

ประสิทธิผลของการประยุกต์ใช้โปรแกรมการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและ
การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น

Effectiveness of the application of the sex education learning program to develop life skills and
preventing risky sexual behavior among early adolescents

(Received: January 5,2025 ; Revised: March 9,2025 ; Accepted: March 10,2025)

ตวิษา อนุภัย¹ นิภา สุทธิพันธ์² เกษม ชุสอน³ กิติพงษ์ เรือนเพ็ชร²

Tavisa Anuphai¹ Nipar Suttipun² Kasem chuson³ Kitipong Ruanphet²

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์ใช้โปรแกรมการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 30 ราย ทดสอบก่อน และหลังได้รับโปรแกรมการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา ระยะเวลาในการทดลองใช้เวลา 12 สัปดาห์ เก็บข้อมูลโดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองก่อน และหลังการทดลอง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติการแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Paired t-test ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้ทางสุขภาพเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลองทุกด้าน โดยด้านการรับข้อมูลข่าวสาร ด้านการรู้เท่าทันสื่อลามก และด้านความรู้ความเข้าใจ เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนความรู้เพิ่มขึ้นจากระดับปานกลาง เป็นระดับมาก

คำสำคัญ: โปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา, พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์, การตระหนักรู้เรื่องเพศ

Abstract

This research was a quasi-experimental study to study the effectiveness of applying a sex education program to develop life skills and prevent risky sexual behavior among early adolescents. The sample group is thirty middle school students were tested before and after receiving the sex education program. The duration of the trial is 12 weeks. Data were collected by having the sample answer questionnaires by themselves first. and after the experiment data analysis used statistics: frequency distribution, mean, standard deviation, and paired t-test. The research results found that average score of health knowledge to prevent premature sexual intercourse after the experiment was greater than before in every aspect. By receiving information awareness of pornography and knowledge and understanding to prevent premature sexual intercourse knowledge scores increased from a moderate level to a high level.

Keywords: Learning program on sex education, Sexual risk behaviors, Self-awareness about sex

¹ พยาบาลวิชาชีพ, นักวิชาการอิสระ

² อาจารย์, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น วิทยาเขตบุรีรัมย์

³ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ, โรงพยาบาลขอนแก่น Corresponding Author: Kasem Chuson E-mail address: Kasem3119@gmail.com

บทนำ

ปัญหาพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมในวัยรุ่นกำลังเป็นปัญหาสังคมที่รุนแรง และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นนำไปสู่ปัญหาสำคัญอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพอีกมากมาย โดยเฉพาะการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และการทำแท้งผิดกฎหมาย ซึ่งก่อให้เกิดความสูญเสียทั้งต่อตัวของวัยรุ่น ครอบครัว และสังคมเป็นปัญหาที่ต้องการแก้ไขอย่างเร่งด่วน ข้อมูลจากรายงานการวิจัยหลายแห่งพบว่า วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อย และมีคู่มากหลายคนจะมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ และการตั้งครรภ์ไม่พร้อม เรียกว่าเป็นช่วงวิกฤตการณ์ของพัฒนาการหรือเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของการดำเนินชีวิต¹ จะเห็นว่า จากแนวโน้มพัฒนาการของการเข้าสู่วัยรุ่นนั้นเร็วขึ้นโดยเพศชายเริ่มมีพัฒนาการทางเพศ ตั้งแต่อายุประมาณ 9-10 ปี และเพศหญิงเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรกเร็วขึ้นโดยเฉลี่ยในอายุช่วง 12.1-12.5 ปี โดยจากศึกษาการสำรวจพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวีในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา พบว่านักเรียนชายร้อยละ 5.3 ส่วนนักเรียนหญิงร้อยละ 5.1 เคยมีเพศสัมพันธ์แล้วซึ่งอายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของนักเรียนชาย และนักเรียนหญิงเท่ากับ 13.2 และ 13.3 ปี ตามลำดับ² จากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่มีความเสี่ยงสูงของวัยรุ่นข้างต้น ส่งผลให้เกิดปัญหา และผลกระทบตามมาอย่างเห็นได้ชัดจนได้แก่ ปัญหาการตั้งครรภ์ ปัญหาโรคเอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มวัยรุ่น²

