

**ประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย
ของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิง**

คัชฌา ศักดิ์ทอง, พว., พย.ม.(การพยาบาลผู้ใหญ่)

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อออกแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยในนักเรียนมัธยมศึกษาหญิง โดยใช้แนวคิดทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1997) เป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรม ผู้เข้าร่วมวิจัยประกอบด้วยนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงที่กำลังศึกษาหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีอายุระหว่าง 15-20 ปี ในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดน่าน 2 โรงเรียน ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งห้องๆละ 30 คน รวมทั้งสิ้น 60 คน กลุ่มควบคุมได้รับความรู้จากหลักสูตรการเรียนการสอนปกติ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนซึ่งประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน คือ 1) การใช้คำพูดชักจูง 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น 3) ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง และ 4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการตามวงจรของ Kurt Lewin ประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้ 1) การวางแผน (Planning: P) 2) การลงมือปฏิบัติงาน (action: A) 3) การสังเกตผลการปฏิบัติ (observation: O) 4) การสะท้อนกลับ (reflection: R) ซึ่งได้รับการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและแบบวัดพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค มีค่าความเที่ยง .81 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงบรรยายและการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงหลังได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ($\bar{X} = 67.65$, $SD=2.43$, ระดับสูง) สูงกว่าก่อนได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ($\bar{X} = 56.61$, $SD= 6.09$,ระดับปานกลาง) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p>.01$)
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงในกลุ่มที่ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ($\bar{X} = 67.65$, $SD= 2.43$, ระดับสูง) สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ ($\bar{X} = 57.39$, $SD= 5.36$, ระดับปานกลาง) ($p<.01$)

คำสำคัญ: พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย กระบวนการพัฒนารูปแบบ นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงตอนปลาย

THE EFFECTIVENESS OF PERCEIVED SELF-EFFICACY PROMOTING PROGRAM SAFE SEX BEHAVIORS
OF FEMALE HIGH SCHOOL STUDENT

Khatchamat Kaewthong, RN., M.N.S. (Adult Nursing)

Nan Provincial Public Health Office.

Abstract

The purpose of this action research was to study the development of a pattern on the effectiveness of perceived self-efficacy promoting program safe sex behaviors of female high school students. Self-Efficacy Theory (Bandura, 1997) was used as a theoretical framework to develop the program. A sample of this study was female high school students aged between 15-20 years from 2 comparable schools in Nan province. The control group received usual knowledge while the experimental group received self-efficacy promoting program. The program comprised of four sessions: 1) Verbal persuasion, 2) Vicarious experience, 3) Enactive mastery experiences, and 4) Physiological and affective state. This research conduct action research according to Kurt Lewin's cycle, consisting of 4 steps: 1) Planning 2) action 3) observation 4) reflection. The intervention was reviewed for content validity by a panel of 3 experts. Perceived self-efficacy was assessed to monitor the intervention. Safe sex behaviors were assessed by a questionnaire. Cronbach's alpha coefficient of the questionnaire was at. 81. Data were analyzed using descriptive and t-test statistics.

Major findings of this study were as follow:

1. The mean score of safe sex behaviors of female high school students in the experimental group after receiving the self-efficacy promoting program (\bar{X} = 67.65, SD=2.43, high) was significantly higher than before receiving the program (\bar{X} = 56.61, SD = 6.09, moderate) ($p < .01$).

2. The mean score of safe sex behaviors of female high school students in the experimental group receiving the self-efficacy promoting (\bar{X} = 67.45, SD=2.43, high) was significantly higher than those of the control group (\bar{X} = 57.39, SD=5.36, moderate) ($p < .01$).

Keywords: Safer sex, female high school students

Corresponding Author: Miss Khatchamat Kaewthong E-mail: Khatchamat311@gmail.com

Nan Provincial Public Health Office.

