

ความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

กิตติยา ฉิมพาลี^{1*} วลลภ ใจดี²

^{1*} นิสิตหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

²อาจารย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

บทคัดย่อ

การศึกษาต้นทุนชีวิต รวมถึงปัจจัยต่างๆ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพมีความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน ซึ่งอาจส่งผลต่อชีวิตและสังคมในระยะยาว การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาภาคตัดขวาง เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี โดยใช้แบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 542 คน ที่สุ่มตัวอย่างด้วยวิธี Stratified Random Sampling วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ด้วยสถิติ Multiple Linear Regression กำหนดระดับนัยสำคัญที่ 0.05

ผลการศึกษาพบว่า ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน พลังครอบครัว พลังปัญญา และพลังเพื่อนและกิจกรรมอยู่ในเกณฑ์ดี โดยเฉพาะพลังตัวตน ($\bar{X} = 2.41$, S.D. = 0.53) และพลังเพื่อนและกิจกรรม ($\bar{X} = 2.27$, S.D. = 0.64) ขณะที่พลังชุมชนอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ($\bar{X} = 1.83$, S.D. = 0.92) และพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพอยู่ในระดับความเสี่ยงน้อย ได้แก่ การใช้สารเสพติด ($\bar{X} = 0.20$, S.D. = 0.38) การขับขีจี้กรยานยนต์ ($\bar{X} = 0.42$, S.D. = 0.52) และการมีเพศสัมพันธ์ ($\bar{X} = 0.27$, S.D. = 0.49) ความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ พบว่า ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน ($\beta = -0.131$, $p < 0.001$) พลังปัญญา ($\beta = -0.145$, $p < 0.001$) พลังเพื่อนและกิจกรรม ($\beta = 0.083$, $p = 0.027$) และพลังชุมชน ($\beta = 0.065$, $p = 0.015$) มีความสัมพันธ์เชิงสถิติที่มีนัยสำคัญกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ขณะเดียวกันการพักอาศัยอยู่กับบิดามารดา มีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยง ($\beta = -0.070$, $p = 0.030$) แต่การพักอาศัยอยู่หอคนเดียวมีความสัมพันธ์เชิงบวก ($\beta = 0.703$, $p < 0.001$) การศึกษาครั้งนี้สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนานโยบายเพื่อส่งเสริมสุขภาพในนักเรียนต่อไป

คำสำคัญ: ต้นทุนชีวิต/ พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ/ พลังตัวตน/ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

*ผู้รับผิดชอบบทความ: กิตติยา ฉิมพาลี, อีเมล: tipkittiya2538, โทร.: 06 2992 4935

Received: 22 เมษายน 2568/ Revised: 14 สิงหาคม 2568/ Accepted: 14 สิงหาคม 2568

Relationship of Life Assets and Health Risk Behaviors of High School Students in Muang District Chonburi Province

Kittiya Chimpalee^{1*} Wanlop Jaidee²

^{1*} Master of Public Health, Faculty of Public Health, Burapha University

² Lecturer, Faculty of Public Health, Burapha University

Abstract

Understanding life capital and various factors that influence health risk behaviors is essential for promoting student health as it can have long-term effects on their lives and on society. This cross-sectional descriptive study aimed to examine the relationship between life capital dimensions and health risk behaviors among high school students in Mueang District, Chonburi. Data were collected from 542 students using stratified random sampling and analyzed using stepwise multiple regression.

The majority of the sample were female (59.04%), in grade 10 (45.20%), enrolled in science-mathematics tracks (76.38%) and lived with both parents (63.28%). Life capital dimensions included personal empowerment ($\bar{X} = 2.41$, S.D. = 0.53), family empowerment ($\bar{X} = 2.26$, S.D. = 0.75), intellectual empowerment ($\bar{X} = 0.12$, S.D. = 0.69), peer and activity empowerment ($\bar{X} = 2.27$, S.D. = 0.64) and community empowerment ($\bar{X} = 1.83$, S.D. = 0.92). Health risk behaviors averaged as follows: substance use ($\bar{X} = 0.20$, S.D. = 0.38), motorcycle riding ($\bar{X} = 0.42$, S.D. = 0.52) and sexual behavior ($\bar{X} = 0.27$, S.D. = 0.49). The analysis revealed significant relationships between health risk behaviors and personal empowerment ($\beta = -0.131$, $p < 0.001$), intellectual empowerment ($\beta = -0.145$, $p < 0.001$), peer and activity empowerment ($\beta = 0.083$, $p = 0.027$), community empowerment ($\beta = 0.065$, $p = 0.015$), living with both parents ($\beta = -0.070$, $p = 0.030$) and living alone in a dormitory ($\beta = 0.703$, $p < 0.001$). No significant relationships were found with family empowerment, education level or sexual risk behaviors. This study highlights the importance of life capital in addressing health risk behaviors in youth.

Keywords: Life capital/ Health risk behaviors/ Empowerment/ High school students

*Corresponding author: Kittiya Chimpalee, email: tipkittiya2538@gmail.com, Tel.: 06 2992 4935

Received: April 22, 2025/ Revised: August 14, 2025/ Accepted: August 14, 2025

บทนำ

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ท่ามกลางสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ปัญหาต่างๆ เช่น อาชญากรรม เศรษฐกิจ และค่านิยมที่เปลี่ยนไปส่งผลต่อพฤติกรรมของเยาวชนทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา ใช้สารเสพติด และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งล้วนส่งผลกระทบต่อสุขภาพและสังคม การสำรวจพบว่าอายุเฉลี่ยของการเริ่มสูบบุหรี่และดื่มสุราลดลง และสัดส่วนวัยรุ่นที่สูบบุหรี่ยังคงอยู่ในระดับสูง นอกจากนี้พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศยังเป็นปัญหาสำคัญ โดยมีอัตราการคลอดในวัยรุ่นสูง ซึ่งสะท้อนถึงการขาดความรู้และการป้องกันที่เพียงพอ

แนวคิดเรื่อง “ทุนชีวิต” ได้รับความสนใจมากขึ้นในฐานะปัจจัยที่ช่วยลดพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น ต้นทุนชีวิต เป็นองค์ประกอบที่ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้เด็กและเยาวชน โดยรวมถึงปัจจัยด้านจิตใจ สังคม และวัฒนธรรม ที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถตัดสินใจและดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสม การเสริมสร้างทุนชีวิตต้องอาศัยปัจจัยภายในตัวเด็กเองร่วมกับการสนับสนุนจากครอบครัว โรงเรียน และชุมชน หากสามารถพัฒนาทุนชีวิตได้อย่างเหมาะสม จะช่วยลดความเสี่ยงและส่งเสริมการเติบโตของเยาวชนอย่างมีคุณภาพ⁽¹⁾

การศึกษาต้นทุนชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงนั้นได้รับการศึกษาในหลายมิติและหลายกลุ่ม ซึ่งพบว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างชัดเจน โดยเฉพาะการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นหรือเยาวชนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ หรือการใช้สารเสพติด ผลการศึกษาพบว่า ต้นทุนชีวิตในหลายมิติ เช่น พลังครอบครัว พลังตัวตน และพลังชุมชน สามารถช่วยลดความเสี่ยงจากพฤติกรรมเหล่านี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่าพลังครอบครัวและพลังตัวตนที่แข็งแกร่งจะช่วยลดความเสี่ยงจากการสูบบุหรี่ในกลุ่มนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาตอนปลาย นอกจากนี้ การศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ยังพบว่าการเสริมสร้างต้นทุนชีวิตจะช่วยลดพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ⁽²⁾

พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ เช่น การใช้สารเสพติด การขับขีจี้กรยานยนต์โดยไม่ปลอดภัย และการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ล้วนส่งผลกระทบต่อทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคม โดยในระดับบุคคล การใช้สารเสพติดเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรังและปัญหาสุขภาพจิต การขับขีจี้กรยานยนต์นำไปสู่อุบัติเหตุที่อาจถึงแก่ชีวิต ขณะที่การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ปลอดภัยสามารถก่อให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและอนาคตของบุคคลโดยตรง ในระดับครอบครัว พฤติกรรมเสี่ยงเหล่านี้สร้างความเครียด ความไม่เข้าใจ และภาระในการดูแลผู้ป่วยหรือผู้ที่ได้รับบาดเจ็บ เช่น ครอบครัวต้องรับภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล หรือรับมือกับปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งอาจทำให้โครงสร้างครอบครัวเปลี่ยนไปหรือเกิดความขัดแย้งภายใน ส่วนในระดับสังคม การแพร่ระบาดของโรคติดต่อ อัตราอุบัติเหตุที่สูงขึ้น และจำนวนผู้เสพติดที่เพิ่มขึ้น ล้วนเป็นภาระต่อระบบสาธารณสุขและเศรษฐกิจ ทั้งยังสะท้อนถึงคุณภาพชีวิตของประชากรในภาพรวม⁽³⁾

ปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมสร้างต้นทุนชีวิต ในเยาวชนช่วยสร้างภูมิคุ้มกันจากความเสี่ยงต่าง ๆ โดยเฉพาะการพัฒนาทักษะในการตัดสินใจที่ดี การมีครอบครัวที่อบอุ่น การมีเพื่อนที่ดี และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ ซึ่งจะช่วยให้เยาวชนสามารถหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงได้ การเสริมสร้างต้นทุนชีวิตนี้มีความสำคัญในเชิงป้องกันมากกว่าการแก้ไขปัญหาหลังเกิดเหตุ⁽⁴⁾

จังหวัดชลบุรีมีลักษณะเฉพาะที่น่าสนใจสำหรับการศึกษาในเรื่องนี้ เนื่องจากเป็นพื้นที่ที่มีความเจริญทางเศรษฐกิจและการย้ายถิ่นฐานของประชากรจากพื้นที่อื่น ส่งผลให้เกิดการผสมผสานของสภาพแวดล้อมที่แตกต่าง ซึ่งสามารถมีผลกระทบต่อพฤติกรรมและต้นทุนชีวิตของเยาวชนได้ นอกจากนี้ ยังมีข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงในเยาวชน

เช่น การสูบบุหรี่ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และการใช้สารเสพติด ซึ่งจะช่วยให้นำปัจจัยไปเป็นแนวทางการเสริมสร้างต้นทุนชีวิตในกลุ่มเยาวชน⁽⁵⁾

ถึงแม้ว่าจะมีการศึกษาทุนชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่นในหลายมิติและกลุ่มตัวอย่างต่างๆ มาแล้ว แต่ยังพบว่า มีข้อจำกัดในงานวิจัยที่มีอยู่ โดยเฉพาะในเรื่องของการวิเคราะห์เชิงปริมาณที่ครอบคลุมทุกมิติของทุนชีวิต ซึ่งโดยทั่วไปงานวิจัยที่ผ่านมาเน้นศึกษาบางมิติหรือบางพฤติกรรมเสี่ยงเพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น ยังไม่มีการศึกษาที่เชื่อมโยงและวิเคราะห์ผลกระทบของทุนชีวิตทั้ง 5 มิติ เช่น พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังชุมชน และมิติต่างๆ พร้อมกันกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพหลากหลายด้าน เช่น การใช้สารเสพติด การขับขี่จักรยานยนต์โดยไม่ปลอดภัย และการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ในรูปแบบการวิเคราะห์แบบ Multiple Linear Regression ที่สามารถแสดงความสัมพันธ์และระดับอิทธิพลของแต่ละมิติได้อย่างชัดเจน นอกจากนี้ ยังขาดการศึกษาที่มุ่งเน้นเฉพาะในบริบทของพื้นที่เมืองเศรษฐกิจใหม่ เช่น อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ซึ่งมีลักษณะเฉพาะทั้งทางสังคมและเศรษฐกิจ รวมถึงการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมที่เกิดจากการย้ายถิ่นฐานของประชากรในจำนวนมาก ปัจจัยเหล่านี้อาจส่งผลกระทบต่อทุนชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นในพื้นที่ดังกล่าวอย่างแตกต่างจากบริบททั่วไป แต่ยังไม่มียานวิจัยที่รวบรวมข้อมูลเชิงลึกและวิเคราะห์ในพื้นที่เฉพาะนี้โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเติมเต็มช่องว่างนี้จะช่วยให้เข้าใจบริบทและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อทุนชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนในพื้นที่เมืองเศรษฐกิจใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และนำไปสู่การพัฒนา นโยบายหรือแนวทางการส่งเสริมทุนชีวิตที่เหมาะสมกับบริบทของพื้นที่ได้ดียิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตและปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาภาคตัดขวาง (Descriptive cross-sectional study) ในเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

ประชากรที่ศึกษา คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเมืองชลบุรี จังหวัดชลบุรี ที่ยังมีชื่อในระบบโรงเรียนจริง ไม่นับรวมนักเรียนที่ถูกพักการเรียนชั่วคราว หรือลาออก ในการศึกษา 2565 ซึ่งเป็นโรงเรียนสังกัด สพฐ. จำนวน 7 โรงเรียน รวมประชากรทั้งสิ้น 2,283 คน โดยมีคุณสมบัติดังนี้

1. เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในโรงเรียนอำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2565 ทั้งเพศชายและเพศหญิง
2. สามารถอ่านออก เขียนได้
3. ยินดีเข้าร่วมการวิจัย (ให้ความยินยอมในการตอบแบบสอบถาม)

กลุ่มตัวอย่าง คือ การศึกษาครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ทั้งเพศชายและเพศหญิง อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย 542 คน จากการใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบ Stratified Random Sampling⁽⁶⁾ โดยแบ่งตามโรงเรียน จากสูตรคำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อประมาณค่าเฉลี่ย (กรณีทราบขนาดประชากร) ดังนี้

$$\text{จากสูตร } n = \frac{NZ_{\alpha/2}^2 \sigma^2}{d^2(N-1) + Z_{\alpha/2}^2 \sigma^2}$$

โดยที่ $Z_{\alpha/2}$ = ความเชื่อมั่นที่กำหนด (ค่าคงที่ เท่ากับ 1.96)

σ^2 = ความแปรปรวน (เท่ากับ 0.68) อ้างอิงจากคะแนนเฉลี่ยของต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน ของกลุ่มที่มีการสูบบุหรี่⁽⁷⁾

d = ค่าความคาดเคลื่อนของการประมาณค่ากำหนด เท่ากับ $0.05^{(6)}$

N = จำนวนประชากร (จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 – 6 จังหวัดชลบุรี 2,283 คน)

จากสูตร แทนค่าได้ดังนี้

$$\text{จากสูตร } n = \frac{2,283 (1.96^2) 0.68^2}{0.05^2 (2,283 - 1) + (1.96^2) 0.68^2} = 542$$

ดังนั้นจะได้กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย 542 คน

การสุ่มตัวอย่าง การสุ่มนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวนดังกล่าวข้างต้น ด้วยวิธีการสุ่มแบบตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster sampling) โดยมีขั้นตอนในการสุ่ม ดังนี้

1. การเลือกโรงเรียนที่เปิดสอนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งมีขนาดแตกต่างกัน แบ่งโดยจำนวนนักเรียนดังนี้ โรงเรียนขนาดใหญ่ มีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 1,500 คนขึ้นไป โรงเรียนขนาดกลางมีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 500-1,499 คน และโรงเรียนขนาดเล็กมีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 1 - 499 คน โดยสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบ Stratified Random Sampling⁽⁶⁾ โดยแบ่งตามโรงเรียน เป็นโรงเรียนขนาดเล็กจำนวน 2 แห่ง ขนาดกลางจำนวน 1 แห่ง ขนาดใหญ่จำนวน 1 แห่ง จะได้ทั้งหมด 4 โรงเรียน
2. เลือกตัวอย่างโดยการแบ่งประชากร แต่ละโรงเรียน เป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และกลุ่มที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
3. ในแต่ละระดับชั้น จำแนกเป็นสายการศึกษา วิทย-คณิต และศิลป์-ภาษา เลือกแต่ละสายการศึกษาให้มีจำนวนนักเรียนหญิง และชาย เท่าๆ กัน โดยไม่พิจารณาถึงรายชื่อ และเลขที่ ของนักเรียน
4. สุ่มห้องเรียน ในแต่ละสายการศึกษา เช่น สายวิทย-คณิต มี 2 ห้อง ผู้วิจัยจะดำเนินการสุ่ม 1 ห้อง แล้วเก็บข้อมูลของนักเรียนห้องนั้นๆ ทั้งห้อง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ชนิดและลักษณะของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้แบบสำรวจต้นทุนชีวิตเด็กและเยาวชนไทยอายุ 12 - 25 ปี ของแผนงานสุขภาวะเด็กและเยาวชน สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2555⁽⁸⁾ ซึ่งได้มาตรฐานและผ่านการทดลองใช้เรียบร้อยแล้ว⁽⁹⁾ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปประกอบด้วยข้อมูลทั่วไป แบบให้เลือกตอบ และกรอกข้อมูลตามเป็นจริง จำนวน 5 ข้อ
- ส่วนที่ 2 พฤติกรรมเสี่ยงของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 14 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1) พฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด (ข้อ 1 - 5) 2) พฤติกรรมเสี่ยงการขับขี่จักรยานยนต์ (ข้อ 6 - 10) 3) พฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ (ข้อ 11 - 14) ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ดังนี้