นอกจากนี้ ผลสำรวจพฤติกรรม การมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของวัยรุ่นอายุประมาณ 13 ปี เป็นช่วงวัยที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งปัจจุบันปัญหาการตั้งครรภ์ในช่วงวัยรุ่นหรือแม่วัยใส มีแนวโน้มปัญหาเพิ่มสูงขึ้นในทุกภูมิภาคของประเทศไทย และวัยรุ่นหญิงที่ตั้งครรภ์มีแนวโน้มที่จะอายุน้อยลงเรื่อย ๆ โดยจากรายงานสถิติสุขภาพโลก ขององค์การอนามัยโลก พบว่าประเทศไทยมีอัตราการ

คลอดบุตรในช่วงวัยรุ่นอยู่ในลำดับที่ 5 ในกลุ่มประเทศอาเซียนมีอัตราการคลอดบุตรจำนวน 47 คน ต่อเพศหญิงในรุ่นอายุเดียวกัน 1,000 คน³ สอดคล้องกับข้อมูลของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติที่ระบุว่าจำนวนการคลอดบุตรในเพศหญิงไทยอายุ 10-19 ปี มีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี พ.ศ. 2543 โดยข้อมูลดังกล่าวสามารถสะท้อนให้เห็นถึงความเสี่ยงในด้านการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของประเทศไทยได้อย่างชัดเจน อีกทั้งปัญหาความรุนแรงของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของประเทศไทยยังเป็นสิ่งที่น่ากังวลใจเพิ่มมากขึ้น⁴

การสอนสุขศึกษาเรื่องเพศในสถานศึกษาในปัจจุบันยังมีความจำกัดอยู่มากเนื่องจากปัจจุบัน พบว่าปัญหาการสอนเพศศึกษาแบบให้ข้อมูลรอบด้านแก่ผู้เรียนอาจเป็นการชี้โพรงให้กระรอก คิดว่าเป็นการกระตุ้นให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น⁵ ดังนั้นจึงทำให้นักเรียนขาดทักษะที่จะป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ สรุปได้ว่าการที่วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรนี้เนื่องจากวัยรุ่นขาดทักษะที่จะจัดการกับสถานการณ์และแรงกดดันจากสิ่งต่างๆ¹

จากสถานการณ์ปัญหาดังที่กล่าวมา ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญจึงได้การประยุกต์ใช้โปรแกรมการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น เพื่อใช้ในการจัดการเรียนรู้ให้แก่นักเรียนมีความรู้ และทักษะในการป้องกันตนเอง จากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้อย่างถูกต้องเหมาะสม โดยประยุกต์แนวความคิดการพัฒนาทักษะชีวิต ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ความสามารถด้านการคิด และทักษะการปฏิเสธ และตัดสินใจเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะมีภูมิคุ้มกันในการป้องกันตนเองจากสถานการณ์เสี่ยงที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ และช่วยลดปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และการตั้งครรภ์แบบไม่ตั้งใจในนักเรียน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์ใช้โปรแกรมการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) แบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังทดลอง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร (Population) คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ตำบลบ้านยาง อำเภอเมืองจังหวัดบุรีรัมย์ อายุระหว่าง 13-15 ปี ปีการศึกษา 2567

กลุ่มตัวอย่าง (Sample) คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ตำบลบ้านยาง อำเภอเมืองจังหวัดบุรีรัมย์ อายุระหว่าง 13-15 ปี จำนวน 30 คน คัดเลือกโดยการสุ่มแบบง่าย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการ (Simple random sampling) ด้วยการจับฉลากเพื่อเข้าร่วมการวิจัย

ระยะเวลาในการศึกษาข้อมูลเดือนตุลาคม - ธันวาคม พ.ศ. 2567

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นประกอบด้วย เพศ อายุ การได้ค่าใช้จ่ายมาโรงเรียน เกรดเฉลี่ยรวม การพักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดา สถานภาพสมรสของบิดาและมารดา บิดา และมารดาประกอบอาชีพรับจ้าง บิดาและมารดาหรือผู้ปกครองมีเวลาให้กับนักเรียนในการให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องเรียนหรือเรื่องส่วนตัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความรู้ทางสุขภาพเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา

ตอนต้น จำนวน 33 ข้อ ประกอบด้วยความรู้ทางสุขภาพเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ทั้ง 6 ด้านคือ

1. การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
2. การรู้เท่าทันสื่อลามกเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
3. การจัดการตนเองกับอารมณ์ทางเพศเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
4. ความรู้ความเข้าใจเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
5. ทักษะการสื่อสารเพื่อปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
6. ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความรอบรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นความรอบรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ จำนวน 13 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่

