

ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส

เสาวลักษณ์ เหล็กค้ำ, พย.ม.^{1*} จิณห์จุฑา ชัยเสนา ดาลลาส, Ph.D.² ดวงใจ วัฒนสินธุ์ Ph.D.³

บทคัดย่อ

การวิจัยแบบวิเคราะห์หาความสัมพันธ์เชิงทำนายครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรม การหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส จำนวน 168 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างง่าย เครื่องมือในการ เก็บรวบรวมข้อมูล แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ การมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ทักษะคิดต่อการสูบบุหรี่ พฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญา และอิทธิพล ของกลุ่มเพื่อน ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค เท่ากับ .82, .80, .80, .81, .81 และ .85 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่อยู่ในระดับมาก ($M = 18.9$, $SD = 3.34$) ตัวแปรที่สามารถทำนายได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี ($\beta = .301$, $p < .001$) และ ทักษะคิดต่อการสูบบุหรี่ ($\beta = -.242$, $p = .004$) โดยสามารถร่วมกันทำนายได้ร้อยละ 8.9 ($R^2 = .089$, $p < .001$) ผลวิจัย ครั้งนี้มีข้อเสนอแนะว่า บุคลากรทางด้านสุขภาพ และควรนำผลการ วิจัยที่ร่วมทำนาย ไปพัฒนาแนวทาง เพื่อให้นักเรียน มีภูมิคุ้มกันด้านจิตใจเพื่อป้องกันตนเองจากการสูบบุหรี่

คำสำคัญ: พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ นักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

¹ นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิตสาขาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

* ผู้เขียนหลัก e-mail: owalak_nueng1@yahoo.co.th

PREDICTIVE FACTORS OF SMOKING AVOIDANCE BEHAVIORS AMONG MALE STUDENTS OF EXTENDED EDUCATIONAL OPPORTUNITY SCHOOLS

Saowalak Lhekkan, M.N.S.^{1*}, Jinjutha Chaisena Dallas, Ph.D.², Duangjai Vatanasin, Ph.D.³

Abstract

This predictive correlational research aimed to examine the smoking avoidance behavior and its influencing factors among male junior high school students in opportunity expansion school. Simple random sampling was used to recruit 168 junior high school students who met the inclusion criteria. Research instruments were questionnaires that included personal information, smoking avoidance behaviors, optimism, adversity quotient, attitude towards smoking, media consumption behavior with intelligence, and peer group influence. Cronbach's alpha coefficient of questionnaires were .82, .80, .80, .81, .81 and .85 respectively. Data were analyzed using Descriptive statistics and stepwise multiple regression analysis.

The results revealed that the mean smoking avoidance behavior score of samples was high ($M = 18.9$, $SD = 3.34$). The factors that significantly predicted smoking avoidance behavior included optimism ($\beta = .301$, $p < .001$), and attitude towards smoking ($\beta = -.242$, $p = .004$). These variables together explained 8.9 % of the variance in smoking avoidance behavior ($R^2 = .089$, $p < .001$). The results of this study suggest that nurses, healthcare workers, and the personnel working in government and private educational institutions should promote optimism and improve the students' attitude toward smoking. This may also help to develop guidelines or programs to promote psychological immunity and prevent youths from smoking.

Key words: Smoking avoidance behaviors, Male students, Extended educational opportunity schools

¹ Student of Master degree of Nursing Science in Psychiatric and Mental Health Nursing, Faculty of Nursing, Burapha University

² Assistant Professor, Faculty of Nursing, Burapha University

³ Associate Professor, Faculty of Nursing, Burapha University

* Corresponding author e-mail: owalak_nueng1@yahoo.co.th

ความสำคัญของปัญหา

การสูบบุหรี่ในเยาวชนเป็นปัญหาที่สำคัญของการสาธารณสุขไทย เนื่องจากบุหรี่เป็นยาเสพติดชนิดแรกที่เยาวชนเสพ และยังเป็นสื่อนำไปสู่การเสพติดอื่นที่ร้ายแรงกว่า เช่น เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ยาบ้า ยาไอซ์ กัญชา เป็นต้น การเริ่มสูบบุหรี่เมื่ออายุน้อยทำให้มีแนวโน้มกลายเป็นผู้ใหญ่ที่ติดบุหรี่สูงและเลิกบุหรี่ยาก มีโอกาสเกิดการเจ็บป่วยได้มากกว่าคนที่เริ่มสูบบุหรี่ในวัยผู้ใหญ่ (Prechawong, Wongsaita, Thaweepattana, & Kaewkam, 2014) จากรายงานปัจจุบันพบว่าผู้สูบบุหรี่ทั่วโลก 1,100 ล้านคน และมีผู้เสียชีวิตจากการสูบบุหรี่มากถึงปีละไม่ต่ำกว่า 7 ล้านคน และมากกว่า 6 ล้านคนเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่โดยตรง และ 890,000 คน เสียชีวิตจากการได้รับควันบุหรี่มือสอง (World Health Organization [WHO], 2018) สำหรับวัยรุ่นทั่วโลก พบว่า มีการใช้บุหรี่ในกลุ่มอายุ 15-24 ปี สูงถึง ร้อยละ 25 (WHO, 2019) สถานการณ์การสูบบุหรี่ในประเทศไทย เป็นสาเหตุทำให้คนไทยเสียชีวิตปีละ 51,651 คน หรือวันละ 141 คน โดยผู้ที่เสียชีวิตจากการสูบบุหรี่อายุสั้นลง 12 ปี และป่วยหนักโดยเฉลี่ย 2.5 ปีก่อนตาย (Action on Smoking and Health Foundation, 2018) การสำรวจเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ในเยาวชนในปี พ.ศ. 2564 พบว่า ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำนวนทั้งสิ้น 57 ล้านคน พบผู้สูบบุหรี่ 9.9 ล้านคน (Thaihealth, 2021) และยังพบว่าเยาวชนเริ่มทดลองสูบบุหรี่มากที่สุดคืออายุ 13-14 ปี ร้อยละ 39.0 (Nsoofthailand, 2015) จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น สถานการณ์การสูบบุหรี่ในเยาวชนเป็นปัญหาด้านสุขภาพและจิตสังคมที่สำคัญที่สังคมไทยควรให้ความสนใจ

