ผลของโปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” ในนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ

THE EFFECT OF SEXUAL HEALTH LITERACY PROGRAM WIT THE BOARD GAME UNO SEXUAL RISK PREVENTION AMONG SISAKET RAJABHAT UNIVERSITY STUDENTS

กฤตภาส สีหะวงษ์[1], นาฏนภา หีบแก้ว ปัดชาสุวรรณ์[2*]

Krittapart Sihawong[1], Natnapa Heebkaew Padchasuwan[2]

[1] สาขาบริหารสาธารณสุข การส่งเสริมสุขภาพ โภชนาการ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

[1] Department of Public Health Administration, Health Promotion and Nutrition, Faculty of Public Health, Khon Kaen University

[2] ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาพฤติกรรมสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

[2] Assistant Professor of Department of Health Behavior and Health Promotion, Faculty of Public Health, Khon Kaen University

*Corresponding email: Krittapart.s@kkumail.com

Received: 27 January 2024; Revised: 20 February 2024; Accepted: 23 February 2024

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” ในนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ รูปแบบการวิจัยแบบกึ่งทดลอง 2 กลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มทดลองจำนวน 35 คน ได้รับโปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” กิจกรรม ได้แก่ การพัฒนาการเข้าถึงข้อมูลความรอบรู้สุขภาพทางเพศด้วยกิจกรรม “ตุ๊กตาล้มลุก” การพัฒนาความเข้าใจผ่านกิจกรรม “รู้เขา รู้เรา” ซึ่งเป็นกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “QQR (Quantity, Quality, Route of transmission)” การพัฒนาการการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศด้วยการสื่อสารเรื่องเพศ การสื่อสารความรอบรู้สุขภาพทางเพศด้วยกิจกรรมแลกน้ำ เพื่อพัฒนาการตัดสินใจในการหลีกเลี่ยงร่วมกับการใช้บอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้ และละครบทบาทสมมุติ และกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 35 คน ซึ่งใช้ชีวิตตามปกติ ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม 10 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามก่อนและหลัง การทดลอง วิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่ม และระหว่างกลุ่ม โดยใช้สถิติ Paired t–test และ Independent t–test กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการเข้าถึง การเข้าใจ การรู้เท่าทันสื่อ ทักษะการสื่อสาร ทักษะการตัดสินใจ และการจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากกว่าก่อนการทดลองและมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ p-value < 0.001 และภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ มากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 8.17, 95%CI =

7.16 ถึง 9.18; p-value <0.001) และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 8.51, 95%CI = 6.84 ถึง 10.19 ; p-value <0.001) ดังนั้น โปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” สามารถนำไปใช้ในการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ให้กับนักศึกษาได้อย่างเหมาะสม

คำสำคัญ : ความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศ, บอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้”, นักศึกษาระดับอุดมศึกษา

ABSTRACT

The aim of this study was to examine the outcomes of the sexual health literacy program with the UNO board game “SEX - Risks Can Be Avoided” among students of Sisaket Rajabhat University. This is a 2-group quasi-experimental study with an experimental group of 30 participants receiving a sexual health literacy program in combination with the UNO board game “SEX - Risks Can Be Avoided”. Activities include accessing sexual health literacy information through activities. Developing an understanding through the activity Quantity, Quality, Route of Transmission activity. Developing media literacy through communication about sex Teaching sexual health literacy through the Water Exchange activity Developing decision making in avoidance risks using the UNO board game and role play. And a comparison group of 30 people who led a normal life. The duration of the activity was 10 weeks. The data was collected using questionnaires before and after the experiment. The data was analyzed to compare the differences in the average values within and between the groups. Paired t-test and independent t-test statistics were used for this purpose, with the statistical significance level set at 0.05.

