

โปรแกรมสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างเจตคติและความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น*

สมิทธิกร เย็นวัฒนา¹ ธราดล เก่งการพานิช²

นิรัตน์ อิมามี่² มณฑา เก่งการพานิช²

¹ นักศึกษาหลักสูตร วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์

² ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาในการเสริมสร้างเจตคติและความภูมิใจในตนเองเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 94 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 47 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังเคราะห์กับการสอนทักษะชีวิตและกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม จำนวน 4 ครั้ง รวบรวมข้อมูลก่อนและหลังโปรแกรมด้วยแบบสอบถามและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย Paired samples t-test, Independent's t-test, Wilcoxon signed rank test และ Mann Whitney U test ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น เพื่อแก้ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิง โรงเรียนควรนำโปรแกรมสุขศึกษาไปบูรณาการในการเรียนการสอน และดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อแก้ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นอย่างเป็นระบบ

คำสำคัญ: โปรแกรมสุขศึกษา/ เจตคติ /ความภูมิใจในตนเอง / เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

Correspondence: รศ.ธราดล เก่งการพานิช ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

* วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

Health Education Program for Promoting Attitude and Self Esteem to Prevent Premature Sexual Intercourse Among Secondary School Female Students*

Smitthikorn Yenwattana¹ Tharadol Kengganpanich²

Nirat Imame² Mondha Kengganpanich²

¹ Student of M.Sc. (Public Health) Major in Health Education and Behavioral Sciences

² Department of Health Education and Behavioral Sciences, Faculty of Public Health, Mahidol University

Abstract

This quasi-experimental research was aimed to study the effectiveness of a health education program for promoting attitude and self-esteem to prevent premature sexual intercourse among 94 female Matayomsuksa 2 students. The samples were grouped into an experimental group and a comparison group, with 47 students each. The experimental group participated in a health education program that applied social cognitive theory along with the use of life skills development and the participatory learning process. The activities lasted for four times and data was collected before and after the program by using a set of questionnaires. Data analysis was done by computing statistics including frequency, percentage, arithmetic mean, Paired samples t-test, Independent t-test, Wilcoxon signed rank test, and Mann Whitney U test. The results showed that after the experimental program, the experimental group had significantly higher mean scores with regard to attitudes toward premature sexual intercourse, and self-esteem to prevent premature sexual intercourse compared to their mean scores before the program and those of the comparison group. Thus, in order to solve the problems of premature sexual intercourse of female students, schools should integrate this type of health education program into teaching-learning activities. And the participatory action research should be operated to solve this problem systematically.

KEY WORDS: HEALTH EDUCATION PROGRAM/ ATTITUDE/ SELF-ESTEEM/
PREMATURE SEXUAL INTERCOURSE

Correspondence: Assoc. Tharadol Kengganpanich, Department of Health Education and Behavioral Sciences,
Faculty of Public Health, Mahidol University.

* Thesis of M.Sc. (Public Health) Major in Health Education and Behavioral Sciences, Faculty of Public Health, Mahidol University

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันวัยรุ่นไทยต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรมซึ่งล้วนมีอิทธิพลต่อรูปแบบความคิด ค่านิยม วิธีการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมการแสดงออกของวัยรุ่นอย่างชัดเจน⁽¹⁾ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานการณ์พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นไทยเริ่มมีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุน้อย⁽²⁾ จากรายงานของสำนักอนามัยเจริญพันธุ์เกี่ยวกับอายุเฉลี่ยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกพบว่า มีแนวโน้มลดลง โดยในปี พ.ศ.2539 อายุระหว่าง 18-19 ปี พ.ศ. 2545, 2547 และ 2552 คือ 15-16 ปี อีกทั้งพบว่าอัตราการมีเพศสัมพันธ์มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น⁽³⁾ สอดคล้องกับการสำรวจของสถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัย มหิดลในปี พ.ศ. 2552 พบว่าวัยรุ่นชายอายุระหว่าง 18-24 ปี ร้อยละ 80.0 เคยมีเพศสัมพันธ์แล้วขณะที่พบในวัยรุ่นหญิงร้อยละ 63.0 นอกจากนี้ร้อยละ 40.0 มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุน้อยกว่า 16 ปี⁽⁴⁾ ในขณะที่สถานการณ์การทำแท้งทุกประเภทที่เพิ่มขึ้นจาก 10,399 รายในปี พ.ศ.2548 เป็น 11,920 รายในปี พ.ศ.2552⁽⁵⁾ และปรากฏการณ์ที่ตอกย้ำปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและการทำแท้งในประเทศไทย คือเหตุการณ์เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2553 ที่ได้พบซากศพทารกจำนวน 2,002 ศพถูกทิ้งบริเวณเตาเผาศพของวัดแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นศพทารกจากคลินิกทำแท้งที่รื้อการเผาเพื่อทำลายหลักฐาน⁽⁶⁾ ข้อมูลเชิงประจักษ์ดังกล่าว สะท้อนให้เห็นว่านักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเป็นกลุ่มเสี่ยง

ของปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนหญิงซึ่งหากเกิดปัญหานั้นจะได้รับผลกระทบอย่างมากทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม

ผู้วิจัยดำเนินการศึกษานำร่องในพื้นที่ทำการวิจัย เมื่อวันที่ 6-8 สิงหาคม พ.ศ. 2554 โดยเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนแห่งหนึ่ง จำนวน 40 คนพบว่า ร้อยละ 40 มีแฟนที่กำลังคบหาอยู่โดยร้อยละ 22.5 ให้เหตุผลว่าการมีแฟนเป็นเรื่องปกติ ร้อยละ 25.0 เคยอยู่ตามลำพังกับเพศตรงข้าม ด้านเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร พบว่านักเรียนหญิงร้อยละ 22.5 เชื่อว่าการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนกับแฟนเป็นเรื่องธรรมดา ร้อยละ 25 เชื่อว่าการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ ร้อยละ 12.5 เชื่อว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นการแสดงถึงความรัก และร้อยละ 7.5 เชื่อว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งที่แสดงถึงความเป็นผู้ใหญ่และเป็นทางออกเมื่อมีอารมณ์ทางเพศเป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าเจตคติที่ไม่ถูกต้องเหล่านี้มีส่วนชักนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้⁽⁷⁻⁹⁾ จากการสัมภาษณ์ผู้ปกครองและครู พบว่าปีการศึกษาที่ผ่านมา มีนักเรียนหญิงบางส่วนที่ต้องลาออกระหว่างการศึกษาเนื่องจากต้องแต่งงานและตั้งครรภ์ รวมทั้งได้แสดงความตระหนักในปัญหาและผลที่จะตามมาของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียน พร้อมทั้งเสนอแนะแนวทางการแก้ปัญหาว่าควรกระตุ้นให้นักเรียนหญิง

มองเห็นคุณค่าในตนเอง รักตนเอง และให้ความสำคัญกับอนาคต

การแก้ปัญหาเชิงรุกในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คือการเร่งสร้างเสริมให้นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องต่อการมีเพศสัมพันธ์ และเกิดความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญอันจะนำไปสู่พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในที่สุด ดังนั้น ผู้วิจัยจึงดำเนินการโปรแกรมสุขศึกษานี้ขึ้นเพื่อพัฒนาเจตคติและความภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

สมมติฐานการวิจัย

โปรแกรมสุขศึกษาสามารถทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบบสองกลุ่ม วัดผลก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม (Pretest posttest two group design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา คือนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสหศึกษา จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 2 แห่งที่มีบริบทคล้ายคลึงกันซึ่งมีผลต่อเจตคติและความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ได้แก่ เป็นโรงเรียนระดับอำเภอสถานที่ตั้งของโรงเรียน ขนาดและจำนวนนักเรียน การจัดการเรียนการสอนด้านเพศศึกษา สิ่งแวดล้อมรอบโรงเรียนด้านแหล่งบันเทิง ร้านอินเทอร์เน็ต เป็นต้นสุ่มแบบเจาะจงเลือกโรงเรียนกลุ่มทดลองและโรงเรียนกลุ่มเปรียบเทียบคำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรการคำนวณเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน⁽¹⁰⁾

$$n = \frac{[Z_{\alpha/2} + Z_{\beta}]^2 2\sigma^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2}$$

