

Sexuality Education Literacy and Life Skills Among Nursing Students in Boromrajonnani College of Nursing, NakhonSiThammarat

Khajit Boonpradit*, Orawan Ritmontree^{1*}, Suwichaya WiriyaSirikul*

(Received : September 21, 2024, Revised : November 4, 2024, Accepted : December 16 , 2024)

Abstract

This descriptive research aimed to study sexuality education literacy and life skills in preventing sexual risk behaviors among nursing students. The sample consisted of 264 first to fourth-year nursing students, calculated using Yamane's (1967). The research instruments comprised: 1) a general information questionnaire, 2) a sexual literacy assessment tool, and 3) a life skills assessment tool for sexual risk behavior prevention. The instruments were validated for content validity and reliability with a reliability coefficient of 0.95. Data were analyzed using descriptive statistics, including mean and standard deviation. The findings revealed that nursing students demonstrated the overall sexual literacy level of nursing students was good. Regarding life skills for preventing sexual risk behaviors, eight areas showed good levels: decision-making, problem-solving, thinking, critical thinking, effective communication, interpersonal relationship building, empathy, and stress management. Two areas demonstrated fair levels: self-awareness and emotional management. The overall life skills level for preventing sexual risk behaviors was good.

The findings of this study provide fundamental data for nursing instructors, healthcare personnel, families, and close associates to serve as guidelines for preventing and promoting students' well-being during their college life. These insights can lead to the development of appropriate curriculum and extracurricular activities, enabling students to effectively cope with various challenges, thereby establishing a foundation for enhanced quality of life and professional development.

Keywords: Life Skills; Nursing Students; Sexuality Education Literacy

*Nurse Instructor, Boromarajonani College of Nursing, Nakhon si Thammarat Faculty of Nursing, Prabromarajchanok Institute

¹Corresponding Author: aura.ritmontree@gmail.com

ความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช

ขจิต บุญประดิษฐ์*, อรรพรรณ ฤทธิมนตร์¹, สุวิญา วิริยะศิริกุล*

(วันรับบทความ : 21 สิงหาคม 2567, วันแก้ไขบทความ : 4 พฤศจิกายน 2567, วันตอบรับบทความ : 16 ธันวาคม 2567)

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 คำนวณหากกลุ่มตัวอย่างใช้สูตรของทาร์โร ยามาเน่ ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 264 คน เครื่องมือประกอบด้วย 1) แบบรวบรวมข้อมูลทั่วไป 2) แบบวัดความรู้เรื่องเพศวิถีศึกษา และ 3) แบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เครื่องมือผ่านการทดสอบคุณภาพด้านความตรงของเนื้อหาและความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.95 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่าระดับความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาของนักศึกษาพยาบาลภาพรวมอยู่ในระดับดี และทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับดี 8 ด้าน ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการคิด ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ทักษะการเข้าใจผู้อื่น และทักษะการจัดการกับความเครียด และมี 2 ด้านทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษาพยาบาลอยู่ในระดับพอใช้ ได้แก่ ทักษะตระหนักรู้ในตน และทักษะการจัดการกับอารมณ์ และ ทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษาพยาบาลภาพรวมอยู่ในระดับดี

ผลการศึกษานี้ให้ข้อมูลพื้นฐาน สำหรับอาจารย์พยาบาล บุคลากรสุขภาพ ครอบครัว หรือบุคคลใกล้ชิดเป็นแนวทางในการป้องกัน และส่งเสริมให้นักศึกษาอยู่ที่วิทยาลัยได้อย่างมีความสุข เพื่อนำไปสู่การพัฒนาหลักสูตรและกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่เหมาะสม สามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นพื้นฐานในการมีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีคุณภาพต่อไป

คำสำคัญ : ทักษะชีวิต; นักศึกษาพยาบาล; ความรู้ด้านเพศวิถีศึกษา

*วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

¹ผู้ประสานงาน: aura.ritmontree@gmail.com

บทนำ

ความรู้ด้านเพศวิถีศึกษา และทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศมีความสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมของวัยรุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสถานการณ์ปัจจุบันที่สังคมมีความหลากหลายทางเพศและมีความซับซ้อนทางวัฒนธรรมมากขึ้น การศึกษาที่ผ่านมาพบว่าสถานศึกษาส่วนใหญ่จะมีการจัดการเรียนการสอนเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต แต่ยังคงเน้นการสอนในมุมมองด้านลบของเพศสัมพันธ์มากกว่าการพูดถึงมุมมองด้านบวก และขาดการคิดวิเคราะห์เชิงทัศนคติเกี่ยวกับเพศวิถี (Mangkong et al., 2015) นอกจากนี้ยังพบว่าวัยรุ่นยังมีความรู้และความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศ โดยเฉพาะในประเด็นการคุมกำเนิดและการมีประจำเดือน รวมถึงขาดทักษะในการสื่อสารต่อเรื่องที่เป็นต่อชีวิตทางเพศของตน (Division of Reproductive Health, 2017) ทักษะการจัดการตนเองมีค่าคะแนนที่ต่ำ (Somjaipeng, 2022) และพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาเรียงจากมากไปน้อย คือ ปัจจัยการสนับสนุนทางสังคม ปัจจัยด้านการเรียนการสอน และปัจจัยด้านนโยบายของสถานศึกษา (Chomseda, 2024)

การพัฒนาความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ จำเป็นอย่างยิ่งในกลุ่มวัยรุ่น เพื่อเพิ่มความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศและทักษะในการสื่อสารต่อเรื่องที่เป็นต่อชีวิตทางเพศของตน เพื่อเสริมสร้างการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นอย่างถูกต้องและรู้เท่าทันสื่อในยุคปัจจุบัน การพัฒนาความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ (Department of Health, Ministry of Public Health, 2017) ต้องอาศัยคุณลักษณะพื้นฐานที่สำคัญ 6 ประการ ได้แก่ การเข้าถึงข้อมูลสุขภาพและบริการสุขภาพ ความรู้ความเข้าใจข้อมูลสุขภาพ ทักษะการสื่อสารและการถ่ายทอดข้อมูล ทักษะการตัดสินใจ การจัดการตนเอง และการรู้เท่าทันสื่อ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มนักศึกษาพยาบาลซึ่งจัดว่าอยู่ในกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งนอกจากจะต้องมีความรอบรู้เพื่อดูแลตนเองแล้ว ยังต้องมีความพร้อมในการให้บริการสุขภาพที่ครอบคลุมมิติทางเพศวิถีและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศให้แก่ผู้รับบริการหรือบุคคลใกล้ชิดที่อยู่ในวัยเดียวกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยผู้ที่มีความรู้ด้านสุขภาพที่ดีย่อมนำไปสู่ผลการแสดงออกของพฤติกรรมที่เหมาะสม (Inthakamhaeng, 2017) ในประเทศไทยมีการศึกษาวิจัยเพียงบางมิติของความรู้ด้านสุขภาพ การที่วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ได้นั้นมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากมีความรู้ด้านสุขภาพในระดับสูงทำให้มีการเข้าถึงแหล่งบริการสุขภาพได้ดีกว่า จึงส่งเสริมให้เด็กมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และลดความเสี่ยงในการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร (Tangnaragul, Sananruangsak & Theerarungsakul, 2019) จึงแสดงให้เห็นว่าความรู้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทางเพศ (Sakulwaleetorn, Sananruangsak & Theerarungsakul, 2018)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช เป็นสถาบันที่มุ่งผลิตบัณฑิตพยาบาล ให้มีสมรรถนะที่จำเป็นตามความต้องการของสังคม จึงมีความสำคัญและจำเป็นที่จะต้องพัฒนาให้นักศึกษาพยาบาลมีทักษะด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ ซึ่งในแต่ละปีการศึกษาจะมีนักศึกษาใหม่เข้ามาประมาณ 160-170 คน โดยร้อยละ 90 เป็นเพศหญิงและอยู่ในวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และมีปัญหาการปรับตัวในการดำเนินชีวิต แม้ว่าหลักสูตรได้มีการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาจิตวิทยาพัฒนาการและพฤติกรรมมนุษย์ ซึ่งเน้นเนื้อหาที่เกี่ยวกับการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของมนุษย์ รวมไปถึงการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมพื้นฐานของพฤติกรรมตามแนววิทยาศาสตร์ จิตวิทยา และสังคม นอกจากนั้นยังศึกษาถึงลักษณะความแตกต่างของพฤติกรรมมนุษย์ และการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ ซึ่งไม่ได้เน้นเกี่ยวกับเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ อีกทั้งหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ในหลายสถาบันยังไม่ได้มีการบูรณาการเนื้อหาด้านเพศ

