

การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมและความตั้งใจที่มีผลต่อพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย ตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

COMMUNICATION TO STRENGTHEN ATTITUDES, SUBJECTIVE NORMS, PERCEIVED BEHAVIORAL CONTROL, INTENTION AFFECTING UNIVERSITY STUDENTS ON QUIT SMOKING BASED ON THEORY OF PLAN BEHAVIOR

ธชาพิมพ์ อานพินันท์¹ อริชัย อรรคอุดม² และ โยธิน แสงวงศ์³

TASHAPIM ANPINITNANDHA, ARISHAI AKRAUDOM AND YOTHIN SAWANGDEE

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมกับพฤติกรรมในการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ตามแนวทางการสื่อสารในโครงการ “มหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่” เป็นวิจัยเชิงปริมาณ ประชากร คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ลงทะเบียนเรียนภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 ใช้การกำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างด้วยโปรแกรม G*Power ขนาดจำนวนของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ คือ 283 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย การวิเคราะห์เส้นทาง (Path Analysis) เพื่อใช้อธิบายความสัมพันธ์ของตัวแปรและทดสอบสมมติฐาน

ผลการศึกษาพบว่า ในด้านเจตคติ (Attitude toward the Behavior) นักศึกษาที่มีเจตคติที่ดีต่อการสูบบุหรี่จะมีความตั้งใจที่จะสูบบุหรี่อยู่ในระดับสูง ส่วนกลุ่มที่มีเจตคติที่ไม่ดีต่อการสูบบุหรี่จะมีความตั้งใจที่จะสูบบุหรี่อยู่ในระดับต่ำ ในด้านความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง (Subjective Norms) นักศึกษามีความเชื่อว่าถ้าหากในมหาวิทยาลัยมีการจัดพื้นที่สูบบุหรี่ที่เหมาะสม การลงโทษผู้สูบบุหรี่ในพื้นที่ห้ามสูบและการสอดแทรกเนื้อหาบุหรี่ในรายวิชาทำให้นักศึกษารู้จักวิธีป้องกันตนเองจากควันบุหรี่จะช่วยให้ นักศึกษางดสูบบุหรี่ และในด้านความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (Perceived Behavioral Controls) นักศึกษาที่มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่มากจะทำให้มีความตั้งใจที่จะงดสูบบุหรี่และมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ถูกที่สูงขึ้น

ในการทดสอบปฏิกริยาร่วมระหว่างเจตคติต่อการกระทำพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และ การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ที่มีผลต่อเจตนาในการแสดงพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่พบว่าเมื่อนักศึกษามีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเอง และมีเจตคติที่ว่าการสูบบุหรี่ไม่ใช่พฤติกรรมที่เหมาะสม รวมทั้งมีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง

¹ นักศึกษาปริญญาโท คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์, อาจารย์ประจำ คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ

³ รองศาสตราจารย์, อาจารย์ประจำ สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

ย้อมทำให้นักศึกษามีแนวโน้มการเกิดเจตนาในการแสดงพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่มากขึ้น นอกจากนั้น เจตนาในการแสดงพฤติกรรมยังมีผลกระทบทางบวกต่อพฤติกรรมในการงดสูบบุหรี่อีกด้วย

คำสำคัญ : การสื่อสาร ; พฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ ; ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

ABSTRACT

The purpose of this research was to investigate the relationship between behavioral intention and non-smoking behavior of undergraduate students. This research was based on the guidelines for communication project "Non-smoking University". A quantitative design was used in this study, which the data was collected by questionnaire. The samples were 283 undergraduate students who enrolled second semester in 2018. The sample size was calculated by G*Power program. Probability samples are those based on simple random sampling. The data were analyzed using descriptive statistics and "Path Analysis" in order to describe the relationship between variables and research hypothesis.

The results of the study show that in terms of attitudes towards the behaviors, students with positive attitudes toward smoking cessation had high levels of intention to stop smoking. In contrast, the students with negative attitudes toward smoking cessation had the low levels of intention to stop smoking among. In terms of the subjective norms, the students perceived that two important factors assisting the students to stop smoking were the legislation for people who smoked in non-smoking areas and the inclusion of interventions useful in preventing smoke exposure in curriculums. In terms of perceived behavioral control, the students who perceived that they had abilities to control smoking habits, had high levels of intention to quit smoking and smoked in locations where smoking is permitted.

According to the interactions between attitude toward the behavior, subjective norm and perceived behavioral controls affected the attitudes on smoking cessation. The study found that the students, who had high levels of perceived behavioral controls, positive attitudes towards smoking cessation and subjective norm, were more likely to stop smoking. In addition, attitude toward the behavior had a positive effect on smoking cessation behavior.

Keywords: Communication ; Quit Smoking ; Theory of Plan Behavior

บทนำ

บุหรี่เป็นสิ่งเสพติดชนิดหนึ่งที่มีอยู่อย่างแพร่หลายและมีแนวโน้มจะมีผู้ใช้สารเสพติดชนิดนี้เพิ่มมากขึ้นแม้จะมีการณรงค์ไม่สูบบุหรี่กันอย่างแพร่หลายก็ตาม จากผลการ

สำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของประชากรไทย ปี พ.ศ.2558 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2558) พบว่า ในจำนวนประชากรที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป ทั้งสิ้นจำนวน 55.2 ล้านคน เป็นผู้สูบบุหรี่จำนวน 10.9 ล้านคน (ร้อยละ 19.9) โดยพบว่าทั้งเพศชายและหญิงมีอัตราการสูบบุหรี่ลดลงเล็กน้อยแต่ยังคงพบการได้รับควันบุหรี่มือสองในสถานที่สาธารณะต่าง ๆ ทั้งที่เป็น

เขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย บุหรี่ไม่เพียงก่อให้เกิดอันตรายต่อเฉพาะผู้สูบบุหรี่เท่านั้น หากแต่ยังสามารถเข้าสู่ร่างกายของผู้ที่ไม่ได้สูบบุหรี่ด้วย นั่นเพราะควันบุหรี่ในอากาศยังคงเต็มไปด้วยสารพิษอันตรายต่าง ๆ เพราะการเผาไหม้บุหรี่เป็นเหมือนโรงงานสารเคมีเล็ก ๆ ที่ก่อให้เกิดละออง หมอก ควัน และก๊าซ มีผลกระทบต่อสุขภาพ ทั้งนี้ ในแต่ละปีพบว่ามีผู้ไม่สูบบุหรี่จำนวนมากเสียชีวิตจากโรคที่เกิดจากการได้รับ “ควันบุหรี่มือสองและมือสาม” จากรายงานของสำนักงานแพทย์ใหญ่ (Office of The Surgeon General) แห่งสหรัฐอเมริกาเมื่อปี พ.ศ.2557 ได้ระบุว่า การได้รับสัมผัสสารพิษจากควันบุหรี่ ไม่ว่าจะเป็นมือหนึ่ง มือสอง หรือมือสาม ที่ระดับใดก็ตาม เมื่อเข้าสู่ร่างกายจะส่งผลให้มีความเสี่ยงต่อสุขภาพของผู้ที่ได้รับสัมผัส ทั้งนี้ในกลุ่มทารกและเด็กเล็ก จะมีความเสี่ยงต่อสุขภาพได้ง่ายและมากที่สุด แม้ว่าจะมีการแยกผู้สูบบุหรี่ออกจากผู้ไม่สูบบุหรี่ หรือการใช้เทคโนโลยีระบบควบคุมหรือระบายอากาศ ก็ไม่สามารถจะกำจัดควันบุหรี่มือสองและมือสามได้ การเรียกร้องสิทธิของผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ได้ส่งผลให้เกิด “กฎหมายคุ้มครองผู้ไม่สูบบุหรี่” โดยมีความสำคัญในพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 และด้วยการไม่ครอบคลุมของพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535 รัฐบาลโดยกระทรวงสาธารณสุขได้มีการออกพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2560 (พระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่, 2560) ขึ้นมาใหม่ เพื่อเป็นอีกมาตรการหนึ่งที่จะช่วยป้องกันการสูบบุหรี่และเป็นการคุ้มครองสิทธิของเยาวชนและสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ สิ่งที่สำคัญอีกอย่างคือประเทศไทยเข้าร่วมรัฐภาคีตามกรอบอนุสัญญาว่าด้วยการควบคุมยาสูบขององค์การอนามัยโลก (WHO-FCTC) จึงจำเป็นต้องปรับปรุงกฎหมายให้สอดคล้องกับสถานการณ์และแนวปฏิบัติตามกรอบอนุสัญญา พ.ร.บ. ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2560 มีมาตรการสำคัญ คือ

- 1) กำหนดห้ามขายหรือให้ผลิตภัณฑ์ยาสูบแก่บุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปี
- 2) ห้ามให้บุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี เป็นผู้ขายผลิตภัณฑ์ยาสูบ
- 3) ห้ามขายผลิตภัณฑ์ยาสูบใน 4 กลุ่มสถานที่ ได้แก่ 3.1 วัดหรือสถานที่ปฏิบัติพิธีกรรมทางศาสนา 3.2 สถานพยาบาลและร้านขายยา 3.3 สถานศึกษาทุกระดับ

- 3.4 สวนสาธารณะ สวนสัตว์และสวนสนุก 4) กำหนดห้ามโฆษณาสื่อสารการตลาดผลิตภัณฑ์ยาสูบในทุกรูปแบบ อาทิ ปริตต์ส่งเสริมการขายในงานคอนเสิร์ต 5) ห้ามผู้ประกอบการธุรกิจผลิตภัณฑ์ยาสูบทำกิจกรรม CSR 6) ห้ามตั้งวางโชว์ผลิตภัณฑ์ยาสูบ ณ จุดขายปลีกที่ทำให้ผู้บริโภคหรือประชาชนมองเห็น 7) ห้ามแบ่งซองขายบุหรี่ 8) เพิ่มโทษผู้ฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ เป็นปรับไม่เกิน 5,000 บาท 9) กำหนดหน้าที่ให้เจ้าของสถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ มีหน้าที่ต้องประชาสัมพันธ์แจ้งเตือน ดูแลให้ไม่มีการฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ หากฝ่าฝืนไม่ดำเนินการ เจ้าของสถานที่ที่มีโทษปรับไม่เกิน 3,000 บาท จากพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ได้ผลักดันให้สถานศึกษาระดับอุดมศึกษาดำเนินการตามโครงการพัฒนามหาวิทยาลัยสู่การเป็นมหาวิทยาลัยปลอดบุหรี่ ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อเชิญชวนและสนับสนุนให้มหาวิทยาลัยต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนเข้าร่วมโครงการดำเนินการพัฒนามหาวิทยาลัยให้เป็นเขตปลอดบุหรี่ครบถ้วนตามที่กฎหมายกำหนด นอกจากนั้นยังดำเนินการป้องกันนักศึกษาจากการริเริ่มสูบบุหรี่เพื่อป้องกันการเพิ่มจำนวนของนักสูบหน้าใหม่ ดังนั้น มหาวิทยาลัยจึงมีหน้าที่และภารกิจในการดูแลความประพฤติและระเบียบวินัยของนักศึกษา จึงได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการคืนพื้นที่ปลอดควันบุหรี่ให้กับผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ เพื่อเป็นการนำนโยบายควบคุมการสูบบุหรี่มาปฏิบัติ จึงได้มีการรณรงค์ “สูบบุหรี่ให้ถูกที่” ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดเขตพื้นที่สูบบุหรี่ในมหาวิทยาลัยอย่างชัดเจน เพื่อคงไว้ซึ่งสิทธิของผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ ตลอดจนถึงการติดป้ายสัญลักษณ์เขตห้ามสูบบุหรี่ตามเขตพื้นที่สาธารณะต่าง ๆ เพื่อเป็นการรณรงค์และกระตุ้นให้นักศึกษาและบุคลากรได้ตระหนักถึงพื้นที่ที่เป็นเขตสูบและไม่สูบบุหรี่ จากความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงคิดว่ามีความจำเป็นที่จะศึกษาเรื่องนี้เพื่อให้นักศึกษาลดการสูบบุหรี่ตลอดจนถึงการงดสูบบุหรี่มีความจำเป็นที่จะต้องสื่อสารที่จะนำไปสู่การสร้างเจตคติที่ดีเน้นให้เกิดการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงที่ไม่สูบบุหรี่ คาดว่าจะส่งผลสู่พฤติกรรมและความตั้งใจที่จะเลิก ดังนั้นการศึกษาค้นคว้าจึงดำเนินการในมหาวิทยาลัย เพราะเป็นที่รวมของนักศึกษาที่เป็นวัยกำลังเรียนรู้และเริ่มต้นสูบบุหรี่

