

## รายงานการวิจัย

ประสิทธิผลของการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน  
ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์  
ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2  
อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร\*

The Effectiveness of Applying the Theory of Planned Behavior  
to Modify Premature Sexual Intercourse Preventive Behavior  
in Female Secondary School Students,  
Mueang District, Kamphaeng Phet Province\*

สุทธิวรณ อรามเรือง, ส.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)<sup>1</sup>

Suttiwan Aramreung, M.P.H. (Public Health)<sup>1</sup>

ปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์, พร.ด. (ประชากรศาสตร์)<sup>2</sup>

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

Received: January 2, 2024

Revised: March 27, 2024

Accepted: March 28, 2024

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนในอำเภอเมืองจังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 60 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน เครื่องมือ

\* วิทยานิพนธ์หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

<sup>1</sup> Master's Thesis of Public Health Program, Faculty of Public Health, Naresuan University

<sup>1</sup> มหบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

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

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

<sup>2</sup> รองศาสตราจารย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร: อาจารย์ที่ปรึกษา

<sup>2</sup> Associate Professor, Faculty of Public Health, Naresuan University: Advisor

การวิจัยประกอบด้วย โปรแกรมการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น มีความเชื่อมั่น .77 แบบสอบถามความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง มีความเชื่อมั่น .92 แบบสอบถามการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีความเชื่อมั่น .91 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีความเชื่อมั่น .81 แบบสอบถามความตั้งใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีความเชื่อมั่น .87 และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีความเชื่อมั่น .82 ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนกรกฎาคม 2563 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถี่ ร้อยละ paired *t*-test และ independent *t*-test

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 4.255, p < .01, t = 2.449, p < .05, t = 6.595, p < .001, t = 3.010, p < .01, t = 6.021, p < .001$  และ  $t = 8.115, p < .001$  ตามลำดับ) และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.538, p < .05, t = 3.496, p < .01, t = 7.167, p < .001, t = 2.536, p < .05, t = 5.385, p < .001$  และ  $t = 4.130, p < .001$  ตามลำดับ)

จากการวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะว่า โรงเรียนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีโปรแกรมในการวิจัยครั้งนี้ ไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาในพื้นที่อื่นๆ เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

คำสำคัญ: ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

### Abstract

This quasi-experimental research aimed to examine the effectiveness of applying the Theory of Planned Behavior to modify premature sexual intercourse preventive behavior in female secondary school students. The samples were 60 female secondary school students studying at schools in Mueang District, Kamphaeng Phet Province and were equally divided into an experimental group ( $n = 30$ ) and a control group ( $n = 30$ ). The research instruments included the applying the Theory of Planned Behavior to modify premature sexual intercourse preventive behavior program, a demographic data form, an attitude towards sexual intercourse in adolescent questionnaire with a reliability of .77, a belief in the expectation of the reference group questionnaire with a reliability of .92, a compliance with the reference group in preventing premature sexual intercourse questionnaire with a reliability of .91, a self-efficacy

in preventing premature sexual intercourse questionnaire with a reliability of .81, an intention in preventing premature sexual intercourse questionnaire with a reliability of .87, and a premature sexual intercourse preventive behavior questionnaire with a reliability of .82. The implementation and data collection were conducted from May to July 2020. Data were analyzed using frequency, percentage, paired *t*-test, and independent *t*-test.

The research results revealed that after the experiment, the experimental group had statistically significantly higher mean scores of attitude towards sexual intercourse in adolescent, belief in the expectation of the reference group, compliance with the reference group in preventing premature sexual intercourse, self-efficacy in preventing premature sexual intercourse, intention in preventing premature sexual intercourse, and premature sexual intercourse preventive behavior than those of before the experiment ( $t = 4.255, p < .01; t = 2.449, p < .05; t = 6.595, p < .001; t = 3.010, p < .01; t = 6.021, p < .001;$  and  $t = 8.115, p < .001$ , respectively) and those of the control group ( $t = 2.538, p < .05; t = 3.496, p < .01; t = 7.167, p < .001; t = 2.536, p < .05; t = 5.385, p < .001;$  and  $t = 4.130, p < .001$ , respectively).

This research suggests that schools or related agencies should adopt this program for female secondary school students in other settings, in order to enhance premature sexual intercourse preventive behavior.