วิถีศึกษา และทักษะชีวิตอย่างเพียงพอ (World Health Organization, 2022) จากการสัมภาษณ์ตัวแทนนักศึกษาพยาบาลในแต่ละชั้นปีชั้น ๆ ปีละ 10 คน รวมทั้งหมดจำนวน 40 คน ระหว่างเดือน กรกฎาคม ถึง สิงหาคม 2567 พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ยังขาดความมั่นใจในการให้คำปรึกษาด้านสุขภาพทางเพศ ไม่มั่นใจเกี่ยวกับทักษะในเรื่องต่าง ๆ ได้แก่ การนับระยะปลอดภัย การใช้ยาคุมกำเนิด การตัดสินใจ การต่อรอง และการจัดการตัวเอง ซึ่งส่วนใหญ่คิดว่าตนเองยังมีจุดอ่อนอยู่ จึงต้องการให้ทางวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรมหรือโครงการเพื่อให้นักศึกษามีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ เพื่อให้มีความมั่นใจในการใช้ชีวิตมากขึ้นและเป็นที่ปรึกษาให้กับบุคคลใกล้ชิดได้อย่างเหมาะสม จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า ในปัจจุบันมีการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาลค่อนข้างน้อย ดังนั้นในการศึกษานี้ผู้วิจัยจึงเห็นความจำเป็นของการศึกษาเกี่ยวกับสถานการณ์ของความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล เพื่อนำผลการศึกษาดังกล่าวไปพัฒนาแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตในนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ในทุกระดับชั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคที่สังคมมีความหลากหลายทางเพศและมีความซับซ้อนทางวัฒนธรรมมากขึ้น (World Health Organization, 2022) ดังนั้นการศึกษาถึงความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตมีความสำคัญ อย่างยิ่งต่อการพัฒนาวิชาชีพพยาบาล การวิจัยเชิงสำรวจจึงมีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินระดับความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล เพื่อนำไปสู่การพัฒนาหลักสูตรและกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่เหมาะสมต่อไป และส่งเสริมให้บัณฑิตพยาบาลมีความพร้อมในการให้บริการสุขภาพที่ครอบคลุมมิติทางเพศวิถีและทักษะชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช
2. เพื่อศึกษาทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช

ขอบเขตงานวิจัย

การศึกษานี้ เป็นการศึกษาความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ณ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช เป็นการศึกษาการวิจัยเชิงพรรณนา กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 264 คน เก็บข้อมูลระหว่างเดือนกรกฎาคม 2567 – สิงหาคม 2567

กรอบแนวคิด

การศึกษาค้นคว้าความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ โดยกลุ่มประชากร คือ นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1-4 โดยใช้แนวคิดกระบวนการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพด้วยวีเซฟ (V-shape) จากสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย (2560) ได้แก่ การเข้าถึง ความเข้าใจ การตอบโต้ชักถาม การตัดสินใจ การเปลี่ยนพฤติกรรม การบอกต่อ และทักษะชีวิตตามแนวทางองค์ประกอบ 10 ด้าน ขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้แก่ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา การคิดสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ การตระหนักรู้ในตนเอง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์ และการจัดการกับความเครียด

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเชิงพรรณนาความสัมพันธ์ (Descriptive correlation research) เพื่อศึกษาความรอบรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครศรีธรรมราช

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักศึกษาที่ศึกษาที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครศรีธรรมราช ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 601 คน อายุระหว่าง 19- 22 ปี ซึ่งประกอบด้วยชั้นปีที่ 1 จำนวน 160 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 157 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 158 คน และ ชั้นปีที่ 4 จำนวน 126 คน รวม 601 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาที่ศึกษาที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครศรีธรรมราช ชั้นปีที่ 1-4 การคำนวณหากลุ่มตัวอย่างใช้สูตรของทาโร่ ยามานะ (Yamane, 1967) กำหนดค่าความคลาดเคลื่อนของการประมาณค่า 0.05 โดยมีกลุ่มประชากรจำนวน 601 คน ได้กลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 240 คน ผู้วิจัยเพิ่มจำนวนของกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 10 (Polit & Beck, 2022) เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ 264 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาชั้นปีละ 66 คน โดยสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายโดยการจับฉลากแบบไม่ใส่คืน เกณฑ์คัดเข้า (Inclusion criteria) คือ ยินดีให้ความร่วมมือในการทำวิจัย เกณฑ์คัดออก (Exclusion criteria) การตอบข้อมูลไม่ครบทุกข้อ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม ซึ่งประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา ศาสนา จำนวนพี่น้อง ปัจจุบันใครเป็นผู้ดูแลหลัก ลักษณะครอบครัว อาชีพหลักของครอบครัว และรายได้ของครอบครัว

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรอบรู้เรื่องเพศวิถีศึกษา จำนวน 16 ข้อ พัฒนาจากสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย (2560) ได้แก่ การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ เช่น ฉันสามารถค้นหาข้อมูลได้ด้วยตนเอง... ความเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่เพียงพอ เช่น ฉันสามารถอธิบายข้อมูลความรู้เรื่องเพศที่ได้รับจากสื่อต่าง ๆ ให้แก่บุคคลใกล้ชิดให้เข้าใจได้... การตอบโต้ชักถามแลกเปลี่ยนความรู้ เช่น ฉันสามารถถามข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศในประเด็นที่ฉันอยากรู้กับบุคคลอื่นได้... การตัดสินใจด้านสุขภาพ เช่น ฉันสามารถเลือกวิถีปฏิบัติที่ปลอดภัยเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ... การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เช่น ฉันควบคุมตนเองไม่ให้ลองสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ หรือใช้สารเสพติด... และการบอกต่อ เช่น ฉันสามารถแนะนำการป้องกันด้วยการใช้ยาคุมฉุกเฉินให้เพื่อนสามารถนำไปใช้ได้... แบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแบบการวัดของ Likert โดยกำหนดคะแนน ดังนี้ มากที่สุด 5 คะแนน มาก 4 คะแนน ปานกลาง 3 คะแนน น้อย 2 คะแนน น้อยที่สุด 1 คะแนน

การแปลผลคะแนนความรอบรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต ได้แบ่งการแปลผลค่าคะแนนเฉลี่ย และระดับความรอบรู้ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาตามเกณฑ์ (Best, 1977) ดังนี้ ค่าเฉลี่ย (Mean) 1 - 2.33 ระดับความรอบรู้น้อย ค่าเฉลี่ย (M) 2.34 - 3.67 ระดับความรอบรู้ปานกลาง ค่าเฉลี่ย (M) 3.68 - 5.00 ระดับความรอบรู้ดี

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จำนวน 21 ข้อ พัฒนาจากองค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ เช่น เมื่อมีผู้ชวนดูสื่อลามกทางเพศ ฉันมักดูด้วยเสมอ... ทักษะการแก้ปัญหา เช่น เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นกับตัวเอง สามารถแก้ไขปัญหาด้วยการใช้สติ... ทักษะการคิดสร้างสรรค์ เช่น ฉันตั้งเป้าหมายจะหลีกเลี่ยงความเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่ปลอดภัย เพราะอาจจะทำให้ตั้งครรภ์หรือโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้... ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เช่น ฉันสามารถประเมินได้ว่า

สถานที่ใดเป็นสถานที่เสี่ยงอันตรายและไม่ควรเข้าไป... ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ฉันสามารถสื่อสารกับบุคคลในครอบครัวได้อย่างราบรื่น ทักษะการสร้างสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น ฉันสามารถสร้างมิตรภาพและเข้ากับเพื่อน ๆ ได้ดี... ทักษะการตระหนักรู้ในตน เช่น ฉันรู้สึกว่าคุณมีความสามารถและมีความภาคภูมิใจในตนเอง... ทักษะการเข้าใจผู้อื่น เช่น ฉันรับรู้ได้หากคนในครอบครัวหรือเพื่อนกำลังมีความทุกข์ ทักษะการจัดการกับอารมณ์ เช่น ฉันไม่สามารถระงับอารมณ์โกรธของตนเองได้... และทักษะการจัดการกับความเครียด เช่น เมื่อเกิดความเครียด ฉันสามารถผ่อนคลายด้วยวิธีที่ไม่ส่งผลเสียต่อสุขภาพของตนเองและผู้อื่น... แบบสอบถามมีพฤติกรรมทางบวก 16 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,15,16,19 20 และมีพฤติกรรมทางลบ 5 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 1,14,17,18,21 มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแบบการวัดของ Likert โดยกำหนดคะแนน ดังนี้ เห็นด้วยอย่างยิ่ง 5 คะแนน เห็นด้วย 4 คะแนน ไม่แน่ใจ 3 คะแนน ไม่เห็นด้วย 2 คะแนน ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 1 คะแนน

การแปลผลคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้แบ่งการแปลผลค่าคะแนนเฉลี่ยระดับทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาตามเกณฑ์ของ (Best, 1977) ดังนี้ ค่าเฉลี่ย (Mean) 1 - 2.33 ระดับทักษะชีวิตน้อย ค่าเฉลี่ย (Mean) 2.34 - 3.67 ระดับทักษะชีวิตปานกลาง ค่าเฉลี่ย (Mean) 3.68 - 5.00 ระดับทักษะชีวิตดี

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ผ่านการทดสอบ Content Validity จากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ซึ่งประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลสาขาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์ 2 ท่าน และ อาจารย์พยาบาลสาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน 1 ท่าน ผล CVI ของของแบบสอบถามส่วนที่ 2 และ 3 เท่ากับ 1 หลังจากนั้น ผู้วิจัยนำเครื่องมือซึ่งเป็นแบบสอบถามความรู้ทางเพศ และแบบสอบถามทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้นำมาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับนักศึกษา ชั้นปีที่ 2 จำนวน 30 คน ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง โดยการวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นด้วยวิธีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้เท่ากับ .95 และ .95 ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป เพื่อให้ทราบลักษณะเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) หาร้อยละ และค่าเฉลี่ย (Mean)
2. วิเคราะห์ระดับความรู้เรื่องเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จำแนกรายด้าน หาร้อยละ ความถี่ หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างและจริยธรรมการวิจัย

