

ผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเอง ร่วมกับการสร้างแรงจูงใจเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศ ที่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดอุบลราชธานี

Effects of Health Education Program of Applying Self-Efficacy Theory and Motivation for Promoting Positive Sex Behavior among The Sixth Grade Students in Ubon Ratchathani Province

เยาวลักษณ์ แสนทวีสุข (Yaowalak Saenthawesuk)* ดร.พรรณี บัญชรหัตถกิจ (Dr.Panee Banchonhattakit)**

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจในการสร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเขตเทศบาลในจังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 81 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 41 คนและกลุ่มเปรียบเทียบ 40 คน ระยะเวลาดำเนินการ 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสุขศึกษา ประกอบด้วย การบรรยาย อภิปราย กลุ่ม แสดงตัวแบบ บทบาทสมมติ การสาธิตและ ฝึกปฏิบัติ เพื่อกำหนดพันธะสัญญาวัยรุ่นวัยใส โดยได้รับแรงจูงใจเป็นของรางวัล การจัดประกวดคำขวัญ และกลุ่มเปรียบเทียบได้รับการเรียนตามปกติ เก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยสถิติเชิงพรรณนา เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนใช้สถิติ Paired Sample t-test และ Independent t-test ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

ผลการวิจัย พบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์สูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) จากผลของโปรแกรมสุขศึกษานี้สามารถนำไปพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพทางเพศวัยรุ่นให้สามารถเตรียมตัวเข้าสู่วัยรุ่น สามารถดูแลสุขอนามัยทางเพศและป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ มีการวางตัวและแสดงออกทางเพศ รู้จักการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครกก่อนวัยอันควรที่เหมาะสมได้

ABSTRACT

This quasi-experimental research aimed to study the results of the application of effects of health education program of applying self-efficacy theory and motivation for promoting positive sex behavior among the sixth grade students. The sample were 81 students and they were divided into an experimental group with

* นักศึกษา หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

** รองศาสตราจารย์ ภาควิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

41 subjects and a comparison group with 40 subjects. The duration of intervention 8 weeks. The experimental group received health education program that comprised various activities such as teaching, group discussion, person modeling, roleplaying, demonstration and practice for the commitment of healthy youth by rewards and slogan contest. Data was collected by questionnaires. Descriptive data were used by frequency, percentage, mean and standard deviation. The comparative analyses were analyzed by paired sample t-test and independent t-test a significant level of 0.05.

The result after the implementation, the experimental group had significantly higher mean scores positive sex behavior's knowledge, the expected self-efficacy's score, outcome of expectation and intention of positive sex behavior higher than before the intervention (p -value < 0.001) and higher than the comparison group by statistically significant (p -value < 0.05). The result reflects that this health education program could develop of healthy sexual behavior of adolescents for preparing sexual hygiene, preventing sexual transmitted diseases, expression and preventing pregnancy.

คำสำคัญ : โปรแกรมสุขศึกษา ทฤษฎีความสามารถตนเอง พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ วัยรุ่น

Key Words: Health education program, Self-efficacy theory, Positive sex behavior, Adolescents

บทนำ

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญช่วงหนึ่งในชีวิต ของมนุษย์เพราะมีการเปลี่ยนแปลงทางพัฒนาการด้านร่างกาย สังคม จิตใจ จากวัยเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่ โดยวัยรุ่นซึ่งมีอายุระหว่าง 10-19 ปี (World Health Organization [WHO], 2010) จำเป็นต้องได้รับการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่องเพื่อสร้างเสริมพัฒนาการในทุก ๆ ด้าน ให้มีการเจริญเติบโตที่เหมาะสม

จากสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปแบบก้าวกระโดด มีข้อมูลข่าวสารของโลกสมัยใหม่รวมทั้งเทคโนโลยีการสื่อสารที่แพร่กระจายสู่สังคมต่าง ๆ รวดเร็ว ทำให้วัยรุ่นเผชิญปัญหาในการดำเนินชีวิตหลาย ๆ ด้าน โดยเฉพาะปัญหาทางเพศ วัยรุ่นจำนวนมากไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมทางเพศได้อย่างเหมาะสม ส่งผลให้ประสบปัญหาพฤติกรรมทางเพศที่ไม่พึงประสงค์ เช่น ปล่อยตัวไปตามอารมณ์ทางเพศและสื่อลามก การตั้งครรภ์ในวัยเรียน ปัญหาเมียวัยรุ่นและการทำแท้งเถื่อน ซึ่งเป็นพฤติกรรมเสี่ยงในการเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ (HIV) เพิ่มมากขึ้น

ปัญหาวัยรุ่นในหลายประเทศทั่วโลก พบว่าสหรัฐอเมริกา กำลังเผชิญปัญหาการตั้งท้องของวัยรุ่นเพิ่มสูงขึ้นอีกครั้ง หลังจากที่ มีแนวโน้มลดลงอย่างต่อเนื่องมาโดยตลอดเป็นเวลา 10 กว่าปี และ 1 ใน 4 มีเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (Centers for Disease Control [CDC], 2008) ส่วนในอังกฤษมีนักเรียนหญิงตั้งครรภ์มากที่สุดของยุโรป ในเอเชีย พบว่า เยาวชนจีนในเมืองหลวงกล้าแสดงออกทางเพศมากขึ้นเหมือนประเทศตะวันตก โดยในนครปักกิ่งและเซี่ยงไฮ้มีเซ็กส์ช็อปประมาณแห่งละ 2,000 ร้าน ขณะที่ลาว กัมพูชา จีน เกาหลี และญี่ปุ่น มีอัตราการคลอดของเด็กวัยรุ่นต่ำกว่าอายุ 19 ปี มีค่าเฉลี่ยใกล้เคียงกับทั่วโลก ที่ 65 ต่อ 1,000 ประชากร ส่วนประเทศไทยมีผู้หญิงตั้งครรภ์ที่อายุน้อยกว่า 20 ปี จำนวน 70 ต่อ 1,000 คน ซึ่งสูงสุดในทวีปเอเชีย (สุริยเดว อ้างถึงใน มติชน, 2553)

สถานการณ์เด็กและเยาวชนไทยปี 2544-2552 พบว่า เยาวชนมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้นเช่นกัน พบว่าหญิงสาววัยรุ่นตั้งครรภ์เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 10 เป็นร้อยละ 40 โดยมีแนวโน้มที่อายุน้อยลงเรื่อยๆ โดยมีอัตราการตั้งครรภ์ในแม่ที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปี สูงถึง

ร้อยละ 14.7 ในปี 2547 เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 12.5 ในปี 2542 สูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้คือไม่เกินร้อยละ 10 รวมทั้งมีการคลอดบุตรของแม่วัยรุ่นในปี 2544–2549 สูงถึงวันละ 140 ราย หรือปีละ 50,000 ราย (สุวรรณ, 2553) โดยในปี 2549 พบว่า ร้อยละ 28.5 ของผู้หญิงที่ทำแท้งเป็นวัยรุ่นอายุน้อย และร้อยละ 20.3 มีอายุระหว่าง 15–19 ปี เป็นนักเรียนและนักศึกษาเป็นส่วนใหญ่ โดยเฉพาะภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีปัญหาวัยรุ่นตั้งครรภ์มากที่สุด

