

## ประสิทธิผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

ของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร\*

## The Effectiveness of Behavioral Change Program for Pre-marital Sexual Prevention among Grade 8 Female Students, Muang District, Kamphaeng Phet\*

นพรัตน์ สโมส, ส.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)<sup>1</sup>

Nopparat Samosorn, M.P.H. (Public Health)<sup>1</sup>

ปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์, ป.ศ. (ประชากรศาสตร์)<sup>2</sup>

Pramote Wongsawat, Ph.D. (Demography)<sup>2</sup>

Received: April 9, 2020 Revised: April 27, 2020 Accepted: April 28, 2020

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนในอำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 64 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 32 คน เครื่องมือการวิจัยประกอบด้วย โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีค่าความเชื่อมั่น .74 แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีค่าความเชื่อมั่น .70 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีค่าความเชื่อมั่น .83 และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีค่าความเชื่อมั่น .85 ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือนมิถุนายนถึงเดือนสิงหาคม 2560 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถี่ ร้อยละ paired *t*-test และ independent *t*-test

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 14.500, p < .001$ ;  $t = 5.950, p < .001$ ;  $t = 11.920, p < .001$  และ  $t = 25.370, p < .001$  ตามลำดับ)

\* วิทยานิพนธ์หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

\* Master's Thesis of Public Health Program in Public Health, Faculty of Public Health, Naresuan University

<sup>1</sup> มหบัณฑิต สาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

<sup>1</sup> Master, Program in Public Health, Faculty of Public Health, Naresuan University

<sup>1</sup> ผู้เขียนหลัก (Corresponding author) E-mail: parat.nsp@gmail.com

<sup>2</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

<sup>2</sup> Assistant Professor, Faculty of Public Health, Naresuan University

และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 12.060, p < .01; t = 6.980, p < .01; t = 12.310, p < .05$  และ  $t = 17.740, p < .05$  ตามลำดับ)

จากการวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะว่า ผู้บริหารสถานศึกษาที่มีนักเรียนวัยรุ่นหญิงควรมีโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรไปประยุกต์ใช้ เพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

**คำสำคัญ:** โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร นักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

### Abstract

This quasi-experimental research aimed to study the effectiveness of behavioral change program for pre-marital sexual prevention among grade 8 female students. The samples consisted of 64 grade 8 female students who studied at schools in Muang District, Kamphaeng Phet and were equally divided into an experimental group ( $n = 32$ ) and a control group ( $n = 32$ ). The research instruments included the behavioral change program for pre-marital sexual prevention, the demographic questionnaire, the attitude toward pre-marital sex questionnaire with the reliability of .74, the life skill for pre-marital sex prevention questionnaire with the reliability of .70, the perceived self-efficacy of pre-marital sex prevention questionnaire with the reliability of .83, and the behavior for pre-marital sexual prevention questionnaire with the reliability of .85. The implementation and data collection were conducted from June to August, 2017. Statistics used for data analysis included frequency, percentage, paired  $t$ -test, and independent  $t$ -test.

The research results revealed that after the experiment, the experimental group had statistically significant higher mean scores of attitude toward pre-marital sex, life skill for pre-marital sex prevention, perceived self-efficacy of pre-marital sex prevention, and behavior for pre-marital sexual prevention than those of before the experiment ( $t = 14.500, p < .001; t = 5.950, p < .001; t = 11.920, p < .001$  and  $t = 25.370, p < .001$ , respectively) and higher than those of the control group ( $t = 12.060, p < .01; t = 6.980, p < .01; t = 12.310, p < .05$  and  $t = 17.740, p < .05$ , respectively).

This research suggests that executives of female school should apply this behavioral change program for pre-marital sexual prevention in order to enhance the appropriate behaviors for pre-marital sexual prevention among female students.

**Keywords:** Behavioral change program, Pre-marital sex, Grade 8 female students

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันวัยรุ่นไทยเริ่มเข้าสู่วัยหนุ่มสาวเร็วขึ้น ประกอบกับบริบททางสังคมที่มีปัจจัยต่าง ๆ เอื้อให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้แก่ การมีเพศสัมพันธ์อายุน้อย (กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ, 2556) จากการสำรวจพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวีในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปี พ.ศ.