The results were found: After the experiment, the experimental group had the mean score of access to sexual health literacy information on the effect of the sexual health literacy program with the board game Understanding the factors leading to sexually transmitted diseases Sexual health literacy, Media literacy Communication skills and knowledge about sexual health Decision-making skills in avoiding risk factors and self-management to prevent sexually transmitted diseases more than before the experiment and the comparison group had a statistical significance p-value < 0.001 and found that the experimental group had a significantly higher mean score of self-management to prevent sexually transmitted diseases after the experiment than before the experiment (mean difference = 8.17, 95%CI = 7.16 to 9.18; p-value < 0.001) and higher than the comparison group. Statistically significant (mean difference = 8.51, 95%CI = 6.84 to 10.19; p-value < 0.001). Therefore, the sexual health knowledge program can be used in combination with the UNO board game Sexual Risk Prevention. It is a guide to creating knowledge about sexual health in order to prevent sexually transmitted diseases.

Keywords: Health Literacy of Sexual; The Board Game UNO Sexual Risk Prevention; Bachelor's degree student

บทนำ

ปัจจุบันสถานการณ์การแพร่ระบาดของเอชไอวียังเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ โครงการเอดส์แห่งสหประชาชาติ (UNAIDS) กระตุ้นให้กลับมาให้ความสำคัญกับการยุติการแพร่ระบาดของเอชไอวี/เอดส์ หลังจากพบว่ามีอัตราการติดเชื้อเพิ่มขึ้นในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ซึ่งจะส่งผลทำให้มีผู้เสียชีวิตจากเอชไอวี/เอดส์ จำนวน 7.7 ล้านคน และยังส่งผลกระทบต่อสังคม เศรษฐกิจโดยภาพรวม โดยในปี 2020 ทั่วโลกมีผู้ติดเอชไอวีรายใหม่ 1.5 ล้านคน และยังพบว่าบางประเทศมีผู้ติดเชื้อรายใหม่เพิ่มขึ้นด้วยนอกจากนี้ยังพบว่าเกย์ (กลุ่มชายรักชาย) ผู้ค้าบริการทางเพศและผู้ที่ติดยาเสพติดมีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อเอชไอวีสูงกว่าคนทั่วไปถึง 25-35 เท่า (โครงการเอดส์แห่งสหประชาชาติ :UNAIDS,2564)

สถานการณ์ในไทย มีผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ยังมีชีวิตอยู่จำนวน 493,859 คน เป็นผู้ติดเชื้อรายใหม่จำนวน 5,825 คน (เฉลี่ย 16 คน/วัน) และมีผู้เสียชีวิตจากเอชไอวี 11,214 ราย/ปี (เฉลี่ย 31 ราย/วัน) กรมควบคุมโรคตั้งเป้าหมายที่จะลดจำนวนผู้ติดเชื้อรายใหม่ให้เหลือไม่เกิน 1,000 คนต่อปีภายในปี 2573 การแก้ปัญหาความเหลื่อมล้ำในสังคมเป็นกุญแจสู่ความสำเร็จในการลดผู้ติดเชื้อรายใหม่ เพราะความเหลื่อมล้ำเป็นอุปสรรคต่อการเข้าถึงบริการทางการแพทย์ของผู้ติดเชื้อเอชไอวีและประชากรกลุ่มเสี่ยงกองโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (กรมควบคุมโรค : 2564) ในปี 2563 มีผู้ติดเชื้อเอชไอวีกำลังรับยาต้านไวรัส 394,598 คน โดยมีช่องทางการติดเชื้อหลายช่องทาง แต่ที่มากที่สุดคือมีเพศสัมพันธ์ระหว่างชายกับชาย 63% (ศูนย์รวบข้อมูลสารสนเทศด้านเอชไอวีของประเทศไทย, 2564)