จังหวัดอุบลราชธานีมีผู้ป่วยเอ็ดส์เพิ่มขึ้นเฉลี่ยปีละ 2 หมื่นคน เป็นกลุ่มชายรักชายและวัยรุ่นมากที่สุด ในปี 2551 พบวัยรุ่นติดเชื้อเอ็ดส์ถึงร้อยละ 9 จากการได้รับค่านิยมการปลุกเร้าจากสื่อต่างๆ ที่ยั่วทำให้การมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นทำได้ง่ายขึ้น โดยมีสถิติการมีเพศสัมพันธ์อายุน้อยที่สุด 13 ปี และใช้ถุงยางอนามัยเพียงร้อยละ 40 จากข้อมูลสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุบลราชธานี (2552) ถึงการเฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวีในกลุ่มนักเรียน พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 ทั้งชายและหญิงเคยมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 2.7 และ 2.0 ส่วนนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 ชายและหญิงเคยมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 18.8 และ 10.3 ทั้งนี้พบการใช้ถุงยางอนามัยในการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ร้อยละ 50 และมีข้อมูลการสู่มั่วอย่างนักเรียนในอำเภอเมืองและรอบนอก 10 แห่ง รวม 1,292 คน อายุระหว่าง 13–19 ปี เฉลี่ย 15 ปี พบว่า เคยมีเพศสัมพันธ์มาแล้ว ร้อยละ 53

จากปัญหาการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น พบว่า เกิดจากวัยรุ่นขาดความรู้ความเข้าใจในพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การแสดงออกทางเพศที่เหมาะสม รวมทั้งการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศและป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เนื่องจากการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาในสังคมไทยยังมีข้อจำกัดอยู่มาก ข้อมูลทางเพศที่ให้ความรู้กับวัยรุ่นไม่ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมปัจจุบันและไม่ตอบสนองความต้องการเรียนรู้ ทำให้วัยรุ่นทดลองเรียนรู้เรื่องเพศด้วยตนเองสื่อต่างๆ ที่

ไม่เหมาะสม ดังนั้นเพื่อลดปัญหาทางเพศของวัยรุ่น ผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการพัฒนาและส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ให้กับวัยรุ่นตอนต้นเนื่องจากเป็นช่วงเริ่มต้นที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กเป็นผู้ใหญ่ จากกรอบทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเอง (Bandura, 1977) ที่ว่า พฤติกรรมของบุคคลนั้น เกิดจากกระบวนการเรียนรู้ขององค์ประกอบหลายอย่าง และการที่จะกระทำพฤติกรรมใดๆ ให้ประสบความสำเร็จนั้น บุคคลจะต้องมีการรับรู้ความสามารถตนเองและมีความคาดหวังจากผลดีที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำพฤติกรรมนั้น โดยใช้ร่วมกับการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforce) โดยเพิ่มแรงจูงใจภายนอกและภายใน ได้แก่ สิ่งของรางวัล รวมทั้งข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำ การให้กำลังใจ ซึ่งจะเป็จุดเริ่มต้นที่ส่งเสริมวัยรุ่นตอนต้นเกิดการรับรู้และตั้งใจที่จะปฏิบัติโดยคาดหวังว่าจะเกิดพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นผลดีกับตนเองเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นในอนาคต

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้พัฒนาแนวคิดการรับรู้ความสามารถตนเอง โดยศึกษาผลของโปรแกรมสุขศึกษาในการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดอุบลราชธานี

วัตถุประสงค์การวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสุขศึกษาในการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดอุบลราชธานี

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และความตั้งใจใน

การมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์สูงกว่าก่อนการทดลอง

2. ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ หมายถึง การที่นักเรียนได้เรียนรู้พัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และการเปลี่ยนแปลงทางเพศของตนเอง เพื่อเตรียมตัวเข้าสู่วัยรุ่น รู้จักการวางตัวและแสดงออกทางเพศ สามารถดูแลสุขอนามัยทางเพศและรู้จักวิธีการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่เหมาะสม เพื่อป้องกันปัญหาการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรในอนาคต

วิธีการ

เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ วัดก่อนและหลังการทดลอง ทดลอง (Two Group Pretest – Posttest Design) กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับการเรียนการสอนของโรงเรียนตามปกติ ใช้เวลาดำเนินการวิจัย 8 สัปดาห์

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา

ประชากรเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2553 ในจังหวัดอุบลราชธานี ทั้งชายและหญิง จำนวน 21,478 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลกลุ่ม