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างการวิจัยครั้งนี้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช เลขที่ Exc-10/2567 ลงวันที่ 24 กรกฎาคม 2567 ผู้วิจัยยึดหลักการพิทักษ์สิทธิโดยตระหนักถึงสิทธิกลุ่มตัวอย่าง โดยการแนะนำตัวผู้วิจัย ชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งขอความร่วมมือและชี้แจงให้แก่กลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมวิจัยเป็นความสมัครใจ โดยมีการลงนามในใบยินยอม และหากปฏิเสธไม่เข้าร่วมการวิจัย จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง ข้อมูลที่ได้จะถูกเก็บเป็นความลับ และการวิเคราะห์ข้อมูลจะนำเสนอในเชิงวิชาการและนำไปใช้ประโยชน์ในทางการวิจัยเท่านั้น และข้อมูลจะถูกทำลายภายหลังงานวิจัยเสร็จสิ้น

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้เป็นเป็นนักศึกษา ในวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครศรีธรรมราช จำนวน 264 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่าง นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 95 พบอายุ 21 ปีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 91.9 อาชีพของครอบครัวส่วนใหญ่เป็นเกษตรกรมากที่สุด รองลงมาคืออาชีพรับจ้างทั่วไปและค้าขายคิดเป็นร้อยละ 46.4, 16.8 และ 15.2 ตามลำดับ รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน 5,000 - 10,000 บาทมากที่สุด ร้อยละ 30.4 เป็นครอบครัวเดี่ยวมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 81.6 ส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 68.5 และดูแลหลักคือบิดาและมารดา มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 72.8

ส่วนที่ 2 ระดับความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและระดับทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความถี่ และร้อยละของระดับความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาจำแนกรายด้าน (n=264)

ความรู้ด้านเพศวิถีศึกษา	Mean	S.D.	ระดับ	ความถี่	ร้อยละ
การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	4.49	0.76	ดี	258	97.00
ความเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่เพียงพอ	4.40	0.91	ดี	250	94.00
การตอบโต้คำถามแลกเปลี่ยนความรู้	3.66	0.94	ปานกลาง	220	83.00
การตัดสินใจด้านสุขภาพ	4.40	0.88	ดี	248	93.00
การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	4.67	0.79	ดี	257	97.30
การบอกต่อ	3.57	1.03	ปานกลาง	215	81.00
รวม	4.19	0.88	ดี		

จากตารางที่ 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาโดยรวม 6 ด้านอยู่ในระดับดี (Mean=4.19, S.D.= 0.88) ซึ่งถ้าแยกผลคะแนนเป็นรายด้านพบว่า ด้านการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ (Mean=4.49, S.D.= 0.76) ด้านความเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่เพียงพอ (Mean =4.40, S.D.= 0.91) ด้านการตัดสินใจด้านสุขภาพ (Mean =4.40, S.D.= 0.88) และด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (Mean=4.67, S.D.= 0.79) ผลคะแนนอยู่ในระดับดี ส่วนด้านการบอกต่อ (Mean=3.57, S.D.= 1.03) และด้านการตอบโต้คำถามแลกเปลี่ยนความรู้ (Mean=3.66, S.D.= 0.94) คะแนนอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความถี่ และร้อยละ ระดับของทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จำแนกรายด้าน (n=264)

ทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ	Mean	S.D.	ระดับ	ความถี่	ร้อยละ
ทักษะการตัดสินใจ	4.49	0.75	ดี	238	82.60
ทักษะการแก้ปัญหา	4.29	0.98	ดี	186	70.40
ทักษะการคิดสร้างสรรค์	4.72	0.80	ดี	256	97.00
ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	4.74	0.77	ดี	224	84.80

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความถี่ และร้อยละ ระดับของทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จำแนกรายด้าน (n=264) (ต่อ)

ทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ	Mean	S.D.	ระดับ	ความถี่	ร้อยละ
ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	4.50	0.71	ดี	248	93.70
ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล	4.60	0.84	ดี	250	94.70
ทักษะตระหนักรู้ในตน	3.61	0.68	ปานกลาง	231	87.50
ทักษะการเข้าใจผู้อื่น	4.28	0.82	ดี	261	98.80
ทักษะการจัดการกับอารมณ์	3.59	0.66	ปานกลาง	211	80.00
ทักษะการจัดการกับความเครียด	4.51	0.85	ดี	241	91.30
รวม	4.33	0.79	ดี		

จากตารางที่ 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศโดยรวมทั้ง 10 ด้าน อยู่ในระดับดี (Mean=4.33, S.D.= 0.79) ซึ่งถ้าแยกผลคะแนนเป็นรายด้าน พบว่า ทักษะการตัดสินใจ (Mean=4.49, S.D.= 0.75) ทักษะการแก้ปัญหา (Mean=4.29, S.D.= 0.98) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Mean=4.72, S.D.= 0.80) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Mean=4.74, S.D.= 0.77) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Mean=4.50, S.D.= 0.71) ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (Mean=4.60, S.D.= 0.84) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Mean=4.28, S.D.= 0.82) และทักษะการจัดการกับความเครียด (M=4.51, S.D.= 0.85) ผลคะแนนอยู่ในระดับดี ส่วนด้านทักษะตระหนักรู้ในตน (Mean=3.61, S.D.= 0.68) และทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Mean=3.59, S.D.= 0.66) คะแนนอยู่ในระดับปานกลาง