บทนำ

ปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในวัยรุ่นทวีความรุนแรงและมีความซับซ้อนมากขึ้น จากรายงานผลการเฝ้าระวังพฤติกรรม ที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อ เอช ไอ วี กลุ่มนักเรียน ประเทศไทยปี พ.ศ. 2565 พบว่าวัยรุ่นไทยมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น อายุเฉลี่ยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุยังน้อยคือ 13 ปี โดยการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรส่งผลกระทบโดยตรงต่อวัยรุ่น ครอบครัว สังคมและประเทศชาติผลกระทบสำคัญ คือการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ข้อมูลอัตราการคลอดในวัยรุ่นอายุ 10-14 ปี ของประเทศไทยปี พ.ศ. 2563-2565 ร้อยละ 6.8, 6.1 และ 5.8 ต่อประชากรหญิงอายุ 10-14 ปี ตามลำดับ (สำนักอนามัยเจริญพันธุ์, 2566) ส่วนสถานการณ์โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ปี พ.ศ. 2565 พบรายงานผู้ป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากที่สุดในช่วงอายุ 15-24 ปี คิดเป็นร้อยละ 59.0 สอดคล้องกับข้อมูลของกองระบาดวิทยาที่พบผู้ป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น อายุระหว่าง 15-24 ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2560-2565 มีแนวโน้มสูงขึ้น โดยอัตราป่วยอยู่ที่ 99.6, 104.7, 124.4, 121.8, 106.2 และ 112.3 ต่อแสนประชากร ตามลำดับ โดยพบโรคติดต่อที่สำคัญ เช่น โรคซิฟิลิส และโรคหนองในเพิ่มสูงขึ้น (กองระบาดวิทยา, 2566) ซึ่งการมีเพศสัมพันธ์หากเป็นการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย (Safe sex behaviors) ซึ่งตามแนวคิดของ Dilorio และคณะ (1992) ประกอบด้วย 1) การใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ 2) การยืนยันในความคิดของตนเองในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย โดยมีทักษะในการปฏิเสธหรือสามารถต่อรองการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยได้ทุกครั้งเมื่อไม่พร้อมหรือไม่ต้องการ และ 3) การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เช่น การลดจำนวนคู่นอน การใช้ถุงยางอนามัย การหลีกเลี่ยงการปนเปื้อนสารคัดหลั่งจากร่างกายหลีกเลี่ยงมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่มีความเสี่ยง การดื่มสุรา และการเสพยาเสพติด ก็จะไม่ทำให้เกิดปัญหาตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ในกลุ่มประชากรนี้

ผลกระทบจากการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัย ส่งผลให้วัยรุ่นเสี่ยงต่อการติดโรคทางเพศสัมพันธ์ (STIs) ติดเชื้อเอช ไอ วี และโรคเอดส์ (HIV/ AIDS) จากข้อมูลของกองระบาดวิทยากรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2566) ได้รับรายงานผู้ป่วยเอดส์ จากสถานบริการสาธารณสุขภาครัฐและเอกชนรวมทั้งสิ้น 561,578 ราย และมีผู้เสียชีวิต 10,972 ราย มีผู้ติดเชื้อรายใหม่ 9,230 คน ซึ่งเกือบครึ่งหนึ่งของผู้ติดเชื้อรายใหม่ เป็นเยาวชนอายุ 15-24 ปี จำนวน 4,379 คน โดยการติดเชื้อรายใหม่ร้อยละ 97โดยพบว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดการติดเชื้อมากที่สุดคือ เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ป้องกัน การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หรือการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัย โดยมีอัตราการใช้ถุงยางอนามัยร้อยละ 80 และใช้ถุงยางอนามัยอย่างสม่ำเสมอทุกครั้งกับแฟนและคนรักไม่ถึงร้อยละ 40 (กรมควบคุมโรค, 2566) และเมื่อพิจารณาสถานการณ์การเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 5 โรคหลัก ซิฟิลิส หนองใน หนองในเทียม แผลริมอ่อน กามโรคต่อมน้ำเหลือง ช่วงปี 2560 – 2565 กลุ่มเยาวชนอายุ 15 – 24 ปี ยังเป็นกลุ่มที่มีอัตราป่วยมาก และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดยมีอัตราป่วย 99.6 ราย ต่อประชากรแสนคน ในปี 2560 เป็น 112.3 ราย ต่อประชากรแสนคน และจากข้อมูลของงานควบคุมโรค สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน (2567) ได้รับรายงานผู้ป่วยเอดส์ที่ติดเชื้อรายใหม่จากสถานบริการสาธารณสุขภาครัฐและเอกชนรวมทั้งสิ้น 59 ราย และมีผู้เสียชีวิต

สะสม 27 ราย ซึ่งผู้ติดเชื้อรายใหม่เป็นเยาวชนอายุ 15-24 ปี จำนวน 13 คน ผู้ป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (STIs) จำนวนทั้งสิ้น 591 ราย คิดเป็นอัตราป่วย 123.54 ต่อประชากรแสนคน ไม่มีรายงานผู้ป่วยเสียชีวิต กลุ่มอายุที่พบสูงสุดคือกลุ่มอายุ 15 - 24 ปี คิดเป็นอัตราป่วย 337.74 ต่อประชากรแสนคน คาดการณ์ได้ว่าหากสถานการณ์โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีแนวโน้มเพิ่มสูงมากขึ้นเท่าใด ก็วยังส่งผลกระทบต่อสถานการณ์การติดเชื้อเอช ไอ วี ที่เพิ่มสูงได้เช่นเดียวกัน