เปรียบเทียบ 1 ห้องเรียน ซึ่งสุ่มโดยใช้วิธีจับสลากได้ 2 เทศบาลกลุ่มตัวอย่าง คัดเลือกโรงเรียนที่มีคุณสมบัติเข้าเกณฑ์เทศบาลละ 1 โรงเรียน แล้วสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีจับสลากเลือกห้องเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวนขนาดตัวอย่าง เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยประชากร 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (อรุณ, 2548) จากสูตร

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

การวิจัยครั้งนี้คำนวณกลุ่มตัวอย่างได้กลุ่มละ 17 คน แต่พบว่านักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 แต่ละห้องเรียนนั้นมีจำนวนมากกว่า 17 คน จึงใช้กลุ่มนักเรียนทั้งชั้นเรียน เพื่อให้มีโอกาสเข้าร่วมโครงการเท่าเทียมกัน โดยจากการสุ่มเลือกห้องเรียน 1 ห้องเรียน ได้กลุ่มตัวอย่างตามจริงเป็นกลุ่มทดลอง 41 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 40 คน รวมทั้งหมด 81 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง ร่วมกับการสร้างแรงจูงใจเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย การบรรยายประกอบภาพนิ่ง การใช้วีดิทัศน์การเรียนรู้จากตัวแบบ บทบาทสมมติ การสาธิต ฝึกปฏิบัติ กิจกรรมกลุ่มและการอภิปรายกลุ่ม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ประกอบคู่มือเรียนรู้เรื่องเพศของวัยรุ่น โดยได้รับแรงจูงใจเป็นคำชี้แนะ ให้กำลังใจให้รางวัลเมื่อมีส่วนร่วมในกิจกรรม และจัดประกวดคำขวัญชิงเงินรางวัล

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 5 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 คุณลักษณะทางประชากร ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ส่วนที่ 3 การรับรู้ความสามารถตนเองในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ส่วนที่ 4 ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ และส่วนที่ 5

ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ สร้างครอบคลุมเนื้อหาตามวัตถุประสงค์การวิจัย แบบสอบถามได้ทดสอบความตรง (Validity) โดยผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน และผ่านการทดลองใช้และวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง (Reliability) ในหมวดความรู้ใช้วิธีของคูเดอร์- ริชาร์ดสัน 20 (Kuder-Richardson 20 : KR 20) ได้ค่าความเที่ยง 0.84 หมวดการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวัง ในผลลัพธ์ และความตั้งใจใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์ แอลฟาของครอนบาช (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเที่ยง 0.75, 0.76 และ 0.83 ตามลำดับ

การดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระยะเวลาทั้งหมด 8 สัปดาห์ โดยใช้ห้องประชุมในโรงเรียนจัดโปรแกรมสุขศึกษา รวม 5 ครั้ง (1 สัปดาห์เว้น 1 สัปดาห์) ครั้งละ 80-90 นาที ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. สัปดาห์ที่ 1 โปรแกรมสุขศึกษา ครั้งที่ 1 ให้ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ด้วยกิจกรรม “รู้เขารู้เรา เรื่องง่าย ๆ ร่างกายวัยรุ่น” โดยกลุ่มสัมพันธ์สร้างสัมพันธ์ภาพและกำหนดพันธะสัญญาร่วมกันให้ความรู้ในการเตรียมตัวเข้าสู่วัยรุ่น โดยใช้สุขศึกษารายกลุ่มด้วยการให้สมุดคู่มือเรียนรู้ เรื่องเพศ การบรรยายหัวเรื่องพัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น เล่นเกมส์แยกบัตรคำเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคมของเพศชาย/หญิง และสรุปวิธีการในปฏิบัติตนให้เหมาะสมทั้งชายและหญิง ผู้วิจัยเพิ่มแรงจูงใจให้แนะนำ ชมเชย ให้กำลังใจ รางวัลการมีส่วนร่วมและจัดประกวดคำขวัญรณรงค์การมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ชิงเงินรางวัล

2. สัปดาห์ที่ 3 โปรแกรมสุขศึกษา ครั้งที่ 2 เพื่อสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ด้วยกิจกรรม “สะอาด สดใส ปลอดภัย โกลโรด” เพื่อสร้างด้วยสุขศึกษารายกลุ่ม การบรรยายเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศ และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศเพื่อลดความเสี่ยง