**Keywords:** Theory of Planned Behavior, Premature sexual intercourse preventive behavior

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญ เป็นวัยที่เปลี่ยนจากความเป็นเด็กสู่ความเป็นผู้ใหญ่ เป็นวัยที่เกิดปัญหาได้มาก เช่น การคบเพื่อน การเข้ากลุ่มเพื่อน การเรียน การใช้สารเสพติด การเปลี่ยนแปลงด้านรูปร่าง การขัดแย้งกับบุคคลสูงวัย การสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างเพศ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร รวมถึงปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ซึ่งในปัจจุบัน วัยรุ่นได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เข้าถึงสื่อได้ง่าย โดยเฉพาะสื่อทางอินเทอร์เน็ต ทำให้วัยรุ่นเข้าถึงข้อมูลในทางที่ผิด ๆ และทำให้มีพฤติกรรมที่ไม่สมควร ซึ่งปัญหาที่น่าเป็นห่วงของวัยรุ่นหญิง คือ การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร หรือ “แม่วัยใส” (สุชาติ รัตนา, เรขา อรัญวงศ์, และรัชชินี นิธกร, 2558)

การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ตามนิยามขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization) หมายถึง การตั้งครรภ์ของสตรีที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี โดยในปัจจุบัน ประเทศไทยมีสถิติแม่วัยรุ่นสูงสุดในภูมิภาคเอเชีย และเป็นอันดับ 2 ของโลก รองจากประเทศแอฟริกาใต้ (สรณ สุวรรณเรืองศรี, โสเพ็ญ ชูนวน, และวรางคณา ชัชเวช, 2558) ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ทั่วโลกให้ความสำคัญ โดยองค์การสหประชาชาติได้กำหนดให้ “การลดอัตราการคลอดในวัยรุ่นอายุ 15–19 ปี” เป็นหนึ่งในตัวชี้วัดของเป้าหมายการพัฒนาแห่งสหัสวรรษ (millennium development goals [MDGs]) และเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (sustainable development goals [SDGs]) และได้กำหนดให้ “การลดอัตราการคลอดในวัยรุ่นอายุ 10–14 ปี

และอายุ 15-19 ปี” เป็นส่วนหนึ่งของตัวชี้วัดในการบรรลุเป้าหมายที่ 3 ว่าด้วยการสร้างหลักประกันให้คนมีชีวิตที่มีคุณภาพ และส่งเสริมสุขภาพที่ดีของคนทุกเพศทุกวัย ที่นานาชาติต้องการบรรลุเป้าหมายให้ได้ภายในปี พ.ศ. 2573

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นหญิงเริ่มเมื่อเข้าสู่การเป็นวัยรุ่นตอนต้น และเด็กหญิงที่ตั้งครรภ์มีแนวโน้มอายุน้อยลงเรื่อยๆ (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย, 2558) สำหรับจังหวัดกำแพงเพชร ในปี พ.ศ. 2560 พบอัตราคลอดมีชีพเท่ากับ 7.58 ต่อประชากรหญิงอายุ 15-19 ปี จำนวนพันคน โดยอำเภอเมืองมีอัตราเท่ากับ 35.30 เมื่อแยกเป็นรายตำบลพบว่า ตำบลที่มีอัตราคลอดมีชีพมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (มากกว่า 42 ต่อประชากรหญิงอายุ 15-19 ปี จำนวนพันคน) ได้แก่ ตำบลฉฉฉ ตำบลนาบ่อคำ และตำบลนครชุม ซึ่งมีอัตราเท่ากับ 61.54, 59.56 และ 47.62 ตามลำดับ (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร, 2560) จากสถานการณ์ดังกล่าว แม้ว่ามีการศึกษาเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่น แต่ปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรยังคงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ซึ่งถือเป็นปัญหาสาธารณสุขที่เรื้อรัง ทั้งนี้ วัยรุ่นในปัจจุบันได้รับอิทธิพลจากสังคมรอบข้าง โดยเฉพาะเพื่อน และมีค่านิยมเสรีทางเพศ ทำให้คิดว่าการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรเป็นเรื่องที่พบได้ทั่วไป ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการวางแผนป้องกันปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยการส่งเสริมและกระตุ้นให้กลุ่มวัยรุ่นมีการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์เพิ่มมากขึ้น เพื่อเป็นการลดปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของวัยรุ่นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ครอบครัวยุติธรรม

จากข้อมูลข้างต้น ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิง จึงค้นคว้าทฤษฎีที่เหมาะสมในการประยุกต์ใช้ พบว่า ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior)

ของ Ajzen (1991) มีแนวทางปฏิบัติในการพัฒนาเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถตนเอง ซึ่งจากการศึกษาของ Schaalma, Abraham, Gillmore, and Kok (2004) พบว่าเจตคติต่อพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถตนเอง สามารถทำนายเจตนาในการใช้ถุงยางอนามัยได้ ผู้วิจัยจึงศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร เพื่อใช้เป็นแนวทางในการป้องกันปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิง อันนำไปสู่การลดลงของอัตราการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและอัตราการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ในวัยรุ่นหญิงต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเอง ในการปฏิบัติ ความตั้งใจในการปฏิบัติ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเอง ในการปฏิบัติ ความตั้งใจในการปฏิบัติ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง

### สมมติฐานการวิจัย

1. หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความ

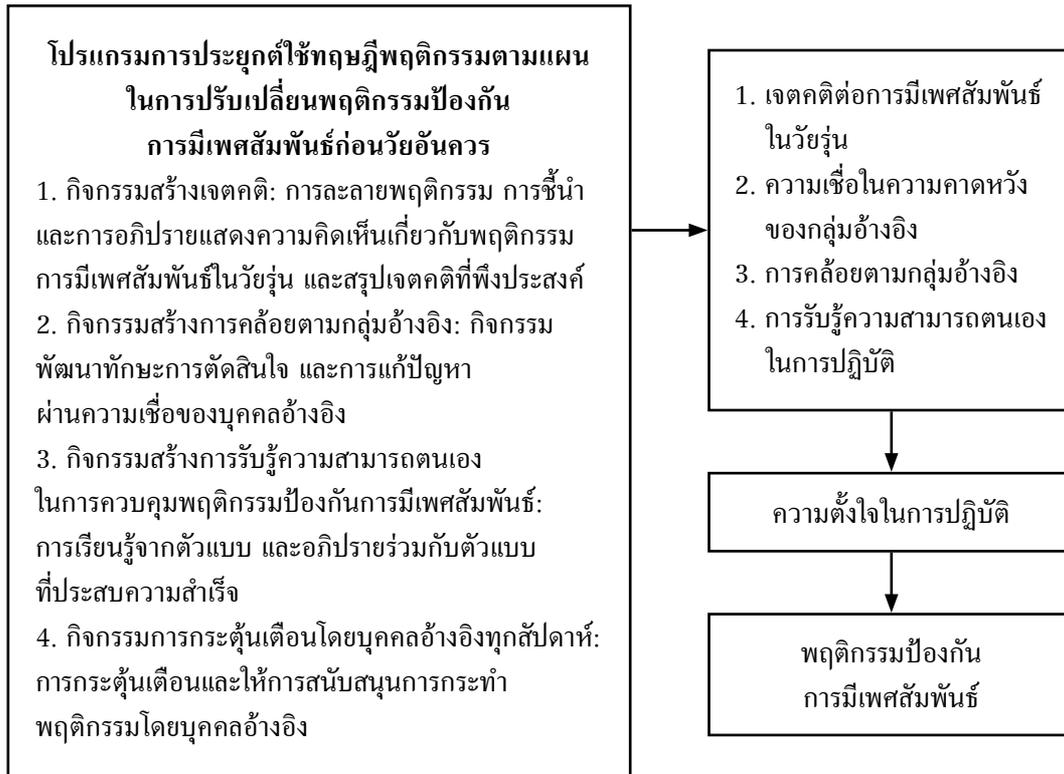
สามารถตนเองในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่าก่อนการทดลอง

2. หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่ากลุ่มควบคุม

### กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ของ Ajzen (1991) ในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิง โดยได้เพิ่มตัวแปรเกี่ยวกับการรับรู้การควบคุมพฤติกรรม ซึ่งเป็นตัวกำหนดทั้งเจตนาที่จะกระทำพฤติกรรมและการกระทำพฤติกรรมนั้น ซึ่งทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

กล่าวว่า การกระทำพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากความเชื่อ 3 ประการ ได้แก่ 1) ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมโดยผ่านเจตคติต่อพฤติกรรม 2) ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมโดยผ่านการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และ 3) ความเชื่อเกี่ยวกับปัจจัยควบคุม ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรม โดยผ่านการรับรู้การควบคุมพฤติกรรม ทั้งนี้ ตัวแปรต่างๆ ตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพและพฤติกรรมเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ รวมทั้งมีงานวิจัยที่แสดงให้เห็นถึงประสิทธิผลของการนำทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนไปประยุกต์ใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพต่างๆ โดยการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งเน้นกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนหญิงเกิดเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นที่ถูกต้อง มีความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง มีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง มีการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ อันจะนำไปสู่ความตั้งใจในการปฏิบัติ และเกิดพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรที่ถูกต้อง สรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ดังแผนภาพที่ 1



**แผนภาพที่ 1** กรอบแนวคิดในการวิจัย

### วิธีดำเนินการวิจัย

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

**ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง** ประชากรเป็นนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาในอำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 353 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ 1) มีการรับรู้และสติสัมปชัญญะดี 2) สามารถสื่อสาร อ่าน และเขียนภาษาไทยได้อย่างเข้าใจ 3) มีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ 4) ได้รับการยินยอมให้เข้าร่วมการวิจัยจากผู้ปกครอง และ 5) ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ส่วนเกณฑ์การยุติการเข้าร่วมการวิจัย คือ เข้าร่วมการวิจัยไม่ครบ