การสูบบุหรี่ส่งผลกระทบต่อหลายด้านต่อเยาวชน ได้แก่ ส่งผลกระทบต่อตัวผู้สูบและสุขภาพของบุคคลรอบข้าง เนื่องจากในบุหรี่มีสารนิโคติน เป็นสารเคมีสำคัญที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายและเป็นสาเหตุก่อให้เกิดโรคต่าง ๆ เช่น มะเร็งปอด โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โรคแผลในกระเพาะอาหาร การแท้งบุตร และการมีบุตรยาก (Hossain et al., 2017) ส่วนผลกระทบทางสมองที่ส่งผลต่อจิตใจและพฤติกรรม สารนิโคตินจะออกฤทธิ์กระตุ้นที่สมองส่วนหน้า (Pre frontal cortex) ทำหน้าที่ปล่อยสารสื่อประสาทชื่อโดปามีนที่ก่อให้เกิดความสมดุลของอารมณ์เชิงบวก การมีสารนิโคตินกระตุ้นระบบสื่อประสาทสมอง จะทำให้ร่างกายไม่สร้างสารโดปามีนหากไม่มีสารนิโคติน ยิ่งสูบบุหรี่มากก็จะมีประสาทตัวรับรู้และตัวสั่งมากขึ้น เกิดความต้องการสารนิโคตินมากขึ้น เมื่อสมองถูกกระตุ้นอยู่ในสภาพนี้นาน ๆ จะทำให้เกิดผลข้างเคียงเมื่อระดับสารนิโคตินในร่างกายลดลง คือ อารการวิตกกังวล อารการซึมเศร้า จึงต้องสูบเพื่อเติมนิโคตินเข้าไปให้ความรู้สึกกลับคืนมา (Hefner, Sollazzo, Mullaney, Coker & Sofuoglu, 2019) ทั้งนี้การสูบบุหรี่ก่อให้เกิดค่าใช้จ่ายเพิ่มมากขึ้น โดยรัฐบาลต้องเสียงบประมาณในการดูแลรักษาสุขภาพของผู้สูบบุหรืกว่าปีละ 46,000 ล้านบาท (ThaiHealth, 2018) และจากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ในปี พบว่าประชากรที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป จำนวน 55.9 ล้านคน เป็นผู้สูบบุหรี่จำนวน 10.7 ล้านคน (ร้อยละ 19.1) โดยเป็นผู้สูบบุหรี่เป็นประจำจำนวน 9.4 ล้านคน (ร้อยละ 16.8) ผู้ชายสูบบุหรี่มากกว่าผู้หญิง 22 เท่า (ร้อยละ 37.7) จากผลกระทบ และสถิติดังกล่าว การศึกษาถึงพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อทำความเข้าใจมิติของการป้องกันตนเองของวัยรุ่นที่จะไม่ข้องเกี่ยวกับการสูบบุหรี่

จากการสำรวจของโรงเรียนในจังหวัด พบจำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีพฤติกรรมสูบบุหรี่จำนวน 69 ราย ในปีการศึกษา 2557 พบว่า เริ่มสูบบุหรี่ตั้งแต่อายุโดยเฉลี่ย 14 ปี และจากจำนวน 69 ราย นี้ เป็นเด็กนักเรียนที่เคยศึกษาจากโรงเรียนมัธยมศึกษาขยายโอกาสถึง 42 ราย (Friends of the Youth Center at Kirimaspiittayakom School, 2014) ซึ่งนักเรียนมัธยมจากโรงเรียนขยายโอกาส มีอายุระหว่าง 10-15 ปี จัดเป็นวัยรุ่นตอนต้นหรือเยาวชนของชาติ

พฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่ป้องกันตนเองจากการใช้ยาเสพติดหรือสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดที่มักกระตุ้น เป็นพฤติกรรมที่บุคคลกระทำเพื่อควบคุมตนเองไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด (Panpit, 2009) ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน คือการควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นให้สูบบุหรี่ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ และการจัดการกับความเครียด (Ngeinpunnak,

2017) ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะช่วยป้องกันไม่ให้วัยรุ่นเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับบุหรี่และสารเสพติดชนิดอื่น วัยรุ่นที่มีความคิดความมุ่งมั่น แน่วแน่หนักแน่นในการหลีกเลี่ยง จะทำให้แสดงพฤติกรรมทางด้านบวก แต่ถ้าหากไม่มีความมุ่งมั่นหรือความหนักแน่นก็จะแสดงพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่ ดังนั้น การหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่จึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะช่วยป้องกันไม่ให้วัยรุ่นเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับบุหรี่

จากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social cognitive theory) ของ Bandura (1989) เชื่อว่าพฤติกรรมของบุคคล จะเปลี่ยนแปลงไปตามเงื่อนไขของปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยพฤติกรรม และปัจจัยสภาพแวดล้อม ปัจจัยทั้ง 3 มีความเกี่ยวพันซึ่งกันและกันไม่อาจแยกออกจากกันได้ และไม่ได้เกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน หากแต่ต้องอาศัยเวลาในการที่ปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งจะมีผลต่อการกำหนดปัจจัยอื่น ๆ ซึ่งปัจจัยดังกล่าวกำหนดลักษณะและทิศทางของพฤติกรรมสิ่งที่บุคคลคิด เชื่อ และรู้สึก จะกำหนดว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมเช่นใด ดังนั้น จากการทบทวนวรรณกรรมร่วมกับแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม การศึกษานี้ ได้กำหนดปัจจัยการศึกษา ที่พิจารณาว่าส่งผลต่อพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ คือ ปัจจัยภายในบุคคล เช่น การมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ และพฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญา ส่วนปัจจัยสภาพแวดล้อม ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญา และอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน และปัจจัยพฤติกรรม ได้แก่ พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่