1. ด้านการดื่มของมึนเมา
2. ด้านการเที่ยวสถานบันเทิง
3. ด้านการอยู่ร่วมกันกับเพศตรงข้าม

คุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือรวบรวมข้อมูลได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ความเชื่อมั่นของเครื่องมือวิจัยพบว่า แบบสอบถามความรอบรู้ทางสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ ได้ค่าแอลฟาครอนบาช (Cronbach's Alpha reliability) 0.86

ขั้นตอนของโปรแกรมการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา

ก่อนเริ่มกิจกรรมผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคย และชี้แจงแนวทางการเรียนรู้ตามโปรแกรมการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและ การป้องกัน

พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น ก่อนและหลัง การทดลอง และให้นักเรียนทำแบบสอบถามก่อนเรียน ซึ่งใช้กลุ่มเดิมตลอดการดำเนินกิจกรรม แต่ละกิจกรรมมีรายละเอียด ดังนี้

กิจกรรมครั้งที่ 1 วัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น กิจกรรมแจกเอกสารประกอบการเรียนรู้ ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัยรุ่น นำเสนอสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงแต่ละระบบ และการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงนั้นๆ เช่น การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จากนั้นร่วมกันชมสไลด์สรุปเรื่อง “การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น”

กิจกรรมครั้งที่ 2 วัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีตระหนักในคุณค่าของความเสมอภาคทางเพศ บอกลักษณะที่แตกต่างกันระหว่างเพศหญิง และเพศชายได้ วางตัวต่อเพศเดียวกัน และเพศตรงข้ามได้อย่างเหมาะสม การตระหนักถึงการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ กิจกรรมได้แก่ นักเรียนกลุ่มเดิมจากกิจกรรมที่แล้ว ชมหนังสือ มีเนื้อหาเกี่ยวกับการถูกเพื่อนชายชักชวนไปเที่ยวที่บ้านหลังเลิกเรียนสองต่อสอง ในขณะที่ผู้ปกครองไม่อยู่บ้าน ร่วมกันอภิปรายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น รวมถึงบทบาทของเพศชาย และเพศหญิง แจกเอกสารประกอบการเรียนรู้เรื่อง “ชายหญิงเท่าเทียมกัน” ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างชายหญิง บทบาททางสังคม การวางตัวต่อเพศตรงข้าม และเพศเดียวกัน

กิจกรรมครั้งที่ 3 วัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีการตระหนักถึงการมีพฤติกรรมเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการคิด ทักษะการสื่อสารเพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยมีกิจกรรมดังนี้ จัดนักเรียน

กลุ่มเดิมจากกิจกรรมที่แล้ว แจกใบงานสถานการณ์ จากนั้นตอบคำถาม ร่วมกันอภิปรายทุกกลุ่ม เอกสารประกอบการเรียนรู้ ขั้นตอนการปฏิเสธจับสลาก สถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

กิจกรรมครั้งที่ 4 วัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ และความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องการคุมกำเนิด มีกิจกรรมจัดนักเรียนกลุ่มเดิมจากกิจกรรมที่แล้ว ชมหนังสือเนื้อหาเกี่ยวกับนักเรียนที่พลาดมีเพศสัมพันธ์กันโดยไม่ได้ป้องกัน จนเกิดการตั้งครรภ์ แจกเอกสารสถานการณ์ให้ร่วมกันอภิปรายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และเสนอแนวทางการป้องกัน

กิจกรรมครั้งที่ 5 วัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีความสามารถด้านการคิด และตัดสินใจ ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย โดยจัดนักเรียนกลุ่มเดิมจากกิจกรรมที่แล้ว แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมุติในการปฏิเสธ เมื่อดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมเสร็จสิ้นตามแผนแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการประเมินผลการเรียนรู้ โดยการทดสอบโดยใช้แบบสอบถามความตระหนักในตน ความสามารถด้านการคิด และการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ความสามารถด้านการสื่อสาร และพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปกำหนดค่าความเชื่อมั่นทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ .05 เป็นเกณฑ์ในการยอมรับสมมติฐานดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) โดยวิเคราะห์หาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. คะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ก่อนทดลอง และหลังทดลองของกลุ่มตัวอย่าง โดยการวิเคราะห์หาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. เปรียบเทียบคะแนนความรอบรู้ทางสุขภาพ เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ในระยะก่อนทดลองและหลังทดลอง โดยใช้ Paired t-test

จริยธรรมงานวิจัย

การวิจัยนี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบุรีรัมย์ เลขที่รับรอง BRO 2023-128