2555 พบว่า นักเรียนชายร้อยละ 5.30 และนักเรียนหญิงร้อยละ 5.10 เคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว โดยอายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกในนักเรียนชายและนักเรียนหญิงเท่ากับ 13.20 ปี และ 13.30 ปี ตามลำดับ ซึ่งการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรอาจส่งผลกระทบต่อจุดเปลี่ยนสำคัญในชีวิตได้ คือ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งมักเป็นการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ อันก่อให้เกิดความเสี่ยง

ตามมาหลายประการ เช่น ภาวะครรภ์เป็นพิษ ภาวะโลหิตจาง ภาวะตกเลือดหลังคลอด เชื้อบวมดลูกอักเสบ ด้วยความไม่พร้อมที่จะตั้งครรภ์ นำไปสู่การแก้ไขปัญหาด้วยการยุติการตั้งครรภ์ที่ไม่ปลอดภัย (กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ, 2556)

ผลการเฝ้าระวังพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวีในกลุ่มนักเรียนของประเทศไทย ปี พ.ศ. 2554 โดยสำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค (2554) พบว่า การมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกและใช้ถุงยางอนามัยของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีร้อยละ 4.20 และนักเรียนหญิงร้อยละ 3 เคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว โดยอายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของนักเรียนชายเท่ากับ 12.20 ปี ส่วนในนักเรียนหญิงเท่ากับ 12.30 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิงมีเพศสัมพันธ์กับแฟนหรือคู่มากที่สุด การใช้ถุงยางอนามัยในการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก พบว่า กลุ่มนักเรียนชายใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ร้อยละ 55.10 และนักเรียนหญิงมีการใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ร้อยละ 44.90 โดยสัดส่วนของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่เคยมีเพศสัมพันธ์แล้วยังคงเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ และมีอายุเฉลี่ยน้อยลง ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนสามารถเข้าถึงสื่อที่ผลักดันให้มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมากขึ้น อีกทั้งยังไม่สามารถป้องกันตัวเองจากภาวะคุกคามได้ ผลจากการเฝ้าระวังที่พบว่านักเรียนมีแนวโน้มที่จะมีเพศสัมพันธ์มากขึ้น และอัตราการใช้ถุงยางอนามัยต่ำ สะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นเร่งด่วนที่จะต้องหาแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศของนักเรียน

จังหวัดกำแพงเพชรเป็นจังหวัดหนึ่งที่พบปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงของเขตสุขภาพที่ 3 โดยพบอัตราการคลอดมีชีพในหญิงอายุ 10-14 ปี และอายุ 15-19 ปี เท่ากับ 1.30 และ 44.20 ต่อหญิงวัยเดียวกัน (พันคน) (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย, 2559) และข้อมูลจากโปรแกรมระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์และสุขภาพ (Health Data Center [HDC]) เวอร์ชัน 2.0 ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร (2559) ในปี 2559 พบว่า อำเภอที่มีอัตราการคลอดมีชีพมากที่สุด 4 อันดับ ได้แก่ อำเภอโกสัมพีนคร อำเภอลองขลุ อำเภอลองลาน และอำเภอเมืองกำแพงเพชร ซึ่งมีอัตราการคลอดมีชีพเท่ากับ 53.41, 46.35, 43.61 และ 43.36 ต่อหญิงวัยเดียวกัน (พันคน) สำหรับอำเภอเมืองกำแพงเพชรนั้น ตำบลที่พบอัตราการคลอดมีชีพในหญิงอายุ 15-19 ปี มากที่สุด 5 อันดับ ได้แก่ ตำบลหนองปลิง ตำบลลานดอกไม้ ตำบลสระแก้ว ตำบลนาบ่อคำ และตำบลวังทอง คิดเป็นอัตราการคลอดมีชีพเท่ากับ 81, 66.07, 56.29, 53.91 และ 48.22 ตามลำดับ