“ทำเป็นประจำ” หมายถึง	มีการกระทำนั้นเป็นประจำทุกวัน หรือ ≥ 5 วันต่อสัปดาห์
“ทำค่อนข้างบ่อย” หมายถึง	มีการกระทำนั้นบ่อยครั้ง ประมาณ 3-5 วันต่อสัปดาห์
“ทำเป็นบางครั้ง” หมายถึง	มีการกระทำนั้นบางครั้ง ประมาณ 1-2 วันต่อสัปดาห์
“ทำนาน ๆ ครั้ง” หมายถึง	มีการกระทำนั้นนานๆครั้ง น้อยกว่า 1 วันต่อสัปดาห์
“ไม่เคยทำเลย” หมายถึง	ไม่เคยมีการกระทำนั้นเลย

เกณฑ์การให้คะแนน

ตอบ	“ทำเป็นประจำ”	คือ	ได้ 4 คะแนน
ตอบ	“ทำค่อนข้างบ่อย”	คือ	ได้ 3 คะแนน
ตอบ	“ทำเป็นบางครั้ง”	คือ	ได้ 2 คะแนน
ตอบ	“ทำนาน ๆ ครั้ง”	คือ	ได้ 1 คะแนน
ตอบ	“ไม่เคยทำเลย”	คือ	ได้ 0 คะแนน

การแปลผล

จากการวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงของผู้ตอบแบบสอบถาม สามารถแปลผลระดับความเสี่ยงของพฤติกรรมได้ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	ระดับความเสี่ยง
0.00 – 1.49	เสี่ยงน้อย
1.50 – 2.49	เสี่ยงปานกลาง
2.50 – 4.00	เสี่ยงมาก

การใช้ผลการวิเคราะห์

หลังจากได้ค่าเฉลี่ยแล้ว จะนำไปตีความระดับความเสี่ยงของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละด้าน และค่าเฉลี่ยรวม เพื่ออธิบายสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยงของกลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งนำข้อมูลนี้ไปใช้วิเคราะห์ความสัมพันธ์กับตัวแปรต้น (ต้นทุนชีวิตและปัจจัยส่วนบุคคล) ด้วยสถิติ Pearson’s Product Moment Correlation และ Multiple Linear Regression ตามขั้นตอนในระเบียบวิธีวิจัย

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามแสดงทัศนคติ/ความคิดเห็น เรื่องต้นทุนชีวิต ซึ่งปรับจากข้อคำถามของ สุริยเดว ทรีปาตี และคณะ⁽¹⁾ มีจำนวนทั้งหมด 48 ข้อ ซึ่งประกอบไปด้วย 5 พลังคือ พลังตัวตน ได้แก่ ข้อ 1 - 15 พลังครอบครัว ได้แก่ ข้อที่ 16 - 23 พลังสร้างปัญญา ได้แก่ ข้อที่ 24 - 34 พลังเพื่อนและกิจกรรม ได้แก่ ข้อที่ 35 - 40 พลังชุมชน ได้แก่ ข้อที่ 41 - 48 ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ ดังนี้

“เป็นประจำ”	หมายถึง	มีการกระทำนั้นเป็นประจำทุกวัน
“บ่อยครั้ง”	หมายถึง	มีการกระทำนั้นบ่อยครั้ง
“บางครั้ง”	หมายถึง	มีการกระทำนั้นบางครั้ง
“ไม่เคย”	หมายถึง	ไม่เคยมีการกระทำนั้นเลย

เกณฑ์การให้คะแนน

ตอบ	“เป็นประจำ”	คือ	ได้ 3 คะแนน
ตอบ	“บ่อยครั้ง”	คือ	ได้ 2 คะแนน
ตอบ	“บางครั้ง”	คือ	ได้ 1 คะแนน
ตอบ	“ไม่เคย”	คือ	ได้ 0 คะแนน

การแปลผล

ต้นทุนชีวิตรายชื่อที่มีเปอร์เซ็นต์หรือร้อยละการตอบน้อย คือ ต้นทุนชีวิตที่อ่อนแอ และเมื่อวิเคราะห์ต้นทุนชีวิตตามเกณฑ์ระดับเปอร์เซ็นต์ที่กำหนด โดยดูจากข้อที่มีระดับคะแนนน้อยกว่า 60 เปอร์เซ็นต์ เป็นระดับของต้นทุนชีวิตในแต่ละข้อที่ควรเร่งส่งเสริมหรือ สร้างกิจกรรมสร้างสรรค์ สร้างการมีส่วนร่วมให้เกิดขึ้น เพื่อพัฒนาและเสริมสร้างต้นทุนชีวิตข้อนั้น ซึ่งมีเกณฑ์กำหนดไว้ดังนี้

ระดับต้นทุนชีวิต	เปอร์เซ็นต์การตอบรายข้อ (ร้อยละของคะแนน)	ผลการวิเคราะห์
เกณฑ์ค่อนข้างน้อย	น้อยกว่า 60.00	ไม่ผ่านเกณฑ์
เกณฑ์ปานกลาง	ช่วง 60.00 - 69.99	ผ่านเกณฑ์
เกณฑ์ดี	ช่วง 70.00 - 79.99	ผ่านเกณฑ์
เกณฑ์ดีมาก	80.00 ขึ้นไป	ผ่านเกณฑ์

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

จากการหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือในการวิจัย (Cronbach's Alpha) ของแบบสำรวจต้นทุนชีวิตสำหรับเด็กและเยาวชนไทย อายุ 12 - 25 ปี โดยแสดงผลลัพธ์ของความเชื่อมั่นในแต่ละด้าน ดังนี้

1. ด้านพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ค่าความเชื่อมั่นสำหรับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพต่างๆ ได้แก่ การสูบบุหรี่ การใช้สารเสพติด การขับขีจี้กรยานยนต์ และการมีเพศสัมพันธ์ อยู่ในช่วง 0.739 - 0.875 ซึ่งแสดงถึงความน่าเชื่อถือได้ในระดับที่ดี โดยค่าที่ใกล้เคียง 1.0 บ่งชี้ถึงความน่าเชื่อถือที่สูง

2. ด้านต้นทุนชีวิต สำหรับต้นทุนชีวิตในแต่ละด้าน ได้แก่ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน ค่าความเชื่อมั่นอยู่ในช่วง 0.832 - 0.961 โดยมีค่าในด้านพลังครอบครัวที่สูงที่สุด (0.961) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเครื่องมือที่ใช้มีความน่าเชื่อถือและมีความคงที่ในการวัดพฤติกรรมและต้นทุนชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 1 ผลค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือในการวิจัย

ตัวแปร	ค่าความเชื่อมั่น
พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ	
พฤติกรรมเสี่ยงในการใช้สารเสพติด	0.875
พฤติกรรมเสี่ยงการขับขีจี้กรยานยนต์	0.810
พฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์	0.739
ต้นทุนชีวิต	
พลังตัวตน	0.881
พลังครอบครัว	0.961
พลังปัญญา	0.926
พลังเพื่อนและกิจกรรม	0.832
พลังชุมชน	0.941