สถานการณ์การติดเชื้อเอชไอวีในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยหนึ่งในห้าของจังหวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดศรีสะเกษมีผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์เป็นลำดับที่ 5 และที่สำคัญคือจำนวนประชากรน้อยกว่าจังหวัดอื่นๆ โดยมีจำนวนผู้ติดเชื้อ ผู้ติดเชื้อที่มีอาการ และผู้ป่วยเอดส์รวมเป็นจำนวน 10,935 คน และมีผู้เสียชีวิตจำนวน 2,452 คน โดยมีนักศึกษาที่ติดเชื้อและป่วย จำนวน 329 คน โดยมีปัจจัยเสี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์มากถึง 10,298 คน (ศูนย์ข้อมูลสถานการณ์โรคเอดส์จังหวัดศรีสะเกษ มกราคม 2528 – 31 มกราคม 2565) นับเป็นข้อมูลที่บ่งให้เห็นอย่างชัดเจนว่าประชาชนขาดความรู้ความเข้าใจ และตระหนัก เพิกเฉยต่อการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากการติดเชื้อเอชไอวี จากการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในนักเรียน/นักศึกษามีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ส่งผลให้การติดเชื้อเอชไอวีในนักเรียน/นักศึกษาเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 0.10 ในปี พ.ศ. 2563 เป็นร้อยละ 0.19 ในปี พ.ศ. 2564 นโยบายระดับชาติของประเทศไทยได้มียุทธวิธี ในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีในวัยรุ่น โดยจัดให้มีการเรียนการสอนเพศวิถีศึกษาสถานศึกษา แต่จากรายงานผลการวิจัยเพื่อทบทวนการสอนเพศวิถีศึกษาในสถานศึกษาไทยพบว่าในสถานศึกษาส่วนใหญ่ มีการสอนเพศวิถีศึกษาแบบบรรยายเป็นและกิจกรรมที่มีก็ยังไม่เอื้อให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ ทำให้นักเรียนเกิดความเบื่อหน่ายและขาดความกระตือรือร้นที่จะมีส่วนร่วมในชั้นเรียน ซึ่งทำให้นักเรียนไม่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ ส่งผลให้ยังไม่สามารถแก้ไขพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในนักเรียนได้(กุสุมาลย์ มีพืชน์ และคณะ, 2563: 69-81)

ข้อมูลข้างต้นเพื่อเป็นการป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเชื้อเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งส่งผลกระทบต่อการศึกษา เศรษฐกิจ สังคม โดยวัยรุ่นตอนปลายมีอายุ 19 - 25 ปี เป็นช่วงระยะที่วัยรุ่นเข้าสู่การเรียนในช่วงมหาวิทยาลัย หรือเข้าสู่ชีวิตการทำงาน ในวัยรุ่นตอนปลายจะมีระบบมโนธรรมของตนเองเพิ่มขึ้น มีความรับผิดชอบเพื่อพัฒนาตนเองให้

เป็นผู้ใหญ่ที่ ได้รับการยอมรับในสังคมจากการเปลี่ยนแปลงทั้งร่ายกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมอย่างรวดเร็ว โดยวัยรุ่นตอนปลาย จะมีพัฒนาการทางเพศ คือ มีการทำความเข้าใจกับรสนิยมทางเพศของตนเอง และมีความสัมพันธ์ลึกซึ้งแบบคนรัก มากขึ้น (Kaewkungwal, 2006) เนื่องจากวัยนี้สมองส่วนหน้ายังไม่หยุดพัฒนาจนกว่าจะอายุ 25 ปี ทำให้วัยรุ่นตอนปลายและมักจะใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผล รวมถึงการคิดวิเคราะห์และตัดสินใจที่ยังไม่ดีพอ (Lertvicha, 2009) ปัจจัยเหล่านี้ล้วนส่งผลต่อพฤติกรรมทางเพศ และความสนใจในเรื่องเพศมีเพิ่มมากขึ้นตามช่วงวัยของพัฒนาการวัยรุ่น นี้ทำให้พบปัญหาทางเพศตามมา ได้แก่การใช้ถุงยางอนามัยภายใน 1 ปีที่ผ่านมา กับคนที่ไม่คุ้นเคย หรือเพิ่งรู้จักกัน ในนักศึกษาเพศชาย ร้อยละ 58.8 ในเพศหญิง ร้อยละ 70.8 การมีเพศสัมพันธ์ครั้งล่าสุดที่นักศึกษาเพศชายมีการดื่มเครื่องดื่มมึนเมาก่อนการร่วมเพศ มีร้อยละ 8.8 และเพศหญิง มีการดื่มเครื่องดื่มมึนเมาก่อนการร่วมเพศ ร้อยละ 2.2 (Bureau of AIDS, TB and STIs, 2010) จากปัญหาพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมทำให้ปัจจุบันอัตราป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 5 โรคหลักของ ประเทศไทย ได้แก่ โรคหนองในแท้ โรคซิฟิลิส โรคหนองในเทียม โรคแผลริมอ่อน และโรคฝีมะม่วง มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2557-2563 ประชากรในประเทศไทย มีจำนวนผู้ป่วยติดเชื้อด้วยโรคหนองในแท้มากที่สุด คือ 10.58 13.14 14.72 15.74 15.28 10.65 และ 11.9 ต่อแสนประชากร ตามลำดับ และรองลงมาคือ โรคซิฟิลิส มีจำนวน ผู้ป่วยตั้งแต่ปี 2557-2563 คือ 4.77 5.06 6.22 8.17 11.94 13.2 และ 16.4 ต่อแสนประชากร ตามลำดับ (Division of AIDS and STIs, Department of Disease Control, Ministry of Public Health, 2021) และอยู่ในกลุ่มนักเรียน นักศึกษา โดยมีนักศึกษาที่ติดเชื้อและป่วยในจังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 329 คน โดยมีปัจจัยเสี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์มากถึง 10,298 คน (ศูนย์ข้อมูลสถานการณ์โรคเอดส์จังหวัดศรีสะเกษ มกราคม 2528 – 31 มกราคม 2565) สิ่งสำคัญที่เราต้อง ตระหนัก คือ อัตราป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่เพิ่มขึ้นนั้นแสดงให้เห็นถึงการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยส่งผล โดยตรงต่อการแพร่ระบาดของการติดเชื้อเอชไอวี เนื่องจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีความสัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวี โดยผู้ป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จะมีโอกาสติดเชื้อเอชไอวีจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย มากกว่าผู้ที่ ไม่ป่วยด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ประมาณ 3-5 เท่า (Bureau of Epidemiology, Department of Disease Control, Ministry of Public Health, 2011)