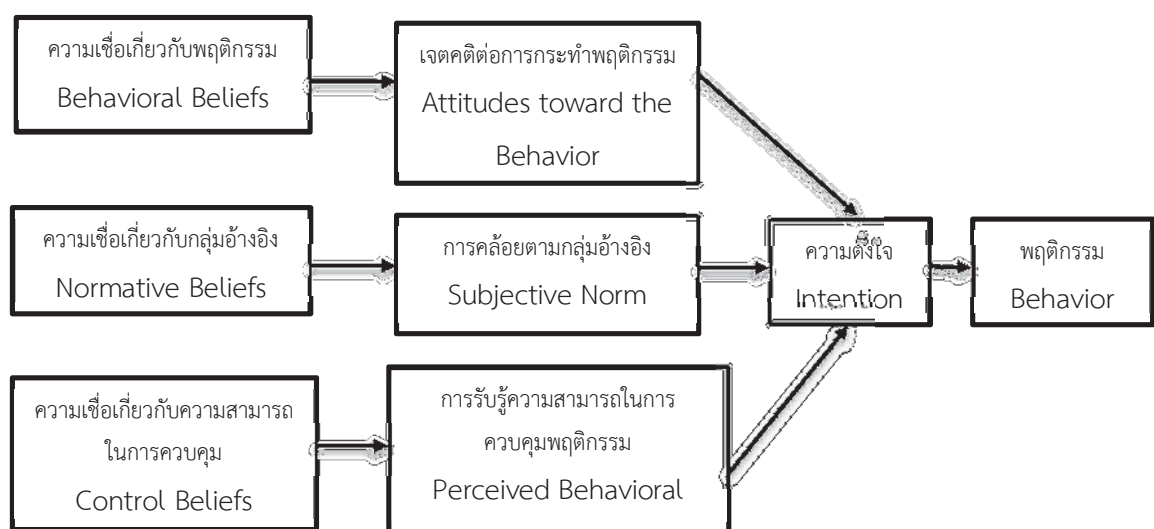
หากไม่ทำการวิจัยก็จะเป็นกลุ่มผู้บริโภคที่จะเป็นกลุ่มใหญ่ต่อไปในอนาคต ดังนั้นจึงเน้นไปที่การใช้การสื่อสารวิเคราะห์การคล้อยตามกลุ่มที่ส่งผลต่อการควบคุมพฤติกรรมแล้วในที่สุดก็อาจจะก่อให้เกิดการเลิกบุหรี่ได้ ดังนั้นผู้วิจัยมีความสนใจที่จะวิเคราะห์ถึงความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารเพื่อเสริมสร้างเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้การควบคุมพฤติกรรม ความตั้งใจ ที่มีผลต่อพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย ตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างความตระหนักถึงการจัดทำสื่อรณรงค์ประชาสัมพันธ์เพื่อให้เกิดการพัฒนางานในระยะยาวอย่างยั่งยืนต่อไปและสามารถนำไปใช้ได้อีกด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม เจตคติต่อพฤติกรรม ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุม การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมและพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี
2. เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม เจตคติต่อพฤติกรรม ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุม การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมและความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมต่อพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี
3. เพื่อพัฒนากลยุทธ์การสื่อสารการประชาสัมพันธ์โครงการลดละเลิกสูบบุหรี่ของมหาวิทยาลัยกรุงเทพในโอกาสต่อไป

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการดำเนินงานวิจัย

จากทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนที่ศึกษาเกี่ยวกับความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งผลต่อเจตคติต่อการกระทำพฤติกรรม ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงส่งผลต่อการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมที่ส่งผลถึงความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ จึงเป็นที่มาของกรอบแนวคิดในการวิจัยในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานของการวิจัย

1. ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งผลทางบวกต่อเจตคติต่อการกระทำพฤติกรรม
2. ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงส่งผลทางบวกต่อการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง
3. ความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมส่งผลทางบวกต่อการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม
4. เจตคติต่อการกระทำพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันต่อความตั้งใจ
5. ความตั้งใจส่งผลทางบวกต่อพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือนักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ลงทะเบียนเรียนภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 ใช้การกำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างโปรแกรม G*Power ขนาดจำนวนของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ คือ 283 คน โดยในการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ใช้สถิติบรรยายและใช้การวิเคราะห์เส้นทางเพื่ออธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างตัวแปรต้นทางและตัวแปรปลายทาง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยกรอบแนวคิดทฤษฎี นิยามศัพท์และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องประกอบด้วยข้อมูลจำนวน 8 ส่วน ที่จะครอบคลุมเนื้อหาของการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้ โดยในวงเล็บคือ ความเชื่อมั่น (α) ของแบบสอบถามแต่ละตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลและพฤติกรรมด้านการสูบบุหรี่ ได้แก่ เพศ อายุ คณะ/ชั้นปีที่กำลังศึกษา

รายได้และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ลักษณะคำถามเป็นแบบปลายปิดและปลายเปิดจำนวน 9 ข้อ

ตอนที่ 2 ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม (Behavioral Beliefs) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ เพื่อสอบถามเกี่ยวกับความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมและเจตคติต่อการกระทำพฤติกรรม ($\alpha = 0.94$)

ตอนที่ 3 ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง (Normative Beliefs) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เพื่อสอบถามเกี่ยวกับความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงและการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ($\alpha = 0.89$)

ตอนที่ 4 ความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุม (Control Beliefs) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เพื่อสอบถามเกี่ยวกับความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ($\alpha = 0.93$)

ตอนที่ 5 ความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม (Intention) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เพื่อสอบถามเกี่ยวกับเจตนาในการแสดงพฤติกรรมของนักศึกษาเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ($\alpha = 0.92$)

ตอนที่ 6 พฤติกรรม (Behavior) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เพื่อสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักศึกษาในการหลีกเลี่ยงและตักเตือนผู้ใกล้ชิดเกี่ยวกับพิษภัยของบุหรี่ ($\alpha = 0.92$)

การตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) และความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity)

นำเสนอแบบสอบถามให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณา และผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านตรวจสอบแล้วไปปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาด้วยสถิติ IOC ได้ค่าอยู่ระหว่าง 0.33 - 1.00 ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.74 โดยตัดข้อที่มี IOC ต่ำกว่า 0.50 ออกไป ผู้วิจัยได้นำแบบทดสอบที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง (Try out) ระดับปริญญาตรี (ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการทำแบบสอบถาม) จำนวน 30 คนแล้วนำข้อมูลไปวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม

โดยหาค่าสัมประสิทธิ์ของแอลฟาของ Cronbach (Cronbach, 1970) ได้ค่าสัมประสิทธิ์โดยเฉลี่ยเท่ากับ 0.94

วิธีการเก็บข้อมูล

1. ประสานงานกับหัวหน้าแผนกส่งเสริมวิชาการ และทำหนังสือถึงผู้อำนวยการสถาบันวิจัยและประเมินผล เพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย
2. ดำเนินการเก็บข้อมูลจากประชากรกลุ่มครั้งนี้ คือ กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ลงทะเบียนเรียนในมหาวิทยาลัยเอกชน โดยใช้แบบสอบถามออนไลน์ และเชิงสำรวจ

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล นำแบบสอบถามทั้งหมดมา ตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ แล้วนำมา วิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

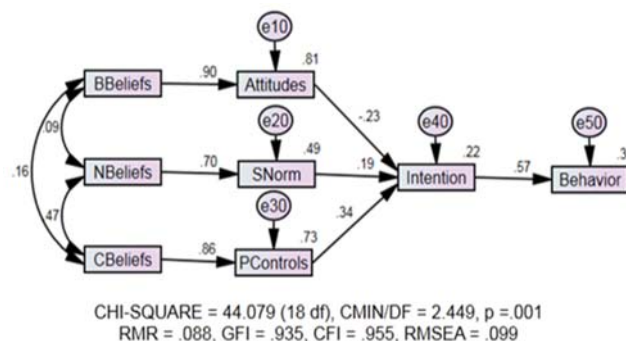
ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้สถิติเชิงพรรณนาและเชิงอนุมานดังนี้