อ้างอิงการคำนวณจากผลการศึกษาของณิชา พรมน้อย⁽¹¹⁾ ได้ขนาดตัวอย่างเท่ากับ 39 คน และเพิ่มเป็นกลุ่มละ 47 คน เพื่อแก้ปัญหาค่าสูญหายของขนาดตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. โปรแกรมสุขศึกษาประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมร่วมกับการแนวความคิดการสอนทักษะชีวิตและแนวความคิดการเรียนรู้มีส่วนร่วม โดยออกแบบกระบวนการเรียนรู้ประกอบด้วยกิจกรรม 4 ครั้งๆ ละ 2 คาบเรียน เพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนหญิงเปลี่ยนแปลงเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

2. แบบสอบถามเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมสุขศึกษา ประกอบด้วยส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ส่วนที่ 2 เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งประเมินความเชื่อ ความรู้สึก ความคิดเห็นของนักเรียนหญิงต่อการคบเพื่อนต่างเพศ การมีคูรัก กรอบจารีตประเพณีของสังคม พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 17 ข้อ และส่วนที่ 3 ความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยสอบถามความรู้สึกที่นักเรียนหญิงมองตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ภูมิใจในตนเอง ให้คุณค่าและความสำคัญกับตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และการไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 16 ข้อ สำหรับแบบวัดเจตคติและความภูมิใจในตนเองผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ลักษณะข้อคำถามเป็นการวัดแบบลิเคิร์ต (Likert's scale)⁽¹²⁾ 5 ระดับ คือ เห็นด้วย

อย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง การพัฒนาแบบวัดเริ่มจากการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และนำแบบสอบถามไปทดลองใช้เพื่อตรวจสอบความเที่ยงด้วยสถิติสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าเท่ากับ 0.78 และ 0.83 ตามลำดับ

การดำเนินโปรแกรมสุขศึกษา

ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยประสานงานกับผู้อำนวยการโรงเรียน ตัวอย่างขอความอนุเคราะห์ในการดำเนินการวิจัย เตรียมกิจกรรม อุปกรณ์ วิทยากรตามโปรแกรม และดำเนินการวิจัยภายหลังได้รับเอกสารการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของคณะสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล (เอกสารรับรองเลขที่ MUPH 2012-133)

ขั้นดำเนินการ

โปรแกรมสุขศึกษา ดำเนินการในโรงเรียน กลุ่มทดลองระหว่างเดือนมิถุนายนถึงกรกฎาคม พ.ศ.2555 โดยจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 วันๆ ละ 2 คาบเรียน รวม 4 ครั้งและมีการประเมินผลก่อนและหลังการทดลอง ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ สำหรับโรงเรียนทดลองเริ่มจัดกิจกรรมในสัปดาห์ที่

2-5 ส่วนโรงเรียนกลุ่มเปรียบเทียบไม่มีการดำเนินการกิจกรรมตามโปรแกรมสุขศึกษา

สัปดาห์ที่ 2 จัดกิจกรรมครั้งที่ 1 เสริมสร้างความรู้เรื่องเพศศึกษาในประเด็นการเปลี่ยนแปลงร่างกายตนเอง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ สาเหตุผลกระทบและการป้องกันจากข่าวและสถานการณ์จริงที่แต่ละกลุ่มได้รับระดมสมองอภิปรายกลุ่มและนำเสนอหน้าชั้นเรียนเพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน

สัปดาห์ที่ 3 จัดกิจกรรมครั้งที่ 2 เสริมสร้างความรู้เรื่องเพศศึกษาในประเด็นของสุขปฏิบัติในการดูแลความสะอาด โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการคุมกำเนิดวิทยาการบรรยาย ตอบข้อซักถาม และเน้นให้เห็นความสำคัญของการไม่มีเพศสัมพันธ์ซึ่งเป็นการป้องกันที่ดีที่สุดแสดงถึงการมีคุณค่าที่ตนเองภาคภูมิใจซึ่งการเสริมสร้างความรู้เพศศึกษาในการจัดกิจกรรมครั้งที่ 1 และ 2 จะเป็นพื้นฐานสำคัญนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเจตคติและความภูมิใจในตนเองในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