ตามที่กำหนด และขอลถอนตัวจากการวิจัย คำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรการทดสอบสมมติฐาน กรณีประชากรสองกลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (Bernard, 2000) โดยนำค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในการศึกษาของนพรัตน์ สโมสร (2560) มาร่วมในการคำนวณ โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .05 และอำนาจการทดสอบเท่ากับ .80 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 27 คน (กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม) รวมจำนวน 54 คน และเพื่อเป็นการทดแทนในกรณีที่มีการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง จึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างประมาณร้อยละ 15 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้นกลุ่มละ 30 คน รวมจำนวน 60 คน เลือกโรงเรียนที่ศึกษาจำนวน 2 แห่ง ที่มีการจัดการเรียนการสอนคล้ายคลึงกันแล้วทำการสุ่มแบบง่ายโดยการจับฉลาก ได้โรงเรียน

แห่งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง และโรงเรียนอีกแห่งหนึ่งเป็นกลุ่มควบคุม

**เครื่องมือการวิจัย** เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ของ Ajzen (1991) ประกอบด้วยกิจกรรม 4 กิจกรรม ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมสร้างเจตคติ ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย 1) กิจกรรมละลายพฤติกรรมเพื่อสร้างความเป็นกันเองระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน และ 2) กิจกรรมการชี้แนะในเรื่องการตั้งครกในวัยเรียนทำความเข้าใจปัญหาพร้อมกัน และร่วมอภิปรายเกี่ยวกับพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น สะท้อนความคิด และสรุปเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นที่พึงประสงค์

กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมสร้างการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ใช้เวลา 4 ชั่วโมง 30 นาที ประกอบด้วย 1) กิจกรรมพัฒนาทักษะการตัดสินใจตามสถานการณ์จำลอง และ 2) กิจกรรมพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา ด้วยการให้คำปรึกษาเชิงการศึกษาและจิตวิทยา จัดระบบความเชื่อโดยผ่านบุคคลอ้างอิงที่มีผลต่อความคิดและความเชื่อ ได้แก่ ครูประจำชั้น ผ่านการบรรยาย การใช้สถานการณ์จำลอง หรือการสาธิต เพื่อสะท้อนความคิด และสรุปรวบยอด

กิจกรรมที่ 3 กิจกรรมสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองในการควบคุมพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย 1) กิจกรรมเห็นความสำเร็จ โดยให้นักเรียนฝึกตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถตนเอง โดยวิเคราะห์ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการกระทำในสถานการณ์เสี่ยง และอภิปรายร่วมกับตัวแบบที่ประสบความสำเร็จ และ 2) กิจกรรมการเห็นคุณค่า โดยให้นักเรียนบอกประโยชน์ที่ได้รับจากการได้เห็นประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จของผู้อื่น และ

บอกแนวทางการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

กิจกรรมที่ 4 กิจกรรมการกระตุ้นเตือน โดยบุคคลอ้างอิงทุกสัปดาห์ ใช้เวลา 3 สัปดาห์ เป็นการกระตุ้นเตือนและให้การสนับสนุนการกระทำพฤติกรรมของนักเรียนโดยบุคคลอ้างอิง

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มี 7 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับอายุ ศาสนา ผลการเรียนเฉลี่ย ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วยในครอบครัว จำนวนพี่น้องร่วมบิดามารดา ลำดับที่ของบุตร สถานภาพของบิดามารดา การมีแฟน/คนรัก การมีเพื่อนสนิท กิจกรรมในเวลาว่าง กิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความเครียด ผู้ให้คำปรึกษา เมื่อมีปัญหา การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเรื่องเพศ และแหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเรื่องเพศที่ได้รับ จำนวน 16 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบเลือกตอบและแบบเติมคำ

ชุดที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 20 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามทางบวก จำนวน 10 ข้อ และข้อคำถามทางลบ จำนวน 10 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ของข้อคำถามทางบวก ได้แก่ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไม่เห็นด้วย ไม่แน่ใจ เห็นด้วย และเห็นด้วยอย่างยิ่ง ส่วนข้อคำถามทางลบให้คะแนนในลักษณะตรงกันข้าม คะแนนรวมอยู่ในช่วง 20-100 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมต่ำ หมายถึง มีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ถูกต้อง และคะแนนรวมสูง หมายถึง มีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่ถูกต้อง