การติดเชื่อเอดส์ สาธิตและฝึกปฏิบัติการใช้ถุงยางอนามัยร่วมกับโมเดลเพศศึกษา ตลอดจนกิจกรรมผู้วิจัยเพิ่มแรงจูงใจด้วยคำแนะนำ ชมเชย ให้กำลังใจ และให้รางวัลการมีส่วนร่วมและตอบคำถามในกิจกรรม และกระตุ้นให้ส่งผลงานประกวดคำขวัญ

3. สัปดาห์ที่ 5 โปรแกรมสุขศึกษา ครั้งที่ 3 เพื่อสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองและสร้างความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ด้วยกิจกรรม “รู้ทันป้องกันได้” เพื่อสร้างการรับรู้ความสามารถตนเองเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร โดยใช้ภาพวาดการ์ตูนจำลองสถานการณ์เสี่ยงให้นักเรียนประเมินความเสี่ยง ช่วยกันหาวิธีป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่กำหนดให้ กิจกรรมบทบาทเรียนสอนน้องไม่ท้องในวัยเรียน วิเคราะห์ผลดีจากการปฏิบัติตนจากบทบาทสมมติพฤติกรรมวัยรุ่นเชิงบวกเชิงลบ วิเคราะห์ปัญหาและผลเสียที่เกิดขึ้นและร่วมนำเสนอหาวิธีการป้องกันตนเอง เพิ่มแรงจูงใจด้วยคำแนะนำ ให้กำลังใจ และรางวัลการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

4. สัปดาห์ที่ 7 โปรแกรมสุขศึกษา ครั้งที่ 4 เพื่อสร้างความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ จัดกิจกรรม “สุภาพบุรุษคนดี สุภาพสตรีในฝัน” เพื่อสร้างความคาดหวังในผลของการปฏิบัติตนในด้านการวางตัวและแสดงออกทางเพศที่เหมาะสมให้เห็นความคิดที่แตกต่างของผู้ชายและผู้หญิง ด้วยกิจกรรมบทบาทสมมติและวาดภาพพระบายสี อภิปรายกลุ่ม “ฉันจะเป็นวัยรุ่นที่ดีได้อย่างไร” นักเรียนร่วมสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ ผู้วิจัยสรุปผลจากการปฏิบัติตนที่เหมาะสมจากคู่มือดูแลสุขภาพทางเพศวัยรุ่น กำหนดพันธะสัญญาวัยรุ่นวัยใส

5. สัปดาห์ที่ 8 สรุปกิจกรรมโดยผู้วิจัย จัดกิจกรรมประกาศรางวัลผลงานคำขวัญวัยรุ่นวัยใส อนามัยดี ผู้วิจัยกล่าวสรุปผลการดำเนินการวิจัย และกล่าวขอบคุณผู้บริหาร ครูและนักเรียนที่ให้ความร่วมมือ โดยมอบเกียรติบัตรแก่โรงเรียนและนักเรียนที่ร่วมการวิจัยรวมทั้งกระตุ้นเตือนให้นักเรียนตั้งใจปฏิบัติตัวต่อไปและยุติการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ในการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติพรรณนาอธิบายคุณลักษณะทางประชากร และสถิติอนุมานเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ภายในกลุ่มใช้สถิติ Paired Sample t-test เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มใช้สถิติ Independent t-test กำหนดระดับนัยสำคัญที่ 0.05

ผลการศึกษา

1. คุณลักษณะทางประชากร กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่อายุ 12 ปี ร้อยละ 73.2 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 51.2 และร้อยละ 52.5 มีเกรดเฉลี่ย 2.51–3.00 ร้อยละ 46.3 และร้อยละ 47.5 อาศัยอยู่กับบิดามารดา ร้อยละ 53.7 และร้อยละ 50 โดยบิดาและมารดาทั้งสองกลุ่มมีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 53.7 และ 36.6 กลุ่มเปรียบเทียบร้อยละ 55 และ 37.5 ทั้งสองกลุ่มได้รับค่าใช้จ่าย 20–30 บาทต่อวัน ร้อยละ 65.9 และ ร้อยละ 62.5 กลุ่มทดลองฟังเพลงเป็นประจำเมื่อมีเวลาว่าง ร้อยละ 69.9 ส่วนกลุ่ม