จากประเด็นข้างต้น ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นหาแนวคิดและทฤษฎีเพื่อเป็นแนวทางในการช่วยเหลือนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ให้สามารถจัดการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ พบว่า แนวทางปฏิบัติเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตจากการศึกษาของ Mangrulkar, Whitman, and Posner (2001 อ้างถึงในสกต วรเจริญศรี, 2550) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการพัฒนาทักษะชีวิตของวัยรุ่นไว้ว่า ช่วยยับยั้งหรือชะลอการใช้สารเสพติด ช่วยป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ช่วยในการควบคุมอารมณ์ โดยเฉพาะอารมณ์โกรธ สามารถป้องกันพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับอาชญากรรม ช่วยพัฒนาพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ช่วยส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมได้ดี และช่วยในการปรับปรุงและพัฒนาประสิทธิภาพการเรียน นอกจากนี้ยังพบว่า โปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศช่วยเพิ่มการรับรู้สมรรถนะแห่งตนได้ (ศศิพันธ์ พันธุ์สุวรรณ, กนกพิชญ์ วงศ์ใหญ่, และปาณิสรา หลีค้วน, 2556) โดยบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะมีพฤติกรรมแสดงออกมากกว่าบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ ซึ่งทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นแนวทางที่ช่วยเพิ่มประสบการณ์ที่ประสบผลสำเร็จในชีวิตให้แก่วัยรุ่น การใช้คำพูดชักจูง และการกระตุ้นทางอารมณ์ สามารถเป็นแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นได้ (ดวงกมล ทองอยู่, 2557) และพบว่า ตัวแปรที่เป็นปัจจัยเชิงสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นในจังหวัดกำแพงเพชร คือ การมีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสและความชอบเสี่ยง โดยพบว่า ทั้งสองตัวแปรสามารถร่วมกันอธิบายพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 8 กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2554)

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำแนวคิดและทฤษฎีข้างต้นมาประยุกต์ใช้ในการสร้างโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งยังไม่พบการศึกษาการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในเรื่องเจตคติ ทักษะชีวิตที่จำเป็น ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ไขปัญหา และทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง รวมทั้งในเรื่องการรับรู้ความสามารถแห่งตน ซึ่งผลการวิจัยที่ได้จะช่วยให้แก่นักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เกิดพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร อันนำไปสู่การลดลงของอัตราการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และอัตราการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง

2. เพื่อเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

## สมมติฐานการวิจัย

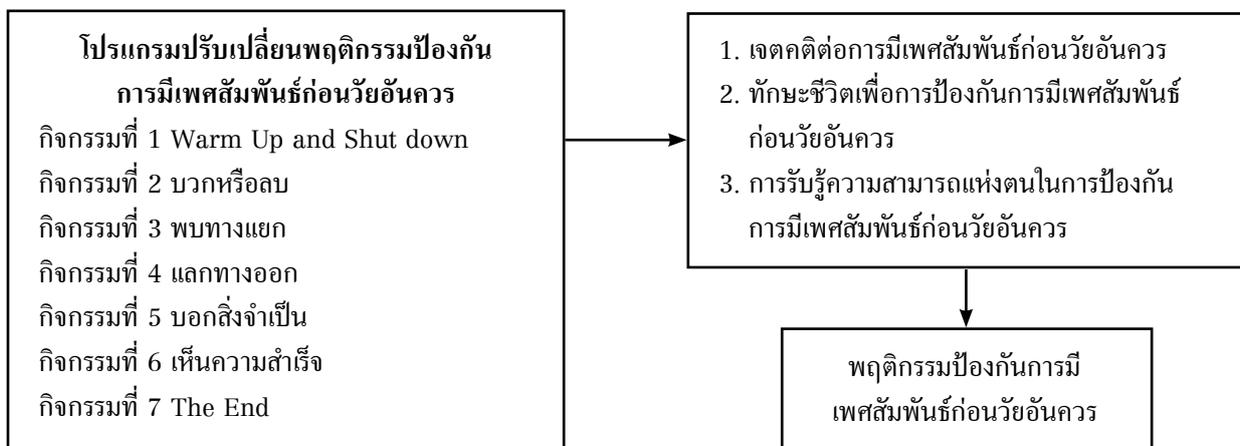
1. หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร สูงกว่าก่อนการทดลอง

2. หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อ

การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร สูงกว่ากลุ่มควบคุม

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแนวคิดเกี่ยวกับเจตคติและทักษะชีวิต รวมทั้งทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตน มาประยุกต์ใช้ในการสร้างโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยเป็นกิจกรรมสนทนากลุ่มเพื่อสร้างกระบวนการคิด วิเคราะห์ตรรกะอย่างมีวิจารณญาณ เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ในเรื่องเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยมุ่งเน้นถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นในแง่มุมที่แตกต่าง เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนต่อไป โดยโปรแกรมประกอบด้วยกิจกรรมทั้งสิ้น 7 กิจกรรม สรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) ชนิดสองกลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง (two groups, pretest-posttest design)

**ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง** ประชากรเป็นนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนขยายโอกาส สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดกำแพงเพชร เขต 1 กระทวง