ปัจจัยแรก คือ การมองโลกในแง่ดี เป็นปัจจัยภายในบุคคลหนึ่งที่มีความสำคัญ เนื่องจากบุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะมีความมั่นใจ ความเชื่อว่าสิ่งที่ดี ๆ จะเกิดขึ้นกับตนเองในปัจจุบันและอนาคต มีความหวัง และเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองว่าจะสามารถผ่านพ้นความยากลำบากไปได้ (Scheier & Carver, 1992) การมองโลกในแง่ดีทำให้วัยรุ่นมีความคาดหวังในสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตในทางบวก จึงเลี่ยงพฤติกรรมที่จะทำให้เกิดผลเสียในอนาคต เช่น การศึกษาของ Rawana and Ames (2012) พบว่า การมองโลกในแง่ดีเป็นปัจจัยปกป้อง (Protective factors) และทำให้บุคคลลดความเสี่ยงของการใช้แอลกอฮอล์ และการดื่ม แอลกอฮอล์อย่างหนัก ($r = .53, p < .001$) ปัจจัยที่สอง คือ ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค เป็นปัจจัยภายในบุคคลที่แสดงถึงความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ในยามที่ต้องเผชิญกับความทุกข์ยากหรือความลำบากด้วยจิตใจที่เข้มแข็งไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใด ๆ (Stoltz, 1997) วัยรุ่นที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค จะเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง อดทนมุ่งมั่นเพื่ออนาคตไปข้างหน้า จึงมีแนวโน้มปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ดี เลี่ยงสิ่งที่จะเกิดผลลบต่อตนเอง เช่น การศึกษาของ Sommanakit, Rattanasiriwong, Prasitnui, and Thumchuto (2011) พบว่า ความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรค ทำให้ความเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำของผู้ป่วยยาเสพติดในศูนย์บำบัดรักษาเสพยาเสพติดลดลง ทำให้ผู้ป่วยยาเสพติดรูปแบบผู้ป่วยนอกมีความเสี่ยงน้อยที่จะกลับไปใช้สารเสพติด ปัจจัยที่สาม คือ ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ เป็นปัจจัยภายในบุคคล เนื่องจากเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก ของบุคคลที่ประเมินสิ่งใดสิ่งหนึ่งว่าดีหรือไม่ ทัศนคติจะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคล (Weber, 1992) ดังนั้น หากวัยรุ่นตอนต้นมีทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ในทางลบ มองว่าการสูบบุหรี่เป็นเรื่องที่ไม่ดีเป็นอันตรายต่อสุขภาพ จะส่งผลให้วัยรุ่นตอนต้นมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ เช่น การศึกษาของ Weingamon (2017) ในนักเรียนชาย ชั้นประถมศึกษาตอนปลาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติไม่เห็นด้วยต่อการสูบบุหรี่สูง ส่งผลให้ไม่มีโอกาสเสี่ยงที่จะสูบบุหรี่ในระยะเริ่มต้น ปัจจัยที่สี่ พฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญา เป็นปัจจัยภายในบุคคลผสมผสานกับอิทธิพลของปัจจัยสภาพแวดล้อม เป็นการใช้ความคิดวิจารณ์ญาณในการวิเคราะห์สิ่งที่สื่อนำเสนอ สามารถกลั่นกรอง แยกแยะ ถึงสิ่งที่ดีและไม่ดีที่แฝงมากับสื่ออย่างมีเหตุผล ด้วยความรู้ และประสบการณ์ของตนเองในการตีความ (Center for Media Literacy, 2008) ดังนั้น พฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญาจึงน่าจะมีความสำคัญกับพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น เพราะปัจจุบันวัยรุ่น มีการใช้สมาร์ตโฟน และเข้าถึงสื่อออนไลน์ได้ง่าย หากวัยรุ่นบริโภคสื่อด้วยเหตุผล ด้วยความรู้วัยรุ่นก็จะสามารถเปิดรับสื่อมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการแสวงหาความรู้ รับรู้ผลกระทบและเฝ้าระวังตนเองได้ เช่น การศึกษาของ Pongnanthakunkit, HengAudomsub, and Dallas (2018) พบว่า พฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันการใช้

ยาเสพติด ($r = .773, p < .001$) และ ปัจจัยด้านอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน เป็นปัจจัยสภาพแวดล้อมที่มีความสำคัญกับวัยรุ่นตอนต้น เนื่องจากเป็นสัมพันธภาพที่ดีภายในกลุ่มเพื่อน ทำให้เกิดความรู้สึกใกล้ชิดผูกพัน รู้สึกมีคุณค่าและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม คอยให้คำปรึกษาและชักชวนกันไปในทางที่ดี (Berns, 2004) ดังนั้น เมื่อวัยรุ่นมีกลุ่มเพื่อนที่ดี คอยให้คำแนะนำที่ดี จะส่งผลให้วัยรุ่นตอนต้นนั้นมีพฤติกรรมที่ดีด้วย เช่น การศึกษาของ Saiyued, Dallas, and Nabkesorn (2018) พบว่า อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ ($r = .363, p < .001$)

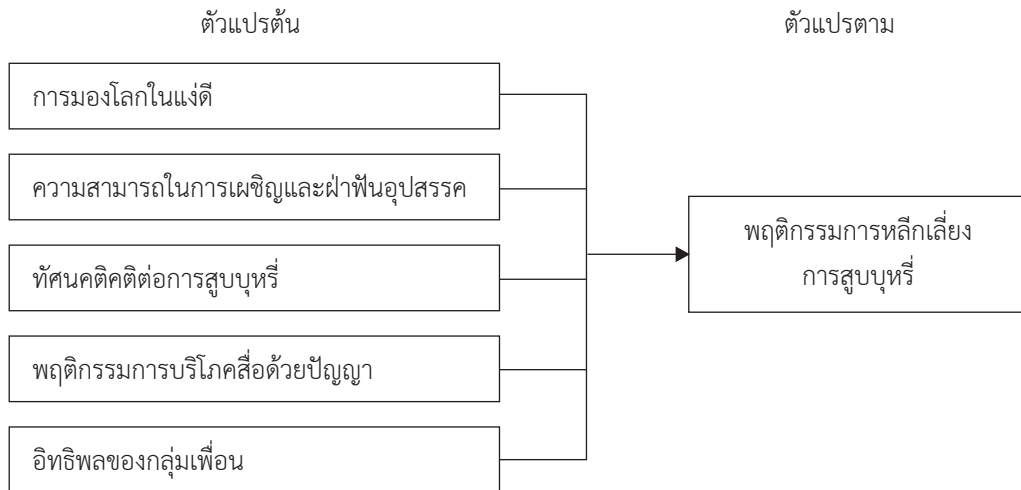
การศึกษานี้ ผู้วิจัยมุ่งเน้นที่จะศึกษาเฉพาะในกลุ่มนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนขยายโอกาส เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่ด้อยโอกาสกว่าเด็กทั่วไป และตั้งขึ้นเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตของประชากรในเขตพื้นที่ห่างไกลความเจริญ โดยเป็นการขยายโอกาสให้กับนักเรียนที่ส่วนใหญ่มีฐานะยากจน บางคนอาจมีเวลาเรียนไม่เต็มที่ เนื่องจากต้องช่วยพ่อแม่ทำงาน บางคนฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวไม่ดี ไม่สามารถเข้าเรียนตามโรงเรียนมัธยมทั่วไป ได้จึงจำเป็นต้องเข้าเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา (Tuklang, Thongtang, Satra, & Phattharayuttawat, 2012) นักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาส ซึ่งมักขาดความพร้อมของครอบครัวทั้งเศรษฐกิจในการอบรมเลี้ยงดู จึงเป็นกลุ่มเยาวชนที่มีแนวโน้มต่อการเกิดพฤติกรรมเสี่ยง และการเริ่มต้นใช้สารเสพติด เช่น บุหรี่ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนกลุ่มนี้โดยผลการศึกษาที่ได้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องนำไปใช้ในการวางแผนป้องกันปัญหาการสูบบุหรี่ในนักเรียนได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพรวมทั้งเป็นแนวทางสำหรับการพัฒนารูปแบบโปรแกรมเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในกลุ่มนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส
2. เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส

กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยนี้ใช้การทบทวนวรรณกรรมร่วมกับกรอบแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social cognitive theory) ของ Bandura (1989) ซึ่งเชื่อว่าพฤติกรรมของคนเรานั้นไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมแต่เพียงอย่างเดียว หากแต่จะเปลี่ยนแปลงไปตามเงื่อนไขของปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม ซึ่งมีความเกี่ยวพัน และไม่อาจแยกออกจากกัน จากการบูรณาการแนวคิดนี้ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสซึ่งเป็นปัจจัยด้านพฤติกรรม ประกอบไปด้วย ปัจจัยภายในบุคคล เช่น การมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ทักษะคิดต่อการสูบบุหรี่ และพฤติกรรมบริโภคสื่อด้วยปัญญา ส่วนปัจจัยสภาพแวดล้อม ได้แก่ พฤติกรรมบริโภคสื่อด้วยปัญญา (เป็นอิทธิพลทั้งปัจจัยภายใน และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม) และอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน ดังแสดงในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบงานวิจัย เป็นการวิจัยแบบวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ทำนาย (Predictive correlational research)

ประชากร คือ นักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 1-3 ในโรงเรียนขยายโอกาส อำเภอประเทาย จังหวัดนครราชสีมา ปีการศึกษา 2563 จำนวน 16 แห่ง มีนักเรียนชายจำนวนทั้งหมด 331 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสแห่งหนึ่งในจังหวัดนครราชสีมา จำนวน 168 คน มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือก (Inclusion criteria ดังต่อไปนี้ 1) สัญชาติไทย 2) สื่อสารภาษาไทยได้ดี 3) เพศชาย อายุ 13-15 ปี 4) ได้รับความยินยอมจากผู้ปกครอง 5) ไม่มีปัญหาด้านสุขภาพกาย และจิตใจ ที่ทำให้เป็นอุปสรรคต่อการให้ข้อมูล กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G*power เพื่อหาปัจจัยทำนายสำหรับตัวแปรต้น 5 ตัวแปร ที่คำนึงถึงการควบคุมความคลาดเคลื่อนชนิดที่ 1 (Type I error) และชนิดที่ 2 (Type II error) โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติ (Alpha) = .05 ค่าอำนาจการทดสอบ (Power of test) = .95 (Franz et al., 2009) และกำหนดค่าขนาดอิทธิพล (Effect size) ที่ขนาดกลางเท่ากับ 0.13 เนื่องจากยังพบการศึกษาน้อยในกลุ่มนี้ (Burn & Grove, 2009) หลังจากนั้นคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากโปรแกรมสำเร็จรูป G*power ได้กลุ่มตัวอย่าง 158 คน แต่เพื่อเป็นการป้องกันความไม่สมบูรณ์ของข้อมูลในแบบสอบถาม จึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีก 10 คน คิดเป็นร้อยละ 6 ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้รวมทั้งสิ้น 168 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

งานวิจัยนี้เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามโดยให้นักเรียนตอบด้วยตนเอง แบ่งเป็น 7 ส่วน ได้แก่ แบบวัดข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ แบบวัดการมองโลกในแง่ดี แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค แบบสอบถามทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญา และแบบวัดอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน ซึ่งแบบสอบถามทั้งหมดดังกล่าว ได้ผ่านการทดสอบความตรงตามเนื้อหามาแล้ว มีความเป็นมาตรฐาน และผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาใช้โดยไม่ได้มีการดัดแปลงข้อความใด ๆ ดังนั้นผู้วิจัยจึงไม่ทำการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาอีก ทั้งนี้ก่อนนำแบบสอบถามเหล่านี้ไปใช้เก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปทดสอบหาความเชื่อมั่นกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และนำข้อมูลที่ได้อาวเคราะห์ข้อมูลหาค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) รายละเอียดของเครื่องมือมีดังต่อไปนี้

1. แบบวัดข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น รายได้เฉลี่ยต่อวันที่ได้รับจากผู้ปกครอง ระดับผลการเรียน สถานภาพทางครอบครัว บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย อาชีพของผู้ปกครอง จำนวนพี่น้อง การสูบบุหรี่ของนักเรียน การสูบบุหรี่ของคนในครอบครัวของนักเรียน การสูบบุหรี่ของเพื่อนที่เรียนด้วยและเพื่อนสนิทของนักเรียน จำนวน 14 ข้อ

2. แบบวัดพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ พัฒนาโดย Ngeinpunnak (2017) เป็นแบบวัดพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียน 5 ด้าน คือ การควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นให้สูบบุหรี่ การใช้เวลาวางให้เกิดประโยชน์ การปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ และการจัดการกับความเครียด มีค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ .82 มีข้อคำถามทั้งหมด 30 ข้อ เป็นลักษณะคำถามเป็นแบบประเมินค่า 5 ด้าน ได้แก่ 5 = ทำทุกครั้ง, 4 = ทำบ่อยครั้ง, 3 = ทำบางครั้ง, 2 = ทำนาน ๆ ครั้ง, และ 1 = ไม่ทำ

3. แบบวัดการมองโลกในแง่ดี พัฒนาโดย Mathurapochpong (2012) ซึ่งพัฒนาตามแนวความคิดของ Scheier and Carver (1994) เป็นแบบวัดมุมมอง ที่สะท้อนความหวัง การคาดการณ์อนาคตในทางบวกและ ความเชื่อมั่นในสมรรถนะของตนเองผู้วิจัยใช้แบบประเมินการมองโลกในแง่ดี มีค่า Cronbach, s alpha coefficient เท่ากับ .80 มีข้อคำถามทั้งหมด 16 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า ตั้งแต่ 1- 5 โดย 5 หมายถึง ตรง, 4 หมายถึง ค่อนข้างตรง, 3 หมายถึง ตรง ไม่ตรง พอ ๆ กัน, 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่ตรง, และ 1 หมายถึง ไม่ตรง

4. แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค พัฒนาโดย Thitipanichayangkoon (2007) ซึ่งพัฒนาตามแนวคิดของ Stoltz (1997) เป็นแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค 4 ด้าน คือ ด้านการควบคุมอุปสรรค ด้านต้นเหตุและความรับผิดชอบ ด้านที่แสดงถึงผลกระทบที่จะมาถึง และด้านความอดทน มีค่า Cronbach, s alpha coefficient เท่ากับ .80 มีข้อคำถามทั้งหมด 40 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่าตั้งแต่ 1-5 โดย 1 หมายถึง ไม่จริง, 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่จริง, 3 หมายถึง ค่อนข้างจริง, 4 หมายถึง จริง, และ 5 หมายถึง จริงที่สุด

5. แบบสอบถามทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ พัฒนาโดย Soithong, Patumanond, and Pichinarong (1998) เป็นแบบวัดที่วัดความคิดเห็น ความเชื่อ ต่อการสูบบุหรี่ ว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยต่อการสูบบุหรี่ มีค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ .81 มีข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่าตั้งแต่ 1-5 โดย 5 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 4 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 3 หมายถึง เฉย ๆ ไม่แน่ใจ, 2 หมายถึง เห็นด้วย, และ 1 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

6. แบบสอบถามพฤติกรรมการใช้ชีวิตโดยปัญญา พัฒนาโดย Thansuwannon, Wongpinphet, and Leesatthrupai (2009) เป็นแบบวัดเกี่ยวกับการกระทำของนักเรียน หลังจากใช้ความคิด วิเคราะห์และพิจารณาในการวิเคราะห์ ในสิ่งที่นำเสนอ มีค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ .85 มีข้อคำถามทั้งหมด 26 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า ตั้งแต่ 1-5 ระดับ โดย 5 หมายถึง ประจำ, 4 หมายถึง บ่อยครั้ง, 3 หมายถึง น้อยครั้ง, 2 หมายถึง เกือบไม่เคย, และ 1 หมายถึง ไม่เคยเลย

7. แบบวัดอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน พัฒนาโดย Makbun and Sukanan (2013) เป็นแบบวัดที่เกี่ยวกับลักษณะปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่มเพื่อนในการแนะนำการเป็นที่ปรึกษา การชักชวนกันทำในสิ่งที่ดีและสร้างสรรค์และรวมถึงการชักชวนในการหลีกเลี่ยงการใช้ยาเสพติด มีค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ .81 มีข้อคำถามทั้งหมด 19 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่าตั้งแต่ 1-5 โดย 5 หมายถึง มากที่สุด, 4 หมายถึง มาก, 3 หมายถึง ปานกลาง, 2 หมายถึง น้อย, และ 1 หมายถึง น้อยที่สุด

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อวันที่ 4 เดือนพฤศจิกายน 2563 รหัสจริยธรรม G-HS 068/ 2563 ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยทุกขั้นตอนตามหลักจริยธรรมการวิจัยอย่างเคร่งครัด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยและเพื่อดำเนินการวิจัย ลงนามโดยคณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนเพื่อชี้แจงเกี่ยวกับงานวิจัยและขออนุญาตเข้าทำการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้แนะนำตัวเอง เชิญกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมวิจัย ชี้แจงวัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะได้รับ การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง และรายละเอียดในการเก็บข้อมูล เมื่อนักเรียนมีความสนใจและสมัครใจผู้วิจัยได้แจกใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง เมื่อได้รับความยินยอมจากผู้ปกครองแล้ว ผู้วิจัยนัดหมายวันเวลา จัดสถานที่ในการเก็บข้อมูลโดยคำนึงถึงความเป็นส่วนตัวและตระหนักถึงความปลอดภัยของกลุ่มตัวอย่างเนื่องจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (COVID-19) ตามแนวทางป้องกันโรคติดต่ออย่างเคร่งครัด ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย แบบสอบถามจะไม่มีกระบวนการระบุชื่อ-นามสกุล ของกลุ่มตัวอย่างในแบบสอบถาม เนื่องจากผู้วิจัยใช้รหัสในแบบสอบถาม แบบสอบถามที่ตอบเสร็จเรียบร้อยแล้วจะถูกเก็บมิดชิดในซองกระดาษ ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามถูกเก็บเป็นความลับ มีเพียงผู้วิจัยเท่านั้นที่ทราบข้อมูล การนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม และนำไปใช้ประโยชน์ทางการศึกษาเท่านั้น ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนมกราคม ถึง เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูป โดยข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างใช้การวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา และวิเคราะห์อำนาจการทำนายของตัวแปรที่ศึกษา โดยหาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise multiple regression) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษารั้งนี้มีจำนวน 168 คน คิดเป็นวัยรุ่นชายตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 100 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.3 โดยพบว่าอายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 14.04 ปี (SD = .83) ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 36.9 รายได้ที่ได้รับเฉลี่ยต่อวัน 41.19 บาท (SD = 10.73) ผลการเรียนเฉลี่ยเท่ากับ 2.80 (SD = .61) บิตามารดาของกลุ่มตัวอย่างส่วนมากอาศัยอยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 75.6 ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 53.0 และอาชีพส่วนใหญ่ของผู้ปกครองทำการเกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 55.4 นักเรียนส่วนมากไม่เคยสูบบุหรี่ คิดเป็นร้อยละ 63.1 นักเรียนส่วนมากมีเพื่อนที่สูบบุหรี่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 68.5 และนักเรียนส่วนมากสนิทกับเพื่อนที่สูบบุหรี่ คิดเป็นร้อยละ 56.0 เพื่อนสนิทของนักเรียนส่วนใหญ่สูบบุหรี่บางครั้ง ร้อยละ 66.7 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูล ส่วนบุคคล (n = 168)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	168	100
หญิง	0	0
อายุ (ปี)		
13 ปี	55	32.7
14 ปี	52	31.0
15 ปี	61	36.3
Min = 13, Max = 15, M = 14.04, SD = 0.83)		

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
กำลังศึกษาอยู่ชั้น		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	54	32.1
มัธยมศึกษาปีที่ 2	52	31.0
มัธยมศึกษาปีที่ 3	62	36.9
รายได้เฉลี่ยต่อวันที่ได้รับจากผู้ปกครอง		
< 35	39	23.2
36 - 70	128	76.2
> 71	1	0.6
(Min = 20, Max = 100, $M = 41.19$, $SD = 10.73$)		
ระดับผลการเรียน เกรดเฉลี่ยในเทอมที่ผ่านมา (GPA)		
< 2.00	15	8.9
2.01 - 3.00	100	59.5
3.01 - 4.00	53	31.5
(Min = 1.50, Max = 3.98, $M = 2.8$, $SD = 0.60$)		

พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ อยู่ในระดับมาก ($M = 18.9$, $SD = 3.34$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมด้านการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่มากที่สุด ($M = 4.5$, $SD = 1.07$) รองลงมาคือด้านการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ($M = 4.10$, $SD = 1.27$) ด้านการจัดการกับความเครียด ($M = 3.82$, $SD = 0.94$) ด้านการควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ($M = 3.31$, $SD = 0.89$) และด้านการหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นให้สูบบุหรี่ ($M = 3.07$, $SD = 1.08$) รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่าง ($n = 168$)

พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่	M	SD	ระดับ
ด้านที่ 1 การควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่	3.31	0.89	มาก
ด้านที่ 2 การหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นให้สูบบุหรี่	3.07	1.08	มาก
ด้านที่ 3 การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์	4.10	1.27	มาก
ด้านที่ 4 การปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่	4.50	1.07	มาก
ด้านที่ 5 การจัดการกับความเครียด	3.82	0.94	มาก
โดยรวม	18.9	3.34	มาก

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส

ผลการวิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise multiple regression analysis) พบว่า ปัจจัยที่สามารถทำนายพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ในโรงเรียนขยายโอกาส ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมี 2 ปัจจัย ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี และทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ โดยการมองโลกในแง่ดีมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสสูงสุด ($\beta = .301, p < .001$) และรองลงมา คือ ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ ($\beta = -.242, p = .004$) ตามลำดับ ทั้ง 2 ตัวแปรนี้สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสได้ร้อยละ 8.9 ($R^2 = .089, p < .001$) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส (n = 168)

ตัวแปร	R^2	b	SE _(b)	β	t	p
(Constant)	14.844	3.055		4.859	<.001	
การมองโลกในแง่ดี	.040	.202	.055	.301	3.689	<.001
ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่	.089	-.107	.036	-.242	-2.962	.004

$R^2 = .089, \text{Adj } R^2 = .078, F_{(2-165)} = 8.051, p < .001$

การอภิปรายผล

1. พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ในนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ผลการศึกษาพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ในนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า โดยรวมนักเรียนมีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่อยู่ในระดับมาก ($M = 18.9, SD = 3.34$) จากการวิเคราะห์ข้อมูลรายข้อ พบว่า นักเรียนตอบด้านการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่อยู่ในระดับมากที่สุด ($M = 4.50, SD = 1.07$) ซึ่งการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ส่งผลต่อพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ในนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อาจเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างเชื่อเรื่องหลักการปฏิเสธ เชื่อเรื่องการรับรู้ความสามารถของตนเองในการกล้าปฏิเสธว่าส่งผลต่อการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Keawsuttha, Aunchuen, Somsuey, and Weerakun (2017) ศึกษาเกี่ยวกับผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการปฏิเสธบุหรี่เชิงบวกในงานทันตกรรมโรงเรียนระดับประถมศึกษากรุงเทพมหานคร พบว่า กิจกรรมในโปรแกรมการปฏิเสธบุหรี่เชิงบวกทำให้กลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการปฏิเสธบุหรี่เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากการศึกษาข้อมูลของโรงเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา เขต 7 อำเภอประทาย จังหวัดนครราชสีมา พบว่า มีการจัดโครงการ To Be Number One โรงเรียนสีขาว กีฬาต้านยาเสพติด ตลอดจนการจัดการเรียนการสอน ได้สอดแทรกความรู้เรื่องยาเสพติดในบทเรียน จึงทำให้นักเรียนมีความตระหนักถึงโทษภัยของบุหรี่และยาเสพติด จึงทำให้เกิดการปฏิบัติตนเพื่อไม่ให้ไปยุ่งเกี่ยวกับบุหรี่และสารเสพติด จึงส่งผลทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับการศึกษาของ Ngoknawang and Lawsuan (2021) ที่พบว่า นักเรียนได้รับการสนับสนุน ชื่นชมแนวทางที่ถูกต้องได้เรียนรู้วิธีการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ โรงเรียนได้ดำเนินงานโครงการสถานศึกษาสีขาว ปลอดภัยยาเสพติดและอบายมุข อย่างจริงจัง และต่อเนื่อง จนมีผลให้คะแนนพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่อยู่ในระดับมาก

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนขยายโอกาส ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น มีอายุเฉลี่ย 14 ปี ($M = 14.04, SD = .83$) บิตามารดาของกลุ่มตัวอย่างส่วนมากอาศัยอยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 75.6) ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่กับบิดามารดา (ร้อยละ 53.0) ผู้ปกครองประกอบอาชีพเกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 55.4 ซึ่งสะท้อนถึงการเป็นเยาวชนที่ครอบครัวได้ดูแลโดยตรง จึงได้รับการดูแลและอบรมสั่งสอนอย่างใกล้ชิด ซึ่งการอาศัยอยู่กับบิดามารดา หรือบุคคลอื่น เป็นผู้ปกครองที่คอยดูแลเอาใจใส่ให้นักเรียน คอยอบรมสั่งสอนให้นักเรียนประพฤติตน

ให้เหมาะสม จนส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่และการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ได้ (ThaiHealth, 2018) นอกจากนี้ พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีผลการเรียนที่ค่อนข้างดี ค่าเฉลี่ยของเกรด คือ 2.80 ($M = 2.80, SD = .60$) ซึ่งการที่นักเรียนมีความใส่ใจต่อการเรียน สะท้อนถึงความรับผิดชอบตนเอง การมีเหตุผลที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้เกิดผลดีต่อตนเอง และรักตนเอง จึงมีพฤติกรรมใส่ใจตนเองและหลีกเลี่ยงสิ่งนี้อาจทำลายสุขภาพและอนาคตที่ดี จึงอาจมีผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ Mongmat (2018) ที่พบว่า นักเรียนที่มีผลการเรียนดีจะมีพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่สูงกว่านักเรียนที่ผลการเรียนไม่ดี

2. ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส

2.1 การมองโลกในแง่ดี เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลมากที่สุด ที่สามารถทำนายพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสได้สูงสุด ($\beta = .301, p < .000$) แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social cognitive theory) ของ Bandura (1989) เชื่อว่าพฤติกรรมของบุคคล เป็นพฤติกรรมที่แสดงให้เห็นถึงความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ความคาดหวัง ความเชื่อ การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง เป้าหมาย และความตั้งใจ ซึ่งปัจจัยดังกล่าวกำหนดลักษณะและทิศทางของพฤติกรรมว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมเช่นใด การมองโลกในแง่ดี ก็เช่นเดียวกัน การที่นักเรียนมีความคิด ความมั่นใจ ความเชื่อว่าจะมีสิ่งที่ดี ๆ เกิดขึ้นกับตนเองในปัจจุบันและอนาคต นักเรียนจะแสดงพฤติกรรมที่ดีต่อตนเอง มีเป้าหมาย เกิดความมั่นใจที่ผ่านอุปสรรคหรือความยากลำบาก จะมีความเชื่อมั่นว่าตนมีความสามารถที่จะหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ได้ นอกจากนี้ จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลรายข้อของการมองโลกในแง่ดี นักเรียนตอบข้อ นักเรียนคาดหวังว่าทำอะไรใหม่ ๆ จะต้องสำเร็จ ($M = 4.39, SD = .85$) สูงที่สุด สะท้อนถึงการมีมุมมองในเรื่องการมีแรงจูงใจ และคาดหวังสิ่งต่าง ๆ ที่จะทำในอนาคตเชิงบวก ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญของการมองโลกในแง่ดี (Scheier & Carver, 1992) เพราะเมื่อบุคคลคาดหวังสิ่งต่าง ๆ ในอนาคตเชิงบวก จะมีแรงจูงใจในการดูแลประคับประคองตนเองให้ดี หลีกเลี่ยงสิ่งนี้อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพและการเกิดผลทางลบต่อตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Dallas, Kaewmart, Detchaiyot, and Phaowiriya (2016) พบว่า เยาวชนที่ใช้สารนิโคติน เมื่อได้รับโปรแกรมเสริมสร้างแรงจูงใจ พบว่า มีคะแนนการมองโลกทางบวกเพิ่มขึ้น และทำให้มีความตั้งใจในการเลิกยาเสพติดสูงขึ้น และสอดคล้องกับการศึกษาของ Soudabeh, Esmaeil, Haidar, Ali, and Asghar (2019) พบว่า นักเรียนชายชั้นมัธยมปลายของอิหร่านมีการมองโลกในแง่ดีในระดับสูง ทำให้ลดการสูบบุหรี่และการลดการใช้สารเสพติด