เปรียบเทียบใช้เวลาว่างออกกำลังกาย ร้อยละ 62.5 ทั้งสองกลุ่มไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละ 78 และร้อยละ 90 ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลเรื่องเพศศึกษาจากโทรทัศน์ร้อยละ 65.9 และ ร้อยละ 85.0 และปรึกษาบิดามารดาเมื่อต้องการรู้เรื่องเพศ ร้อยละ 65.9 และ 72.5 ตามลำดับ

2. ผลการทดลอง

2.1 หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) (ตารางที่ 1)

2.2 หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ภายในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง

พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์	n	$\bar{X}$	S.D.	Mean Difference	t	95 % CI	p- value
ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์							
ก่อนการทดลอง	41	10.75	1.78	2.65	8.9	2.19 ถึง 3.11	< 0.001
หลังการทดลอง	41	13.51	1.16				
การรับรู้ความสามารถตนเองในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์							
ก่อนการทดลอง	41	43.44	3.62	6.29	11.60	5.19 ถึง 7.38	< 0.001
หลังการทดลอง	41	49.73	1.88				
ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์							
ก่อนการทดลอง	41	43.34	3.28	5.39	10.62	4.36 ถึง 6.41	< 0.001
หลังการทดลอง	41	48.73	2.43				
ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์							
ก่อนการทดลอง	41	32.27	2.24	6.75	18.38	6.0 ถึง 7.4	< 0.001
หลังการทดลอง	41	39.02	1.83				

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์	n	$\bar{X}$	S.D.	Mean Difference	t	95 % CI	p- value
ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์							
กลุ่มทดลอง	41	13.51	1.16	2.71	8.11	2.04 ถึง 3.37	0.004
กลุ่มเปรียบเทียบ	40	10.80	1.78				
การรับรู้ความสามารถตนเองในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์							
กลุ่มทดลอง	41	49.73	1.88	5.93	10.16	4.77 ถึง 7.09	0.013
กลุ่มเปรียบเทียบ	40	43.80	3.21				
ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์							
กลุ่มทดลอง	41	48.73	2.43	7.23	10.1	4.23 ถึง 8.72	0.013
กลุ่มเปรียบเทียบ	40	41.50	3.90				
ความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์							
กลุ่มทดลอง	41	39.02	1.83	6.90	10.9	5.64 ถึง 8.20	< 0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	40	32.10	3.61				

อภิปรายผล

จากการศึกษา พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เป็นผลมาจากการได้รับโปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองมาใช้ร่วมกับการสร้างแรงจูงใจ มาเป็นแนวคิดในการจัดกิจกรรมด้วยการเสนอตัวแบบวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ การแสดงบทบาทสมมติเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีในเพศเดียวกันและเพื่อนต่างเพศ การสาธิตและฝึกปฏิบัติการสวมถุงยางอนามัยเพื่อเรียนรู้วิธีป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ อย่างถูกต้อง ผู้วิจัยบรรยายความรู้เพิ่มเติมร่วมกับชมวิทัศน์ การให้คู่มือการดูแลสุขภาพทางเพศเกี่ยวกับ

