 1

สัปดาห์ที่ 2 ใช้ระยะเวลารวม 30 นาทีโดยผู้วิจัยจัดโปรแกรมให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับชมหนึ่งสั้นครั้งที่ 2

สัปดาห์ที่ 3 ใช้ระยะเวลารวม 30 นาที โดยผู้วิจัยจัดโปรแกรมให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับชมหนึ่งสั้นครั้งที่ 3

สัปดาห์ที่ 4 ใช้ระยะเวลารวม 40 นาทีโดยผู้วิจัยจัดโปรแกรมให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับชมหนึ่งสั้นครั้งที่ 4

สัปดาห์ที่ 5 เก็บข้อมูลหลังการทดลองจากแบบสอบถามชุดเดิม

กลุ่มเปรียบเทียบ มีกิจกรรมดังนี้

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ในระหว่าง เวลา 12.00-12.40 น.

ผู้วิจัยดำเนินการกิจกรรม ดังนี้

1. ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพแนะนำตนเองระหว่างนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ
2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยให้กับนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ
3. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลในกลุ่มเปรียบเทียบโดยใช้แบบสอบถาม
4. ผู้วิจัยชี้แจงนัดหมายกับนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบในการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามภายหลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 4

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2) นักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบดำเนินการเรียนการสอนตามปกติ

ครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 3) นักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบดำเนินการเรียนการสอนตามปกติ

ครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 4)

ผู้วิจัยดำเนินการกิจกรรม ดังนี้ ในระหว่างเวลา 12.00-12.40 น.

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ
2. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลหลังการทดลองจากแบบสอบถาม
3. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลในกลุ่มเปรียบเทียบโดยใช้แบบสอบถามชุดเดิม
4. ผู้วิจัยกล่าวปิดโปรแกรมและกล่าวขอบคุณนักเรียนกลุ่มทดลอง คณะครู และผู้บริหารโรงเรียน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้วิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรมสำเร็จรูปโดยแบ่งการวิเคราะห์ออกเป็น 2 ส่วนคือสถิติเชิงพรรณนา โดยการหาค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ของข้อมูลทั่วไป และสถิติเชิงอนุมานโดยใช้สถิติ paired t-test และ Independent t-test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ากลุ่มทดลองจำนวน 30 คนมีเพศชาย 12 คน

ร้อยละ 40.0 และเพศหญิง 18 คน ร้อยละ 60.0 อายุ 15 ปี 20 คน ร้อยละ 66.7 อาศัยอยู่กับบิดามารดา 21 คน ร้อยละ 70.0 ส่วนใหญ่สมาชิกภายในครอบครัวมี 4-5 คน 21 คน ร้อยละ 70.0 สถานภาพสมรสในปัจจุบันของบิดามารดาอยู่ด้วยกัน 21 คน ร้อยละ 70.0 ปัจจุบันบิดาของนักเรียนประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป 19 คน ร้อยละ 63.3 ปัจจุบันมารดาของนักเรียนประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป 15 คน ร้อยละ 50.0 นักเรียนได้รับค่าใช้จายจากผู้ปกครองวันละ 50-100 บาท 27 คน ร้อยละ 90.0 นักเรียนได้รับรายได้เพียงพอ 30 คน ร้อยละ 100 ในครอบครัวของนักเรียนมีผู้สูบบุหรี่ 11 คน ร้อยละ 36.7 บุคคลที่สูบบุหรี่ในครอบครัวคือบิดาจำนวน 8 คน ร้อยละ 26.7 ความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวอยู่ด้วยกันผูกพันรักใคร่กันดี 25 คน ร้อยละ 83.3 นักเรียนคิดว่าผู้ที่สูบบุหรี่มีอันตรายต่อสุขภาพ 27 คน ร้อยละ 90.0 และสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย 18 คน ร้อยละ 60.0 ประวัติการสูบบุหรี่ของนักเรียนไม่เคยสูบ 30 คน ร้อยละ 100 และกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 30 คน พบว่ามีเพศชาย 10 คน ร้อยละ 33.3 และเพศหญิง 20 คน ร้อยละ 66.7 อายุ 15 ปี 18 คน ร้อยละ 60.0 อาศัยอยู่กับบิดามารดา 13 คน ร้อยละ 43.3 ส่วนใหญ่สมาชิกภายในครอบครัวมี 4-5 คน 18 คน ร้อยละ 60.0 สถานภาพสมรสในปัจจุบันของบิดามารดาอยู่ด้วยกัน 16 คน ร้อยละ 53.3 ปัจจุบันบิดาของนักเรียนประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป 17 คน ร้อยละ 54.8 ปัจจุบันมารดาของนักเรียนประกอบอาชีพค้าขาย 14 คน ร้อยละ 46.7 นักเรียนได้รับค่าใช้จายจากผู้ปกครองวันละ 50-100 บาท 28 คน ร้อยละ 93.3 นักเรียนได้รับรายได้เพียงพอ 29 คน ร้อยละ 96.7 ในครอบครัวของนักเรียน มีผู้สูบบุหรี่ 12 คน ร้อยละ 40.0 บุคคลที่สูบบุหรี่ในครอบครัวคือบิดาจำนวน 10 คน ร้อยละ 33.3 ความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวอยู่ด้วยกันผูกพันรักใคร่กันดี 11 คน ร้อยละ 36.7 และมีทะเลาะกันบ้างบางครั้ง 17 คน ร้อยละ 56.7 นักเรียนคิดว่าผู้ที่สูบบุหรี่ทำให้สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย 22 คน ร้อยละ 73.3 และนักเรียนคิดว่าผู้ที่สูบบุหรี่ มีบุคลิกภาพที่น่าเชื่อถือ 22 คน ร้อยละ 73.3 ประวัติการสูบบุหรี่ของนักเรียนไม่เคยสูบ 30 คน ร้อยละ 100.0