ด้านการศึกษาเรื่องเพศของระบบการศึกษาไทย พบว่า ได้ละเลยความสำคัญของการสอนเกี่ยวกับเพศภาวะ สิทธิ และอำนาจ ที่เป็นเช่นนี้ เพราะจุดเริ่มต้นการพัฒนาเพศวิถีศึกษาอย่างเป็นระบบในระบบการศึกษา คือการลดจำนวนผู้ติดเชื้อเอชไอวีรายใหม่ การป้องกันและควบคุมโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มประชากรวัยเจริญพันธุ์ และสถานการณ์ท้องในวัยรุ่น และ ปัจจุบัน พระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 ยังยืนยัน เป้าหมายเดิมของเพศวิถี ศึกษาที่เน้นการแก้ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สิ่งนี้ทำให้หลักสูตรการสอนเน้นเนื้อหาแนวป้องกัน แต่ยังขาดมิติอันเป็นรากฐานสำคัญ คือการสอนเรื่องการเคารพสิทธิและความเท่าเทียมทางเพศ จึงอาจเรียกได้ว่า เพศวิถีศึกษาของไทย คือการเรียนการสอนเพื่อการแก้ปัญหาเฉพาะด้าน ซึ่งไม่ตรงกับหลักการของเพศวิถีศึกษารอบด้านที่ตั้งอยู่บนพื้นฐาน ของสิทธิและ ให้ความสำคัญกับเพศภาวะซึ่งครอบคลุมมากกว่าการมุ่งเน้นที่การป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทาง เพศสัมพันธ์กล่าวคือ ไม่ปรากฏมิติ และตัวชี้วัดประเด็นเกี่ยวกับสังคมวัฒนธรรม และสิทธิ ดังนั้น การสอนเพศวิถี ศึกษาเพื่อแก้ปัญหาเฉพาะด้าน อาจไม่เพียงพอที่จะทำให้เยาวชนเกิดทักษะการคิดวิเคราะห์และตัดสินใจในเรื่อง ความสัมพันธ์และเรื่องเพศ (United Nations Children's Fund, Ministry of education in Thailand, 2016)