- 1 สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) เพื่อจัดหมวดหมู่และเพื่อให้ทราบลักษณะพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
2. สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) เพื่อทดสอบสมมติฐานกลุ่มประชากรโดยใช้ค่าการวิเคราะห์เส้นทาง (Path Analysis) เพื่อใช้วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร โดยใช้โปรแกรม AMOS

ผลการตรวจสอบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ

สถิติที่อยู่ในเกณฑ์ความสอดคล้องระหว่างโมเดล กับข้อมูลเชิงประจักษ์ปรากฏคือ สถิติ GFI, CFI มีค่าเกิน 0.90 สถิติ RMSEA มีค่าไม่เกิน 0.10 และไคกำลังสองสัมพัทธ์ (CMIN/DF) มีค่าต่ำกว่า 3 ดังนั้น แม้สถิติ RMR จะมีค่าเกินเกณฑ์ 0.08 เล็กน้อย และความน่าจะเป็น (p) ของ

ไคกำลังสองมีค่าน้อยกว่า 0.05 ก็พอยอมรับได้ เพราะขนาดตัวอย่างค่อนข้างจะใหญ่ (n = 283) เมื่อเทียบกับตัวแปรสังเกตเพียง 8 ตัว จึงทำให้ความน่าจะเป็นของไคกำลังสองมีค่าน้อยกว่า 0.05



ภาพที่ 2 ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมทางจิตสุขภาพ

ตารางที่ 1 สัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน (B) อาร์กำลังสอง (R²) และสถิติทดสอบ (b, SE, t, p) การมีนัยสำคัญทางสถิติของเส้นทางในโมเดล

เส้นทาง (Path)	B	R ²	สถิติทดสอบ				ผลการทดสอบ สมมติฐาน
			b	SE	t	p	
BB → ATB	.90	81%	.92	.03	34.89	<.001	ไม่ปฏิเสธ
NB → SN	.70	49%	.73	.04	16.41	<.001	ไม่ปฏิเสธ
CB → PC	.86	73%	.90	.03	27.89	<.001	ไม่ปฏิเสธ
ปฏิภังกรยารวม							
ATB → I	-.23	22%	-.22	.05	-4.35	<.001	ไม่ปฏิเสธ
SN → I	.19		.19	.05	3.51	<.001	ไม่ปฏิเสธ
PC → I	.34		.34	.05	6.20	<.001	ไม่ปฏิเสธ
I → B	.57	33%	.56	.05	11.71	<.001	ไม่ปฏิเสธ

หมายเหตุ BB = Behavioral Beliefs

NB = Normative Beliefs

CB = Control Beliefs

I = Intention

ATB = Attitude toward the Behavior

SN = Subjective Norm

PC = Perceived Behavioral Controls

B = Behavior

สรุปผลการวิจัย

นอกจากนี้แล้วยังพบอีกว่ามีบุคคลในครอบครัวมีพฤติกรรมสูบบุหรี่ถึงร้อยละ 51.8 (43 คน)

1. ข้อมูลส่วนบุคคลและพฤติกรรมด้านการสูบบุหรี่

จากข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 283 คน พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวนร้อยละ 53.40 (151 คน) โดยทั้งหมดกำลังศึกษาอยู่คณะบริหารธุรกิจร้อยละ 49.1 ได้รับเงินในแต่ละเดือนจากผู้ปกครองเฉลี่ย 5,000 – 7,000 บาทต่อเดือน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมสูบบุหรี่ร้อยละ 57.80 (163 คน)อายุโดยเฉลี่ยที่เริ่มสูบบุหรี่ประมาณ 17 ปี สาเหตุหลักที่ทำให้สูบบุหรี่ คือ อยากลอง ที่พบว่าประมาณร้อยละ 58.50 (48 คน) จำนวนเฉลี่ยของบุหรี่ที่สูบในแต่ละวัน 1-5 มวน ผู้ที่สูบบุหรี่จะซื้อบุหรี่เองประมาณร้อยละ 76.80 (63 คน) แต่มีบางส่วนที่สูบและไม่ได้ซื้อบุหรี่เอง ร้อยละ 23.20 (19 คน) นักศึกษาคบเพื่อนที่สูบบุหรี่ร้อยละ 94.00 (78 คน)

2. ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม (Behavioral Beliefs)

2.1 ข้อมูลด้านความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม

(Behavioral Beliefs) ของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาเชื่อว่าการสูบบุหรี่ไม่ได้มีประโยชน์ต่อร่างกายหรือการดำรงชีวิตประจำวัน โดยค่าเฉลี่ยในทุกข้อคำถามอยู่ในระดับน้อยที่ค่าเฉลี่ย 2.08 นักศึกษามีความเชื่อเรื่องการสูบบุหรี่ทำให้คลายเครียด 2.52 ซึ่งเป็นค่าที่มากที่สุด รองลงมา คือ การสูบบุหรี่ทำให้เข้าสังคมได้ง่ายและทำให้มีสมาธิในการทำงาน 2.14 ตามลำดับ และการสูบบุหรี่ช่วยทำให้บุคลิกภาพดี 1.65 ซึ่งเป็นค่าเฉลี่ยที่น้อยที่สุด โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) อยู่ระหว่าง 0.99 – 1.31 แสดงว่า นักศึกษามีความคิดเห็นในเรื่องการสูบบุหรี่ทำให้บุคลิกภาพดีใกล้เคียงกันมากที่สุด (S.D

= .99) และมีความคิดเห็นในเรื่องการสูบบุหรี่ทำให้คลายเครียดแตกต่างกันมากที่สุด (S.D = 1.31)

2.2 ข้อมูลด้านเจตคติต่อการกระทำพฤติกรรม

(Attitude toward the Behavior) ของนักศึกษา พบว่าเจตคติของนักศึกษาต่อการสูบบุหรี่นั้น ค่าเฉลี่ยในทุกข้อคำถามอยู่ในระดับน้อยที่ค่าเฉลี่ย 1.87 จะเห็นได้ว่านักศึกษายากคลายเครียดจึงสูบบุหรี่ 2.16 ซึ่งเป็นค่าที่มากที่สุด รองลงมา คือ รู้สึกกระปรี้กระเปร่าทุกครั้งทีสูบบุหรี่ 1.98 ทำงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดี 1.87 ตามลำดับ และสูบบุหรี่เพื่อช่วยให้มีบุคลิกภาพที่ดี 1.66 ซึ่งเป็นค่าเฉลี่ยที่น้อยที่สุด โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) อยู่ระหว่าง 1.03 – 1.77 โดยนักศึกษามีความคิดเห็นในเรื่องสูบบุหรี่เพราะช่วยให้บุคลิกภาพดีขึ้นใกล้เคียงกันมากที่สุด (S.D = 1.03) และมีความคิดเห็นในเรื่องสูบบุหรี่เพราะทำงานได้ดีแตกต่างกันมากที่สุด (S.D = 1.77) เนื่องจากแบบสอบถามในตอนี่ 2 เป็นข้อคำถามเชิงลบ ซึ่งแปลผลได้ว่านักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็นข้อคำถามดังกล่าวและตระหนักว่าการสูบบุหรี่นั้นมีโทษต่อร่างกาย

3. ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง (Normative Beliefs)

3.1 ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง

(Normative Beliefs) ของนักศึกษา พบว่า ค่าเฉลี่ยในทุกข้อคำถามอยู่ในระดับมากที่สุดที่ค่าเฉลี่ย 3.57 โดยนักศึกษามีความเชื่อว่าในมหาวิทยาลัยควรมีการจัดมีพื้นที่สูบบุหรี่ที่เหมาะสม 4.04 ซึ่งเป็นค่าที่มากที่สุด รองลงมา คือ การลงโทษผู้สูบบุหรี่ในพื้นที่ห้ามสูบ 3.66 การสอดแทรกเนื้อหาบุหรี่ในรายวิชาทำให้นักศึกษารู้จักวิธีป้องกันตนเองจากควันบุหรี่ 3.49 ตามลำดับ และการกำหนดอัตราปรับในป้ายรณรงค์ห้ามสูบบุหรี่ทำให้คนเกรงกลัว 3.26 ซึ่งเป็นค่าที่น้อยที่สุด โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) อยู่ระหว่าง 1.03 – 1.22 แสดงว่าข้อมูลมีการกระจายไม่แตกต่างกันมากนัก

3.2 การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (Subjective Norms) ของนักศึกษา พบว่าค่าเฉลี่ยในทุกข้อคำถามอยู่ในระดับมากที่สุดที่ค่าเฉลี่ย 3.64 นักศึกษาเชื่อว่าคนจะมีพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่มากขึ้นถ้าหากในมหาวิทยาลัยมีบุคลากรเดิน

ตรวจการสูบบุหรี่และมีการลงโทษโดยการปรับเป็นเงินที่ค่าเฉลี่ย 3.67 ซึ่งเป็นค่าที่มากที่สุด รองลงมา คือ การลงโทษทางวินัยที่ค่าเฉลี่ย 3.66 การจัดพื้นที่สูบบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.65 ตามลำดับ และการสอดแทรกเนื้อหาในรายวิชาที่ค่าเฉลี่ย 3.55 ซึ่งเป็นค่าน้อยที่สุด (ระดับมาก) โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) อยู่ระหว่าง 1.06 – 1.09 แสดงว่านักศึกษามีความคิดเห็นสอดคล้องกัน

4. ความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุม (Control Beliefs)

4.1 ความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุม (Control Beliefs) ของนักศึกษา พบว่า ค่าเฉลี่ยในทุกข้อคำถามอยู่ในระดับปานกลางที่ค่าเฉลี่ย 3.46 นักศึกษามีความคิดเห็นว่าคนจะงดสูบบุหรี่มากขึ้นถ้ามีการกำหนดบทลงโทษที่ชัดเจนที่ค่าเฉลี่ย 3.60 ซึ่งเป็นค่าที่มากที่สุด รองลงมา คือ การติดป้ายห้ามสูบบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.59 การรณรงค์เรื่องบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.45 ตามลำดับ และการให้ความรู้เกี่ยวกับพิษภัยของบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.38 ซึ่งเป็นค่าที่น้อยที่สุด โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) อยู่ระหว่าง 1.11 – 1.22 แสดงว่า นักศึกษามีความคิดเห็นในเรื่องการรณรงค์เรื่องบุหรี่ทำให้นักศึกษาเกิดพฤติกรรมงดการสูบบุหรี่ใกล้เคียงกัน

4.2 การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (Perceived Behavioral Controls) ของนักศึกษา พบว่า ค่าเฉลี่ยในทุกข้อคำถามอยู่ในระดับปานกลางที่ค่าเฉลี่ย 3.35 โดยนักศึกษามีความเชื่อว่าหากมีการรณรงค์การสูบบุหรี่ถูกที่ จะเป็นปัจจัยส่งเสริมให้นักศึกษาไม่สูบบุหรี่นอกพื้นที่สูบบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.42 ซึ่งเป็นค่าที่มากที่สุด รองลงมา คือ ถ้านักศึกษาเห็นป้ายห้ามสูบบุหรี่จะทำให้ไม่สูบบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.36 การรับรู้ถึงบทลงโทษและการมีบุคลากรเดินตรวจภายในบริเวณมหาวิทยาลัยที่ค่าเฉลี่ย 3.35 ตามลำดับ และการที่อาจารย์ผู้สอนได้มีการตักเตือนเรื่องสูบบุหรี่หน้าชั้นเรียน เป็นปัจจัยส่งเสริมให้นักศึกษาไม่สูบบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.30 ซึ่งเป็นค่าที่น้อยที่สุด โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) อยู่ระหว่าง 1.12 – 1.17 แสดงว่าข้อมูลมีการกระจายใกล้เคียงกันมาก

5. ความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม (Intention)

ข้อมูลด้านความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม (Intention) ของนักศึกษา พบว่า ค่าเฉลี่ยในทุกข้อคำถามอยู่ในระดับมากที่ค่าเฉลี่ย 3.85 โดยนักศึกษามีความตั้งใจที่จะไม่สูบบุหรี่เพื่อครอบครัวที่ค่าเฉลี่ย 4.09 เป็นระดับที่มากที่สุด รองลงมา คือ เพื่อสุขภาพของตนเองที่ค่าเฉลี่ย 4.07 เพื่อคนที่รักที่ค่าเฉลี่ย 4.05 ตามลำดับ และความตั้งใจในการที่จะไม่คบเพื่อนที่สูบบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.00 ที่เป็นค่าที่น้อยที่สุด โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) อยู่ระหว่าง 1.10 – 1.40 แสดงว่า นักศึกษามีความคิดเห็นในเรื่องนักศึกษาไม่สูบบุหรี่เพื่อครอบครัวใกล้เคียงกันมากที่สุดที่ค่าเฉลี่ย 4.09 (S.D = 1.10) และมีความคิดเห็นในเรื่องนักศึกษาไม่คบเพื่อนที่สูบบุหรี่แตกต่างกันมากที่สุดที่ค่าเฉลี่ย 3.00 (S.D = 1.40)

6. พฤติกรรม (Behavior) ข้อมูลด้านพฤติกรรม (Behavior) ของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาสามารถแก้ไข ปัญหาต่าง ๆ ได้ โดยไม่พึ่งพาบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.80 ซึ่งเป็นระดับที่มากที่สุด รองลงมา คือ การเข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์ ป้องกันการสูบบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.54 การบอกกล่าวบุคคลในครอบครัวให้สูบบุหรี่นอกบ้านที่ค่าเฉลี่ย 3.53 ตามลำดับ และการเตือนเพื่อนเมื่อเพื่อนสูบบุหรี่ที่ค่าเฉลี่ย 3.18 ซึ่งเป็นค่าที่น้อยที่สุด โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) อยู่ระหว่าง 1.15 – 1.23 แสดงว่าข้อมูลมีการกระจายหรือ นักศึกษามีความคิดเห็นไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการสื่อสาร เพื่อเสริมสร้างเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้การควบคุมพฤติกรรม และความตั้งใจ ที่มีผลต่อพฤติกรรม การงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ผู้วิจัยจึงนำมาอภิปรายผลดังนี้

1. ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งผลทางบวกกับเจตคติต่อพฤติกรรม การงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เจตคติของนักศึกษาต่อการสูบบุหรี่อยู่ในระดับน้อย หมายความว่า นักศึกษา

ค่อนข้างมีเจตคติว่าการสูบบุหรี่นั้นเป็นสิ่งไม่ค่อยดี แต่การที่นักศึกษาสูบบุหรี่เพราะนักศึกษามีความรู้สึกว่าอยากคลายเครียด รู้สึกกระปรี้กระเปร่า อีกทั้งยังช่วยให้ทำงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของนนทรี สัจจาธรรม (2555) ได้ศึกษาทัศนคติ และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของนักศึกษา วิทยาลัยราชพฤกษ์ พบว่า นักศึกษามีทัศนคติต่อการสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เป็นที่รังเกียจของคนรอบข้าง นอกจากทำลายสุขภาพแล้วยังนำไปสู่การติดสารเสพติดอื่น ๆ ตามมา เป็นไปทิศทางเดียวกันกับผลการวิจัยของสุขมา นิลรัตน์ (2552) ที่ได้ศึกษาปัจจัยความเชื่อด้านสุขภาพที่มีผลต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสอนศาสนาอิสลามอำเภอเมือง จังหวัดนราธิวาส พบว่า ปัจจัยความเชื่อด้านสุขภาพด้านการรับรู้โอกาสเสี่ยงสามารถทำนายการสูบบุหรี่หรือมีผลต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าถ้านักเรียนมีระดับการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเป็นโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น จะมีโอกาสเป็นผู้ไม่สูบบุหรี่ นอกจากนี้ยังเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับงานวิจัยของเสาวนีย์ อินมั่นคง (2551) ที่ได้ศึกษาการศึกษาพฤติกรรม การสูบบุหรี่และการพัฒนาโปรแกรมเพื่อลดพฤติกรรม การสูบบุหรี่ของนักเรียนหญิง พบว่า นักเรียนหญิงที่มีพฤติกรรม การสูบบุหรี่มีเจตคติที่ดีต่อการสูบบุหรี่จะได้รับอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน และได้รับตัวแบบทางสังคมมากกว่ากลุ่มที่ไม่มีพฤติกรรม การสูบบุหรี่ แต่มีความเชื่ออำนาจภายในตนเอง และทราบถึงผลกระทบของการสูบบุหรี่น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่มีพฤติกรรม การสูบบุหรี่ เยาวชนที่มีเจตคติที่ดีต่อการสูบบุหรี่จะมีพฤติกรรม การสูบบุหรี่สูงกว่าเยาวชนที่มีเจตคติที่ไม่ดีต่อการสูบบุหรี่ ซึ่งเจตคติเป็นผลรวมของความเชื่อที่จะเป็นตัวกำหนดแนวโน้มของบุคคลในการที่จะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งนั้นการที่บุคคลมีเจตคติต่อพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง บุคคลก็มักจะแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับเจตคติต่อพฤติกรรมนั้น ๆ ดังนั้นการที่เยาวชนยอมรับและมีทัศนคติเชิงบวกต่อพฤติกรรม การสูบบุหรี่ เยาวชนก็จะแสดงพฤติกรรม การสูบบุหรี่ออกมาเช่นกัน

2. ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงกับการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงส่งผลทางบวกต่อพฤติกรรม การงดสูบบุหรี่ของ

นักศึกษาระดับปริญญาตรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษามีความเชื่อว่าถ้าหากในมหาวิทยาลัยมีการจัดพื้นที่สูบบุหรี่ที่เหมาะสม การลงโทษผู้สูบบุหรี่ในพื้นที่ห้ามสูบและการสอดแทรกเนื้อหาบุหรี่ในรายวิชาทำให้นักศึกษารู้จักวิธีป้องกันตนเองจากควันบุหรี่จะช่วยให้ นักศึกษาเกิดการงดสูบบุหรี่ เนื่องจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อเขาได้ทำพฤติกรรมการสูบบุหรี่ถูกที่ตามสถานที่ที่มหาวิทยาลัยได้กำหนดไว้ จึงเป็นแนวโน้มให้นักศึกษาในกลุ่มคล้อยตามและทำตามมากที่สุด สอดคล้องกับงานวิจัยของเกศสุดา สถาพรจงพิทักษ์ (2552) ที่ได้ศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากรพบว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ครั้งแรกส่วนใหญ่มาจากความอยากรทดลองโดยกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจสูบบุหรี่มากที่สุด เนื่องจากวัยรุ่นให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนและมีความใกล้ชิดสนิทสนมกันมากที่สุด โดยเพื่อนเป็นแรงเสริมต่อการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก การปฏิเสธเมื่อเพื่อนชักชวนหรือยืมบุหรี่ให้จึงทำได้น้อยมาก ทำให้เกิดการทดลองสูบบุหรี่จนเกิดการเสพติดบุหรี่ขึ้น และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Liqa และ คณะ (2015) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของชาวอเมริกันอาหรับ พบว่า ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงมีผลต่อความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ นอกจากนี้แล้วการศึกษาของ Page และคณะ (2012) ที่พบว่า ความไม่พอใจของเพื่อนและพ่อแม่มีผลต่อการสูบบุหรี่ของเยาวชน นอกจากนี้ การศึกษาของ Ladapo และคณะ (2014) ที่พบว่า เด็กจะมีแนวโน้มสูบบุหรี่น้อยถ้าผู้ปกครองไม่อนุญาตให้สูบ เนื่องจากการไม่อนุญาตเป็นการป้องกันความตั้งใจสูบบุหรี่ทั้งในหมู่เด็กที่เคยและไม่เคยสูบบุหรี่ จากความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงกับการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงอธิบายได้ว่าความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิงจะเป็นตัวกำหนดการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง

3. ความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมส่งผลทางบวกกับการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมต่อพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมใน

ระดับปานกลาง เนื่องมาจากการรับรู้ถึงการสื่อสารของมหาวิทยาลัยในการรณรงค์การสูบบุหรี่ถูกที่ ซึ่งส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้เพราะกลุ่มตัวอย่างมีความสามารถที่จะปฏิเสธการสูบบุหรี่ได้น้อย เนื่องจากอิทธิพลของกลุ่มอ้างอิง เช่น กลุ่มนักศึกษาที่มีความเครียดเมื่อมีเพื่อนชักชวนให้สูบบุหรี่เพื่อผ่อนคลายความเครียดหรือช่วยให้มีสมาธิในการทำงาน การสูบบุหรี่เพื่อเข้าสังคมได้ง่ายขึ้น จึงทำให้ไม่สามารถปฏิเสธการสูบบุหรี่ได้ ตามแนวคิดการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ซึ่ง Bandura (1997) ได้กล่าวว่าการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองโดยประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง ซึ่งมีแนวทางปฏิบัติเพื่อสร้างความมั่นใจในตนเองหรือสมรรถนะแห่งตน 4 ประการ คือ การเรียนรู้จากการประสบความสำเร็จด้วยตนเอง การเรียนรู้จากการเห็นตัวอย่างการกระทำของผู้อื่นหรือการใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูงและการกระตุ้นทางอารมณ์ เนื่องจากว่าเป็นประสบการณ์โดยตรง ความสำเร็จทำให้เพิ่มความสามารถของตนเอง บุคคลจะเชื่อว่าเขาสามารถที่จะทำได้ ดังนั้น ในสิ่งที่เขาจะพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้น จำเป็นที่จะต้องฝึกให้เขามีทักษะเพียงพอที่จะประสบความสำเร็จได้พร้อม ๆ กับการทำให้เขารับรู้ว่าเขาจะสามารถจะกระทำเช่นนั้นและทำให้เขาใช้ทักษะที่ได้รับการฝึกได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด สอดคล้องกับงานวิจัยของปรีชพร กลีบประทุม (2559) ที่ได้ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ ของผู้สูบบุหรี่ในตำบลบางแก้ว อำเภอมืองอ่างทอง จังหวัดอ่างทอง พบว่า โปรแกรมส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเองร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม โดยอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน สามารถช่วยให้ผู้สูบบุหรี่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ และยังเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับงานวิจัยของเขมิกา ปาหา และ คณะ (2557) ที่ได้ศึกษาเจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกับความตั้งใจเลิกสูบบุหรี่ของข้าราชการตำรวจพบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมมี

ความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจเลิกสูบบุหรี่ของข้าราชการตำรวจและเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลสูงที่สุดต่อความตั้งใจเลิกสูบบุหรี่ของข้าราชการตำรวจ เนื่องมาจากข้าราชการตำรวจส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการเลิกสูบบุหรี่ มีการรับรู้ปัจจัยที่ส่งเสริมและปัจจัยที่ขัดขวางการเลิกสูบบุหรี่ ได้แก่ การมีสุขภาพไม่ดีหรือมีเรื่องเครียดซึ่งเป็นปัจจัยภายในที่สามารถควบคุมได้ และปัจจัยภายนอก คือ การได้รับกำลังใจจากคนในครอบครัว การที่สังคมรังเกียจคนสูบบุหรี่ ดังนั้นสิ่งเหล่านี้จึงมีผลต่อความตั้งใจเลิกสูบบุหรี่ของข้าราชการตำรวจ

4. การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม มีผลกระทบต่อความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี เมื่อนักศึกษามีความคิดเห็นเกี่ยวกับพิษภัยและโทษของบุหรี่ และมีเจตคติที่ดีว่าการสูบบุหรี่ไม่ใช่พฤติกรรมที่เหมาะสม เมื่อมีแรงจูงใจให้เลิกสูบบุหรี่ ความตั้งใจที่จะเลิกสูบบุหรี่ก็จะมากขึ้นตามไปด้วย นอกจากนี้แล้วยังสอดคล้องกับงานของ Tseng และ คณะ (2018) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ช่วยทำนายการเลิกบุหรี่ในไต้หวันโดยใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน พบว่า เจตคติและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมส่งผลต่อพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ โดยมุ่งเน้นที่การเสริมสร้างความเชื่อในการเลิกสูบบุหรี่ การเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถในการเลิกสูบบุหรี่และการชักจูงใจให้ผู้สูบบุหรี่ก้าวข้ามผ่านอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่

5. ความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมส่งผลทางบวกกับการแสดงพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากการศึกษาพบว่า นักศึกษามีความตั้งใจที่จะไม่สูบบุหรี่เพื่อครอบครัวมากที่สุด แสดงว่า นักศึกษาที่มีความเชื่อและคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ความเชื่อเกี่ยวกับผลของการทำพฤติกรรมและความเชื่อเกี่ยวกับปัจจัยควบคุมพฤติกรรมในทางบวก แต่มีความเชื่อด้านเจตคติต่อการกระทำพฤติกรรมในทางลบ จะส่งผลให้นักศึกษาเกิดพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่สูง และด้วยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษา

ชั้นปีที่ 1 ด้วยมีข้อจำกัดเรื่องของการรับรู้ภาวะเปื้อนของมหาวิทยาลัย อีกทั้งยังอยู่ในช่วงการเปลี่ยนผ่านจากชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายสู่ระดับปริญญาตรีที่เป็นช่วงเริ่มต้นของการแสดงตัวตนว่าเป็นผู้ใหญ่ ผลการศึกษานี้พบชัดเจนว่า นักศึกษาเกือบทั้งหมดมีเจตคติที่ไม่ดีต่อการสูบบุหรี่ เช่น เข้าใจในพิษภัยของบุหรี่ ควันบุหรี่มือสอง สถานที่ห้ามสูบบุหรี่ รวมไปถึงกฎระเบียบของมหาวิทยาลัย แต่ในด้านพฤติกรรมที่เป็นการสูบบุหรี่กลับพบชัดเจนว่ายังมีการสูบบุหรี่อย่างเสมอ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มที่สูบบุหรี่เป็นประจำกับกลุ่มที่สูบบ้างเป็นบางครั้ง ทั้งนี้เพราะแม้จะมีการรับรู้ถึงพิษภัยของบุหรี่แต่ก็ยังมีพฤติกรรมสูบบุหรี่อยู่ ดังนั้น จึงวิเคราะห์ได้ว่านักศึกษามีความเข้าใจในอันตรายจากบุหรี่ แต่ก็ยังไม่สามารถลด ละ เลิก ได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ So และ คณะ (2015) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นประเทศเกาหลี พบว่า ปัจจัยที่จะป้องกันการสูบบุหรี่คือการที่พ่อแม่/ผู้ปกครองได้รับทราบถึงพฤติกรรม เจตคติต่อการสูบบุหรี่ ตลอดจนไปถึงการที่พ่อแม่มีการสนับสนุนและให้กำลังใจในการที่จะป้องกันการสูบบุหรี่ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของมาณิตา ฤทธิ์ล้ำเลิศ (2550) ที่ได้ศึกษาประสิทธิผลกลยุทธ์การประชาสัมพันธ์โครงการลดละเลิกสูบบุหรี่ กองทัพเรือ กรณีศึกษาฐานทัพเรือสัตหีบ พบว่า 1) ประสิทธิผลกลยุทธ์ด้านการโน้มน้าวใจมีประสิทธิภาพอยู่ในระดับมากที่สุด คือ การให้เพื่อนในที่ทำงานที่เลิกบุหรี่ได้สำเร็จมาเชิญชวนให้ลด/ละเลิกสูบบุหรี่ 2) ประสิทธิผลกลยุทธ์ด้านการดำเนินโครงการเกี่ยวกับการกำหนดพื้นที่สูบบุหรี่ให้ลด/ละเลิกสูบบุหรี่ได้ 3) ประสิทธิผลกลยุทธ์ด้านการติดตามและประเมินโครงการมีประสิทธิภาพมากที่สุดเกี่ยวกับการมีแพทย์ให้ความรู้เรื่องอันตรายจากบุหรี่จะทำให้ตระหนักถึงอันตรายจากบุหรี่และทำให้ลด/ละเลิกสูบบุหรี่ได้