ศึกษาธิการ ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 222 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ 1) กำลังศึกษาที่โรงเรียนในตำบลลานดอกไม้และตำบลหนองปลิง อำเภอเมืองกำแพงเพชร 2) มีสติสัมปชัญญะครบถ้วน มีการรับรู้ดี 3) สามารถสื่อสารภาษาไทยได้ 4) มีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ 5) ได้รับความยินยอมให้เข้าร่วมการวิจัยจากผู้ปกครอง และ 6) ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ส่วนเกณฑ์การยุติการเข้าร่วมการวิจัย

คือ 1) มีการย้ายถิ่นหรือย้ายสถานศึกษา 2) เข้าร่วมการวิจัย ไม่ครบขั้นตอน และ 3) ขอลถอนตัวจากการวิจัย กำหนดขนาด ตัวอย่างโดยใช้สูตรประมาณค่าเฉลี่ยประชากร 2 กลุ่ม (ปรมาโมทย์ วงศ์สวัสดิ์, 2559) โดยนำค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการศึกษาของชลดา กิ่งมาลา, ทศนีย์ รวีวรกุล, และอาภาพร เผ่าวัฒนา (2558) มาร่วมในการคำนวณ โดยกำหนดอำนาจ การทดสอบเท่ากับ .95 และระดับนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .01 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 29 คน (กลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม) รวมจำนวน 58 คน และเพื่อเป็นการทดแทนในกรณี ที่มีการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง จึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มละ 32 คน รวมจำนวน 64 คน โดยเลือกโรงเรียนที่ศึกษา จำนวน 2 แห่ง ที่มีการจัดการเรียนการสอนคล้ายคลึงกัน จากนั้นเลือก กลุ่มตัวอย่างในโรงเรียนแต่ละแห่ง ด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง ตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวนแห่งละ 32 คน แล้วทำการสุ่มอย่างง่าย โดยการจับสลาก ได้โรงเรียนแห่งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง และ โรงเรียนอีกแห่งหนึ่งเป็นกลุ่มควบคุม

**เครื่องมือการวิจัย** เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดเกี่ยวกับเจตคติและทักษะชีวิต รวมทั้ง ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตน ประกอบด้วยกิจกรรมทั้งสิ้น 7 กิจกรรม ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 Warm Up and Shut down ใช้ เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นการละลายพฤติกรรม เพื่อสร้างความคุ้นเคยและความรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและกัน โดยใช้เทคนิค การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข ใช้ความจริงใจในการเปิดเผย ตนเอง และใช้หลักการให้การปรึกษากลุ่ม เช่น การรักษาความลับ การวิจารณ์ผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์

กิจกรรมที่ 2 บวกหรือลบ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นการเสริมสร้างเจตคติที่ดีต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร โดยแบ่งกลุ่ม ให้วิเคราะห์สถานการณ์จำลองและ ผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน เพื่อสะท้อนปัญหา จากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในหลายแง่มุม จากนั้นให้ นำเสนอและแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ผู้วิจัยสรุปและกระตุ้นเตือนถึง ปัจจัยต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อน วัยอันควร

กิจกรรมที่ 3 พบทางแยก ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นการพัฒนาทักษะการตัดสินใจ โดยแบ่งกลุ่ม ให้วิเคราะห์ สถานการณ์จำลองทั้งข้อดีและข้อเสีย ฝึกรวบรวมข้อมูลประกอบ

การตัดสินใจ เพื่อลดความเสี่ยงในการตัดสินใจผิดพลาด จากนั้น ให้นำเสนอและแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ผู้วิจัยสรุปหลักการตัดสินใจ

กิจกรรมที่ 4 แลกทางออก ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นการพัฒนาทักษะการแก้ไขปัญหา โดยแบ่งกลุ่ม ให้วิเคราะห์สถานการณ์จำลอง กำหนดหรือระบุปัญหา วิเคราะห์ ความเป็นไปได้ของแนวทางการแก้ไขปัญหาด้วยเหตุผล และ กำหนดแนวทางและวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม จากนั้น ให้นำเสนอและแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ผู้วิจัยสรุปหลักการแก้ไข ปัญหา

กิจกรรมที่ 5 บอกสิ่งจำเป็น ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นการพัฒนาทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง โดยแบ่งกลุ่ม ให้วิเคราะห์สถานการณ์จำลอง ค้นหาวิธีการปฏิเสธ และเจรจาต่อรอง จากนั้นให้นำเสนอและแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ผู้วิจัยสรุปหลักการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง

กิจกรรมที่ 6 เห็นความสำเร็จ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นการเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถแห่งตน โดยใช้ ตัวแบบทางบวกที่เป็นรุ่นพี่ที่ประสบผลสำเร็จในการเรียนและ หน้าที่การงานมาพูดคุย และให้นักเรียนร่วมวิเคราะห์ผลที่อาจ เกิดขึ้นจากการกระทำในสถานการณ์จำลอง มีการอภิปราย ซักถาม เพื่อให้นักเรียนเห็นคุณค่าและความสำเร็จจากการกระทำ มีความเชื่อมั่นในการหลีกเลี่ยงและปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ได้

กิจกรรมที่ 7 The End ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นการทบทวนสาระสำคัญที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม ที่ 2-6 โดยให้นำเสนอในรูปแบบการแสดงบทบาทสมมติ มีการอภิปรายร่วมกัน ผู้วิจัยสรุปแนวทางการประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็น แบบสอบถาม ผู้วิจัยสร้างขึ้น มี 5 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับผลการเรียนเฉลี่ย ลำดับที่ของบุตร สถานภาพของบิดามารดา บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน จำนวนเงินที่ได้รับไปโรงเรียน และการมีแฟน/คนรัก จำนวนทั้งสิ้น 6 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบเลือกตอบและแบบเติมคำ

ชุดที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร จำนวนทั้งสิ้น 14 ข้อ ประกอบด้วยคำถาม ทางบวกและคำถามทางลบ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตร ประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ของคำถามทางบวก ได้แก่ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไม่เห็นด้วย ไม่แน่ใจ เห็นด้วย และ เห็นด้วยอย่างยิ่ง ส่วนคำถามทางลบให้คะแนนในลักษณะ ตรงกันข้าม คะแนนรวมอยู่ในช่วง 14-70 คะแนน สำหรับ

การแปลผลคะแนน คะแนนรวมน้อย หมายถึง มีเจตคติที่ไม่ดี และคะแนนรวมมาก หมายถึง มีเจตคติที่ดี

ชุดที่ 3 แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นการวัดเชิงสถานการณ์ใน 3 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ไขปัญหา และทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง จำนวนทั้งสิ้น 28 ข้อ โดยแต่ละทักษะประกอบด้วย 5 กระบวนการ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบเลือกตอบ 5 ตัวเลือก ซึ่งแตกต่างกันตามสถานการณ์สำหรับเกณฑ์การให้คะแนน คือ หากตอบ 1 กระบวนการ ให้ 1 คะแนน จนถึงหากตอบ 5 กระบวนการ ให้ 5 คะแนน คะแนนรวมอยู่ในช่วง 28-140 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมน้อย หมายถึง มีทักษะชีวิตไม่ดี และคะแนนรวมมาก หมายถึง มีทักษะชีวิตดี

ชุดที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จำนวนทั้งสิ้น 16 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ได้แก่ คิดว่าไม่สามารถปฏิบัติได้อย่างแน่นอน คิดว่าไม่สามารถปฏิบัติได้ ไม่แน่ใจ คิดว่าสามารถปฏิบัติได้ และคิดว่าสามารถปฏิบัติได้อย่างแน่นอน คะแนนรวมอยู่ในช่วง 16-80 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมน้อย หมายถึง มีการรับรู้ต่ำ และคะแนนรวมมาก หมายถึง มีการรับรู้สูง

ชุดที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จำนวนทั้งสิ้น 16 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามทางบวกและข้อคำถามทางลบ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ของข้อคำถามทางบวก ได้แก่ ไม่เคยปฏิบัติ ปฏิบัติ 2-3 ครั้งต่อเดือน ปฏิบัติเดือนละ 1 ครั้ง ปฏิบัติสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และปฏิบัติเกือบทุกวัน ส่วนข้อคำถามทางลบให้คะแนนในลักษณะตรงกันข้าม คะแนนรวมอยู่ในช่วง 16-80 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมน้อย หมายถึง มีพฤติกรรมที่ไม่ดี และคะแนนรวมมาก หมายถึง มีพฤติกรรมที่ดี

สำหรับการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือนี้ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามทั้งหมดไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิเป็นอาจารย์มหาวิทยาลัย ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ในช่วง .67-1 ดำเนินการแก้ไขตามคำแนะนำ จากนั้นนำแบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และแบบสอบถามพฤติกรรม

ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ไปทดลองใช้กับนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในอำเภอพรานกระต่าย จังหวัดกำแพงเพชร ที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการของครอนบาช ได้ค่าเท่ากับ .74, .70, .83 และ .85 ตามลำดับ และหาค่าความคงที่ในการวัดด้วยวิธีการทดสอบซ้ำ ได้ค่าเท่ากับ .74, .70, .73 และ .76 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง มีดังนี้ 1) หลังจากโครงร่างวิจัยได้รับการพิจารณาเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร (เอกสารรับรอง เลขที่ COA No. 006/2017 IRB No. 997/59 วันที่ 4 มกราคม 2560) ผู้วิจัยจึงเริ่มดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล และ 2) ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ ขั้นตอนการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล และสิทธิในการถอนตัวจากการวิจัย รวมทั้งแจ้งว่าข้อมูลจะได้รับการรักษาเป็นความลับและนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น โดยจะนำเสนอข้อมูลในภาพรวม

การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล มีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขออนุญาตดำเนินการวิจัยจากผู้อำนวยการโรงเรียนทั้ง 2 แห่ง เข้าพบผู้อำนวยการและคณะครู เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และขั้นตอนการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ในสัปดาห์ที่ 1 ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่โรงเรียนแต่ละแห่ง แนะนำตัว และดำเนินการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง (ข้อ 2) จากนั้นให้ตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ก่อนการทดลอง (pre-test) โดยใช้เวลา 40 นาที

3. ในสัปดาห์ที่ 2 ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ทั้ง 7 กิจกรรม ที่โรงเรียน โดยในวันที่ 1 เข้าร่วมกิจกรรมที่ 1 Warm Up and Shut down และกิจกรรมที่ 2 บวกหรือลบ ในวันที่ 2 เข้าร่วมกิจกรรมที่ 3 พบทางแยก กิจกรรมที่ 4 แลกทางออก และกิจกรรมที่ 5 บอกลีงจำเป็น และในวันที่ 3 เข้าร่วมกิจกรรมที่ 6 เห็นความสำเร็จ และกิจกรรมที่ 7 The End ส่วนกลุ่มควบคุมให้ได้รับการเรียน

การสอนตามปกติ

4. ในสัปดาห์ที่ 9 ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่โรงเรียนแต่ละแห่ง ให้ตอบแบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร หลังการทดลอง (post-test) โดยใช้เวลา 40 นาที

ทั้งนี้ ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือนมิถุนายนถึงเดือนสิงหาคม 2560

การวิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์ด้วยสถิติความถี่และร้อยละ การเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง วิเคราะห์ด้วยสถิติ paired *t*-test ส่วนการเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง วิเคราะห์ด้วยสถิติ independent *t*-test

## ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่ามีผลการเรียนเฉลี่ยอยู่ในช่วง 2.01-3 มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50 เท่ากัน ลำดับที่ของบุตร คือ ลำดับที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 31.30 และลำดับที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 37.60 ตามลำดับสถานภาพของบิดามารดา คือ อยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 75 และ 56.30 ตามลำดับ บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน คือ บิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 62.50 และ 43.80 ตามลำดับ จำนวนเงินที่ได้รับไปโรงเรียน คือ 40 บาทต่อวัน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.60 และ 31.20 ตามลำดับ และมีแฟน/คนรัก คิดเป็นร้อยละ 53.10 และ 62.50 ตามลำดับ

2. การเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 14.500, p < .001$ ;  $t = 5.950, p < .001$ ;  $t = 11.920, p < .001$  และ  $t = 25.370, p < .001$  ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง

| ช่วงเวลา   | n  | M      | SD    | t      | p      |
|--|----|--------|-------|--------|--------|
| เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร                 |    |        |       |        |        |
| ก่อนการทดลอง   | 32 | 45.40  | 4.21  | 14.500 | < .001 |
| หลังการทดลอง   | 32 | 58.12  | 2.80  |        |        |
| ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร |    |        |       |        |        |
| ก่อนการทดลอง   | 32 | 101.43 | 11.05 | 5.950  | < .001 |
| หลังการทดลอง   | 32 | 111.50 | 9.79  |        |        |