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้จัดกระทำปัจจัยที่สามารถทำนายการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้โดยใช้แนวคิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1997) ซึ่งแนวคิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1997) ได้กล่าวไว้ว่าการรับรู้สมรรถนะแห่งตน (Self - efficacy) เป็นปัจจัยสำคัญที่สามารถทำนายการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมขึ้นอยู่กับ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนว่าตนเองมีความสามารถมากพอที่จะกระทำพฤติกรรม หรือให้บรรลุตามจุดหมายที่กำหนดไว้ได้สำเร็จ การที่บุคคลจะดำเนินกิจกรรม ให้บรรลุตามจุดหมายได้ด้วยตนเอง ต้องเกิดความเชื่อในความสามารถของตนเอง ซึ่งปัจจัยที่ช่วยให้บุคคล เกิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนประกอบด้วย 1) การใช้คำพูดชักจูง (Verbal Persuasion) 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ ของผู้อื่น (Vicarious experiences) 3) ประสบการณ์ ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง (Enactive mastery experiences) และ 4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ (Physiological and affective state) ซึ่งหากนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงเกิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย จะส่งผลให้ กลุ่มอนมีการใช้ถุงยางอนามัยอย่างสม่ำเสมอ สามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อไม่พร้อมหรือไม่ต้องการ สามารถต่อรองการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยได้และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอันจะส่งผลให้ลดอุบัติการณ์ของการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การทำแท้งผิดกฎหมาย

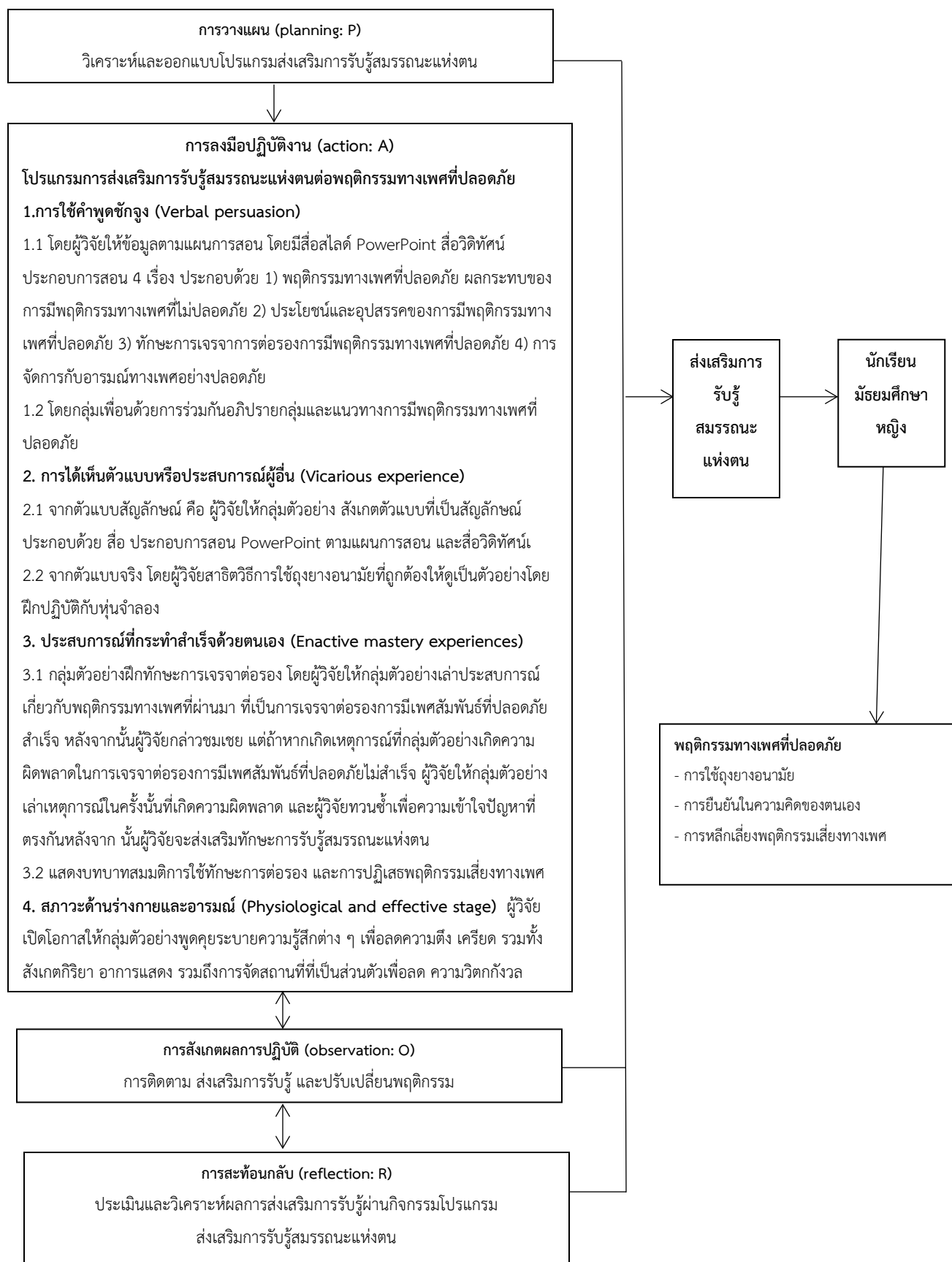
วัตถุประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิง

วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงก่อนและหลังได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน
2. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงในกลุ่มที่ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนกับกลุ่มที่ไม่ได้รับความรู้ตามปกติ

กรอบการวิจัย แสดงดังภาพที่ 1



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อออกแบบรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยในนักเรียนมัธยมศึกษาหญิง ร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและครู ผ่านกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนตามแนวคิดของ Bandura (1997) ที่ผู้วิจัยออกแบบขึ้น และดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการตามวงจรของ Kurt Lewin โดยแบ่งเป็น 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การวางแผน (planning: P) โดยการประเมิน และวิเคราะห์การรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยในนักเรียนมัธยมศึกษาหญิง และพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน 2) การลงมือปฏิบัติงาน (action: A) โดยการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการรับรู้ผ่านกิจกรรมรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย 3) การสังเกตผลการปฏิบัติ (observation: O) เป็นการศึกษาประสิทธิผลการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยในนักเรียนมัธยมศึกษาหญิง วิธีการโดยจัดกิจกรรมผ่านรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยตามแนวทางที่ออกแบบไว้ และใช้แบบประเมินการรับรู้สมรรถนะแห่งตนเอง รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะอย่างต่อเนื่อง แลกเปลี่ยนปัญหา อุปสรรคในการรับรู้ และส่งเสริมทักษะการรับรู้สมรรถนะแห่งตน 4) การสะท้อนกลับ (reflection: R) เป็นการประเมินและวิเคราะห์ผลที่เกิดขึ้นจากการที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมว่าเป็นไปตามวัตถุประสงค์หรือไม่ โดยประเมินการรับรู้สมรรถนะแห่งตนเอง และพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงหลังเสร็จสิ้นกระบวนการ เพื่อเป็นข้อเสนอแนะแนวทางการปรับปรุง แก้ไขปัญหาให้ดียิ่งขึ้น

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงที่กำลังศึกษาหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่มีอายุระหว่าง 15-20 ปี ในโรงเรียนมัธยมจังหวัดน่าน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้คือนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงตอนปลาย 2 โรงเรียน ที่มีความคล้ายคลึงกันในด้านของหลักสูตรการสอน สภาพแวดล้อมทางกายภาพ สถานที่พักอาศัย พื้นฐานของครอบครัว และฐานะทางเศรษฐกิจ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 30 คน รวมทั้งสิ้น 60 คน

การคำนวณขนาดตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการทำวิจัยครั้งนี้ ได้จากการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ โดยการใช้โปรแกรม Power Analysis for Sample Size โดยกำหนดอำนาจการทดสอบที่ 90% ระดับนัยสำคัญที่ 0.01 โดยใช้ข้อมูลของ สุวรรณทิพย์ ชูทัพ (2554) พบว่าต้องใช้กลุ่มขนาดของตัวอย่างอย่างน้อยกลุ่มละ 10 คน การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งห้องๆละ 30 คน รวมทั้งสิ้น 60 คน เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีขนาดใหญ่พอที่ข้อมูลจะมีการกระจายตัวเข้าใกล้โค้งปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือในการวิจัย คือ รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ที่ผู้วิจัยได้ออกแบบพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้ตามแนวคิดของ Bandura (1997) ประกอบด้วย

1.1 แผนการสอน จำนวน 4 เรื่อง ได้แก่

- แผนการสอนชุดที่ 1 เรื่อง พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยและผลกระทบของการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัย
- แผนการสอนชุดที่ 2 เรื่อง ประโยชน์และอุปสรรคของการมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย
- แผนการสอนชุดที่ 3 เรื่อง ทักษะการเจรจาต่อรองการมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย
- แผนการสอนชุดที่ 4 เรื่อง การจัดการกับอารมณ์ทางเพศที่ปลอดภัย

1.2 สื่อสไลด์ประกอบการสอน

1.3 จัดทำคู่มือการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน

1.4 จัดหาสื่อการสอนเพื่อใช้ประกอบแผนการสอน ได้แก่ หุ่นอวัยวะเพศจำลอง, ภาพยนตร์สั้น

2. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

2.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา สถานที่พักอาศัยในปัจจุบัน การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ สื่อการกระตุ้นทางอารมณ์ทางเพศ และประสบการณ์มีเพศสัมพันธ์