กองสุขศึกษา กระทรวงสาธารณสุข (2561) ได้แบ่งคุณลักษณะสำคัญที่จำเป็นต้องพัฒนาเพิ่มความรอบรู้ด้านสุขภาพ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบหลักที่นำมาใช้วัดในการศึกษาเพื่อสร้างเครื่องมือวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศ ได้แก่ การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ (Access) ความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) ทักษะการสื่อสาร (Communication Skill) การรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) ทักษะการตัดสินใจ (Decision Skill) การจัดการตนเอง (Self – Management Skill) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของประภัสสรา พิศวงปราการ และคณะ (2565) ได้ศึกษาความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดขอนแก่น การวิจัยนี้เป็นเชิงคุณภาพนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยในกลุ่มนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่าความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยของนักศึกษา ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ 1)ด้านความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับอาการและการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์2) ด้านการเข้าถึงข้อมูลและบริการ นักศึกษามีการเข้าถึงข้อมูลโดยใช้วิธีการค้นคว้าหาข้อมูลจากอินเตอร์เน็ต หรือสื่อสังคมออนไลน์มากที่สุด การเข้าถึงบริการสุขภาพทางเพศในพื้นที่น้อย เนื่องจากนักศึกษามีความเขินอายและไม่เปิดเผยข้อมูลของตนเองต่อผู้ให้บริการ 3) ด้านทักษะการสื่อสาร เพื่อน คือบุคคลที่นักศึกษาสื่อสารเกี่ยวกับการทีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยมากที่สุดและไม่พบการสื่อสารเกี่ยวกับการทีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยกับบุคคลในครอบครัว 4) ด้านการจัดการตนเอง นักศึกษาเน้นการจัดการตนเองในการป้องกันการตั้งครรภ์ โดยกลุ่มที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์กำหนดเป้าหมายต่างจากกลุ่มที่เคยมีเพศสัมพันธ์ คือ การไม่มีเพศสัมพันธ์5) ด้านการรู้เท่าทันสื่อ ยังพบการเชื่อข้อมูลจากสื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งนำไปปฏิบัติตามโดยไม่ผ่านการตรวจสอบข้อมูล และ 6) ด้านการตัดสินใจ นักศึกษากลุ่มที่เคยมีเพศสัมพันธ์ตัดสินใจเลือกปฏิบัติการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยโดยการใช้ถุงยางอนามัยเป็นหลัก ส่วนกลุ่มที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์เลือกที่จะไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นอันดับแรก