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป ส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 52.7 ส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี ร้อยละ 75.9 ได้รับค่าใช้จ่ายมาโรงเรียนวันละ 30-50 บาท และ 51-80 บาทร้อยละ 41.8 และ 32.3 ตามลำดับ ส่วนใหญ่ได้เกรดเฉลี่ยรวมอยู่ในช่วง 2.00-2.49 ร้อยละ 54.4 การพักอาศัยอยู่กับบิดา และมารดาร้อยละ 72.4 สถานภาพสมรสของบิดาและมารดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกันร้อยละ 54.6 บิดาและมารดาประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 65.7 จากการศึกษาพบว่า เกือบทั้งหมดที่บิดา และมารดาหรือผู้ปกครองมีเวลาให้กับนักเรียนในการให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องเรียนหรือเรื่องส่วนตัวร้อยละ 80.8

ความรอบรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น ทั้งก่อนการทดลอง และหลังการ

ทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลองทุกด้าน โดยด้านการรับข้อมูลข่าวสาร ด้านการรู้เท่าทันสื่อลามก และด้านความรู้ความเข้าใจ เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คะแนนความรอบรู้เพิ่มขึ้นจากระดับปานกลาง เป็นระดับมาก โดยคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจาก 26.63 (S.D.=4.87), 15.56 (S.D.=4.04) และ 16.56 (S.D.=3.82) ตามลำดับ เป็น 29.46 (S.D.=5.6), 17.8 (S.D.=3.93) และ 18.03 (S.D.=3.97) ตามลำดับ

ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น ระหว่างกลุ่มตัวอย่างก่อนทดลอง และหลังทดลองโดยใช้การทดสอบค่า Paired t-test พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test) และหลังการทดลอง (Post-test) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 แสดงให้เห็นว่าคะแนนความรอบรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นหลังจากการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น ระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลอง

ตัวแปร	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95 % CI		t	df	p-value
				Lower	Upper			
ความรอบรู้เรื่องเพศศึกษา	-46	.68	.12	-71	-21	-3.74	29	.001

*p< .05

สรุปและอภิปรายผล

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์ใช้โปรแกรมการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและ การป้องกัน

พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น ทั้งก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร หลังการทดลองมากกว่า

ก่อนการทดลองทุกด้าน โดยด้านการรับข้อมูลข่าวสาร ด้านการรู้เท่าทันสื่อลามก และด้านความรู้ความเข้าใจ เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. การพัฒนาทักษะชีวิต และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น ด้านการรับข้อมูลข่าวสาร คະแนนเฉลี่ยหลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อธิบายได้ว่าเป็นผลมาจากการการจัดโปรแกรมการเรียนรู้ที่จัดขึ้นโดยผสมผสานวิธีการทางสุศึกษาได้แก่ การอภิปรายกลุ่มจากประเด็นปัญหาที่กำหนดให้ การบรรยายประกอบสไลด์ประกอบภาพพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ การให้ชมหนังสั้น ซึ่งเนื้อหา มีลักษณะเป็นสถานการณ์จำลองให้ตัดสินใจเกี่ยวกับสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ และจัดให้ผู้เรียนได้อภิปรายกลุ่มร่วมกันถึงสถานการณ์ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในวัยรุ่น รวมทั้งมีการมอบหมายงานกลุ่มให้นักเรียนไปศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลในเรื่องพฤติกรรมของวัยรุ่นกับโอกาสเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพื่อใช้อภิปรายในครั้งต่อไป เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ในเรื่องที่จะอภิปราย ซึ่งในรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเหล่านี้ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาความตระหนักรู้ในตนเองเพิ่มขึ้นตามแนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ และมีความมั่นใจในตนเองเพิ่มขึ้น กล้าแสดงออกทางด้านความคิดเห็น กล้าที่ยืนยันในความคิดเห็นของตนเอง กล้าเจรจาต่อรอง กล้าปฏิเสธ⁷ สอดคล้องกับการศึกษาพบว่า การคิดอย่างมี วิจารณ์ญาณ และมีความคิดสร้างสรรค์ การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา ความตระหนักในตนเอง และ ความเห็นอกเห็นใจในผู้อื่น การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ และทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่าง บุคคล การจัดการกับอารมณ์ และความเครียดความ