ความแตกต่างของชายหญิง กลไกฟันเปือก การมีประจำเดือน และวิธีการดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะในระบบสืบพันธุ์ และรับรู้ปัญหาวัยรุ่นและผลเสียจากการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ฝึกให้กลุ่มตัวอย่างได้คิดวิเคราะห์และร่วมกันอภิปรายกลุ่ม และแสดงความคิดเห็นถึงผลดีของการยับยั้งใจไม่ให้มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยสร้างแรงจูงใจในทุกสัปดาห์ด้วยการให้รางวัล คำแนะนำ ชมเชยทั้งรายบุคคลและรายกลุ่มที่มีส่วนร่วมและตั้งใจในการทำกิจกรรม ซึ่งวิธีการเหล่านี้สามารถพัฒนาความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ได้ดีขึ้น เป็นผลให้นักเรียนมีความรู้ และรับรู้ความสามารถตนเองมากขึ้น นำไปสู่การมีความรู้สึกด้านบวกต่อพฤติกรรมที่ตนเองได้เรียนรู้ จนเกิดความคาดหวังถึงผลดีที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง นำไปสู่ความตั้งใจที่จะปฏิบัติพฤติกรรมนั้น ๆ ให้สำเร็จ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ (Bandura, 1977 อ้างถึงใน

จุฬารณ, 2552) ซึ่งกล่าวว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถตนเอง มี 4 ปัจจัย คือ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จนั้นมีประสิทธิภาพมากที่สุดในการช่วยพัฒนาให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง รวมถึงการใช้ประสบการณ์จากคนอื่นหรือตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูง การกระตุ้นอารมณ์ที่มีผลต่อการรับรู้ในความสามารถตนเอง ซึ่งทำให้นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมสุขศึกษานี้รับรู้ว่าตนเองก็สามารถปฏิบัติได้เช่นกันซึ่งจะนำไปสู่การปฏิบัติตัวที่เหมาะสม ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ Kamell *et al.* (2006) ที่ศึกษาการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกันปัญหาแอลกอฮอล์และการติดเชื่อเอชไอวี ในประเทศแอฟริกาใต้ โดยนำหลักสูตรของสหรัฐอเมริกามาประยุกต์ใช้ศึกษานำร่องในนักเรียนเกรด 9 ของ 5 โรงเรียนในเขตชานฟ้าเมืองผิดำ ซึ่งพบว่า ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการรับรู้ความสามารถตนเองและตั้งใจที่จะใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ในครั้งต่อไป และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เช่นเดียวกับ (จันทนา, 2548) ที่ศึกษาโปรแกรมการสอนสุขภาพทางเพศแบบมีส่วนร่วมต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพทางเพศของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเขาทอง จังหวัดนครสวรรค์ พบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนการรับรู้ความสามารถตนเองในเรื่องพฤติกรรมทางเพศ 5 กิจกรรม ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น มาดูแลสุขภาพกันเถอะ มาสร้างสัมพันธ์ภาพกันเถอะ มารยาทและการวางตัวที่เหมาะสม และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย สูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และยังสอดคล้องกับการศึกษาของ (วัชรพล, 2552) ที่ศึกษาการประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตร่วมกับทฤษฎีความสามารถตนเองเพื่อป้องกันโรคเอดส์ในนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอลพ จังหวัดขอนแก่น พบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่อง

โรคเอดส์ การรับรู้ความสามารถตนเองเพื่อป้องกันโรคเอดส์ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการมีพฤติกรรมป้องกันโรคเอดส์และความตั้งใจในการป้องกันโรคเอดส์สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปผลการวิจัย

หลังให้โปรแกรมสุขศึกษาในการสร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และความตั้งใจในการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.001) และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05)

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากผลการวิจัย พบว่าโปรแกรมสุขศึกษามีประสิทธิผลเพียงพอช่วยให้นักเรียนมีความรู้ รับรู้ความสามารถตนเอง คาดหวังในผลลัพธ์ และตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวให้มีพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์มากขึ้น ดังนั้น จึงควรนำไปใช้ขยายผลโดยจัดโปรแกรมสุขศึกษาให้นักเรียนในระดับชั้นใกล้เคียงกันความเหมาะสมหรือร่วมกับการสอนเพศศึกษาตามปกติ