การประยุกต์ใช้บอร์ดเกมส์ โดยผู้วิจัยพัฒนาบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” ใช้องค์ความรู้เกี่ยวกับการติดเชื้อเอชไอวี และโรคเอดส์ ร่วมถึงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ซึ่งเกิดจากการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัย พัฒนาความรู้ให้มีทักษะในการประเมินความเสี่ยงของการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ผ่านหลักการ “QQR(Quantity, Quality, Route of Transmission) (คู่มือการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา โครงการก้าวย่างอย่างเข้าใจ) ซึ่งการพัฒนาบอร์ดเกมส์นำแนวคิดมาจาก จุฑาพร ปันทวัง และคณะ (2564) โดยการใช้บอร์ดเกม : เกมออฟเจิร์มส (Game of Germs) เพื่อพัฒนาทักษะการป้องกันตนเองจากโรคติดต่อในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา โรงเรียนแม่ยาววิทยา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ผลการวิจัยพบว่า ผลการเปรียบเทียบทักษะการป้องกันตนเองจากโรคติดต่อก่อนและหลังการใช้บอร์ดเกมในนักเรียน พบว่าหลังการใช้บอร์ดเกมนักเรียนมีทักษะการป้องกันตนเองจากโรคติดต่อสูงกว่าก่อนการใช้บอร์ดเกมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และบอร์ดเกมมีประสิทธิภาพ ในด้านเนื้อหาการนำเสนอบอร์ดเกม ภาพประกอบ การใช้ภาษา อักษร การออกแบบกระบวนการพัฒนา และ คุณค่าของบอร์ดเกม มีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด และพิมพ์พจี เย็นอุรา (2562) ได้ศึกษาปัจจัยที่เป็นอุปสรรคในการสร้างความเข้าใจเรื่องการสื่อสารความยินยอมพร้อมใจทางเพศ ศึกษาการรับรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกี่ยวกับการสื่อสารความยินยอมพร้อมใจทางเพศ และนำมาออกแบบต้นแบบบอร์ดเกมเพื่อสร้างความเข้าใจเรื่องการสื่อสารความยินยอมพร้อมใจทางเพศสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย รวมทั้งเพื่อประเมินผลต้นแบบบอร์ดเกมเพื่อสร้างความเข้าใจเรื่องการสื่อสารความยินยอมพร้อมใจทางเพศสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของโปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้”ในนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ โดยผู้วิจัยประยุกต์ใช้แนวคิดความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในการเข้าถึงข้อมูลความรอบรู้สุขภาพด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ผ่านกิจกรรมตุ๊กตาล้มลุก การเข้าใจปัจจัยที่ทำให้ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ถูกต้องและชัดเจน ผ่านกิจกรรม รู้เขา รู้เรา การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ผ่านกิจกรรม การสื่อสารเรื่องเพศ ทักษะการสื่อสารความรอบรู้สุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ผ่านกิจกรรมแลกน้ำ ทักษะการตัดสินใจในการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่อการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยใช้บอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น และจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ผ่านกิจกรรม ละครบทบาทสมมุติ ซึ่งความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ได้รับจากโปรแกรมฯ จะทำให้เกิดทักษะทางปัญญาและทางสังคม ทำให้เกิดแรงจูงใจและความสามารถของปัจเจกบุคคลในการเข้าถึง เข้าใจและใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อคงไว้ซึ่งการมีสุขภาพดีและสามารถจัดการตนเองได้ผ่านกระบวนการต่าง ๆ เช่น กระบวนการกลุ่ม การให้คำแนะนำรายบุคคล การใช้สื่อหลากหลายประเภท เพื่อให้สามารถเพิ่มระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพได้นำไปสู่การจัดการตนเอง และสังคมได้ในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้”ในนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ

2. วัตถุประสงค์เฉพาะ เพื่อศึกษา

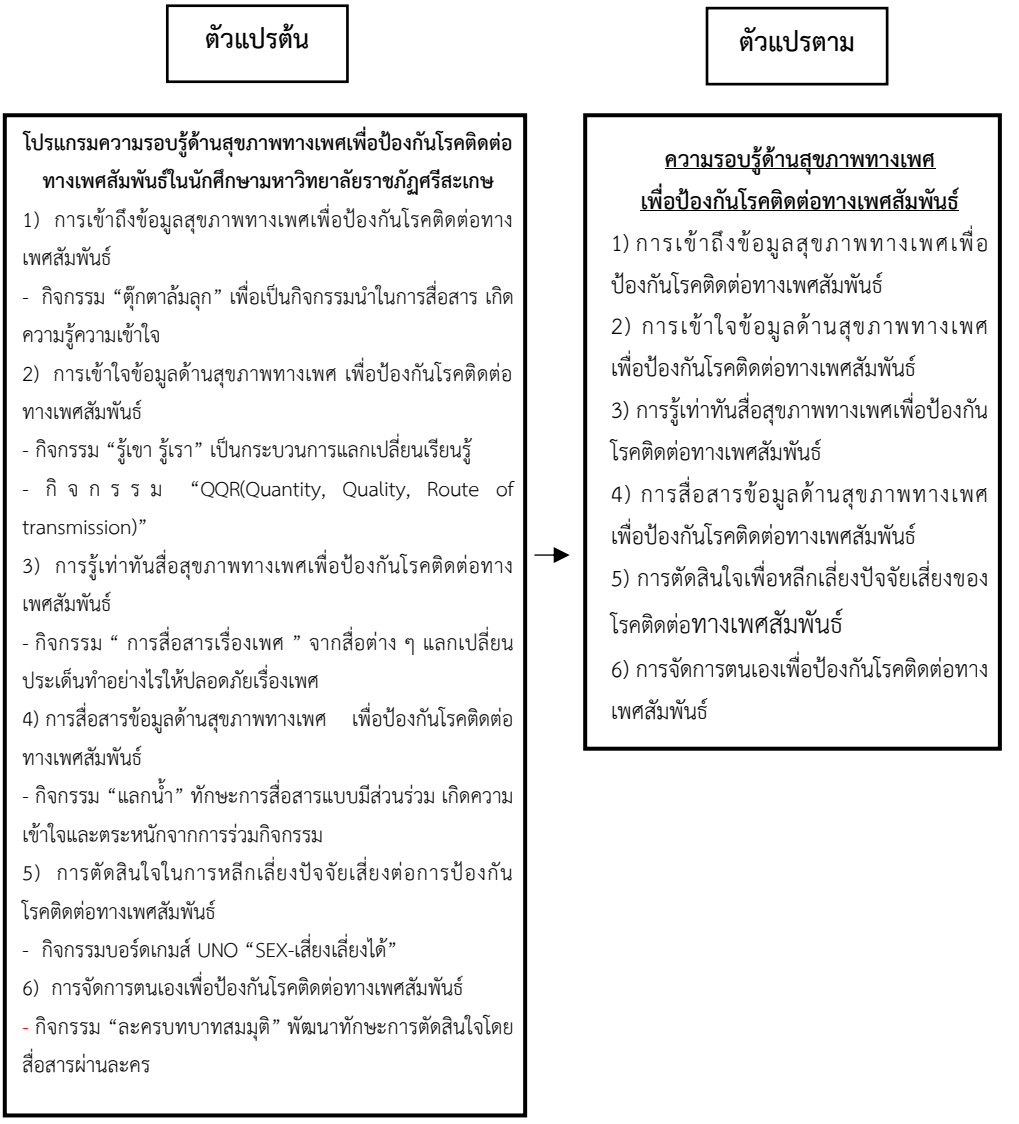
2.1 เพื่อศึกษาเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในเรื่องต่อไปนี้