สัปดาห์ที่ 4 จัดกิจกรรมครั้งที่ 3 เสริมสร้างเจตคติที่เหมาะสมต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์โดยนำเสนอสถานการณ์การตั้งครรภ์ การทำแท้งของวัยรุ่นในปัจจุบันการชมวิดิทัศน์“ไร้เดียงสา”ที่สะท้อนผลของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรระดมสมองและอภิปรายกลุ่มสะท้อนความรู้สึกรักของนักเรียนวิทยาการสรุปผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรเพื่อสร้างเจตคติด้วยแผนที่ความคิด (Mind map) รวมทั้งใช้เกมเพื่อสื่อถึงความภูมิใจและคุณค่าของการไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

สัปดาห์ที่ 5 จัดกิจกรรมครั้งที่ 4 เสริมสร้างความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ด้วยการใช้ตัวแบบจากเพื่อนๆหรือรุ่นพี่ที่ผ่านประสบการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และสามารถป้องกันตนเองได้มาถ่ายทอดประสบการณ์และความรู้สึกรักภูมิใจในตนเอง การชมวิดิทัศน์เพื่อจูงใจ ใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ต่างๆ อาทิ คำขวัญ ภาพ สุภาพบุรุษ นำการอภิปรายระดมสมองในหัวข้อ “ฉันจะเป็นหญิงที่มีคุณค่าภูมิใจได้อย่างไร” เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนตระหนักถึงความมีคุณค่าและเกิดความภูมิใจในตนเอง

สัปดาห์ที่ 7 เก็บรวบรวมข้อมูลภายหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติ

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์และความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรก่อนและหลังโปรแกรมด้วยสถิติ Paired samples t-test หรือ Wilcoxon signed rank test และเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบด้วยสถิติ Independent's samples t-test หรือ Mann Whitney U test

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป

คุณลักษณะของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบทุกด้านมีความคล้ายคลึงกัน ($p\text{-value} > 0.05$) โดยสรุปนักเรียนส่วนใหญ่มีอายุ 13 ปี บิดามารดาอยู่ด้วยกันและนักเรียนพักอาศัยอยู่กับบิดามารดา การศึกษาของบิดามารดาครึ่งหนึ่งจบระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า สองในสามประกอบอาชีพเกษตรกรรมหรือรับจ้างทั่วไป นักเรียนได้รับเงินมาโรงเรียนประมาณวันละ 40 บาทซึ่งเพียงพอ และนักเรียนส่วนใหญ่ไม่มีแฟน/คูรััก

เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรที่ไม่ถูกต้อง อาทิ การมีคูรัักในวัยเรียนเป็นเรื่องธรรมดา (ร้อยละ 53.1) ผู้หญิงที่รักษาความบริสุทธิ์จนแต่งงานเป็นคนหัวโบราณ (ร้อยละ 49.0) และการมีแฟนแสดงถึงการเป็นวัยรุ่นเต็มตัว (ร้อยละ 40.4) เป็นต้น ภายหลังเสร็จโปรแกรม พบว่านักเรียนทุกคนมีเจตคติข้างต้นเปลี่ยนไปในทิศทางที่ถูกต้องอย่างเห็นได้ชัด รวมทั้งไม่เห็นด้วยต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นการหาประสบการณ์และไม่ใช่วิธีการเสียหายนะเช่นเดียวกับนักเรียนหญิงกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรมนักเรียนหญิงกลุ่มเปรียบเทียบมากกว่าครึ่งมีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรที่

ไม่ถูกต้องในประเด็นเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง และเมื่อจบโปรแกรมก็ไม่พบการเปลี่ยนแปลงเจตคติดังกล่าว

การเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมเพิ่มขึ้น 11.32 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) และ พบว่าคะแนนเฉลี่ยเจตคติที่เปลี่ยนแปลงไประหว่างดำเนินโปรแกรมเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ในทางกลับกันนักเรียนหญิงกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยเจตคติดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.027$) ดังตารางที่ 1

ความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีความภูมิใจในตนเองที่ไม่เหมาะสม อาทิ การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนไม่ทำให้ฉันเป็นผู้หญิงที่ไร้คุณค่า (ร้อยละ 87.2) ภูมิใจที่ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร (ร้อยละ 12.8) การมีแฟนจะทำให้รู้สึกมีคุณค่า (ร้อยละ 38.3) การรู้สึกดีมากถ้าได้อยู่กับชายในฝันตามลำพัง (ร้อยละ 27.6) เป็นต้น ภายหลังโปรแกรม พบว่านักเรียนหญิงทุกคนเกิดความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในขณะที่นักเรียนหญิงกลุ่มเปรียบเทียบก่อนเริ่มโปรแกรมพบว่าขาดความ

ภูมิใจในตนเองในประเด็นเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง และไม่พบการเปลี่ยนแปลงเมื่อสิ้นสุดโปรแกรม

เมื่อเปรียบเทียบความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการใช้เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมเพิ่มขึ้น 8.53 คะแนนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) นอกจากนั้นคะแนน

เฉลี่ยที่เปลี่ยนแปลงไประหว่างดำเนินการโปรแกรมพบว่าเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ขณะที่นักเรียนหญิงกลุ่มเปรียบเทียบ ไม่พบการเปลี่ยนแปลงของคะแนนเฉลี่ยความภูมิใจในตนเอง ($p = 0.934$) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติ และความภูมิใจในตนเองของนักเรียนหญิงตัวอย่างระหว่างกลุ่ม และภายในกลุ่ม

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง	กลุ่มเปรียบเทียบ	ผลต่าง Mean	t-value	p-value
	(n=47)	(n=47)			
	Mean (SD.)	Mean (SD.)			
เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร					
ก่อน	72.45 (6.27)	69.11 (7.13)	3.34	2.91	0.18
หลัง	83.77 (2.13)	66.21 (8.24)	17.56	8.36 ^b	<0.001
ผลต่างMean	11.32	- 2.90			
t-value	5.876 ^a	2.279			
p-value	<0.001	0.027			
ความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร					
ก่อน*	70.00 (5.33)	65.38 (6.56)	4.62	3.710 ^b	<0.001
หลัง	78.53 (2.67)	65.28 (7.53)	13.25	8.071 ^b	<0.001
ผลต่างMean	8.53	-0.10			
t-value	5.565 ^a	0.083			
p-value	<0.001	0.934			

a = ค่าสถิติที่ได้จากการคำนวณด้วย Wilcoxon signed rank test

b = ค่าสถิติที่ได้จากการคำนวณด้วย Mann Whitney U test

* พบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยก่อนเริ่มโปรแกรมระหว่างกลุ่ม จึงเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยที่เปลี่ยนแปลงระหว่างดำเนินการโปรแกรมพบว่ากลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$)

การอภิปรายผล

เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

หลังเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติที่ถูกต้องต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยทั้งนี้เกิดจากการออกแบบกิจกรรมในโปรแกรมสุศึกษาที่ประยุกต์ใช้การเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational learning) ร่วมกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory learning) โดยเริ่มจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกในการพบเห็นตัวแบบจริง (Live model) ที่เป็นเด็กหญิงอายุใกล้เคียงกับนักเรียนมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และตั้งครรภ์ไม่พร้อมเพื่อเป็นการนำเข้าสู่การบรรยาย โดยนำเสนอข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในอดีตถึงปัจจุบันเพื่อสร้างความตระหนักในสถานการณ์ปัญหา เช่น การเสนอข้อมูลแนวโน้มการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การทำแท้ง การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นต้น และการชมวิดีโอทัศน์ “ไร้เดียงสา” ที่ถ่ายทอดประสบการณ์และความรู้สึกของนักเรียนหญิงสองคนที่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทำให้นักเรียนรับรู้ผลดีผลเสียของการมีพฤติกรรมเสี่ยงและการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรผ่านตัวแบบ (model) ที่มีบริบทคล้ายคลึงกับนักเรียน ทั้งนี้การอภิปรายกลุ่มระดมสมองในประเด็นความรู้สึกของตัวแบบ