ตั้งใจในการส่งเสริมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูง กว่า⁸ และสอดคล้องกับการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มที่ ได้รับโปรแกรมความรู้ทางสุขภาพเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์มีคะแนนความรู้ทางสุขภาพ และ พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์สูงกว่าก่อนได้รับ โปรแกรมความรู้ทางสุขภาพเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์⁹

2. การพัฒนาทักษะชีวิต และการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น ด้านการรู้เท่าทันสื่อลามก คະแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง มากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เป็นผลมาจากการจัดโปรแกรมการเรียนรู้ร่วมด้วย โดยใช้ การอภิปรายกลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ การใช้ปัญหาเป็น หลัก การฝึกทักษะด้านการคิด และทักษะการสื่อสาร อย่างมีประสิทธิภาพ มีสื่อประกอบการสอนคือ สไลด์ ประกอบภาพสถานการณ์ เน้นการจำลองสถานการณ์ เพื่อให้ นักเรียนได้ศึกษาวิเคราะห์ และตอบคำถามรวม ทั้งแสดงความคิดเห็นที่มีต่อสถานการณ์จากนั้นร่วมกัน พิจารณา และหาทางแก้ไขหรือปฏิเสธเมื่ออยู่ใน สถานการณ์เสี่ยงที่จำลองขึ้นมา ส่งผลให้นักเรียนได้ฝึก ไกล่เคียงกับสถานการณ์จริงที่อาจเกิดขึ้นได้ และสามารถพูดคุย ต่อรอง ปฏิเสธได้อย่างมีเหตุผล จาก การตรวจสอบการตอบแบบสอบถามแล้ว พบว่า นักเรียนมีความคิด และการตัดสินใจที่มีแนวโน้มที่ดี แต่ยังคงมีความคึกคะนอง และความต้องการการยอมรับ จากเพื่อนต่างเพศ สามารถอธิบายได้ว่า เป็นผลมาจาก การพัฒนาการของวัยรุ่นคือ กลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพล สำหรับวัยรุ่นช่วงนี้มาก เกิดการคล้อยตามกลุ่มเพื่อน และเห็นความสำคัญของการปฏิบัติพฤติกรรม การใช้ คำพูดที่เสริมแรงด้านบวกโดยใช้คู่เพื่อนจะนำไปสู่การ คล้อยตามกลุ่ม และความรู้สึกในทางที่ดีต่อตนเอง พยายามที่จะปฏิบัติพฤติกรรมให้เป็นตามความคาดหวัง ถึงผลดีที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง¹⁰ และสอดคล้องกับ การศึกษาพบว่า กิจกรรมที่พัฒนาด้านร่างกาย และ จิตใจ เป็นกิจกรรมที่เพิ่มพลังบวกให้แก่วัยรุ่น โดย

อาศัยความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ครอบครัว เพื่อน และชุมชน ประกอบด้วย การพัฒนาพลังตัวตน โดยให้กลุ่มทดลองเล่นเกมส์ เพื่อทำความรู้จักตนเอง และเพื่อนทุกคน เข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง ตระหนักถึงความสำคัญของบุคคลที่อยู่รอบข้าง และเห็นคุณค่าของตนเอง และให้ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศ และความสำคัญของทุนชีวิต¹¹

3. การพัฒนาทักษะชีวิต และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นตอนต้น ด้านความรู้ความเข้าใจ คະแนนเฉลี่ยหลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนหนึ่งอาจเป็นผลมาจากโปรแกรมการเรียนรู้ โดยใช้การอภิปรายกลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ การใช้ปัญหาเป็นหลักการฝึกทักษะด้านการคิด และทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ มีสื่อประกอบการสอน และมีการแสดงบทบาทสมมติโดยให้นักเรียนฝึกใช้การสื่อสารที่คิด และปรับปรุงเอง ร่วมกับการแสดงความคิดเห็นในสถานการณ์ของนักเรียนกลุ่มอื่นๆ ซึ่งจากการตอบแบบสอบถาม สอดคล้องกับการศึกษาพบว่า การพัฒนาทักษะ ในการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย และทักษะการใช้วิธีการป้องกันการตั้งครรภ์ ผ่านรูปแบบการแสดงบทบาทสมมติสามารถช่วยให้เกิดพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสม¹² และสอดคล้องกับการศึกษาพบว่า การพัฒนาทักษะชีวิตด้านสุขภาพทางเพศ โดยใช้กระบวนการกลุ่มในการกระตุ้นให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ความตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และจัดให้มีประสบการณ์ในการฝึกทักษะในการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา รวมทั้งการสื่อสาร