2.1.1 การเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.1.2 การเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.1.3 การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.1.4 การสื่อสารข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.1.5 การตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.1.6 การจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

2.2 เพื่อศึกษาเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลอง ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในเรื่องต่อไปนี้

2.2.1 การเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.2.2 การเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.2.3 การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.2.4 การสื่อสารข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.2.5 การตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2.2.6 การจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

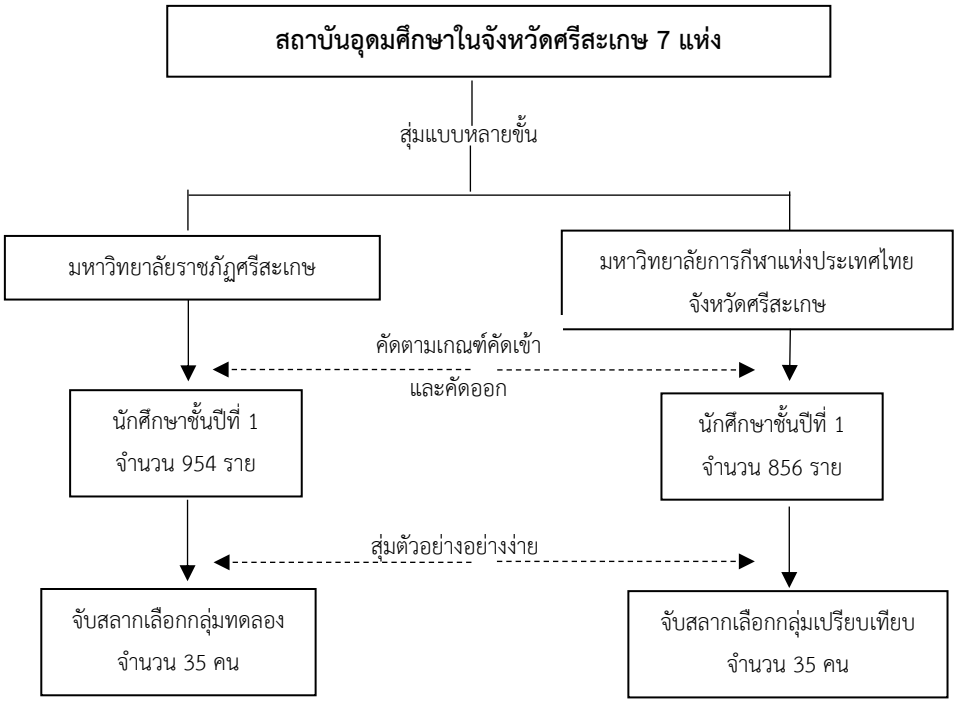
1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย กลุ่มทดลอง ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ ในมหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ กลุ่มเปรียบเทียบ ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งประเทศไทย วิทยาเขตศรีสะเกษ