2.2 แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยประยุกต์มาจากแบบสอบถามที่วัดความเชื่อมั่นในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของ สุวรรณา ดวงมหาสอน และคณะ (2558) มีจำนวน 16 ข้อ

2.3 แบบวัดพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของ Dilorio และคณะ (1992) ที่นภัสวรรณ วัฒนธรรณชัย (2005) ได้ทำการแปล มีจำนวน 20 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น นำไปตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) เพื่อดูความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ความหมาย และการใช้ภาษา โดยผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบจากการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย แพทย์ผู้มีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับการด้านสุขภาพทางเพศ 1 ท่าน เป็นครูผู้มีความรู้และประสบการณ์ด้านการสอนเกี่ยวกับเพศศึกษา 1 ท่าน และ เป็นนักวิชาการผู้มีความเชี่ยวชาญด้านโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 1 ท่าน ทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยถือเกณฑ์การยอมรับจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเห็นตรงกัน 3 ท่าน จากทรงคุณวุฒิทั้งหมด 3 ท่าน มาทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามที่ได้รับการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ .95

การตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) นำแบบสอบถามที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขจากขั้นตอนการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา โดยนำไปทดลองใช้กับนักเรียนที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หลังจากนั้นนำเครื่องมือมาวิเคราะห์ความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach 's alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยง .81

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย

การวิจัยนี้ได้รับอนุมัติจริยธรรมการวิจัย เลขที่ รหัส NAN REC 67/67 ลงวันที่ 21 ตุลาคม 2567 จาก คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน ในกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลมีการขอความยินยอมจากประชากรเป็นลายลักษณ์อักษรพร้อมทั้งแจ้งรายละเอียดของการวิจัยอย่างครบถ้วน

ขั้นตอนและวิธีการรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนที่ 1. การวางแผน (planning: P) สัปดาห์ที่ 1

1. ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1997) และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีพฤติกรรมที่มีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ หลังจากนั้นกำหนดขั้นตอนของการทำกิจกรรมตามแนวคิดทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1997) ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ 1 การใช้คำพูดชักจูง (Verbal persuasion) 2. การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ผู้อื่น (Vicarious experience) 3. ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง (Enactive mastery experiences) 4. สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ (Physiological and effective stage) และดำเนินการสร้างโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย และผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

2. ผู้วิจัยเข้าพบผู้บริหารของสถานศึกษาเพื่อแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขออนุญาตดำเนินกิจกรรม และเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิเป็นที่เรียบร้อยแล้วในนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงที่กำลังศึกษาหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีอายุระหว่าง 15-20 ปี

ขั้นตอนที่ 2. การลงมือปฏิบัติงาน (action: A) สัปดาห์ที่ 2 - สัปดาห์ที่ 5

กลุ่มทดลอง ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย โดย มีการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน จำนวน 4 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง ในวันพุธบ่าย ทั้งหมด 4 สัปดาห์ โดยใช้เวลาคาบในช่วงบ่าย คือ 14.00 - 16.00 น และมีการดำเนินกิจกรรม 4 ขั้นตอน คือ

1) การใช้คำพูดชักจูง สัปดาห์ที่ 2 การใช้คำพูดชักจูง การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ผู้อื่น สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์

2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ผู้อื่น สัปดาห์ที่ 3 การใช้คำพูดชักจูง การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ผู้อื่น สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์

3) ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง สัปดาห์ที่ 4 การใช้คำพูดชักจูง การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ผู้อื่น ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์

4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ สัปดาห์ที่ 5 การใช้คำพูดชักจูง การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ผู้อื่น สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์

กลุ่มควบคุม ได้รับความรู้ตามปกติจากหลักสูตรการเรียนการสอนตามปกติของโรงเรียน

ขั้นตอนที่ 3. การสังเกตผลการปฏิบัติ (observation: O) สัปดาห์ที่ 2 - สัปดาห์ที่ 5

1. ติดตามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยในนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงตามแนวทางที่ออกแบบไว้

2. ให้ข้อเสนอแนะอย่างต่อเนื่องแลกเปลี่ยนปัญหา ประโยชน์และอุปสรรคในการรับรู้ ทักษะการเจรจาต่อรอง การจัดการกับอารมณ์ทางเพศที่ปลอดภัย ซึ่งเป็นการส่งเสริมทักษะการรับรู้สมรรถนะแห่งตน

ขั้นตอนที่ 4. การสะท้อนกลับ (reflection: R) สัปดาห์ที่ 9

กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง และขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย (Post-test) พร้อมทั้งให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย และผลกระทบของการมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยพร้อมทั้งแจกเอกสารให้กลุ่มควบคุม

กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง คำนวณข้อมูลและสรุปผลภายหลังการดำเนินกิจกรรม เป็นการประเมินผลของรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม และขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย (Post-test)