อภิปรายผล

การวิจัยความรอบรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ดังนี้

1. ความรอบรู้ด้านเพศวิถีศึกษาของนักศึกษาพยาบาล ผลการวิจัยพบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ระดับความรอบรู้ด้านเพศวิถีศึกษาของนักศึกษาพยาบาล อยู่ในระดับดี 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ ด้านความเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพที่เพียงพอ ด้านการตัดสินใจด้านสุขภาพ และด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ อาจเป็นเพราะในปัจจุบันประเทศไทยได้ก้าวสู่ Thailand 4.0 มีการพัฒนามีการสืบค้นด้วยเทคโนโลยีใหม่ ๆ ทำให้สามารถเข้าถึงช่องทางความรู้ที่หลากหลายโดยเฉพาะสื่อสังคม ออนไลน์ สื่อดิจิทัล เป็นเครื่องมือเพื่อใช้สื่อสารระหว่างกันในเครือข่ายทางสังคม (Social Network) จึงทำให้นักศึกษาศึกษาข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับสุขภาพ สุขภาพทางเพศ ในเรื่องที่ยากรู้ผ่านช่องทางออนไลน์ได้สะดวกและรวดเร็วมากขึ้น หรือเรียกอีกอย่างว่า “โลกแห่งการเรียนรู้ไร้พรมแดน” สามารถเรียนรู้ได้ทุกที่ ทุกเวลา ซึ่งผู้วิจัยคิดว่าเป็นสิ่งที่ดี และสะดวกต่อการศึกษาค้นคว้าหาความรู้ในทุกประเด็น เพื่อให้นักศึกษาพยาบาลนำข้อมูลที่ได้จากการค้นหามาวิเคราะห์ถึงข้อดีและข้อเสียและประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสม อีกทั้งในปัจจุบันเยาวชนสามารถเข้าถึงสื่อทางเพศได้อย่างอิสระส่งผลให้กลุ่มเยาวชนเกิดการเรียนรู้พฤติกรรมทางเพศเพิ่มขึ้น ซึ่งเห็นได้จากเยาวชนในยุคดิจิทัลที่มีพฤติกรรมการเข้าถึงสื่อต่าง ๆ ในการแสวงหาข้อมูลต่าง ๆ เช่น ใช้เพื่อหาความบันเทิง ค้นคว้าข้อมูลเพื่อหาความรู้ และการแสวงหาข้อมูลเพื่อตอบสนองความอยากรู้อยากเห็นของตน หรือหาคำตอบที่ไม่สามารถถามกับครอบครัวหรือบุคคลอื่นตรง ๆ ได้ แต่อย่างไรก็ตามเนื่องจากนักศึกษาพยาบาลมีพื้นฐานใน

การเรียนรู้พื้นฐานในเรื่องเพศ ทำให้ การเข้าถึง การเข้าใจ ส่งผลให้นักศึกษามีการตัดสินใจที่ดี และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในทางที่ดีด้วยเพราะมีความรู้ที่ถูกต้อง (Hohmah, 2018) อีกทั้งในปัจจุบันสถาบันการศึกษา มีการปรับหลักสูตรและวิธีการสอนที่เน้นการเรียนรู้เป็นศูนย์กลางและตอบโจทย์ปัญหาของเด็กที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นมากขึ้นทำให้สามารถประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมทางเพศ ได้แก่ ความนิยมการเรียนรู้นอกระบบ ความหลากหลายของรูปแบบการเรียนรู้ และมีความยืดหยุ่นของรูปแบบการเรียนรู้ที่ตรงกับความต้องการของผู้เรียน ทักษะการสื่อสาร และทักษะการตัดสินใจ (Tangnakul, Sananruengsak & Theerarungsikul, 2019)