ชุดที่ 3 แบบสอบถามความเชื่อในความคิดหวังของกลุ่มอ้างอิง ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 14 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ได้แก่ คัดค้านแน่นอน คัดค้าน ไม่แน่ใจ สนับสนุน และสนับสนุนแน่นอน คะแนนรวมอยู่ในช่วง

14-70 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมต่ำ หมายถึง มีความเชื่อในความคาดหวังน้อย และคะแนนรวมสูง หมายถึง มีความเชื่อในความคาดหวังมาก

ชุดที่ 4 แบบสอบถามการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 14 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ได้แก่ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด คะแนนรวมอยู่ในช่วง 14-70 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมต่ำ หมายถึง มีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงน้อย และคะแนนรวมสูง หมายถึง มีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงมาก

ชุดที่ 5 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 14 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ได้แก่ คิดว่าไม่สามารถปฏิบัติได้อย่างแน่นอน คิดว่าไม่สามารถปฏิบัติได้ ไม่แน่ใจ คิดว่าสามารถปฏิบัติได้ และคิดว่าสามารถปฏิบัติได้อย่างแน่นอน คะแนนรวมอยู่ในช่วง 14-70 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมต่ำ หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถตนเองน้อย และคะแนนรวมสูง หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถตนเองมาก

ชุดที่ 6 แบบสอบถามความตั้งใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 14 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ได้แก่ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด คะแนนรวมอยู่ในช่วง 14-70 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมต่ำ หมายถึง มีความตั้งใจในการป้องกันน้อย และคะแนนรวมสูง หมายถึง มีความตั้งใจในการป้องกันมาก

ชุดที่ 7 แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 14 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามทางบวก จำนวน 5 ข้อ และข้อคำถามทางลบ จำนวน 9 ข้อ มีลักษณะคำตอบ

เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1-5 ของข้อคำถามทางบวก ได้แก่ ไม่เคยปฏิบัติ 2-3 เดือน ต่อครั้ง เดือนละ 1-2 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง และมากกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ส่วนข้อคำถามทางลบให้คะแนนในลักษณะตรงกันข้าม คะแนนรวมอยู่ในช่วง 14-70 คะแนน สำหรับการแปลผลคะแนน คะแนนรวมต่ำ หมายถึง มีพฤติกรรมป้องกันที่ไม่ถูกต้อง และคะแนนรวมสูง หมายถึง มีพฤติกรรมป้องกันที่ถูกต้อง

สำหรับการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือนี้ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น แบบสอบถามความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง แบบสอบถามการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามความตั้งใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิประกอบด้วยอาจารย์ที่เชี่ยวชาญด้านประชากรศึกษา อาจารย์ที่เชี่ยวชาญด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ และอาจารย์ที่เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมสุขภาพ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ในช่วง .68-.82 ดำเนินการแก้ไขตามคำแนะนำ จากนั้นนำไปทดลองใช้กับนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ในอำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร ที่ไม่ใช่โรงเรียนที่ศึกษา ที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการของครอนบาช ได้ค่าเท่ากับ .77, .92, .91, .81, .87 และ .82 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง มีดังนี้ 1) หลังจากโครงการวิจัยได้รับการพิจารณาเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร (เอกสารรับรอง เลขที่ COA No. 145/2019 และ IRB No. 0005/62 วันที่ 10 เมษายน 2562) ผู้วิจัยจึงเริ่ม

ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล และ 2) ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ ขั้นตอนการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล และสิทธิในการถอนตัวจากการวิจัย รวมทั้งแจ้งว่าข้อมูลจะได้รับการเก็บรักษาเป็นความลับและนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น โดยจะนำเสนอข้อมูลในภาพรวม

**การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล มีขั้นตอนดังนี้**

1. ผู้วิจัยขออนุญาตดำเนินการวิจัยจาก ผู้อำนวยการโรงเรียนทั้ง 2 แห่ง ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และขั้นตอนการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ในสัปดาห์ที่ 1 ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่โรงเรียนแต่ละแห่ง แนะนำตัว ดำเนินการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างตามข้อความชี้แจงการพิทักษ์สิทธิ จากนั้นให้ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น แบบสอบถามความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง แบบสอบถามการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามความตั้งใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ก่อนการทดลอง (pre-test) โดยใช้เวลาประมาณ 40 นาที

3. ในสัปดาห์ที่ 1-6 ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยในสัปดาห์ที่ 1 ให้เข้าร่วมกิจกรรมที่ 1 กิจกรรมสร้างเจตคติ ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ในสัปดาห์ที่ 2 ให้เข้าร่วมกิจกรรมที่ 2 กิจกรรมสร้างการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ใช้เวลา 4 ชั่วโมง 30 นาที ในสัปดาห์ที่ 3 ให้เข้าร่วมกิจกรรมที่ 3 กิจกรรมสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองในการควบคุมพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ใช้เวลา 3 ชั่วโมง และในสัปดาห์ที่ 4-6 ให้เข้าร่วม