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงก่อนและหลังได้รับการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน โดยใช้สถิติ Paired t-test

3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติ Independent t-test

ผลการวิจัย

นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงตอนปลายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน มีอายุเฉลี่ย 17.5 ปี และกลุ่มควบคุม 30 คน มีอายุเฉลี่ย 17.4 ปี ทั้ง 2 กลุ่มทุกคนศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 95.3 และ 70 ตามลำดับ ทั้ง 2 กลุ่มทุกคนมีประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ 17 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.70 และ 45.3 ตามลำดับ เหตุผลที่ตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ของกลุ่มทดลอง คือ อยากลอง คิดเป็นร้อยละ 65.3 เหตุผลรองลงมา คือ อยากแสดงความรักที่มีต่อคู่รัก/แฟน คิดเป็นร้อยละ 54.4 สำหรับกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ คือ อยากแสดงความรักที่มีต่อคู่รัก/แฟน คิดเป็นร้อยละ 65.6 เหตุผลรองลงมา คือ เมาสุรา คิดเป็นร้อยละ 48.7 บุคคลที่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกด้วยส่วนใหญ่ คือ คนรัก คิดเป็นร้อยละ 90 และ 100 ตามลำดับ จำนวนคู่นอนในปัจจุบันของทั้ง 2 กลุ่ม คือ มีจำนวน 1 คนคิดเป็นร้อยละ 96.7 และ 90 ตามลำดับ ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีเพศสัมพันธ์ 1-2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 65.3 และ 69.89 ตามลำดับ โดยใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ คิดเป็นร้อยละ 37.7 และ 31.20 รองลงมา คือ ใช้เกือกทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ คิดเป็นร้อยละ 33.9 และ 59.86

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยคะแนนรายด้านพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (n=30)

พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	กลุ่มทดลอง (ระดับ)	กลุ่มควบคุม (ระดับ)	กลุ่มทดลอง (ระดับ)	กลุ่มควบคุม (ระดับ)
1. การใช้ถุงยางอนามัย (จำนวน 7 ข้อ)	20.01 (ปานกลาง)	20.50 (ปานกลาง)	23.89 (สูง)	20.21 (ปานกลาง)
2. การยืนยันในความคิดของตนเอง (จำนวน 4 ข้อ)	10.59 (ปานกลาง)	10.59 (ปานกลาง)	14.01 (สูง)	11.29 (ปานกลาง)
3. การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (จำนวน 9 ข้อ)	26.01 (ปานกลาง)	26.78 (ปานกลาง)	29.75 (สูง)	25.89 (ปานกลาง)
รวม	56.61 (ปานกลาง)	57.87 (ปานกลาง)	67.65 (สูง)	57.39 (ปานกลาง)

จากตารางที่ 1 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนรายด้านพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงกลุ่มที่ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนก่อนการทดลองทั้ง 3 ด้าน คือ 1) การใช้ถุงยางอนามัย 2) การยืนยันในความคิดของตนเอง และ 3) การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และคะแนนโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองพบว่าคะแนนรายด้านทั้ง 3 ด้านและคะแนนโดยรวมอยู่ในระดับสูง ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนรายด้านพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติทั้ง 3 ด้าน และคะแนนโดยรวมพบว่าทั้งก่อนและหลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

คะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย	กลุ่มทดลอง \bar{X} (SD)	กลุ่มควบคุม \bar{X} (SD)	df	t	p-value
ก่อนการทดลอง	56.61(6.09)	57.87(6.16)	58	-.948	.347
หลังการทดลอง	67.65(2.43)	57.39(5.36)	58	8.465	.000

จากตารางที่ 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงของกลุ่มทดลองก่อนเข้ารับการทดลอง $\bar{X} = 56.61$ (ระดับปานกลาง) ไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม $\bar{X} = 57.87$ (ระดับปานกลาง) เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับวิธีทางสถิติด้วย Independent t-test พบว่า พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงก่อนเข้ารับการทดลองของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .01$) นั่นคือ นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยก่อนเข้ารับการทดลองไม่แตกต่างกัน โดยอยู่ในระดับปานกลางก่อนเข้ารับการทดลอง สำหรับหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) นั่นคือ นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงที่ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยมากกว่านักเรียนมัธยมศึกษาหญิงที่ได้รับความรู้ตามปกติ

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้พบว่าการออกแบบรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยในนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงในจังหวัดน่าน โดยใช้แนวคิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1997)

ผลการวิจัย พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงหลังได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ($\bar{X} = 56.61$, $SD = 6.09$, ระดับปานกลาง) สูงกว่าก่อนได้รับ

รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ($\bar{X} = 67.65$, $SD=2.43$, ระดับสูง) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p>.01$) ผลการวิจัยดังกล่าวเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ซึ่งอธิบายได้ดังนี้

ผลการศึกษาในครั้งนี้สามารถอธิบายได้ว่าได้กล่าวไว้ว่านักเรียนมัธยมศึกษาหญิงที่ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนเป็นกลุ่มที่ได้รับการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน (Self - efficacy) ซึ่งเป็นการเชื่อมโยงระหว่างการรับรู้กับการกระทำพฤติกรรม Bandura (1997) เป็นปัจจัยสำคัญที่สามารถทำนายการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมขึ้นอยู่กับ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนว่าตนเองมีความสามารถมากพอที่จะกระทำพฤติกรรมหรือให้บรรลุตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ได้สำเร็จ การที่บุคคลจะดำเนินกิจกรรม ให้บรรลุตามจุดมุ่งหมายได้ด้วยตนเองต้องเกิดความเชื่อในความสามารถของตนเอง ซึ่งปัจจัยที่ช่วยให้บุคคล เกิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนประกอบด้วย 1) การใช้คำพูดชักจูง (Verbal Persuasion) 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น (Vicarious experiences) 3) ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง (Enactive mastery experiences) และ 4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ (Physiological and affective state) ซึ่งนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงในกลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้รับการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน จึงทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงเกิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้จัดกระทำปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิง คือ การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรคด้านข้อแก้ตัว การรับรู้สมรรถนะของตนเองในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยและแรงสนับสนุนจากเพื่อน (ประดิษฐ์พร พงศ์เตริยง และคณะ, 2021) ซึ่งเป็นปัจจัยที่สามารถปรับเปลี่ยนได้มาจัดกระทำในรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน เพื่อให้นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงเกิดการรับรู้สมรรถนะทางเพศที่ปลอดภัย โดยผู้วิจัยได้ควบคุมปัจจัยแทรกซ้อน โดยจัดให้ทั้งสองกลุ่มมีความคล้ายคลึงกันในด้านของหลักสูตรการสอน สภาพแวดล้อมทางกายภาพ สถานที่พักอาศัย และฐานะทางเศรษฐกิจเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงเกิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ซึ่งหากนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงเกิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย จะส่งผลให้ คู่่อนมีการใช้ถุงยางอนามัยอย่างสม่ำเสมอ สามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อไม่พร้อมหรือไม่ต้องการ สามารถต่อรองการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยได้และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอันจะส่งผลให้ลดอุบัติการณ์ของการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การทำแท้งผิดกฎหมาย

ผลการวิจัย พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงในกลุ่มที่ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ($\bar{X} = 67.65$, $SD= 2.43$,ระดับสูง) สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ ($\bar{X} = 57.39$, $SD= 5.36$, ระดับปานกลาง) ($p<0$) ผลการวิจัยดังกล่าวเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงที่ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนเป็นกลุ่มที่ได้รับการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน โดยได้นำแนวคิดของ Bandura (1997) มาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรม ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้คือ 1) การใช้คำพูดชักจูง (Verbal Persuasion) 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น (Vicarious experience) 3) ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง (Enactive mastery experiences) 4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ (Physiological and affective state) โดยมีการจัดกิจกรรมตามรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ทั้งหมด 4 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวมเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ ทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงเกิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ส่งผลให้มีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยโดยมีการใช้ถุงยางอนามัยอย่างสม่ำเสมอ สามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อไม่พร้อมหรือไม่ต้องการ สามารถต่อรองการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยได้ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ ดังเหตุผลที่ได้อธิบายในสมมติฐานข้อที่ 1 ส่งผลให้นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงกลุ่มที่ได้รับรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนกระทำพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติจากหลักสูตรการเรียนการสอนของโรงเรียน ในสังกัดกระทรวงศึกษาธิการที่มีการจัดการเรียนการสอนรายวิชาครอบครัวศึกษา และความปลอดภัยในชีวิต ซึ่งเป็นการให้ความรู้เพียงอย่างเดียวไม่ได้เห็นตัวแบบจริงและตัวแบบสัญลักษณ์ ไม่มีโอกาสฝึกประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง และการให้ความรู้ไม่ได้มีการคำนึงถึงสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ ซึ่งการให้ความรู้เพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอที่จะทำให้บุคคลเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ จึงส่งผลให้นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามหลักสูตรการเรียนการสอนปกติไม่เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยที่พบว่ารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาหญิงมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้นและมากกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติจึงมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล การส่งเสริมให้บุคคลมีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเป็นอีกบทบาทหนึ่งที่มีความสำคัญมากของพยาบาล ซึ่งบทบาทของงานส่งเสริมสุขภาพนั้นในปัจจุบันระบบบริการจำเป็นต้องเน้นให้บริการในเชิงรุกในชุมชนมากขึ้น ดังนั้นพยาบาลที่ปฏิบัติงานในชุมชนจึงควรนำโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยไปใช้ในการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในกลุ่มวัยรุ่น เพื่อให้มีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้น ส่งผลให้ลดอุบัติการณ์ของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ และการทำแท้งได้