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลได้ดำเนินการตามแบบแผนการวิจัย โดยกำหนดลักษณะและวิธีการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้แบบสำรวจต้นทุนชีวิตเด็กและเยาวชนไทยสำหรับอายุ 12 - 25 ปี จากแผนงานสุขภาวะเด็กและเยาวชน สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว ผู้วิจัยได้เริ่มต้นด้วยการนำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลจากคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในอำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี จากนั้นได้นำแบบสอบถามไปใช้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2565 และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง เมื่อเก็บข้อมูลครบตามจำนวนแล้ว ทำการตรวจสอบแบบสอบถามที่ได้รับคืนว่าถูกต้องครบถ้วนสมบูรณ์ และลงรหัสในแบบสอบถามเพื่อความสะดวกในการนำไปวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ซึ่งมีรายละเอียดการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา สำหรับตัวแปรเชิงคุณภาพ ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา สายการเรียน การอาศัยในครัวเรือน วิเคราะห์ด้วยการแจกแจงความถี่และร้อยละ สำหรับตัวแปรเชิงปริมาณ ได้แก่ อายุ วิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และแจกแจงความถี่แบบจัดกลุ่ม
2. ข้อมูลต้นทุนชีวิตในแต่ละด้านและภาพรวม วิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ด้วยการแจกแจงความถี่รายข้อ แสดงค่าจำนวนและร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และร้อยละค่าเฉลี่ยที่เทียบกับคะแนนเต็ม พร้อมทั้งแปลผลตามระดับต้นทุนชีวิต
3. ข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ วิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ด้วยการคำนวณค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนรวมแต่ละด้าน และวิเคราะห์รายข้อด้วยจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
4. วิเคราะห์ความสัมพันธ์เบื้องต้นระหว่างต้นทุนชีวิตรายด้านกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพแต่ละด้านด้วยสถิติ Pearson's Product Moment Correlation และวิเคราะห์ปัจจัยข้อมูลทั่วไป และปัจจัยด้านต้นทุนชีวิตที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ด้วยสถิติ Multiple Linear Regression แบบ stepwise กำหนดระดับนัยสำคัญของการทดสอบที่ 0.05

การพิทักษ์สิทธิตัวอย่าง

การวิจัยนี้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมจากคณะกรรมการสุขภาพศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา (IRB3-054/2566) โดยผู้วิจัยได้จัดทำเอกสารพิทักษ์สิทธิ์ ชี้แจงวัตถุประสงค์ และขอความร่วมมือจากนักเรียนและผู้ปกครอง ข้อมูลทั้งหมดเป็นความลับ และใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ผู้เข้าร่วมสามารถปฏิเสธการให้ข้อมูลได้ การวิเคราะห์ยึดหลักความยุติธรรม เคารพสิทธิ์และความคิดเห็นของผู้ให้ข้อมูล ตลอดจนใช้รหัสแทนชื่อ ทั้งนี้ การนำเสนอผลเป็นภาพรวมโดยไม่ระบุตัวบุคคล สำหรับเยาวชนอายุต่ำกว่า 20 ปี ต้องได้รับความยินยอมจากผู้ปกครองก่อนเก็บข้อมูล

ผลการวิจัย

การวิจัยนี้ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนจำนวน 542 คน โดยเป็นเพศหญิง มีจำนวน 320 คน คิดเป็นร้อยละ 59.04 และเพศชาย มีจำนวน 222 คิดเป็นร้อยละ 40.96 กลุ่มตัวอย่างส่วนมากมีอายุ 16 ปี มีจำนวน 212 คน คิดเป็นร้อยละ 39.11 ส่วนมากเรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีจำนวน 245 คน คิดเป็นร้อยละ 45.20 ส่วนมากเรียนสายวิทย์ - คณิตมากที่สุด มีจำนวน 414 คน คิดเป็นร้อยละ 76.38 และสายศิลป์ - ภาษา มีจำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 23.62 และส่วนมากอยู่กับบิดาและมารดา มีจำนวน 343 คน คิดเป็นร้อยละ 63.28

ต้นทุนชีวิต

ต้นทุนชีวิตแต่ละด้านในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 542 คน โดยแสดงข้อมูลในหลายๆ ด้าน ได้แก่ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน โดยในแต่ละด้านมีค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) รวมถึงร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนอยู่ในระดับต่างๆ จากการวิเคราะห์พบว่า พลังตัวตนมีค่าเฉลี่ยสูงสุดที่ 2.41 (S.D. = 0.53) ซึ่งมีร้อยละ 80.33 ของกลุ่มตัวอย่างอยู่ใน “เกณฑ์ดีมาก” ตามมาด้วยพลังครอบครัวที่มีค่าเฉลี่ย 2.26 (S.D. = 0.75) และพลังเพื่อนและกิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ย 2.27 (S.D. = 0.64) ซึ่งมีการจัดอยู่ใน “เกณฑ์ดี” ในขณะที่พลังปัญญามีค่าเฉลี่ย 2.12 (S.D. = 0.69) จัดอยู่ใน “เกณฑ์ดี” และพลังชุมชนมีค่าเฉลี่ยต่ำสุดที่ 1.83 (S.D. = 0.92) โดยมีร้อยละเพียง 61.00 ที่อยู่ใน “เกณฑ์ปานกลาง” การวิเคราะห์นี้สะท้อนให้เห็นว่าพลังตัวตน พลังครอบครัว และพลังเพื่อนและกิจกรรมมีการสนับสนุนในระดับดี ส่วนพลังชุมชนยังต้องการการพัฒนาเพิ่มเติมเพื่อเพิ่มการมีส่วนร่วมในชุมชนและสร้างความเข้มแข็งให้กับ

สมาชิกในชุมชนมากขึ้น ผลการศึกษาโดยรวมพบว่าคะแนนเฉลี่ยของต้นทุนชีวิตทั้งหมดอยู่ที่ 2.178 (S.D. = 0.71) และมีร้อยละรวม 72.6 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมมีต้นทุนชีวิตโดยรวมอยู่ใน “เกณฑ์ดี” ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคะแนนภาพรวมต้นทุนชีวิตรายด้าน (n = 542)

ต้นทุนชีวิต	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ร้อยละ	แปลผล
พลังตัวตน	2.41	0.53	80.33	เกณฑ์ดีมาก
พลังครอบครัว	2.26	0.75	75.33	เกณฑ์ดี
พลังสร้างปัญญา	2.12	0.69	70.67	เกณฑ์ดี
พลังเพื่อนและกิจกรรม	2.27	0.64	75.67	เกณฑ์ดี
พลังชุมชน	1.83	0.92	61.00	เกณฑ์ปานกลาง
ผลรวม	2.178	0.71	72.6	เกณฑ์ดี

พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ

พฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.20 (S.D. = 0.38) จัดอยู่ใน ระดับความเสี่ยงน้อย โดยข้อความถาม “เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในช่วง 1 ปีนี้หรือไม่” มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด และข้อความถาม “เคยใช้สารเสพติด เช่น กัญชา ยาบ้า ยาไอซ์ หรืออื่นๆ หรือไม่ ในช่วง 1 ปีนี้” มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด

พฤติกรรมเสี่ยงการขับขี่จักรยานยนต์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.42 (S.D. = 0.52) จัดอยู่ใน ระดับความเสี่ยงน้อย โดยข้อความถาม “คุยกับเพื่อนในขณะที่ขับขี่รถจักรยานยนต์” มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด และข้อความถาม “ขับขี่รถจักรยานยนต์ในขณะที่เมาสุราหรือดื่มแอลกอฮอล์” มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด

พฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.27 (S.D. = 0.49) จัดอยู่ใน ระดับความเสี่ยงน้อย โดยข้อความถาม “ตนเองหรือคู่นอนไม่ได้ใช้ยาคุมกำเนิด หรือยาคุมฉุกเฉินหลังมีเพศสัมพันธ์” มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด และข้อความถาม “ท่านมีเพศสัมพันธ์ในสถานที่ที่ไม่เหมาะสม เช่น ห้องน้ำสาธารณะ สวนสาธารณะ เป็นต้น บ่อยเพียงใด” มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด

ความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ

1. ผลการวิเคราะห์ต้นทุนชีวิต และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด

เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรต่างๆ ของตัวแปรแต่ละตัว (การวิเคราะห์แบบ Crude analysis) ที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด พบว่า ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว ต้นทุนชีวิตด้านพลังปัญญา ต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชน สายการเรียนรู้ พักอาศัยอยู่ด้วยกับบิดาและมารดา และพักอาศัยอยู่คนเดียว มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 3) และเมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรต่างๆ พบว่า ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน ต้นทุนชีวิตด้านพลังปัญญา ต้นทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม ต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชน สายการเรียนรู้ พักอาศัยอยู่ด้วยกับบิดาและมารดา และพักอาศัยอยู่คนเดียว มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวน $R^2 = .061$ และ adjusted $R^2 = .056$ (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ต้นทุนชีวิต และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด แบบ Crude analysis

ตัวแปร	Crude analysis		
	β	95% CI	p-value
ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน	-0.147	(-0.208) to (-0.054)	< 0.001
ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว	-0.095	(-0.136) to (-0.053)	< 0.001
ต้นทุนชีวิตด้านพลังปัญญา	-0.121	(-0.165) to (-0.076)	< 0.001
ต้นทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม	-0.050	(-0.100) to (-0.001)	0.060
ต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชน	-0.041	(-0.076) to (-0.007)	0.018
ระดับชั้น			
มัธยมศึกษาปีที่ 4	-0.022	(-0.097) to 0.052	0.557
มัธยมศึกษาปีที่ 5	-0.046	(-0.119) to 0.026	0.210
มัธยมศึกษาปีที่ 6	Ref.		
สายการเรียน			
ศิลป์-ภาษา	-0.149	(-0.222) to (-0.075)	< 0.001
วิทย์-คณิต	Ref.		
ผู้ที่พักอาศัยอยู่ด้วย			
อยู่กับบิดาและมารดา	-0.091	(-0.155) to (-0.026)	0.006
อยู่หอคนเดียว	0.744	0.419 to 1.069	< 0.001
อยู่กับพ่อหรือแม่หรือญาติ	Ref.		