**ตารางที่ 1** การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง (ต่อ)

| ช่วงเวลา   | n  | M     | SD   | t      | p      |
|--|----|-------|------|--------|--------|
| การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร |    |       |      |        |        |
| ก่อนการทดลอง   | 32 | 56.81 | 7.97 | 11.920 | < .001 |
| หลังการทดลอง   | 32 | 72.50 | 3.93 |        |        |
| พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร                       |    |       |      |        |        |
| ก่อนการทดลอง   | 32 | 49.87 | 5.14 | 25.370 | < .001 |
| หลังการทดลอง   | 32 | 74.18 | 3.99 |        |        |

3. การเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ย

ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 12.060, p < .01$ ;  $t = 6.980, p < .01$ ;  $t = 12.310, p < .05$  และ  $t = 17.740, p < .05$  ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

| ช่วงเวลา   | n  | M      | SD   | t      | p    |
|--|----|--------|------|--------|------|
| เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร                 |    |        |      |        |      |
| กลุ่มทดลอง   | 32 | 58.12  | 3.80 | 12.060 | .005 |
| กลุ่มควบคุม  | 32 | 46.00  | 4.94 |        |      |
| ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร |    |        |      |        |      |
| กลุ่มทดลอง   | 32 | 115.50 | 5.16 | 6.980  | .001 |
| กลุ่มควบคุม  | 32 | 102.53 | 9.15 |        |      |

**ตารางที่ 2** การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง (ต่อ)

| ช่วงเวลา   | n  | M     | SD   | t      | p    |
|--|----|-------|------|--------|------|
| การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร |    |       |      |        |      |
| กลุ่มทดลอง   | 32 | 72.50 | 3.93 | 12.310 | .037 |
| กลุ่มควบคุม  | 32 | 55.96 | 6.49 |        |      |
| พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร                       |    |       |      |        |      |
| กลุ่มทดลอง   | 32 | 74.18 | 3.99 | 17.740 | .028 |
| กลุ่มควบคุม  | 32 | 51.50 | 6.02 |        |      |

### การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากผู้วิจัยได้ใช้กระบวนการเสริมสร้างเจตคติที่ดีต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์สถานการณ์จำลองและผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และสาเหตุปัญหาจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในหลายแง่มุม เพื่อให้มีความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องเพศ ส่งผลต่อการป้องกันและการดูแลสุขภาพทางเพศของตนเอง ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของจิราพร รัตนพงศ์ (2553) ที่ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มีต่อเจตคติต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีเจตคติต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้

เนื่องจากผู้วิจัยได้ใช้กิจกรรมที่มุ่งเน้นให้เกิดการพัฒนาทักษะต่าง ๆ ทั้งทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ไขปัญหา และทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง โดยให้วิเคราะห์สถานการณ์จำลอง ทั้งข้อดีและข้อเสีย ฝึกรวบรวมข้อมูลประกอบการตัดสินใจ และให้ฝึกระบุปัญหา วิเคราะห์ความเป็นไปได้ของแนวทางการแก้ไขปัญหาด้วยเหตุผล และกำหนดแนวทางและวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม รวมทั้งให้ค้นหาวิธีการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของชญาดา คล่องการและปาริชา นิพนพานนท์ (2557) ที่ศึกษาประสิทธิผลโปรแกรมสุขศึกษาในการประยุกต์ใช้การสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในโรงเรียนแห่งหนึ่ง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และด้านการตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากผู้วิจัยได้ใช้กิจกรรมที่มุ่งเน้นให้เกิดการเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถแห่งตน โดยใช้ตัวแบบทางบวกที่เป็นรุ่นพี่ที่ประสบผลสำเร็จจากการกระทำ และนักเรียนได้ร่วมวิเคราะห์ผลที่อาจเกิดขึ้นจากการกระทำในสถานการณ์จำลอง การได้เห็น

ประสบการณ์ที่สำเร็จของผู้อื่น ทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถตัดสินใจได้ถึงความสามารถในการรับมือกับสถานการณ์ที่ไม่คาดคิดและผลที่อาจเกิดขึ้น ส่งผลให้เกิดความเชื่อมั่นในการหลีกเลี่ยงและปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ได้ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของสคินันท์ พันธุ์สุวรรณ และคณะ (2556) ที่ศึกษาผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของสตรีวัยรุ่น พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่ำกว่าก่อนการทดลอง และต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ที่ประกอบด้วยกิจกรรมหลัก 5 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมบวกหรือลบ กิจกรรมพบทางแยก กิจกรรมแลกทางออก กิจกรรมบอกสิ่งจำเป็น และกิจกรรมเห็นความสำเร็จ ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร อันนำไปสู่การมีพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนได้ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของอุบลรัตน์ บุญทา (2554) ที่ศึกษาผลการประยุกต์ใช้โปรแกรมทักษะชีวิตในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงในโรงเรียนขยายโอกาส พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการพัฒนาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลองและมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผู้บริหารสถานศึกษาที่มีนักเรียนวัยรุ่นหญิงควรนำโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรไปประยุกต์ใช้ โดยปรับให้เหมาะสมกับบริบทของโรงเรียนและสังคม เพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