2.2 ทักษะคิดต่อการสูบบุหรี่ เป็นปัจจัยอีกตัวที่มีอิทธิพล ที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส ($\beta = -.242, p = .004$) ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า ทักษะคิดต่อการสูบบุหรี่ เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคล ที่บุคคลจะมีอารมณ์ ความรู้สึก ความเชื่อ ที่ประเมินสิ่งใดสิ่งหนึ่งว่าดีหรือไม่ เป็นตัวตัดสิน และกำหนดพฤติกรรม ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior [TPB]) อธิบายว่า พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมานั้นจะเกิดจากการชี้นำโดยความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม (Behavioral beliefs) ซึ่งมีอิทธิพลต่อทัศนคติและพฤติกรรมของบุคคล เช่น ถ้านักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นมีความเชื่อหรือทัศนคติว่าการทำพฤติกรรมนั้นจะนำไปสู่ผลกระทบทางลบ นักเรียนก็จะหลีกเลี่ยงพฤติกรรมนั้น (Ajzen & Fishbein, 1975) นอกจากนี้ จากการวิเคราะห์ข้อมูลรายข้อเกี่ยวกับทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ นักเรียน ตอบว่า “นักเรียนเห็นว่าการสูบบุหรี่ทำให้อายุสั้น สูงที่สุด ($M = 4.21, SD = .95$) สะท้อนถึงทัศนคติที่เชื่อว่าบุหรี่ส่งผลต่อสุขภาพและชีวิต ดังนั้นทัศนคติต่อการสูบบุหรี่จึงส่งผลต่อพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ในนักเรียนกลุ่มนี้ ซึ่งสอดคล้องกับ Pongnanthakunkit et al. (2018) พบว่า ทัศนคติต่อการใช้ยาเสพติด สามารถทำนายพฤติกรรมการป้องกันการใช้ยาเสพติดในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย และสอดคล้องกับการศึกษาของ Suthawan et al. (2009) พบว่า พฤติกรรมการสูบบุหรี่ และดื่มสุรา เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงลบกับทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ และสอดคล้องกับ Chaikunwatathana, Sutthi,

and Jaimalai (2014) พบว่า วัยรุ่นที่มีทัศนคติเชิงบวกต่อการสูบบุหรี่จะมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่สูงกว่ากลุ่มที่มีทัศนคติเชิงลบต่อการสูบบุหรี่ 2.82 เท่า

จากผลการวิจัย แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของตัวแปร การมองโลกในแง่ดี และทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ ว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญและมีผลต่อพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่า การดำเนินงานในกิจกรรมต่อต้านยาเสพติดของโรงเรียน เช่น โครงการ To Be Number One โรงเรียนสีขาว กีฬาต้านยาเสพติด ตลอดจนการจัดการเรียนการสอนที่ได้สอดแทรกความรู้เรื่องยาเสพติดในบทเรียน เป็นสิ่งสำคัญและมีอิทธิพลในการปรับทัศนคติของนักเรียนให้มีความตระหนักถึงโทษภัยของบุหรี่ และยาเสพติด นักเรียนจึงปฏิบัติตนเพื่อไม่ให้ไปยุ่งเกี่ยวกับบุหรี่ และสารเสพติด ทั้งนี้ สถาบันทางสังคมที่สำคัญ เช่น โรงเรียน ครอบครัว ชุมชน ยังมีส่วนร่วมอย่างจริงจังต่อการพัฒนาเด็กและวัยรุ่น ให้มีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรงต่อยาเสพติด และสร้างความเข้มแข็ง และมุมมองการดำเนินชีวิตตามแนวคิดการมองโลกในแง่ดี ที่ประกอบไปด้วย การใช้ชีวิตอย่างมีความหวัง คาดหวังถึงผลหรือสิ่งดี ๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองที่จะข้ามผ่านสิ่งต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้จะเป็นเหมือนภูมิคุ้มกันที่จะสร้างความตระหนักให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมที่จะป้องกันตนเองจากบุหรี่ และไม่นำพาตนเองเข้าสู่เส้นทางการใช้สารเสพติดอื่น ๆ ได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ใช้ผลการวิจัยครั้งนี้เป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อพัฒนางานวิจัยแบบทดลองในการศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส
2. ควรทำการศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายในระดับชั้นต่าง ๆ จากพื้นที่ที่มีบริบทแตกต่างกัน เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่มีความแตกต่างและหลากหลาย
3. ใช้ผลการวิจัยนี้เป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อพัฒนาการวิจัยในการศึกษาแนวทางส่งเสริมพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ในโรงเรียนขยายโอกาส อำเภอประทาย จังหวัดนครราชสีมา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครราชสีมา เขต 7 ปีการศึกษา 2563 ที่กรุณาให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลและตอบแบบสัมภาษณ์เป็นอย่างดี

References

- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1975). *Theory of planned behavior: TPB*. Retrieved from <https://www.gotoknow.org>
- Action on Smoking and Health Foundation. (2018). *The smoking situation in Thailand*. Retrieved from <http://www.ashthailand.or.th>
- Bandura, A. (1989). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Berns, R. N. (2004). *Child family, school, community: Socialization and support*. Thomson, Australia: Wadsworth. Publishing.
- Burn, N., & Grove, S. K. (2009). *The practice of nursing research: Appraisal, synthesis, and generation of evidence* (6th ed.). St. Louis, MO: Saunders Elsevier.
- Center for Media Literacy. (2008). *Media literacy education*. Retrieved from <http://medialit.org>