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์ต้นทุนชีวิต และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด แบบ adjusted analysis

ตัวแปร	Adjusted analysis		
	β	95% CI	p-value
ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน	-0.131	(-0.208) to (-0.054)	<0.001
ต้นทุนชีวิตด้านพลังปัญญา	-0.145	(-0.217) to 0.073	<0.001
ต้นทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม	0.083	0.009 to 0.156	0.027
ต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชน	0.065	0.013 to 0.117	0.015
สายการเรียน			
ศิลป์ภาษา	-0.124	(-0.197) to 0.051	<0.001
วิทย์-คณิต	Ref.		
ผู้ที่พักอาศัยอยู่ด้วย			
อยู่กับบิดาและมารดา	-0.070	(-0.133) to 0.007	0.030
อยู่หอคนเดียว	0.703	0.389 to 1.017	< 0.001
อยู่กับพ่อหรือแม่หรือญาติ	Ref		

2. ผลการวิเคราะห์ต้นทุนชีวิต และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการขับขี้จิ้งกรายานยนต์

เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรต่าง ๆ ของตัวแปรแต่ละตัว (การวิเคราะห์แบบ Crude analysis) ที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการขับขี้จิ้งกรายานยนต์ พบว่า ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว ด้านพลังชุมชน ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และพักอาศัยอยู่ด้วยกับบิดาและมารดา มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 5) และเมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรต่าง ๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการขับขี้จิ้งกรายานยนต์ พบว่า ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว มัธยมศึกษาปีที่ 4 และมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการขับขี้จิ้งกรายานยนต์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 6)

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ต้นทุนชีวิต และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการขับขี้จิ้งกรายานยนต์ Crude analysis

ตัวแปร	Crude analysis		
	β	95% CI	p-value
ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน	-0.077	(-0.160) to 0.006	0.068
ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว	-0.113	(-0.170) to (-0.055)	< 0.001
ต้นทุนชีวิตด้านพลังปัญญา	-0.059	(-0.122) to 0.005	0.071
ต้นทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม	-0.029	(-0.098) to 0.040	0.412
ต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชน	-0.053	(-0.101) to (-0.006)	0.028
ระดับชั้น			
มัธยมศึกษาปีที่ 4	0.240	0.137 to 0.342	< 0.001
มัธยมศึกษาปีที่ 5	0.129	0.031 to 0.228	0.010
มัธยมศึกษาปีที่ 6	Ref.		
สายการเรียนรู้			
ศิลป์-ภาษา	-0.101	(-0.204) to 0.002	0.055
วิทย์-คณิต	Ref.		
ผู้ที่พักอาศัยอยู่ด้วย			
อยู่กับบิดาและมารดา	-0.135	(-0.226) to (-0.044)	0.004
อยู่หอคนเดียว	0.373	(-0.086) to 0.832	0.111
อยู่กับพ่อหรือแม่หรือญาติ	Ref.		

ตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ต้นทุนชีวิต และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการขับขี้จิ้งกรายานยนต์ adjusted analysis

ตัวแปร	Adjusted analysis		
	β	95% CI	p-value
ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว	-0.106	(-0.163) to (-0.049)	< 0.001
ระดับชั้น			
มัธยมศึกษาปีที่ 4	0.230	0.128 to 0.331	< 0.001
มัธยมศึกษาปีที่ 5	0.124	0.026 to 0.221	0.013
มัธยมศึกษาปีที่ 6	Ref		

3. ผลการวิเคราะห์ต้นทุนชีวิต และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์

เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรต่าง ๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด พบว่า ไม่มีตัวแปรใดที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ (ตารางที่ 7)

ตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ Crude analysis

ตัวแปร	Crude analysis		
	β	95% CI	p-value
ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน	-0.001	(-0.080) to 0.078	0.978
ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว	0.033	(-0.022) to 0.088	0.241
ต้นทุนชีวิตด้านพลังปัญญา	-0.014	(-0.074) to 0.047	0.658
ต้นทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม	0.034	(-0.032) to 0.099	0.314
ต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชน	0.015	(-0.030) to 0.060	0.520
เพศ			
ชาย	-0.057	(-0.142) to 0.027	0.185
หญิง	Ref.		
ระดับชั้น			
มัธยมศึกษาปีที่ 4	0.021	(-0.078) to 0.119	0.680
มัธยมศึกษาปีที่ 5	0.020	(-0.075) to 0.116	0.675
มัธยมศึกษาปีที่ 6	Ref.		
สายการเรียน			
ศิลป์-ภาษา	.068	(-0.030) to 0.166	0.176
วิทย์-คณิต	Ref.		
ผู้ที่พักอาศัยอยู่ด้วย			
อยู่กับบิดาและมารดา	.064	(-0.023) to 0.151	0.150
อยู่หอคนเดียว	.013	(-0.426) to 0.452	0.953
อยู่กับพ่อหรือแม่หรือญาติ	Ref.		

ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบ Crude analysis เพื่อหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ พบว่า ทุกตัวแปรทั้งด้าน ต้นทุนชีวิต และ ปัจจัยส่วนบุคคล ไม่มีตัวแปรใดมีค่า p-value < 0.05 ดังนั้น ไม่มีตัวแปรใดผ่านเกณฑ์การเข้าสู่โมเดลตามวิธี Stepwise Multiple Linear Regression เพื่อทำการวิเคราะห์แบบ Adjusted ผลการวิเคราะห์เบื้องต้น (Crude analysis) ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างตัวแปรอิสระใดๆ กับพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ($p \geq 0.05$) จึงไม่สามารถสร้างโมเดลปรับร่วม (Adjusted model) ได้ตามหลักเกณฑ์การคัดเลือกตัวแปร และเพื่อป้องกันการเกิด overfitting หรือการตีความผลลัพธ์ที่ไม่ถูกต้อง

พฤติกรรมเสี่ยงในกลุ่มวัยรุ่น⁽¹⁾ อย่างไรก็ตาม และแตกต่างจากการศึกษาของ ศิวาพร หาระทา ที่พบว่ากลุ่มวัยรุ่นบางส่วนมีการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับต่ำ โดยมองว่ากิจกรรมเหล่านี้ไม่มีผลต่อการพัฒนาตนเอง⁽⁷⁾ ซึ่งสะท้อนถึงความจำเป็นในการสร้างความเข้าใจและการประชาสัมพันธ์กิจกรรมที่หลากหลายมากขึ้น

5. ด้านพลังชุมชนมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด (ค่าเฉลี่ย = 1.83, ร้อยละ = 61.00) อยู่ในเกณฑ์ปานกลาง สะท้อนถึงความจำเป็นในการพัฒนาสายสัมพันธ์กับชุมชนและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรนภา หอมสินธุ์ และ รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ ที่พบว่าต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชนในกลุ่มวัยรุ่นอยู่ในระดับปานกลาง⁽¹⁾ เช่นกัน ซึ่งผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีความแข็งแรงทางด้านพลังตัวตนมากที่สุด ซึ่งเป็นสิ่งที่ส่งเสริมให้พวกเขาสามารถปฏิเสธพฤติกรรมเสี่ยงได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในขณะเดียวกัน ผลการศึกษายังพบว่า “พักอยู่หอคนเดียว” มี Coef. สูงมาก ($\beta = 0.703$) ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้สารเสพติดอย่างมีนัยสำคัญ การพักอยู่ห่างจากครอบครัวอาจทำให้เยาวชนขาดการกำกับดูแลจากผู้ปกครอง ซึ่งสามารถเพิ่มความเสี่ยงในการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ได้ เช่น การใช้สารเสพติด ดังนั้น การดูแลและการให้คำแนะนำแก่เยาวชนที่ต้องอยู่ห่างจากครอบครัวจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง การส่งเสริมการเชื่อมโยงกับกิจกรรมชุมชนและการสร้างเครือข่ายการสนับสนุนจากชุมชน อาจเป็นแนวทางหนึ่งในการลดความเสี่ยงจากการขาดการกำกับดูแลจากครอบครัว

พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ จากผลการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ พบว่า พฤติกรรมการเลี้ยงชีพที่จักรยานยนต์มีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงสุดเมื่อเทียบกับพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์และพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด โดยเฉพาะประเด็นการพูดคุยกับเพื่อนขณะขับซิ่งจักรยานยนต์ ซึ่งอาจเกิดจากการขาดความตระหนักในความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นขณะขับซิ่ง ในขณะที่พฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติดมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด แสดงให้เห็นถึงแนวโน้มการหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดที่ดีของกลุ่มตัวอย่าง แต่ยังคงพบปัญหาการดื่มแอลกอฮอล์ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ควรให้ความสำคัญในการป้องกันและลดการเกิดพฤติกรรมเสี่ยง

พฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ยที่ค่อนข้างต่ำ แสดงให้เห็นถึงแนวโน้มที่ยังมีพฤติกรรมเสี่ยงด้านการมีเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะประเด็นที่ไม่ได้ใช้ยาคุมกำเนิดหรือยาคุมฉุกเฉินหลังมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นปัญหาที่สำคัญเนื่องจากอาจนำไปสู่การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์หรือการติดเชื้อติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ในขณะที่ประเด็นที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือการมีเพศสัมพันธ์ในสถานที่ที่ไม่เหมาะสม ซึ่งอาจบ่งชี้ว่าผู้เข้าร่วมการวิจัยไม่ได้มีพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในสถานที่ที่เสี่ยงหรือไม่ปลอดภัยบ่อยครั้ง สอดคล้องกับงานวิจัยของ เจษฎาภรณ์ งามบุญช่วย และคณะ งานวิจัยนี้พบว่าเยาวชนที่มีพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มักขาดการใช้วิธีคุมกำเนิดอย่างถูกต้องและขาดความรู้ด้านสุขภาพทางเพศ การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกันในแง่ที่ว่าพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์และการคุมกำเนิดยังมีค่าเฉลี่ยต่ำ⁽¹¹⁾ ซึ่งแสดงถึงการขาดความรู้เกี่ยวกับการป้องกันที่เหมาะสมในกลุ่มวัยรุ่น แตกต่างจากผลการศึกษาของ ภูเบศร์ ปานเพชร พบว่าพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีและการเห็นคุณค่าในตนเองของชายที่มีเพศสัมพันธ์กับชาย ในคลินิกเทคนิคการแพทย์ฟ้าสีรุ่งรามคำแหง การศึกษาครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่ามีค่าเฉลี่ยต่ำในพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยอยู่ในระดับปานกลาง⁽¹²⁾ แสดงถึงความจำเป็นในการให้คำปรึกษาและการให้ความรู้เรื่องสุขภาพทางเพศ ซึ่งจะช่วยให้วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะลดพฤติกรรมเสี่ยงมากขึ้น

พฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับต่ำ ประเด็นที่พบปัญหามากที่สุดคือการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา สะท้อนถึงการใช้แอลกอฮอล์ในชีวิตประจำวันของกลุ่มตัวอย่าง แม้ว่าการใช้สารเสพติดประเภทอื่นๆ เช่น กัญชา ยาบ้า หรือยาไอซ์ จะมีน้อยมากก็ตาม การดื่มแอลกอฮอล์ยังคงเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ต้องให้ความสำคัญเนื่องจากอาจนำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ ได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อามินิลลา หะยิซอ และ รติพร ถึงผิง งานวิจัยนี้พบว่า การดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่อาจนำไปสู่พฤติกรรมการใช้สารเสพติดอื่นๆ เช่น ยาบ้าและกัญชา การศึกษาครั้งนี้ที่พบว่าการใช้สารเสพติดอื่นๆ อยู่ในระดับต่ำ แต่การดื่มแอลกอฮอล์มีค่าเฉลี่ยสูง⁽¹³⁾ สะท้อนถึงแนวโน้ม

ที่สอดคล้องกันกับงานวิจัยของสุชาติ ศรีวงศ์ ที่มองว่าการดื่มแอลกอฮอล์เป็นประตูลู่พฤติกรรมเสี่ยงอื่น ๆ⁽¹⁴⁾ แม้จะยังไม่ส่งผลให้กลุ่มวัยรุ่นเข้าสู่การใช้สารเสพติดรุนแรง แต่ก็ยังเป็นสิ่งที่ควรระวัง

พฤติกรรมเสี่ยงการขับขี่จักรยานยนต์ เป็นพฤติกรรมที่มีคะแนนสูงที่สุดในพฤติกรรมเสี่ยงทั้งสามด้าน โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมักมีพฤติกรรมพุดคุยกับเพื่อนขณะขับขี่รถจักรยานยนต์ ซึ่งเป็นการกระทำที่เพิ่มความเสี่ยงต่ออุบัติเหตุทางถนน ประเด็นที่น่าขึ้นมคือการหลีกเลี่ยงการขับขี่ในขณะเมาสุราหรือดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความตระหนักในเรื่องความปลอดภัยในการขับขี่และความรับผิดชอบต่อสังคมมากขึ้น ผลการศึกษารังนี้ชี้ให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มในการเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงในระดับที่แตกต่างกัน โดยพฤติกรรมเสี่ยงการขับขี่จักรยานยนต์เป็นพฤติกรรมที่ควบคุมได้ดีที่สุดเมื่อเทียบกับพฤติกรรมเสี่ยงด้านอื่นๆ อย่างไรก็ตาม พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการใช้สารเสพติดและการมีเพศสัมพันธ์ยังคงเป็นเรื่องที่ต้องให้ความสำคัญ โดยเฉพาะการลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการส่งเสริมการใช้วิธีกาเนิดที่เหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของ มัตติกา สมบัติสมบูรณ์ งานวิจัยนี้พบว่า วัยรุ่นที่เข้าใจถึงผลกระทบของการขับขี่ขณะเมาสุรา มักมีแนวโน้มเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงดังกล่าวมากขึ้น⁽¹⁵⁾ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาครั้งนี้ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการหลีกเลี่ยงการขับขี่ในขณะดื่มแอลกอฮอล์ สะท้อนถึงการมีความรับผิดชอบต่อและตระหนักถึงผลกระทบของพฤติกรรมเสี่ยงในการขับขี่ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อภิชาติ บวขม และ ทรงวุฒิ ตรังวัฒนา พบว่า การสร้างจิตสำนึกด้านความปลอดภัยในวัยรุ่น เช่น การไม่ขับขี่ขณะเมาสุรา ช่วยลดอัตราการเกิดอุบัติเหตุทางถนนในกลุ่มวัยรุ่น⁽¹⁶⁾ ผลการศึกษารังนี้สอดคล้องกันในแง่ที่ว่ากลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงในการขับขี่จักรยานยนต์เมื่อมีสติรับรู้ถึงความปลอดภัย ซึ่งสอดคล้องกับการสร้างจิตสำนึกด้านความปลอดภัย

ความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ จากผลการศึกษาความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพในประเด็น ต่าง ๆ สามารถอภิปรายได้ดังนี้

ความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติดพบว่าต้นทุนชีวิตหลายด้านมีผลต่อพฤติกรรมการเลี่ยงการใช้สารเสพติดอย่างมีนัยสำคัญ ได้แก่ ด้านพลังตัวตน ด้านพลังปัญญา ด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม และด้านพลังชุมชน นอกจากนี้ การพักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดา รวมถึงการพักอาศัยคนเดียวในหอพักก็มีผลต่อการหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดเช่นกัน แสดงให้เห็นว่าปัจจัยทางสังคมและสภาพแวดล้อมที่สนับสนุน รวมถึงการมีความเข้มแข็งในตัวตนและการมีเพื่อนกลุ่มดี ช่วยลดโอกาสในการมีพฤติกรรมเสี่ยงในการใช้สารเสพติด สอดคล้องกับการศึกษาของ พรณา หอมสินธุ์ และรุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ ศึกษาทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นที่มีความบกพร่องทางการได้ยินในเขตภาคกลางและภาคตะวันออกของไทย พบว่า ทุนชีวิตด้านพลังตัวตน ด้านพลังสร้างปัญญา ที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ⁽¹⁾

ความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงการขับขี่จักรยานยนต์ ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัวเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเลี่ยงการขับขี่จักรยานยนต์ที่มีความเสี่ยง ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงบทบาทของครอบครัวในการสร้างความรับผิดชอบต่อขับขี่ที่ปลอดภัย นอกจากนี้ ระดับการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และมัธยมศึกษาปีที่ 5 ก็มีผลต่อพฤติกรรมการขับขี่จักรยานยนต์ที่ปลอดภัยด้วย อาจเป็นเพราะช่วงอายุนี้นี้เป็นช่วงที่เยาวชนกำลังพัฒนาความเข้าใจในเรื่องความปลอดภัยและความรับผิดชอบต่อขับขี่ที่มากขึ้น

ความสัมพันธ์ของต้นทุนชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ พบว่า ต้นทุนชีวิตและปัจจัยส่วนบุคคลไม่แสดงความสัมพันธ์ที่ชัดเจนกับพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ กล่าวคือ ไม่มีปัจจัยใดที่มีผลต่อการเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งอาจบ่งชี้ว่าพฤติกรรมด้านนี้ได้รับอิทธิพลจากปัจจัยอื่นๆ ที่ไม่ได้รวมอยู่ในการศึกษา เช่น ความเชื่อทางวัฒนธรรมหรือปัจจัยทางจิตใจ

ผลกระทบของต้นทุนชีวิตแต่ละด้านต่อพฤติกรรมเสี่ยง

ผลการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับต้นทุนชีวิตในด้านต่างๆ มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพในหลายๆ ด้าน ซึ่งแสดงให้เห็นถึงบทบาทสำคัญของต้นทุนชีวิตในการลดหรือเสริมสร้างความเสี่ยงต่อพฤติกรรมที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพและการพัฒนาการของเยาวชน ดังนี้

1. ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน ผลการศึกษพบว่า ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตน ซึ่งหมายถึงความมั่นใจในตนเองและความสามารถในการจัดการกับความท้าทายต่างๆ มีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพโดยเฉพาะการใช้สารเสพติด ($\beta = -0.131, p < 0.001$) ต้นทุนชีวิตด้านพลังตัวตนที่สูงช่วยเสริมสร้างทักษะในการตัดสินใจที่ดีและสามารถปฏิเสธสิ่งยั่วยุในสภาพแวดล้อมที่มีความเสี่ยง เช่น การใช้สารเสพติด นอกจากนี้การมีความมั่นใจในตนเองยังช่วยเพิ่มความสามารถในการจัดการกับสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อพฤติกรรมไม่เหมาะสม เช่น การหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยและการขับขีจี้กรยานยนต์ในลักษณะที่เสี่ยง

2. ต้นทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว การศึกษาพบว่า พลังครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนพฤติกรรมที่ลดความเสี่ยง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการใช้สารเสพติดและพฤติกรรมการขับขีจี้กรยานยนต์ที่มีความเสี่ยง การสนับสนุนจากครอบครัวช่วยเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้และการตัดสินใจที่ถูกต้อง แม้ว่าผลการศึกษาจะพบว่าพลังครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญกับพฤติกรรมเสี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ($\beta = -0.106, p = 0.059$) แต่ก็สามารถสรุปได้ว่าปัจจัยทางสังคมในระดับครอบครัวมีความสำคัญในการส่งเสริมพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบและปลอดภัยจากพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้น

3. ต้นทุนชีวิตด้านพลังปัญญา พลังปัญญาหรือความสามารถในการคิด วิเคราะห์ และการตัดสินใจอย่างมีวิจารณญาณ มีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมเสี่ยงหลายด้าน เช่น การใช้สารเสพติด ($\beta = -0.145, p < 0.001$) และการขับขีจี้กรยานยนต์ที่ไม่ปลอดภัย การมีพลังปัญญาช่วยให้เยาวชนสามารถประเมินและหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เสี่ยง โดยการใช้ข้อมูลและทักษะในการคิดอย่างมีเหตุผลในการตัดสินใจ การส่งเสริมการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์จึงเป็นสิ่งสำคัญในการเสริมสร้างพลังปัญญาให้เยาวชน

4. ต้นทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า ต้นทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมเสี่ยงบางด้าน เช่น การใช้สารเสพติด ซึ่งอาจมาจากการสนับสนุนจากเพื่อนกลุ่มบวกและการเข้าร่วมกิจกรรมที่มีประโยชน์ เช่น การเล่นกีฬา การทำงานจิตอาสา และการเรียนรู้ในรูปแบบต่างๆ ($\beta = 0.083, p = 0.027$) การมีเพื่อนกลุ่มบวกที่มีความสนใจในกิจกรรมที่สร้างสรรค์และมีความรับผิดชอบสามารถช่วยลดพฤติกรรมเสี่ยงอย่างการใช้สารเสพติดได้ การศึกษาในด้านนี้ได้สะท้อนให้เห็นว่า การสร้างกลุ่มเพื่อนที่มีความรู้สึกเป็นเจ้าของและสนับสนุนกันสามารถส่งผลต่อพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดและส่งเสริมพฤติกรรมเชิงบวกในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่มีประโยชน์ในชุมชนและโรงเรียนเช่น การทำงานจิตอาสาและการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาเป็นการเสริมสร้างทักษะชีวิตและพัฒนาความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งนอกจากจะช่วยสร้างมิตรภาพที่ดีกับเพื่อนในกลุ่มแล้วยังช่วยเสริมสร้างพลังในด้านการจัดการกับอารมณ์และการตัดสินใจที่ดีขึ้น การเข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้ยังช่วยเพิ่มความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งสามารถช่วยป้องกันการตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงหรือการถูกชักชวนให้มีพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากกลุ่มเพื่อนที่ไม่เหมาะสม

5. ต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชน ต้นทุนชีวิตด้านพลังชุมชนมีผลสำคัญต่อการพัฒนาความรับผิดชอบต่อทางสังคมและการลดพฤติกรรมเสี่ยงในกลุ่มวัยรุ่น การมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชนช่วยเสริมสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้ยังช่วยให้เยาวชนรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่ใหญ่ขึ้น ซึ่งสามารถลดความเสี่ยงจากการตกอยู่ในสภาวะแวดล้อมที่อาจก่อให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงได้ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชนยังสามารถเสริมสร้างพลังในการจัดการกับ

ความเครียดและแรงกดดันจากปัจจัยภายนอก ผลการศึกษาพบว่า พลังชุมชนในกลุ่มตัวอย่างยังอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง (ค่าเฉลี่ย = 1.83, ร้อยละ = 61.00) ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการพัฒนาการเชื่อมโยงระหว่างเยาวชนกับชุมชน การพัฒนาความสัมพันธ์ที่แข็งแกร่งกับชุมชนสามารถช่วยเสริมสร้างความรับผิดชอบและสนับสนุนการตัดสินใจที่ดีในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ เช่น การใช้สารเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย หรือการขับขี่ยานยนต์อย่างไม่ปลอดภัย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. ผลการวิจัยพบว่าพลังชุมชนมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ซึ่งบ่งชี้ถึงความจำเป็นในการพัฒนาความสัมพันธ์และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน ดังนั้นควรมีการจัดโครงการสร้างผู้นำเยาวชนในระดับหมู่บ้านหรือเทศบาล เพื่อส่งเสริมการมีบทบาทในกิจกรรมชุมชน และเสริมสร้างความรู้สึกรับผิดชอบเป็นเจ้าของชุมชน นอกจากนี้ ควรส่งเสริมการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมในสังคม เช่น โครงการจิตอาสาและกิจกรรมเพื่อสังคม โดยเฉพาะกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างการตระหนักรู้ในปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชน ขณะเดียวกัน ผลการวิจัยยังชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จึงควรจัดโครงการหรือการให้คำปรึกษาเพื่อสร้างความตระหนักในปัญหาที่อาจเกิดขึ้นจากพฤติกรรมดังกล่าว โดยการนำเสนอข้อมูลและการให้คำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญจะช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถรับมือกับความท้าทายเหล่านี้ได้ดีขึ้น แม้ว่าผู้เข้าร่วมจะมีความสามารถในการจัดการตนเองได้ดี แต่ยังคงขาดการวางแผนชีวิตที่ชัดเจน ดังนั้น ควรสนับสนุนการให้คำปรึกษาชีวิต โดยการส่งเสริมการตั้งเป้าหมายชีวิตในระยะยาว เช่น การวางแผนการศึกษาหรืออาชีพ เพื่อช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถสร้างทิศทางชีวิตที่มีความชัดเจนและสามารถวางแผนไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ในส่วนของพลังครอบครัว ผลการวิจัยพบว่าผู้ปกครองมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนการเรียนรู้ จึงควรส่งเสริมการพูดคุยและสื่อสารในครอบครัวอย่างเปิดเผยและสบายใจมากขึ้น เช่น การจัดกิจกรรมเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว และการส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของลูกผ่านกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เช่น การอ่านหนังสือร่วมกันหรือการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ช่วยเสริมสร้างความเข้าใจระหว่างสมาชิกในครอบครัว

2. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายระดับโรงเรียน หรือสถานศึกษา จากผลการศึกษาที่พบว่า “ระดับชั้น ม.4 และ ม.5” มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยง จึงควรมีการออกแบบกิจกรรมที่มุ่งเน้นการสร้างเสริมทักษะชีวิตในระดับชั้น ม.4 - ม.5 โดยเฉพาะในเรื่องทักษะการตัดสินใจ การตั้งเป้าหมายชีวิต และการปฏิเสธพฤติกรรมเสี่ยง เพื่อช่วยป้องกันพฤติกรรมที่อาจเกิดขึ้นก่อนถึงวัยบรรลุนิติภาวะ การจัดกิจกรรมเฉพาะกลุ่มตามช่วงชั้นจะเป็นการตอบสนองต่อความต้องการและบริบทที่แตกต่างกันของแต่ละกลุ่มวัย ซึ่งช่วยเสริมสร้างความตระหนักรู้และการตัดสินใจที่ดีในสถานการณ์ต่างๆ โดยกิจกรรมเหล่านี้ควรมีความหลากหลาย เช่น การฝึกทักษะการสื่อสาร การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง การสร้างแรงจูงใจในการตั้งเป้าหมาย รวมถึงการทำกิจกรรมกลุ่มที่กระตุ้นการตัดสินใจและการร่วมมือในเชิงบวก ซึ่งจะพัฒนาทักษะชีวิตที่สำคัญในการจัดการกับพฤติกรรมเสี่ยงในระดับวัยรุ่นและป้องกันการเกิดพฤติกรรมที่อาจเป็นอันตรายในอนาคต

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรขยายขอบเขตการศึกษาผ่านการรวมกลุ่มตัวอย่างจากชุมชนที่หลากหลายทั้งในเขตเมืองและชนบท เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมและสามารถเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงในบริบทที่แตกต่างกัน โดยอาจใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ เช่น การใช้ Focus group กับนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง เพื่อสำรวจปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเหล่านั้น นอกจากนี้ ควรใช้แบบสอบถามที่เก็บข้อมูลเกี่ยวกับแรงจูงใจ แรงกดดันทางสังคม หรือความเชื่อทางเพศ เพื่อค้นหาปัจจัยที่ไม่สามารถวัดได้จากการศึกษาปริมาณ เช่น ความเชื่อทางวัฒนธรรม หรือปัจจัยทางจิตใจที่อาจมีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงดังกล่าว การใช้การศึกษาผสมผสาน (Mixed methods) ที่รวมทั้งการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ จะช่วยให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับ

ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงและต้นทุนชีวิต รวมถึงการทำให้การวิเคราะห์ข้อมูลมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น อีกทั้งยังควรมีการศึกษาติดตามผลระยะยาว (Longitudinal study) เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมเสี่ยงและต้นทุนชีวิตในช่วงเวลานาน ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจถึงผลของการแทรกแซงหรือการสนับสนุนในแต่ละด้านต่อพฤติกรรมเสี่ยงของผู้เข้าร่วมได้ดียิ่งขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาและการสนับสนุนจากหลายฝ่าย ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชมา วัฒนบุรานนท์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.เสาวนีย์ ทองนพคุณ ที่กรุณาให้คำแนะนำ ตรวจสอบ และให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ตลอดการทำวิจัย ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ นายแพทย์สุริยเดว ทรีปาตี ที่เอื้อเฟื้อเครื่องมือวิจัย เอกสาร และข้อมูลที่เป็นประโยชน์ รวมถึง รองศาสตราจารย์ ดร.พัทธนา ใจดี นางสาวเอี่ยมพร รักจรรยาบรรณ และนายณรงค์ศักดิ์ ทองธรรมชาติ ที่ให้คำแนะนำด้านการวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการครูอาจารย์ และนักเรียน ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูล สุดท้ายนี้ ข้าพเจ้าขอขอบคุณ ครอบครัว เพื่อน และทุกท่าน ที่คอยให้กำลังใจและการสนับสนุนเสมอมา

เอกสารอ้างอิง

1. พรนภา หอมสิน, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศ. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ไฟฟ้าในระยะเริ่มแรกของนักเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดฉะเชิงเทรา. พยาบาลสาร. 2566;50(4):158-69.
2. สุริรัตน์ เวียงกมล, พรนภา หอมสิน, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศ. ต้นทุนชีวิตและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ระยะแรกของนักเรียนชาย ชั้นประถมศึกษาตอนปลาย จังหวัดกาฬสินธุ์. J Public Health Nurs. 2560;31(2):89-108.
3. รัศมี สังข์ทอง, ดาริกา ไสงาม. เยาวชนไทยใครมีปัญหา. สงขลา: แผนงานภาคีวิชาการสารเสพติด (ภวส.), หน่วยระบาดวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์; 2562.
4. วรลักษณ์ หิมะกลัศ, สุริยเดว ทรีปาตี. ทุนชีวิตของเด็กและเยาวชนไทย. กรุงเทพฯ: สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.); 2564.
5. พิงพิศ ลักษณะลิขิตกุล. ความคิดเห็นของประชาชนในท้องถิ่นต่อการส่งเสริมการท่องเที่ยวบริเวณชายหาดบางแสน. ปัญหาพิเศษ. ชลบุรี: วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยบูรพา; 2554.
6. Cochran WG. Sampling techniques. 3rd ed. New York: John Wiley & Sons; 1977.
7. ศิวาพร หาระทา. ต้นทุนชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรงในวัยรุ่น กลุ่มนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ สังกัดสถาบันอาชีวศึกษากรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2562.
8. สุริยเดว ทรีปาตี. ต้นทุนชีวิตเด็กและเยาวชนไทย. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: ไม่ระบุสำนักพิมพ์; 2555.
9. พรณพิมล หล่อตระกูล, คณะ. รายงานวิจัยเครื่องมือสำรวจต้นทุนชีวิตเด็กวัยเรียน. พิมพ์ครั้งที่ 1. ดินแดง: สถาบันราชานุกูล; 2552.
10. ทัดพิชา สุขรัตน์, อธิพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน. ต้นทุนชีวิต การพัฒนาตนเอง ทักษะทางสังคม และวุฒิภาวะทางอาชีพของนักเรียนอาชีวศึกษา วิทยาลัยเทคนิคศรีสะเกษ. วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์. 2562;8(1):165-77.
11. เจษฎาภรณ์ งามบุญช่วย, ชารีฟ นาคสุข, จิตพิงษ์ ยิ่งยง, สุปิยา จันทรมณี, ปริญญ์ พุทธวงศ์. ความชุกของการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมเสี่ยงในกลุ่มชายที่มีเพศสัมพันธ์กับชาย ในพื้นที่ 3 จังหวัดและกรุงเทพมหานคร ประเทศไทย ปี 2566. รายงานการเฝ้าระวังทางระบาดวิทยาประจำสัปดาห์. 2566;54(45):699-708.
12. ภูเบศร์ ปานเพ็ชร. พฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีและการเห็นคุณค่าในตนเองของชายที่มีเพศสัมพันธ์กับชายในคลินิกเทคนิคการแพทย์ฟ้าสีรุ้งรามคำแหง [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2564.
13. อามีนีลา หะยีซอ, รติพร ถึงฝั่ง. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้. J Soc Dev Manag Strategy. 2566;25(2):29-49.
14. สุชาติ ศรียงค์. การศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติด. มปป.; 2561.

15. มัตติกา สมบัติสมบูรณ์. การศึกษาแนวทางการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ กรณีศึกษาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร. วารสารชุมชนวิจัยและพัฒนาสังคม. 2567;17(3):28-42.
16. อภิชาติ บวบชม, ทรงวุฒิ ตรังวัฒนา. ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการบังคับใช้กฎหมายที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมดื่มไม่ขับของวัยรุ่นภาคเหนือ. วารสารสังคมศาสตร์และวัฒนธรรม. 2566;7(11):283-93.