ในด้านการซักถาม และด้านการบอกต่อ พบว่า ความรอบรู้เพศวิถีศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นไปได้ว่าในประเด็นการพูดคุยหรือกับพ่อแม่ ผู้ปกครองเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ ซึ่งบางครั้งเมื่อวัยรุ่นอยากปรึกษาใครสักคน ที่ตนรู้สึกไว้วางใจ และเป็นที่ปรึกษาเพื่อหาแนวทางที่เหมาะสม เช่น เพื่อน รุ่นพี่ หรือ อาจารย์ที่ปรึกษาเกี่ยวกับข้อมูลเรื่องเพศ หรือเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นอาจไม่กล้าพูดคุยกับผู้ปกครองโดยตรง ประกอบกับสังคมปัจจุบัน บางครอบครัวไม่มีเวลาให้กับลูกเท่าที่ควร เนื่องจากผู้ปกครองส่วนใหญ่ต้องทำงานนอกบ้านมากขึ้น และบุคคลที่นักศึกษาซักถามหรือปรึกษาดูจะเป็นเพื่อน หรืออาจารย์ที่ปรึกษาที่ตนเองรู้สึกไว้วางใจ และปลอดภัย จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศ ได้แก่ แหล่ง ข้อมูลจากสื่อออนไลน์ เพื่อน โรงเรียน ครอบครัว (Kittipichai et al., 2023) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สมบัติ (Sombat, 2020) พบว่า ผลสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมและความต้องการเรียนรู้ของคนรุ่นใหม่ คือการเรียนรู้ด้วยตนเอง ได้แก่ การอ่านหนังสือ การเรียนรู้ผ่านอินเทอร์เน็ต หรือการเรียนออนไลน์ และสอดคล้องกับการศึกษาของสกูลและคณะ (Scull et al., 2022) พบว่า การสื่อสารด้านสุขภาพทางเพศกับผู้ปกครอง จะสามารถลดความรุนแรงเรื่องเพศของนักเรียนชายได้และการใช้สื่อสุขภาพทางเพศ และการสื่อสารด้านสุขภาพทางเพศกับผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนมัธยมปลาย

2. ระดับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล ภาพรวมของทักษะชีวิตอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาทักษะชีวิตรายด้าน พบว่า ระดับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล อยู่ในระดับดี 8 ด้านได้แก่ ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการคิดสร้างสรรค์ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ทักษะการจัดการกับความเครียด ทักษะการเข้าใจผู้อื่น และทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลมีทักษะชีวิตที่ดี เพราะส่วนหนึ่งมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และมีประสบการณ์ชีวิตในช่วงวัยรุ่นตอนต้น และบริบทที่นักศึกษาอยู่จะเป็นเพื่อนผู้หญิงเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งในการพูดคุยหรือแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และเมื่อมีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นมีการสื่อสารพูดคุยกัน ส่งผลให้ทักษะการแก้ปัญหาได้ดี อีกส่วนหนึ่งคือในรั้วของวิทยาลัยพยาบาล เป็นเสมือนครอบครัวที่มี การดูแลกันอย่างอบอุ่น มีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคล การเข้าใจผู้อื่น และยังส่งผลให้มีความเอื้ออาทร ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพราะในครอบครัวจะประกอบด้วย อาจารย์ เจ้าหน้าที่ รุ่นพี่และรุ่นน้อง จำนวนสมาชิกในครอบครัวประมาณ 20 คน ซึ่งแยกนักศึกษาแต่ละชั้นปี ๆ ละ 4-8 คน และมีการเข้าครอบครัวทุกเดือน ซึ่งเป็นเหตุผลหนึ่งที่ส่งผลให้ทักษะชีวิตอยู่ในระดับดี เพศวิถีศึกษาเป็นเรื่องใกล้ตัวที่มีความสำคัญและส่งผลกระทบทั้งต่อบุคคล ครอบครัว ชุมชนและท้องถิ่น ทั้งนี้เพื่อให้บุคคลในสังคม ตระหนักถึงความสำคัญและหาแนวทางปฏิบัติเพื่อให้สมาชิกที่มีเพศวิถีต่าง ๆ กันสามารถอยู่ร่วมในสังคมร่วมกันได้อย่างมีความสุข (Ratanaphan, 2020) และ การรับรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับความเกี่ยวข้องกับความรอบรู้ทางเพศวิถีศึกษามีผลต่อพฤติกรรมของนักเรียน และควรเป็นแนวทางการทำงานร่วมกันระหว่างครอบครัวและโรงเรียนในการให้คำปรึกษาเรื่องเพศ (Robinson et al., 2017)

แต่จากการศึกษาครั้งนี้ยังพบว่า ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง และทักษะการจัดการกับอารมณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งอาจจะเป็นช่วงวัยที่กำลังสร้างเอกลักษณ์ ตามความถนัด ทักษะคติ ค่านิยมของชีวิต เพื่อต้องการค้นหาความสามารถพิเศษ ข้อดีข้อด้อยของตน และพร้อมที่จะพัฒนาแก้ไขข้อบกพร่องของตนเอง เพื่อสร้างความภูมิใจในความเชื่อมั่นในตนเอง และการได้รับการยอมรับจากผู้ปกครอง คุณครู เพื่อน รวมถึงบุคคลในสังคม อาจจะส่งผลให้นักศึกษาเครียด แต่สามารถจัดการความเครียดได้ด้วยตัวเองอย่างเหมาะสม เช่น การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย การเข้าหาเพื่อนสนิท และการมุ่งมั่นทำงานเพื่อความสำเร็จ (Pracharna & Hungsongkraisin, 2016) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสมใจเพ็ง (Somjaipeng, 2023) พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพทางเพศกับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูง ($r=0.56$, $p<0.01$) ซึ่งทักษะการตัดสินใจมีขนาดความสัมพันธ์สูงสุด ($r=0.49$, $p<0.01$) และต่ำสุดในด้านการจัดการตนเอง ($r=0.25$, $p<0.01$) ซึ่งสรุปได้ว่า ในการพัฒนาความรู้สุขภาพทางเพศของวัยรุ่น ควรเน้นการสื่อสารกับนักศึกษา เพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญในเรื่องพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. สถานศึกษาควรจัดช่องทางในการให้คำปรึกษาเรื่องความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ
2. ควรมีการจัดกิจกรรมหรือโครงการที่เน้นด้านทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศ โดยเฉพาะในด้านทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง เพื่อสามารถนำไปใช้ในชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ
3. ช่วงที่มีการรับนักศึกษาใหม่เข้ามาควรมีการประเมินความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านเพศทุกราย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น
2. ควรพัฒนาโปรแกรมหรือโมเดลในการส่งเสริมความรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตของเยาวชนอย่างชัดเจน และให้สอดคล้องกับบริบทของเยาวชน