### 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในกลุ่มประชากรอื่น เช่น นักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย เพื่อขยายผลการศึกษาให้กว้างยิ่งขึ้น

2.2 ควรมีการศึกษาในลักษณะเดียวกับการวิจัยครั้งนี้ โดยมีการติดตามประเมินพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรเป็นระยะ เช่น 3 เดือน 6 เดือน หรือ 1 ปี เพื่อประเมินประสิทธิผลของโปรแกรม

## เอกสารอ้างอิง

- กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ. (2556). *แม่วัยใสทำทายการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: แอดวานซ์ปับริชิ่ง.
- จิราพร รัตนพงษ์. (2553). *ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ที่มีต่อเจตคติต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสามบ่อวิทยา จังหวัดสงขลา* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต). สงขลา: มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- ชญาดา คล่องการ, และปาริชา นิพพานนท์. (2557). ประสิทธิภาพโปรแกรมสุขศึกษาในการประยุกต์ใช้การสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอห้วยแถลง จังหวัดนครราชสีมา. *วารสารวิจัยและพัฒนาาระบบสุขภาพ*, 7(1), 285-294.
- ชลดา กิ่งมาลา, ทศนีย์ รวีวรกุล, และอาภาพร เผ่าวัฒนา. (2558). ผลของโปรแกรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิง. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ*, 31(3), 25-34.
- ดวงกมล ทองอยู่. (2557). แนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น ตามทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตน. *วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์*, 4(2), 179-190.
- ปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์. (2559). *เอกสารประกอบการบรรยายเรื่อง การกำหนดขนาดตัวอย่างสำหรับ Experimental research*. พิษณุโลก: คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- สคินันท์ พันธุ์สุวรรณ, กนกพิชญ์ วงศ์ใหญ่, และปานิศา หลีควัน. (2556). ผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของสตรีวัยรุ่น. *พยาบาลสาร*, 40(4), 68-79.

สกล วรเจริญศรี. (2550). การศึกษาทักษะชีวิตและการสร้าง  
โมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน  
วัยรุ่น (คุณฉันทิพนธ์ปริญญาคุณฉันทิต). กรุงเทพฯ:  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 8 กระทรวงการพัฒนาลังคม  
และความมั่นคงของมนุษย์. (2554). แนวทางการป้องกัน  
และแก้ไขปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรส และ  
การตั้งครรภ์ของวัยรุ่นในจังหวัดกำแพงเพชร. ใน *เอกสาร  
รวมงานวิจัย พ.ม. ระหว่างปีพ.ศ. 2553-2556* (น. 25-27).  
ลพบุรี: ผู้แต่ง.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร. (2559). *โปรแกรม  
HDC เวอร์ชัน 2.0 [ฐานข้อมูลสำเร็จรูป]*. กำแพงเพชร:  
ผู้แต่ง.

สำนักกระบวนวิชา กรมควบคุมโรค. (2554). *ผลการเฝ้าระวัง  
พฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวีในกลุ่มนักเรียน  
ประเทศไทย พ.ศ. 2554*. นนทบุรี: ผู้แต่ง.

สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย. (2559). *อัตราการ  
คลอดมีชีพในหญิงอายุ 15-19 ปี พ.ศ. 2559*. สืบค้นจาก  
[http://rh.anamai.moph.go.th/ewt\\_dl\\_link.php?  
nid=152](http://rh.anamai.moph.go.th/ewt_dl_link.php?nid=152)

อุบลรัตน์ บุญทา. (2554). ผลการประยุกต์ใช้โปรแกรมทักษะ  
ชีวิตในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของ  
นักเรียนหญิงในโรงเรียนขยายโอกาส อำเภอดาลชุม  
จังหวัดอุบลราชธานี. *วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ*,  
5(2), 46-53.