2. ด้านการบริหาร ควรมีการนำเสนอโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อ ผู้บริหารทั้งในระดับโรงพยาบาลและระดับจังหวัด เพื่อให้ผู้บริหารได้รับรู้ เห็นความสำคัญและประโยชน์ของการส่งเสริมการรับรู้

สมรรถนะแห่งตนในกลุ่มวัยรุ่นนี้ มีการกำหนดเป็นนโยบายหรือเป็นแนวทางปฏิบัติของจังหวัด เพื่อส่งเสริมให้กลุ่มวัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ส่งผลให้ลดอุบัติการณ์ของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ และการทำแท้งได้

3. ข้อเสนอแนะในการนำรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนไปใช้งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการรับรู้ในสมรรถนะแห่งตนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยในกลุ่มของวัยรุ่น เพื่อให้รู้เท่าทันถึงผลกระทบที่ตามมาของการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัย ซึ่งกลุ่มตัวอย่างทุกคนเป็นผู้ที่มีประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ทั้งหมด และในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นจะไม่มีเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ของแต่ละบุคคล ฉะนั้นในการนำผลการวิจัยไปใช้จึงควรคำนึงถึงประเด็นต่อไปนี้

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณคณะผู้บริหารและบุคลากรสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน ผู้บริหารของสถานศึกษา เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ครู และนักเรียนมัธยมศึกษาหญิงทุกคน ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างและให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยเป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

- จารุวรรณ ศรีเวียงยา. (2558). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ กรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน]. สมุทรปราการ: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.
- จิราวรรณ พักน้อย. (2560). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
- ชลดา อานี, กรัณฐรัตน์ บุญช่วยธนาสีธิ และประเสริฐศักดิ์ กายนาคา. (2560). ประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างความรอบรู้ทางสุขภาพโดยการจัดการเรียนรู้แบบใช้คำถามเพื่อการสร้างเสริมพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนนทบุรี. ว.ศึกษาศาสตร์ปริทัศน์.
- ประดิษฐ์พร พงศ์เตริยง และคณะ, (2021). การรับรู้แหล่งสนับสนุนของการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยและการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีในวัยรุ่นชาย. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ปี ที่ 14 ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน 2565.
- บุญยง สุขะขัว. (2564). ผลการพัฒนาความรอบรู้เท่าทันสื่อสุขภาพด้านเพศต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

- ก่อนวัยอันควรนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น.** [วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน]. ชลบุรี: คณะพยาบาลศาสตรมหาวิทยาลัยบูรพา.
- มณีรัตน์ ชีระวิวัฒน์, นิรัตน์ อิมามิ และอนุชิต วรกา. (2559). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิง: กรณีศึกษาในนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดกาญจนบุรี.** วารสารสาธารณสุขศาสตร์.
- วารุณี สอนอินทร์, มยุรี นิรัตธราทร และ ปรียกมล รัชกุล. (2557). **ผลของโปรแกรมสร้างการตระหนักรู้และส่งเสริมความมีคุณค่าในตนเองต่อพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นหญิงตอนต้น.** ปรินญา นิพนธ์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ปทุมธานี.
- สุวรรณา ด้วงมหาสอน, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสินธุ์. (2558). **ผลของโปรแกรมพัฒนาเชิงบวกต่อทัศนคติเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น.ว.พยาบาลและการศึกษา.**
- สุวรรณทิพย์ ชูทัพ. (2551). **ผลของโปรแกรมความเชื่อด้านสุขภาพต่อความตั้งใจในการใช้ถุงยางอนามัยของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย.** วิทยา-นิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เอ็มวิกา แสงชาติ. (2559). **ผลของโปรแกรมสุขศึกษาร่วมกับการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ (facebook) ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสำหรับนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.** วารสารสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 7 จังหวัดขอนแก่น.
- Bandura, A. (1997). **Self-efficacy: The exercise of control.** StamfordUniversity, NY: W.II. Freeman and Company.
- Bandura, A. (1997). **A social learning theory.** New Jersey: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997). **Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change.** Psychological Review.
- Dilorio, C. et al. (1992). **Measurement of safe sex behavior in adolescents and young adults.** Nursing Research, 41(4), 203-208
- Vahedi, Z., Sibalis, A., & Sutherland, J. E. (2018). **Are media literacy interventions effective at changing attitudes and intentions towards risky health behaviors in adolescent A meta-analytic review.** J. Adolescence.