เปรียบเทียบผลของโปรแกรมก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลองแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ในแต่ละด้านเมื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองพบว่า การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคจากการสูบบุหรี่ที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติโดยคะแนนเฉลี่ยการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคจากการสูบบุหรี่หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ส่วนด้านการรับรู้ความรุนแรงของโรคจากการสูบบุหรี่ การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคจากการสูบบุหรี่ และด้านการรับรู้ต่ออุปสรรคของการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคจากการสูบบุหรี่เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน เมื่อเปรียบเทียบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพก่อน

และหลังการทดลองในภาพรวม พบว่ากลุ่มทดลองก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ 74.26 หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 76.66 พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p\text{-value} < 0.05$ โดยกลุ่มทดลองมีผลต่างคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าหลังการทดลองดังตารางที่ 1

การรับรู้ความสามารถของตนเอง พบว่ากลุ่มทดลองก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเอง 23.36 หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 23.90 เมื่อเปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถของตนเองก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง พบว่าไม่มีความแตกต่างกันดังตารางที่ 2

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ ก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง

แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ	\bar{X}	SD	95% CI	t	p-value
การรับรู้ถึงโอกาสเสี่ยงของการเป็นโรคจากการสูบบุหรี่					
ก่อนทดลอง	22.31	2.10	-0.84 -0.87	0.039	0.969
หลังทดลอง	22.30	1.97			
การรับรู้ถึงความรุนแรงของโรคจากการสูบบุหรี่					
ก่อนทดลอง	21.45	2.52	0.00 -1.96	2.00	0.049 *
หลังทดลอง	20.46	2.31			
การรับรู้ถึงผลประโยชน์ของการปฏิบัติเพื่อการป้องกันโรคจากการสูบบุหรี่					
ก่อนทดลอง	13.95	1.18	-0.06 -0.76	1.69	0.096
หลังทดลอง	13.60	1.35			
การรับรู้ถึงอุปสรรคของการปฏิบัติเพื่อการป้องกันโรคจากการสูบบุหรี่					
ก่อนทดลอง	17.83	1.52	-0.48 -0.61	0.24	0.810
หลังทดลอง	17.76	1.57			
สรุป					
ก่อนทดลอง	74.26	4.98	-4.76 -0.35	-2.07	0.004*
หลังทดลอง	76.66	3.35			

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถของตนเองก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง

การรับรู้ความสามารถของตนเอง	\bar{X}	SD	95 %CI	t	p-value
การรับรู้ความสามารถของตนเอง					
ก่อนทดลอง	23.36	1.71	-1.32- - 0.25	-1.38	0.18
หลังทดลอง	23.90	1.42			

พฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ พบว่ากลุ่มทดลองก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ 8.60 หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 9.30 เมื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง

พฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่	\bar{X}	SD	95 %CI	t	p-value
พฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่					
ก่อนทดลอง	8.60	1.06	-1.163--0.23	-3.10	0.004*
หลังทดลอง	9.30	0.53			

$p < 0.05^*$

เปรียบเทียบผลของโปรแกรมหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จากการเปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ พบว่าหลังทดลองกลุ่มทดลองคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากก่อนทดลอง 2.40 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.33 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยลดลง 5.23 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.02 เมื่อเปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05) โดยกลุ่มทดลองมีผลต่างคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 7.63 (3.89-11.37) ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ หลังทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ	n	d	SD _d	Mean difference	95 %CI	t	p-value
ก่อนทดลองและหลังทดลอง							
กลุ่มทดลอง	30	2.40	6.33	7.63	3.89- 11.37	4.89	0.000*
กลุ่มเปรียบเทียบ	30	-5.23	8.02				

$p < 0.05^*$

จากการเปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเอง พบว่าหลังทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากก่อนทดลอง 0.53 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.11 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.60 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.40 เมื่อเปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองหลังทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

การรับรู้ความสามารถ ของตนเอง	n	d	SD _d	Mean difference	95%CI	t	p-value
ก่อนทดลองและหลังทดลอง							
กลุ่มทดลอง	30	0.53	2.11	1.13	-0.03 - 2.30	1.94	0.06
กลุ่มเปรียบเทียบ	30	-0.60	2.40				

การเปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่พบว่า หลังทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากก่อนทดลอง 0.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.23 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.06 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.70 เมื่อเปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value < 0.05) โดยกลุ่มทดลองมีผลต่างคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 0.76 (-0.00-1.53) ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่หลังทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

พฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่	n	d	SD _d	Mean difference	95%CI	t	p-value
ก่อนทดลองและหลังทดลอง							
กลุ่มทดลอง	30	0.70	1.23				
กลุ่มเปรียบเทียบ	30	-0.06	1.70	0.76	-0.00 - 1.53	1.99	0.05*

p < 0.05*

การอภิปรายผล

แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพหลังทดลองเพิ่มขึ้นจากก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติโดยเฉพาะด้านการรับรู้ถึงโอกาสเสี่ยงของการเป็นโรคจากการสูบบุหรี่ แสดงให้เห็นว่าผลของโปรแกรมหนังสือเพื่อป้องกันพฤติกรรมการสูบบุหรี่มีผลทำใ้

นักเรียนได้เรียนรู้และรับรู้ถึงโอกาสเสี่ยงและรับรู้ถึงปัญหาสุขภาพของตนเองตามแนวคิดและทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพของ Becker และคณะ⁽³⁾ ที่ใช้อธิบายและทำนายพฤติกรรมป้องกันการโรคของบุคคล สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริธิดา ศรีพิทักษ์ และคณะ⁽²⁾ ที่ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นซึ่งเป็นโปรแกรม

สร้างจากแนวคิดแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ พบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมป้องกันการสูบบุหรี่ในกลุ่มทดลองมีการรับรู้อุปสรรคของการไม่สูบบุหรี่ที่ถูกต้อง มีการรับรู้สมรรถนะของตนเองในการป้องกันการสูบบุหรี่ที่ถูกต้องและมีพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ที่ถูกต้องมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ รวมทั้งมีการรับรู้ความรุนแรงของโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ที่ถูกต้องในกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและสอดคล้องกับงานวิจัยของประสิทธิ์กมลพรมงคล⁽⁴⁾ ศึกษาโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่พบว่ากลุ่มทดลองมีการรับรู้พลังอำนาจ มีความเชื่อด้านสุขภาพ ในด้านการรับรู้โอกาสเสี่ยง การรับรู้ความรุนแรง การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมและพบว่ากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ลดลงกว่ากลุ่มควบคุม

การรับรู้ความสามารถของตนเอง พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองก่อนและหลังทดลองไม่แตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้นมีความแตกต่างกันทั้งในด้านความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคลในการรับรู้ต่อสิ่งเร้าให้เกิดการรับรู้ขึ้นและมีความแตกต่างกันในแต่ละด้านจากพฤติกรรม และสิ่งแวดล้อมที่แต่ละบุคคลได้เรียนรู้มา ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีความสามารถของตนเองจากส่วนประกอบที่สำคัญของทฤษฎีว่าด้วยความคาดหวังในผลลัพธ์มีผลต่อการตัดสินใจที่จะกระทำพฤติกรรมของบุคคลนั้น ๆ เพราะแต่ละบุคคลจะมองผลที่เกิดขึ้นมาจากความคาดหวังในความสามารถของตนเอง

พฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นจากก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่าผลของโปรแกรมหนังสือเพื่อป้องกันการพฤติกรรมการสูบบุหรี่โดยเฉพาะพฤติกรรมที่นักเรียนป้องกันการสูบบุหรี่ได้ดีคือเมื่อนักเรียนมีปัญหาต่าง ๆ ที่ทำให้ไม่สบายใจนักเรียนจะปรึกษาพ่อแม่และคนในครอบครัวและคุณครูทันทีโดยจะไม่แก้ปัญหาด้วยการมีพฤติกรรมสูบบุหรี่ และนักเรียนจะตั้งใจเรียนหนังสือโดยไม่คิดอยากลองสูบบุหรี่ถึงแม้จะมีเพื่อนมาชักชวนให้ลองสูบบุหรี่ก็ตาม และการที่

นักเรียนมีพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ที่เพิ่มขึ้นจากก่อนทดลองน่าจะเป็นผลมาจากนักเรียนเกิดกระบวนการคิดและการเรียนรู้ต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่จากผลของโปรแกรมหนังสือเพื่อป้องกันการพฤติกรรมการสูบบุหรี่ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจุไรรัตน์ อันทระบุตร⁽⁵⁾ ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการป้องกันพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นตามทฤษฎีวางแผนพฤติกรรม ผลการวิจัยพบว่า หลังได้รับโปรแกรม กลุ่มทดลองมีคะแนนการรับรู้บรรทัดฐานสังคมที่ถูกต้องต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และความตั้งใจที่จะไม่สูบบุหรี่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนทัศนคติเชิงลบต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ การรับรู้บรรทัดฐานสังคมที่ถูกต้องต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการสูบบุหรี่และความตั้งใจที่จะไม่สูบบุหรี่สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และหลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่น้อยกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและสอดคล้องกับงานวิจัยของ อิศารัตน์ ผลเต็ม⁽⁶⁾ ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยและค่าเฉลี่ยความแตกต่างของคะแนนด้านความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์และความคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเองและความเห็นใจผู้อื่น ทักษะชีวิตด้านความภูมิใจตนเองและความรับผิดชอบ ต่อสังคม ทักษะชีวิตด้านการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา และความตั้งใจปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดสูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบในทุก ๆ ด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยพบว่าเมื่อกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมชมหนังสือเพื่อป้องกันพฤติกรรมการสูบบุหรี่ภายหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมชมหนังสือมีคะแนนเฉลี่ยในด้านแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพและคะแนนเฉลี่ยด้านพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันทั้งสองกลุ่ม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการกำหนดวันติดตามผลของกลุ่มตัวอย่างเพื่อติดตามผลของโปรแกรมให้ต่อเนื่องโดยเพิ่มระยะเวลาในการจัดโปรแกรมให้เหมาะสมและควรมีการติดตามกลุ่มเปรียบเทียบร่วมด้วยเพื่อให้การวิจัยมีประสิทธิภาพมากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคุณอำนวยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) ที่ได้สนับสนุนทุนวิจัยในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การสำรวจพฤติกรรม การสูบบุหรี่และดื่มสุรา. กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร กลุ่มสถิติสังคม สำนักสถิติสังคม; 2558.
2. ศิริธิดา ศรีพิทักษ์, ยุคนธ์ เมืองช้าง, จารุวรรณ สอนงญาติ, ลักขณา ศิริธิกุล, สินีพร ยืนยง. ประสิทธิภาพของโปรแกรมป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นจังหวัดสุพรรณบุรี. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า 2553; 23(1):38-52.

3. Becker MH. The health beliefs model and personal health behavior. New Jersey: Charles B. Slack; 1994.
4. ประสิทธิ์ กมลพรมงคล. ผลของโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี [วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต]. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา; 2553.
5. จุไรรัตน์ อันทรบุตร. ผลของการใช้โปรแกรมการป้องกันพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นตามทฤษฎีวางแผนพฤติกรรม [ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล; 2553.
6. ธิดารัตน์ ผลเต็ม. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้การสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมืองจังหวัดขอนแก่น [วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต]. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2553.