- Chaikunwatathana, C. H., Sutthi, P., & Jaimalai, W. (2014). Smoking behavior and risk factors associated with smoking of early adolescents in Phayao province, Thailand. *Nursing Journal of the Ministry of Public Health, 27*(3), 57-67.
- Dallas, C. J., Kaewmart, N., Detchaiyot P., & Phaowiriya, H. (2016). The effectiveness of motivational enhancement group therapy program on optimism among youths with amphetamine abuse. *Journal of Medicine and Health Sciences, 43*(5), 148-153.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods, 39*(2), 175-191. doi:10.3758/bf03193146
- Friends of the Youth Center at Kirimasittayakom School. (2014). *The results of a survey of preliminary data and smoking behavior of high school students at Khirimasittayakom school, academic year 2013*. Sukhothai: Khirimasittayakom School.
- Hefner, K. R., Sollazzo, A., Mullaney, S., Coker, K. L., & Sofuoglu, M. (2019). E-cigarettes, alcohol use, and mental health: Use and perceptions of e-cigarettes among college students, by alcohol use and mental health status. *Addictive Behaviors Journal, 91*, 12-20.
- Hossain, S., Hossain, S., Ahmed, F., Islam, R., Sikder, T., & Rahman, A. (2017). Prevalence of tobacco smoking and factors associated with the initiation of smoking among university students in Dhaka, Bangladesh. *Central Asian Journal of Global Health, 6*(1), 1-19.
- Keawsuttha, N., Aunchuen, P., Somsuey, P., & Weerakun, N. (2017). The effect of positive tobacco program in dental school program of primary school students, Bangkok. *Srinakharinwirot Research and Development Journal of Humanities and Social Sciences, 9*(17), 53-68.
- Makbun, P., & Sukanan, S. (2013). Factors influencing children's social skills and young men in the child and youth training center, district 2, Ratchaburi province. *Academic Services Journal, 4*(24), 114-126.
- Mathurapochpong, S. (2012). *Hope, optimism, and resilience as predictors of performance, job satisfaction, work happiness, and organizational commitment*. Master's Thesis, Applied Psychology, Chulalongkorn University.
- Mongmat, W. (2018). *Factors affecting smoking prevention behaviors of upper secondary school male students in mueang district, Nakhonpathom province*. Master's Thesis, Community Psychology, Silpakorn University.
- Ngeinpunnak, W. (2017). *The relationship between life skills and smoking avoidance behaviors of junior high school students in Sriracha district, Chonburi province*. Master's Thesis, Public Health, Faculty of Public Health, Burapha University.
- Ngoknawang, C. H., & Lawsuan, T. (2021). The results of white school project implementation to be free from drugs and temptations in Kaengkro Witthaya school, Kaengkro district, Chaiyaphum province. *Journal of MCU Ubon Review, 6*(1), 265-276.

- Nsoofthailand. (2015). *Summary of important results survey of smoking and drinking behavior of the Thai population, 2014*. Retrieved from <http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/files/smokePocket57.pdf>
- Panpit, P. (2009). *Factors affecting narcotics preventive behavior of student Phapradaeng non-formal and informal education centre, Samutprakan province*. Master's Thesis, Social Sciences for Development, Dhonburi Rajabhat University.
- Prechawong, S., Wongsaita, N., Thaweepattana, H., & Kaewkam, S. (2014). A review of studies related to smoking in high schools. *Thai Journal of Health Education, 37*(128), 17-26.
- Pongnanthakunkit, P., HengAudomsub, P., & Dallas, C. J. (2018). Factors influencing drug preventive behaviors in high school students. *Journal of The Royal Thai Army Nurses, 19*(Supplement), 224-2232.
- Rawana, J. S., & Ames, M. E. (2012). Protective predictors of alcohol use trajectories among Canadian aboriginal youth. *Journal of Youth and Adolescence, 41*(2), 229-243.
- Saiyued, N., Dallas, C. J., & Nabkesorn, C. (2018). Factors associated with intention to alcohol avoidance among vocational students. *Journal of Nursing and Health Care, 36*(4), 120-127.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*(3), 219-247.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1994). Effects of optimism on psychological and physical welling: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research, 16*(2), 201-228.
- Sommanakit, M., Rattanasiriwong, P., Prasitnui, C. & Thumchuto, R. (2011). *Adversity quotient is dealing with risky situation of relapsing in drug addict out of patient program in drug dependence treatment center*. Songkhla: Songkhla Drug Treatment Center Tanyarak Institute.
- Suthawan, S., Saejueng, J., Autsawamethapan, S., Ponpong, W., Juengjalernnorasuk, W., Jaddee, A., & Soithong, A. (1998). *Factors affecting smoking habits in adolescents*. Master's Thesis, Department of Epidemiology, Mahidol University.
- Soithong, A., Patumanond, J., & Pichinarong, N. (1998). *Factors affecting smoking habits in adolescents*. Master's Thesis, Faculty of Science, Mahidol University.
- Soudabeh, M., Esmail, H., Haidar, N., Ali, F., & Asghar, M. (2019). Associations between optimism, tobacco smoking and substance abuse among Iranian high school students. *Health Promot Perspect, 9*(4), 279-284.
- Stoltz, P. G. (1997). *Adversity quotient: Turning obstacles into opportunities*. New York: John Wiley & Sons.
- Tuklang, S., Thongtang, O., Satra, T., & Phattharayuttawat, S. (2012). Factors influencing depression among early adolescents in extended educational opportunity school of Samutsakhon province. *Journal Psychiatr Assoc Thailand, 57*(3), 284-294.
- ThaiHealth. (2018). *The negative effects of smoking*. Retrieved from <https://www.thaihealth.or.th/Content/42955>.

- Thaihealth. (2021). *Reveal the results of the survey on smoking behavior of the national statistical office in 2021*. Retrieved from <https://www.thaihealth.or.th/Content/55414>
- Thansuwannon, J., Wongpinphet, P., & Leesatthrupai, CH. (2009). Factors related to intellectual media consumption behavior of undergraduate students in Bangkok. *The Journal of Behavioral Science*, 16(1), 124-134.
- Thitipanichayangkoon, T. (2007). *Some factors affecting emotional stability and the ability to cope with problems and overcome obstacles of grade 3 students in the Bangkok educational service area, District 3*. Master's Thesis, Research and Educational Statistics, Srinakharinwirot University.
- Weingkamon, S. (2560). *Life assets and factors related to early smoking stage among male upper primary school*. Master's Thesis, Community Nurse Practitioner, Burapha University.
- World Health Organization [WHO]. (2018). *Tobacco*. Retrieved from <https://www.who.int/health-topics/tobacco>
- World Health Organization [WHO]. (2019). *Tobacco*. Retrieved from <https://www.who.int/health-topics/tobacco>