เอกสารอ้างอิง

- Best, J. W. (1977). *Research in education* (3rd ed.). Prentice Hall.
- Bureau of Reproductive Health, Department of Health, Ministry of Public Health. (2017). *National strategy for prevention and solution of adolescent pregnancy 2017-2026 under The Prevention and Solution of Adolescent Pregnancy Act B.E. 2559* (2nd ed.). Thepphen Wanin Press.
- Division of Reproductive Health, Department of Health, Ministry of Public Health. (2017). *National strategy for the prevention and resolution of teenage pregnancy 2017-2026 Teenage Pregnancy Prevention and Resolution Act B.E. 2559* (2nd ed.). Theppenwanit Printing Press.

- Hohmah, N. (2018). *Health literacy for preventing unintended pregnancy among female students in the Faculty of Education, Yala Rajabhat University [Bachelor's thesis]*. Yala Rajabhat University. (in Thai)
- Inthakamhaeng, W. (2017). *Health literacy: the principle and the practice [in Thai]*. Health Education Division, Ministry of Public Health, Thailand.
- Kittipichai, W., Phuwasuwan, N., Chamroonsawasdi, K., & Taechaboonsermsak, P. (2023). Sexual Health Literacy among Secondary School Students in Chonburi Province. *Public Health Policy and Laws Journal*, 9(1), 85–95. https://so05.tci-thaijo.org/index.php/journal_law/article/view/262210/177298
- Mangkong, S. (2015). Life skills and sexuality education in secondary schools in Thailand. *Journal of Education Studies*, 43(1), 75-89.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2022). *Essentials of nursing research: appraising evidence for nursing practice. (10th ed.)*. Wolters Kluwer.
- Pracharna, S., & Hungsongkraisin, S. (2016). Stress management among upper secondary school students in Bangkok. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand*, 61(1), 41-52.
- Ratanaphan, J. (2020). Sexuality education: Impact on social institutions. *Electronic Journal of Open and Distance Innovative Learning*, 10(2), 24-31.
- Robinson, K. H., Smith, E., & Davies, C. (2017). Responsibilities, tensions and ways forward: Parents' perspectives on children's sexuality education. *Sex education*, 17(3), 333-347. <https://doi.org/10.1080/14681811.2017.1301904>
- Sakulwaleetorn, U., Sananruangsak, S., & Theerarungsakul, N. (2018). Predictive factors of sexual risk prevention behaviors among female lower secondary school students. *EAU Heritage Journal Science and Technology*, 12(2), 253-264.
- Sombat, S. (2020). *Sexual literacy and life skills for adolescents aged 10-19 years*. Bureau of Reproductive Health, Department of Health.
- Somjaipeng W. (2023). The Relationship between Sexual Health Literacy and Sexual Behaviors of Teenage in a District of Suphanburi Province. *Journal of Prachomklao College of Nursing, Phetchaburi Province*, 5(2), 101-106.
- Subhaporn, S. (2020). *Sexuality education and life skills for adolescents aged 10-19 years*. <https://rh.anamai.moph.go.th/th/news-anamai/download/?did=211675&id=98256&reload>
- Scull, T. M., Dodson, C. V., Geller, J. G., Reeder, L. C., & Stump, K. N. (2022). A media literacy education approach to high school sexual health education: Immediate effects of media aware on adolescents' media, sexual health, and communication outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 51(4), 708-723. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01567-0>
- Tangnakul, P., Sananruangsak, S., & Theerarungsikul, N. (2019). The relationship between sexual health literacy and sexual behaviors among lower secondary school female students. *Royal Thai Navy Medical Journal*, 46(3), 607-620. (in Thai)

- World Health Organization. (2022). *Adolescent pregnancy*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>
- World Health Organization. (2022). *WHO guideline on sexuality education*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240053601>
- Yamane, T. (1967). *Statistics, an introductory analysis* (2nd ed.). Harper and Row.