สาเหตุ ผลกระทบและความรู้สึกของนักเรียนสามารถช่วยกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความตระหนักในผลที่จะตามมาของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรครอบคลุมไปถึงการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มากยิ่งขึ้น นำไปสู่ข้อสรุปและการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในกลุ่มย่อยก่อนการนำเสนอหน้าชั้นเรียนเพื่อแลกเปลี่ยนและสรุปในกลุ่มใหญ่ นอกจากนี้ผู้วิจัยจะทบทวนด้วยการถามตอบและสรุปสาระสำคัญด้วยแผนที่ความคิด (Mind map) เพื่อให้นักเรียนสามารถจดจำและเข้าใจได้ดีขึ้น

นอกจากวิดีโอทัศน์เรื่อง “ไร้เดียงสา” ที่นำเสนอตัวแบบแล้วผู้วิจัยได้สื่อถึงผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรผ่านคลิปวิดีโออื่นๆ รวมถึงข้อความ บทกลอน และรูปภาพสัญลักษณ์ต่างๆ ซึ่งเป็นตัวแบบสัญลักษณ์ (Symbolic model) เพื่อจูงใจให้นักเรียนละเว้นการมีพฤติกรรมเสี่ยงและไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร กิจกรรมเหล่านี้ส่งผลให้นักเรียนเกิดการรับรู้และเจตคติที่ดีต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นไปตามทฤษฎีการเรียนรู้ของแบนดูรา (Bandura A.)⁽¹³⁾ ที่กล่าวถึงอิทธิพลของตัวแบบต่อพฤติกรรม การสร้างพฤติกรรมใหม่ ยับยั้งการกระทำที่ไม่เหมาะสม การส่งเสริมการกระทำและอิทธิพลด้านอารมณ์ให้รู้สึกคล้อยตาม ผ่านกระบวนการสนใจ เก็บจำ การกระทำและจูงใจ นอกจากนั้นการที่นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ผ่านกระบวนการกลุ่มที่เน้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้สูงสุด ยังช่วยพัฒนาให้นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อน

วัยอันควร ซึ่งเป็นไปตามแนวทางการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมของโคลบ (Kolb DA)⁽¹⁴⁾ สอดคล้องกับงานวิจัยของศรจดา เจริญกิจจานุวัตน์⁽¹⁵⁾ ที่ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาโดยใช้กระบวนการกลุ่ม และใช้ข่าวเป็นกรณีศึกษาระดมสมองเรื่องผลด้านบวกและด้านลบพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มทดลองมีเจตคติที่ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบเช่นเดียวกับงานวิจัยของโดนิเกอร์และคณะ (Doniger A, et al.)⁽¹⁶⁾ ที่ศึกษาผลของโปรแกรม “ไม่ใช่ฉัน ไม่ใช่ตอนนี้” (Not me Not now) ในรัฐนิวยอร์ก ที่เน้นการสร้างความตระหนักในปัญหาและผลกระทบเชิงลบที่จะตามมาของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเพื่อให้ละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผลพบว่ากลุ่มเป้าหมายมีการเปลี่ยนแปลงเจตคติที่ดีขึ้น

ความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

เมื่อจบโปรแกรมพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความภูมิใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงกว่าก่อนโปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยทั้งนี้เกิดจากการที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้เรียนรู้ผ่านเกมที่สื่อถึงการมีเพศสัมพันธ์จะทำให้คุณค่าของตนเองลดลงการใช้ลดหนีบกระดาดให้นักเรียนตัดให้ตรงและทำให้กลับเป็นเหมือนเดิม การสอบถามประสิทธิภาพเพื่อให้ นักเรียน