สามารถทำให้มีความเชื่อมั่นในสมรรถนะแห่งตนต่อการปฏิบัติพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย¹³

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย

1. โรงเรียนควรมีการจัดการเรียนการสอนโดยเน้นการพัฒนาทักษะชีวิตที่สำคัญได้แก่ ทักษะการคิด ทักษะการสื่อสาร และการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ เป็นต้น และควรใช้รูปแบบการสอนที่เน้นการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง และการเรียนรู้ผ่านกลุ่มเพื่อนนักเรียนด้วยกัน มีการอภิปรายปัญหาาร่วมกัน จะทำให้นักเรียนเกิดทักษะชีวิต และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
2. การฝึกทักษะการปฏิเสธหรือการฝึกความสามารถด้านการคิด การตัดสินใจ ซึ่งเป็นทักษะที่ต้องใช้เวลาในการพัฒนา
3. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล สามารถนำไปใช้เพื่อพัฒนาทักษะ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนในโรงเรียน และชุมชนได้โดยประยุกต์ให้เข้ากับลักษณะ และบริบทของกลุ่มเป้าหมายที่จะนำไปใช้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการวางแผน ออกแบบกิจกรรม และเนื้อหาการเรียนรู้ที่ต้องการ และให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประเมินผลพฤติกรรมของตนเองและของเพื่อน
2. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาข้อมูล และแนวทางการแก้ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น โดยเน้นกลุ่มเป้าหมายทั้งผู้ปกครอง ครู และนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

1. พิมพ์ขวัญ เพนเทศ และสุพัฒนา คำสอน. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ตำบลบ้านกลาง อำเภอลำปาง จังหวัดพิษณุโลก. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ 2562; ;11(2):62-79.

2. วรณศิริ ประจันโน, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสินธุ์. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายตามแนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสาร แรงจูงใจ และทักษะพฤติกรรม วารสารพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2560;29(2):39-51.
3. World Health Organization, Stop TB Partnership. The global plan to stop TB 2011-2015: transforming the fight towards elimination of tuberculosis. Geneva: World Health Organization; 2013.
4. อนุชิตา आयูยีน, ปณิตทัต บณขุนทด, ถาวรีย์ แสงงาม, กิติพงษ์ เรือนเพชร, จิรัฏ พิมมานุรักษ์, กัลยา มั่นล้วน. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีต่อทัศนคติในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วารสารการแพทย์โรงพยาบาลศรีสะเกษ สุรินทร์ บุรีรัมย์ 2565;37(3):669-77.
5. วันวิสาข์ บัวลอย, มณีนรัตน์ ธีระวิวัฒน์, ภรณ์ วิฒนสมบุรณ์ และนิรัตน์ อิมาม. ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม 2557;20(1):127-42.
6. Likert, Rensis. "The Method of Constructing and Attitude Scale". In Reading in Fishbein, M (Ed.), Attitude Theory and Measurement (pp. 90-95). New York: Wiley & Son, 1967.
7. จิราวรรณ พักน้อย, นิสากร กรุงไกรเพชร และพรนภา หอมสินธุ์. ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ 2560;35(3):58-68.
8. เอ็มมิกา แสงชาติ และรุจิรา ดวงสงค์. ผลของโปรแกรมสุขศึกษา ร่วมกับการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ (Facebook) ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สำหรับนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วารสารสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 7 จังหวัดขอนแก่น 2559;23(1):96-104.
9. วานิดา ประโยชน์มี, อรพินท์ สีขาว และชฎาภา ประเสริฐทรง. ผลของโปรแกรมความรู้ทางสุขภาพต่อความรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารพยาบาลทหารบก 2565;21(2):150-57.
10. รดาธร วงศ์นภดล และวิลาวณีย์ ชมนิรัตน์. ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นตอนต้น. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ 2559;34(3):61-7.
11. อุไรวรรณ ฐิติวัฒน์กุล. ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2564.
12. นัญญา สุวลักษณ์, สุปรียา ตันสกุล, มณีนรัตน์ ธีระวิวัฒน์, ขวัญเมือง แก้วคำเกิง. ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การจูงใจ ทักษะเชิงพฤติกรรมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. วารสารสุขศึกษา 2562;42(1):29-42.
13. แสงวรรณ ตั้งแสงสกุล, นันทวัน สุวรรณรูป, ปิยะธิดา นาคะเกษียร และรุ่งนภา ภาณิตรัตน์. ผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตด้านสุขภาพทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น. วารสารพยาบาลทหารบก 2560;18(2):119-28.