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

ข้อเสนอแนะด้านกลยุทธ์

จากผลการศึกษา พบว่า เจตคติต่อการกระทำพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมส่งผลเชิงบวกต่อพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ทั้งนี้ผลการวิจัยยังพบว่า การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลสูงที่สุดต่อความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ส่งเสริมให้นักศึกษามีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ให้มากขึ้น เช่น

1.1 นำนโยบายรณรงค์การสูบบุหรี่ให้ถูกที่ อาทิ ประกาศแจ้งกำหนดเขตพื้นที่สูบบุหรี่ภายในมหาวิทยาลัยให้นักศึกษาและบุคลากรรับทราบอย่างทั่วถึงพร้อมทั้งให้เกิดการรับรู้ถึงผลของการไม่ปฏิบัติตามมาดำเนินการอย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรม

1.2 เสริมสร้างแรงจูงใจและกระตุ้นผู้สูบบุหรี่ให้คิดว่าตนมีความสามารถในการเลิกสูบและช่วยเหลือแนะนำการหยุดสูบจากข้อมูลหรือ ประสบการณ์ที่มีบุคคลอื่นเคยกระทำสำเร็จมาแล้ว

1.3 เสนอความเป็นไปได้ในการปฏิบัติเพื่อช่วยปรับเปลี่ยนนิสัยการสูบบุหรี่

1.4 แนะนำเกี่ยวกับเทคนิคและวิธีการของการเลิกบุหรี่ให้ประสบผลสำเร็จ

1.5 กระตุ้นผู้สูบบุหรี่ให้ใช้แหล่งสนับสนุนต่าง ๆ เพื่อช่วยในการเลิกสูบ เช่น Quitline 1600 หรือ ศูนย์เลิกบุหรี่ตามโรงพยาบาลต่าง ๆ

1.6 ให้ข้อมูลเกี่ยวกับประโยชน์ของการเลิกสูบบุหรี่

1.7 กระตุ้นให้ผู้สูบบุหรี่หรือภริยาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ร่วมกันถึงวิธีการเลิกบุหรี่

2. ส่งเสริมให้นักศึกษาที่ไม่สูบบุหรี่รู้จักรักษาสีของตนและเพื่อเป็นการปรับเปลี่ยนเจตคติของนักศึกษาที่สูบบุหรี่ให้มีพฤติกรรมในการสูบบุหรี่อย่างถูกที่ โดยใช้วิธีการ “เพื่อนเตือนเพื่อน” ถ้าหากสมาชิกในกลุ่มสูบบุหรี่ผิดที่ ซึ่งแสดงออกถึงการรักษาสีที่ทั้งคนสูบและคนไม่สูบบุหรี่

ข้อเสนอแนะด้านการวิจัย

1. ควรศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ของนักศึกษาที่ส่งผลต่อความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมการงดสูบบุหรี่ โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์หรือการทำวิจัยเชิงคุณภาพ

2. ควรศึกษาเปรียบเทียบถึงวิธีการรณรงค์การสูบบุหรี่ในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาเปรียบเทียบและเสนอแนวคิดในการรณรงค์ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- เกษสุตา สถาพรจพิทักษ์. (2552). พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร. (รายงานการศึกษาอิสระปริญญามหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- เขมิกา ปาหา. (2557). เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกับความตั้งใจเลิกสูบบุหรี่ของข้าราชการตำรวจ. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชนัญชิตา คำมินเศก. (2553). การรับรู้สื่อรณรงค์ Quit Line 1600 สายเลิกบุหรี่ และความคิดเห็นของข้าราชการไทย กองบัญชาการกองทัพไทย. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.

- นนทรี สัจจาธรรม. (2555). *ทัศนคติ และความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของนักศึกษาวิทยาลัยราชพฤกษ์*. (รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ: วิทยาลัยราชพฤกษ์
- ปรัชพร กลีบประทุม. (2559). *ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้สูบบุหรี่ในตำบลบางแก้ว อำเภอมะนัง จังหวัดสตูล*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). มหาวิทยาลัยมหิดล.
- มานิตา ฤทธิล้ำเลิศ. (2550). *ประสิทธิผลกลยุทธ์การประชาสัมพันธ์โครงการลดละเลิกสูบบุหรี่ กองทัพอากาศ กรมศึกษาธิการทัพอากาศ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- วิไลวรรณ อธิติชัยกุล. (2560). *การประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของสถานศึกษาในสังกัดกรุงเทพมหานคร*. วารสารวิทยาลัยสันตพล ปีที่ 4 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม – ธันวาคม 2561. วิทยาลัยสันตพล อุตรธานี.
- สนอง คล้าณิม. (2551). *ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้อันตรายจากควันบุหรี่มือสองกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของสมาชิกครอบครัวที่มีผู้สูบบุหรี่* (รายงานการศึกษาระดับปริญญาโท). มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- สุพมา นิลรัตน์. (2552). *ปัจจัยความเชื่อด้านสุขภาพที่มีผลต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสอนศาสนาอิสลาม อำเภอมะนัง จังหวัดนราธิวาส*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เสาวนีย์ อินมั่นคง. (2551). *การศึกษากิจกรรมการสูบบุหรี่และการพัฒนาโปรแกรมเพื่อลดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนหญิง* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2558). ข้อมูลพฤติกรรมการสูบบุหรี่. สืบค้นจาก <http://www.trc.or.th/th/>.
- Ajzen, I. (1991). *The Theory of Planned Behavior*. Organizational Behavior & Human Decision Processes, 50(2), 179-212.
- Athamneh, L., Essien, E. J., Sansgiry, S. S., & Abughosh, S. (2017). *Intention to quit water pipe smoking among Arab Americans: Application of the theory of planned behavior*. J Ethn Subst Abuse, 16(1) : 80-90.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W H Freeman.
- Ladapo J. A., Elliott M. N., Kanouse D. E., Tortolero S. R., Windle M., & Cuccaro P. M. (2014). *Tobacco use and smoking intentions among US fifth-grade students*. Journal of Adolescent Health. 55(3): 445-51
- Page, R., Suwanteerangkul, J., Sloan, A., Kironde J., & West J. (2012). *Thai Adolescents' Normative Beliefs of the Popularity of Smoking Among Peers, Adults, the Successful and Elite, and Parents*. Social Development, 21(4) : 849-867
- So, E. S., & Yeo, J. Y. (2015). *Factors associated with early smoking initiation among Korean adolescents*. Asian Nurs Res (Korean Soc Nurse Sci). 9(2) : 115-9.
- Tseng, Y. F., Wang, K. L., Lin, C. Y., Pan, H. C., & Chang, C. J. (2018). *Predictors of smoking cessation in Taiwan: using the theory of planned behavior*. Psychology, Health & Medicine. 23(3): Pages 270-276.