แลกเปลี่ยนเรื่องเล่าที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์กับเพื่อนเพื่อนำเข้าสู่การพูดคุยกับตัวแบบจริง ซึ่งเป็นนักเรียนรุ่นพี่ที่มาถ่ายทอดประสบการณ์ที่ตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และวิธีคิดความรู้สึกภูมิใจที่สามารถแก้ไขสถานการณ์นั้นจนสามารถหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ตลอดจนไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้ทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการเรียนรู้จากตัวแบบจริงและได้รับการจูงใจให้หลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงและละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรด้วย นอกจากนี้การที่ผู้วิจัยบรรยายประกอบสไลด์ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับคุณค่าและความภูมิใจของลูกผู้หญิง โดยเน้นตัวแบบสัญลักษณ์ที่สื่อถึงความหมาย คุณค่า และความภูมิใจในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ได้แก่ คำสอน สุภาพสตรีการอุปมาอุปไมย คลิปวิดีโอ ทำให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงและการไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยมีการกระตุ้นนักเรียนด้วยการถามตอบเป็นระยะๆ ซึ่งนักเรียนให้ความสนใจเป็นอย่างดีนอกจากนั้นการแบ่งกลุ่มให้นักเรียนระดมสมอง อภิปรายกลุ่มในหัวข้อ “ฉันจะเป็นหญิงที่มีคุณค่าภูมิใจได้อย่างไร” โดยมีพี่เลี้ยงประจำกลุ่มคอยชี้แนะและให้แต่ละกลุ่มนำเสนอหน้าชั้น ยังช่วยกระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนในกลุ่มและระหว่างกลุ่มเพื่อนำไปสู่การสรุปสาระสำคัญที่ได้ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ดังกล่าวเป็นไปตามแนวทางการเรียนรู้จากการสังเกตของอัลเบิร์ต แบนดูรา (Bandura A.)⁽¹³⁾ ว่า

ต้องสร้างความสนใจด้วยการเลือกตัวแบบที่ผู้เรียนสนใจทั้งตัวแบบจริงและตัวแบบสัญลักษณ์ เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้และเก็บจำพฤติกรรมเป้าหมายของตัวแบบร่วมกับการตั้งใจเพื่อให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมใหม่และยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และเป็นไปตามแนวความคิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมของโคลบ (Kolb DA) ⁽¹⁴⁾ ที่กล่าวว่า การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่ประกอบด้วย การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และกระบวนการกลุ่มจะช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้สูงสุด

สอดคล้องกับงานวิจัยของพิชัย ไทยอุดม ⁽¹⁷⁾ ที่ศึกษาการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตศึกษาในการสอนเพศศึกษาแก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดปราจีนบุรี โดยใช้ลักษณะการสอนแบบผู้เรียนมีส่วนร่วม ได้แก่กระบวนการกลุ่ม เช่น การบรรยาย การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม โดยผลพบว่าสามารถทำให้กลุ่มทดลองมีความภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ และงานวิจัยของสกลพร พิชัยกมล ⁽¹⁸⁾ ที่ศึกษาผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อความรู้เรื่องเพศศึกษาและทักษะชีวิตของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมคือการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ร่วมกับกระบวนการกลุ่ม ผลพบว่ากลุ่มทดลองมีความภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

อย่างไรก็ตามการวิจัยครั้งนี้ยังมีข้อจำกัด

บางประการในการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมสุศึกษา ดังนี้ 1) เนื้อหาการเรียนการสอนสุศึกษาของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นตามปกติมีหลายด้าน จึงไม่สามารถจัดกิจกรรมเป็นการเฉพาะเรื่องเพศศึกษาอย่างเดียวได้ และ 2) การจัดกิจกรรมเพศศึกษาเฉพาะนักเรียนหญิงในระบบปกติของโรงเรียนมีความเป็นไปได้ค่อนข้างยาก ทั้งนี้เพราะเป็นโรงเรียนสหศึกษาและปัญหานี้เกิดกับนักเรียนกลุ่มเสี่ยงทั้งสองเพศ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

1. เพื่อแก้ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนควรนำโปรแกรมสุศึกษานี้ที่เน้นการเสริมสร้างเจตคติและความภูมิใจในตนเอง ไปประยุกต์ให้เหมาะสมกับรูปแบบการเรียนการสอน อาทิ จัดชั่วโมงเสริม จัดกิจกรรมพิเศษ วันสำคัญต่างๆ เป็นต้น
2. การแก้ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในโรงเรียน ควรดำเนินการในนักเรียนทั้งชายและหญิง รวมทั้งบูรณาการกับการแก้ปัญหาด้านอื่นๆ ของนักเรียน
3. การใช้ตัวแบบทั้งทางบวกและลบที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับนักเรียนเป้าหมาย เป็นกลวิธีที่เหมาะสมในการสร้างเสริมเจตคติและความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการใช้เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