กิจกรรมที่ 4 กิจกรรมการกระตุ้นเตือนโดยบุคคลอ้างอิง ทุกสัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมให้ดำเนินชีวิตตามปกติ

4. ในสัปดาห์ที่ 6 ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่โรงเรียนแต่ละแห่ง ให้ตอบแบบสอบถามเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น แบบสอบถามความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง แบบสอบถามการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แบบสอบถามความตั้งใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร หลังการทดลอง (post-test) โดยใช้เวลาประมาณ 35 นาที

ทั้งนี้ ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนกรกฎาคม 2563

**การวิเคราะห์ข้อมูล** ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์ด้วยสถิติความถี่และร้อยละ การเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ ความตั้งใจในการปฏิบัติ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง วิเคราะห์ด้วยสถิติ paired *t*-test ส่วนการเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ ความตั้งใจในการปฏิบัติ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง วิเคราะห์ด้วยสถิติ independent *t*-test

### **ผลการวิจัย**

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 76.67 ทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ คิดเป็น

ร้อยละ 100 ส่วนใหญ่มีผลการเรียนเฉลี่ยอยู่ในช่วง 3.01–4.00 คิดเป็นร้อยละ 70 ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวันอยู่ในช่วง 40–80 บาท คิดเป็นร้อยละ 76.67 บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วยในครอบครัว คือ บิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 63.33 มีพี่น้องร่วมบิดามารดาจำนวน 2 คนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.33 เป็นบุตรคนที่ 2 มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 46.67 สถานภาพของบิดามารดาส่วนใหญ่คือ อยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 63.33 มีแฟน/คนรัก คิดเป็นร้อยละ 83.33 มีเพื่อนสนิท คิดเป็นร้อยละ 96.67 ใช้เวลาว่างในการฟังเพลง/ร้องเพลง มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.33 กิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความเครียดส่วนใหญ่ คือ การฟังเพลง/ร้องเพลง คิดเป็นร้อยละ 83.33 ผู้ให้คำปรึกษาเมื่อมีปัญหา คือ บิดามารดา และเพื่อน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 26.67 เท่ากัน การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวเป็นแบบใช้เหตุผล/มีความเข้าใจกันมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.33 ทั้งหมดเคยได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเรื่องเพศ คิดเป็นร้อยละ 100 และแหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเรื่องเพศที่เคยได้รับส่วนใหญ่ คือ สื่อออนไลน์ เช่น facebook, instagram, line, twitter คิดเป็นร้อยละ 66.67 ส่วนกลุ่มควบคุมพบว่า ส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 73.33 ทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 100 ส่วนใหญ่มีผลการเรียนเฉลี่ยอยู่ในช่วง 3.01–4.00 คิดเป็นร้อยละ 73.33 ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวันอยู่ในช่วง 40–80 บาท คิดเป็นร้อยละ 73.33 บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วยในครอบครัวคือ บิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 66.67 มีพี่น้องร่วมบิดามารดาจำนวน 2 คน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 56.67 เป็นบุตรคนที่ 2 มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.33 สถานภาพของบิดามารดา คือ อยู่ด้วยกัน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 56.67 มีแฟน/คนรัก คิดเป็นร้อยละ 33.33 ทั้งหมดมีเพื่อนสนิท คิดเป็นร้อยละ 100 ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการฟังเพลง/ร้องเพลง คิดเป็นร้อยละ 63.33 กิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความเครียด คือ การฟังเพลง/

ร้องเพลง คิดเป็นร้อยละ 86.67 ผู้ให้คำปรึกษาเมื่อมีปัญหา คือ บิดามารดา และเพื่อน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 26.67 เท่ากัน การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวเป็นแบบใช้เหตุผล/มีความเข้าใจกัน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.33 ทั้งหมดเคยได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเรื่องเพศ คิดเป็นร้อยละ 100 และแหล่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเรื่องเพศที่เคยได้รับ คือ สื่อออนไลน์ เช่น facebook, instagram, line, twitter มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 46.67

2. การเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเอง ในการปฏิบัติ ความตั้งใจในการปฏิบัติ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเอง ในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 4.255, p < .01; t = 2.449, p < .05; t = 6.595, p < .001; t = 3.010, p < .01; t = 6.021, p < .001$  และ  $t = 8.115, p < .001$  ตามลำดับ) ส่วนกลุ่มควบคุมพบว่า หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเอง ในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ไม่แตกต่างจากก่อนการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
กลุ่มทดลอง (n = 30)						
เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	3.93	1.14	4.86	.34	4.255	.001
ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง	4.40	.67	4.80	.40	2.449	.021
การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง	3.66	.92	4.86	.34	6.595	< .001
การรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ	4.06	1.04	4.73	.45	3.010	.005
ความตั้งใจในการปฏิบัติ	4.16	.64	4.83	.38	6.021	< .001
พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	4.10	.60	5.00	.00	8.115	< .001
กลุ่มควบคุม (n = 30)						
เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	4.20	.66	4.43	.85	1.489	.147
ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง	4.60	.67	4.36	.66	1.564	.129
การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง	3.90	.84	4.16	.53	1.547	.133
การรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ	4.40	.77	4.50	.50	.532	.599
ความตั้งใจในการปฏิบัติ	4.16	.91	4.33	.47	.740	.465
พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	4.06	.74	4.33	.88	1.975	.058

3. การเปรียบเทียบเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ ความตั้งใจในการปฏิบัติ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

ไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม ส่วนหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.538, p < .05; t = 3.496, p < .01; t = 7.167, p < .001; t = 2.536, p < .05; t = 5.385, p < .001$  และ  $t = 4.130, p < .001$  ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง (n = 30)		กลุ่มควบคุม (n = 30)		t	p
	M	SD	M	SD		
<b>ก่อนการทดลอง</b>						
เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	3.93	1.14	4.20	.66	1.092	.284
ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง	4.40	.67	4.60	.67	1.293	.206
การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง	3.66	.92	3.90	.84	1.191	.243
การรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ	4.06	1.04	4.40	.77	1.775	.086
ความตั้งใจในการปฏิบัติ	4.16	.64	4.16	.91	.000	1.000
พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	4.10	.60	4.06	.74	.162	.873
<b>หลังการทดลอง</b>						
เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	4.86	.34	4.43	.85	2.538	.017
ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง	4.80	.40	4.36	.66	3.496	.002
การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง	4.86	.34	4.16	.53	7.167	< .001
การรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ	4.73	.45	4.50	.50	2.536	.017
ความตั้งใจในการปฏิบัติ	4.83	.38	4.33	.47	5.385	< .001
พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	5.00	.00	4.33	.88	4.130	< .001

**การอภิปรายผลการวิจัย**

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น คะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปฏิบัติ และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มทดลองได้รับ

โปรแกรมการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ของ Ajzen (1991) ซึ่งประกอบด้วย 1) กิจกรรมสร้างเจตคติ ได้แก่ การละลายพฤติกรรม การชี้แนะ และให้แสดงเจตคติต่อพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร 2) กิจกรรมสร้างการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ได้แก่ การพัฒนาทักษะการตัดสินใจตามสถานการณ์จำลอง การพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา ผ่านระบบความเชื่อโดยผ่านบุคคลอ้างอิง และ 3) กิจกรรมสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองในการควบคุมพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ได้แก่

การเห็นความสำเร็จและประสบการณ์จากบุคคลอื่น และการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ร่วมกับการกระตุ้นเตือนโดยบุคคลอ้างอิงทุกสัปดาห์ จากกิจกรรมต่างๆ ดังกล่าว ทำให้กลุ่มทดลองมีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นที่ถูกต้อง มีความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง เกิดการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และเกิดความตั้งใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร อันส่งผลให้มีพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรที่ถูกต้อง

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การที่บุคคลจะกระทำพฤติกรรมต่างๆ ล้วนได้รับอิทธิพลจากปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจและนำไปสู่การกระทำพฤติกรรมของบุคคล ทั้งนี้เนื่องจากเมื่อบุคคลมีเจตคติที่ดีต่อพฤติกรรมนั้น มีความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง โดยหากบุคคลเชื่อว่า ผู้ที่มีความสำคัญต่อเขามุ่งหวังให้เขากระทำพฤติกรรมนั้น ก็มีแนวโน้มที่จะคล้อยตามโดยผ่านกิจกรรมสร้างเจตคติ และกิจกรรมสร้างการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และเกิดการรับรู้ความสามารถตนเองในการกระทำพฤติกรรมสุขภาพ ผ่านกิจกรรมสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองในการควบคุมพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ จึงนำไปสู่ความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรมสุขภาพ และเกิดการกระทำพฤติกรรมสุขภาพนั้น (Ajzen, 1991)