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากงานวิจัย พบว่า นักเรียนมีช่องทางรับรู้ข้อมูลเรื่องเพศจากโทรทัศน์และอินเทอร์เน็ตซึ่งเป็นแหล่งข้อมูลสาธารณะที่เสนอแง่มุมทางเพศที่หลากหลายที่มีทั้งประโยชน์และมีความเสี่ยงสำหรับวัยรุ่นซึ่งเริ่มมีความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศ ดังนั้น จึงควรมีการศึกษาในเชิงเฝ้าระวังในเรื่องด้านข้อมูลข่าวสารและปัจจัยอื่นๆ รวมทั้งให้ครู หรือผู้ปกครองเข้ามามีส่วนการรับรู้ด้วย เพื่อสร้างความตระหนักให้กับสถาบันครอบครัวในการดูแลและเข้าใจลูกวัยรุ่นให้มากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่สนับสนุนทุนในการทำวิจัยและการทำวิทยานิพนธ์ และขอบคุณผู้บริหาร ครู และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในเขตเทศบาลเมืองวารินชำราบและเทศบาลนครอุบลราชธานี ที่ให้ความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

ขวัญจิต ดิสัก. 2548. โปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนโดยผู้นำกลุ่มเพื่อนต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพทางเพศของวัยรุ่นตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จินทนา เกษรบัว. 2548. ผลของโปรแกรมการสอนสุขภาพทางเพศแบบมีส่วนร่วมต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพทางเพศ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

จุฬารักษ์ โสตะ. 2552. แนวคิดทฤษฎีและการประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาสุขภาพ. ขอนแก่น: คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

นภดล วรรณิกา. 2552. สำนวจสถานการณ์ทางเพศของนักเรียนชั้นม.1-ม.6 และอิทธิพลของปัจจัยเสี่ยงที่มีต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. ค้นเมื่อ 2 พฤษภาคม 2553, จาก <http://www.ryt9.com/s/abcp/521532/>.

วัชรพล วิวรรณศรี เถาว์พันธ์. 2552. การประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตร่วมกับทฤษฎีความสามารถตนเองเพื่อป้องกันโรคเอดส์ในนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุข

ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สุริยเดว ทรีปาตี. 2553. “อู” พงษ์วัยรุ่นไทยคว่ำแชมป์ทองเอเชีย. มติชน. ค้นเมื่อ 28 พฤษภาคม 2553, <http://www.thaihealth.or.th/node/15499>.

สุวรรณา เรื่องกายจนเศรษฐี. 2553. การตั้งครกในวัยรุ่นและการดูแลแม่วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์อย่างเข้าใจ. เอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการงานอนามัยแม่และเด็กระดับเขต ครั้งที่ 1, อุบลราชธานี, ศูนย์อนามัยที่ 7.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. 2551. อุบลฯ เอดส์เพิ่มปีละ 2 หมื่นชายรักชายมากที่สุด. ค้นเมื่อ 21 พฤษภาคม 2553, จาก <http://www.thaihealth.or.th/node/5773>.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุบลราชธานี. 2552. สถานการณ์โรคเอดส์. ค้นเมื่อ 21 พฤษภาคม 2553, จาก <http://www.phoubon.in.th/>

อรุณ จิรวัดน์กุล. 2548. ชีวิตที่ดีสำหรับงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ. ภาควิชาสถิติและประชากรศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. พิมพ์ครั้งที่ 2. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา.

Bandura, A. 1997. Self – Efficacy the Exercise Control. New York: W.H.Freeman company.

Centers for Disease Control. 2008. Teens’ Failure to Use Condoms Linked to Partner Disapproval, Fear of Less Sexual Pleasure. Retrived May 13, 2010 from <http://esciencenews.com/articles/2008/09/09/teens.failure.use.condoms.linked.partner.disapproval.fear.less.sexual.pleasure>.

Karnell, AP., Cupp, PK., Zimmerman RS., Feist-Price, S., and Bennie, T. 2006. Efficacy of An American Alcohol and HIV Prevention Curriculum Adapted for use in South Africa: Resultd of A Pilot Study in Five Township Schools. AIDS Education and Prevention, 18(4), 295–310.

World Health Organization. 2010. Adolescent Health. Retrived May 12, 2010 from http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/