ข้อเสนอแนะการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรพัฒนาโปรแกรมสุขศึกษาสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งชายและหญิง เพื่อให้สอดคล้องบริบทโรงเรียนสหศึกษา รวมถึงสร้างความรับผิดชอบแก่ปัญหาาร่วมกันของนักเรียนทั้งสองเพศ

2. ควรทำการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อแก้ปัญหามีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น โดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายอย่างเป็นระบบ ทั้งการพัฒนาทักษะของวัยรุ่นและการจัดการปัจจัยสิ่งแวดล้อม

เอกสารอ้างอิง

1. วารุณี พองแก้ว. Love and Sex in Thai Adolescent. ใน: สายัณห์ สวัสดิ์ศรี, สมศักดิ์ สุทัศน์วรุฒิ. (บรรณาธิการ) Sex for Health. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์ เอ็นเทอร์ไพรซ์; 2547: 11-24.
2. สุวรรณ เรืองกาญจนเศรษฐ์, บรรณาธิการ. กลยุทธ์การสร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชัยเจริญ, 2551.
3. สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. สถานการณ์และแนวโน้มอนามัยการเจริญพันธุ์วัยรุ่นและเยาวชนและนโยบายกระทรวงสาธารณสุข [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 15 มี.ค. 2554]. เข้าถึงได้จาก: <http://rh.anamai.moph.go.th/>
4. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. รายงานสุขภาพคนไทย 2552. นครปฐม: อัมรินทร์พรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, 2552.
5. สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. สถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์วัยรุ่นและเยาวชน [online]. เข้าถึงได้จาก: <http://rh.anamai.moph.go.th/> [เข้าถึงเมื่อ 18 มี.ค. 2554].
6. ไทยรัฐออนไลน์วันที่ 19 พฤศจิกายน 2553 [Online]. [เข้าถึงเมื่อ 15 มี.ค. 2554]. เข้าถึงได้จาก: www.thairath.co.th/content/oversea/128337
7. เบญจวรรณ เอี่ยมบุญ. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาส จังหวัดนครปฐม. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์]. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2554.
8. รัชนิ์ ลักษิตานนท์. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนวัยรุ่นหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดราชบุรี. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการเจริญพันธุ์และวางแผนประชากร]. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2553.
9. สีนินารถ แสนวัง. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนวัยรุ่นหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดนครราชสีมา.

- [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการเจริญพันธุ์และวางแผนประชากร]. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2553.
10. Fleiss JL. Statistical method for rate and proportions. 2nd edition. New York: John Wiley & Sons, 1981.
 11. ณิชชา พรหมน้อย. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมกำกั้นการมีเพศสัมพันธ์ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอานาจเจริญ2 จังหวัดอานาจเจริญ. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษา]. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2544.
 12. Likert RA. Technique for the Measurement of Attitude. Archives of Psychology. 1932; 140: 1-55.
 13. Bandura A. Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977.
 14. Kolb DA. Experiential Learning. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1984.
 15. ศรุจดา เจริญกิจจานุวัฒน์. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาโดยใช้กระบวนการกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมกำกั้นการเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์ กรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา]. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2552.
 16. Doniger A, Adams E, Utter C, Riley J. Impact evaluation of the “Not Me, Not Now: Abstinence oriented, adolescence pregnancy prevention communication program, Monroe Country. DC. J Health Commun, 2001: 45-60.
 17. พิชัย ไทยอุดม. การประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตศึกษาในการสอนเพศศึกษาแก่นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดปราจีนบุรี. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์]. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย มหิดล, 2540.
 18. สกลพร พิชัยกมล. ผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อความรู้เรื่องเพศศึกษาและทักษะชีวิตของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา. [วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน]. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม, 2549.