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของสกุลลักษณ์ ศรีรัชญา, วนลดา ทองใบ, และจิราภรณ์ วรรณบุตร (2562) ที่พบว่า โปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารและการทำกิจกรรมทางกาย สามารถลดภาวะน้ำหนักเกินในเด็กวัยรุ่นตอนปลายได้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ Darabi et al. (2017) ที่พบว่า หลังได้รับโปรแกรม

การประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพศสัมพันธ์และอนามัยการเจริญพันธุ์ในสตรีวัยรุ่น อายุ 12-16 ปี เมืองเตหะราน ประเทศอิหร่าน กลุ่มทดลองมีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ ความเชื่อในความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเอง ความตั้งใจในการปฏิบัติ และพฤติกรรมเพศสัมพันธ์และอนามัยการเจริญพันธุ์ดีกว่ากลุ่มควบคุม นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ Sabouri et al. (2020) ที่พบว่า หลังได้รับโปรแกรมการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนเพื่อสร้างพลังในการดูแลสุขภาพในประชาชน เมืองเตหะราน ประเทศอิหร่าน พบว่า กลุ่มทดลองมีเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเอง ความตั้งใจในการดูแลสุขภาพ และพฤติกรรมดูแลสุขภาพสูงกว่ากลุ่มควบคุม

## ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้  
โรงเรียนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรนำโปรแกรมในการวิจัยครั้งนี้ ไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาในพื้นที่อื่นๆ ให้ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมาย เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรให้ถูกต้องและเหมาะสมยิ่งขึ้น
2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป
  - 2.1 ควรมีการศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอื่นๆ เพื่อป้องกันหรือลดปัญหาสาธารณสุขของประเทศ
  - 2.2 ควรมีการศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์อื่นๆ ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิง เพื่อเป็นทางเลือกในการนำไปใช้ตามบริบทและความเหมาะสมของแต่ละพื้นที่

## เอกสารอ้างอิง

- นพรัตน์ สโมสร. (2560). *ประสิทธิผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษิต). พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- สุกัลลักษณ์ ศรีชัยญา, วนลดา ทองใบ, และจีราภรณ์ ธรรมบุตร. (2562). ผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามแผนต่อพฤติกรรมเนือยนิ่งของเด็กวัยเรียนตอนปลายที่มีภาวะอ้วน. *วารสารการพยาบาลและการศึกษา*, 12(4), 61–74.
- สรวณ สุวรรณเรืองศรี, โสเพ็ญ ชูนวน, และวราภรณ์ ชัยเวช. (2558). ความสัมพันธ์ระหว่างการควบคุมตนเอง ความเครียด กับสมดุลชีวิตของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์*, 7(3), 1–14.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร. (2560). *รายงานสรุปผลงานตามแผนการตรวจราชการและนิเทศงาน กรณีปกติ รอบที่ 2 ประจำปีงบประมาณ 2561*. สืบค้นจาก [https://www.kpo.go.th/webkpo/download/kppInspector2561\\_2\\_edit25610620.pdf](https://www.kpo.go.th/webkpo/download/kppInspector2561_2_edit25610620.pdf)
- สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย. (2558). *สถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและเยาวชน ปี 2558*. สืบค้นจาก [http://rh.anamai.moph.go.th/download/all\\_file/index](http://rh.anamai.moph.go.th/download/all_file/index)
- สุชาติ รัตดา, เรขา อรัญวงศ์, และรัชณี นิธากร. (2558). การพัฒนารูปแบบการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรของวัยรุ่นในจังหวัดกำแพงเพชร. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม*, 9(2), 142–160.
- Ajzen, I. (1991). The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. doi: 10.1016/0749-5978(91)90020-T
- Bernard, H. R. (2000). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches*. Thousand Oaks: SAGE.
- Darabi, F., Yaseri, M., Kaveh, M. H., Khalajabadi Farahani, F., Majlessi, F., & Shojaeizadeh, D. (2017). The effect of a Theory of Planned Behavior-based educational intervention on sexual and reproductive health in Iranian adolescent girls: A randomized controlled trial. *Journal of Research in Health Sciences*, 17(4), e00400. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29233954/>
- Sabouri, M., Shakibazadeh, E., Mohebbi, B., Tol, A., Yaseri, M., & Babae, S. (2020). Effectiveness of an educational intervention using Theory of Planned Behavior on health care empowerment among married reproductive-age women: A randomized controlled trial. *Journal of Education and Health Promotion*, 9, 293. doi:10.4103/jehp.jehp\_751\_20
- Schaalma, H. P., Abraham, C., Gillmore, M. R., & Kok, G. (2004). Sex education as health promotion: What does it take?. *Archives of Sexual Behavior*, 33(3), 259–269. doi: 10.1023/B:ASEB.0000026625.65171.1d