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ โดยการประชาสัมพันธ์ตามจุดต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ และมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งประเทศไทย วิทยาเขตศรีสะเกษ โดยการสุ่มแบบหลายขั้น แล้วมาคัดเลือกตามเกณฑ์และสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายให้ได้กลุ่มทดลอง จำนวน 35คน และกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 35 คน



ภาพที่ 2 แผนภูมิการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพ เพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ

ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ได้แก่ การเข้าถึงข้อมูลสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การสื่อสารข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

โปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” ในนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ โดยมีการจัดกิจกรรมดังนี้

1) กิจกรรม “ตุ๊กตาล้มลุก” เพื่อพัฒนาการเข้าถึงข้อมูล และเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ

2) กิจกรรม “รู้เขา รู้เรา” เป็นกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

3) กิจกรรม “QQR (Quantity, Quality, Route of transmission) เพื่อพัฒนาการเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศ เพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

4) กิจกรรม “การสื่อสารเรื่องเพศ” จากสื่อต่าง ๆ แลกเปลี่ยนประเด็นทำอย่างไรให้ปลอดภัยเรื่องเพศ เพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

5) กิจกรรม “แลกน้ำ” เพื่อพัฒนาทักษะการสื่อสารแบบมีส่วนร่วม เกิดความเข้าใจและตระหนักจากการร่วมกิจกรรม เพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

6) กิจกรรม “ละครบทบาทสมมุติ” เพื่อพัฒนาทักษะการตัดสินใจโดยสื่อสารผ่านการแสดงละคร

7) กิจกรรมบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” เพื่อพัฒนาการตัดสินใจในกาหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยเป็นนวัตกรรมที่ผู้วิจัยได้พัฒนาบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” โดยใช้องค์ความรู้เกี่ยวกับการติดเชื้อเอชไอวี และโรคเอดส์ ร่วมถึงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ซึ่งเกิดจากการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัย พัฒนาความรู้ให้มีทักษะในการประเมินความเสี่ยงของการติดเชื้อเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ผ่านหลักการ “QQR (Quantity, Quality, Route of Transmission) (คู่มือการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา โครงการก้าวย่างอย่างเข้าใจ)



ภาพที่ 3 แผ่นบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้”



ภาพที่ 4 การ์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้”



ภาพที่ 5 แผ่นกติกาเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้”

ประโยชน์ของนวัตกรรมบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” ใช้ในการคิดใคร่ครวญอย่างมีเหตุผล และสามารถวิเคราะห์ความรอบรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ในสัปดาห์ที่ 1 – 5 ที่ผ่านมา โดยมีหมายเลขและสีกำกับถึงความรุนแรงในความเสี่ยงที่จะได้รับในเหตุการณ์นั้นๆ ทำให้ผู้เล่นเข้าใจและเลือกปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งสามารถแยกความเสี่ยงของการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ พร้อมเป็นกิจกรรมกลุ่มที่อาศัยการมีส่วนร่วมของผู้เล่น และผู้ควบคุมเกมส์ จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างรอบด้านสนุกสนาน และได้รับความรู้ความเข้าใจไปพร้อมกัน

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ทั้งก่อนทดลองและภายหลังสิ้นสุดโปรแกรม การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ระยะเวลาของการศึกษาครั้งนี้มีระยะเวลา 10 สัปดาห์ ซึ่งผู้วิจัยได้นัดหมายเก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มทดลองในสัปดาห์ที่ 1 และดำเนินกิจกรรมตามแผนที่วางไว้จนครบและนัดหมายเก็บรวบรวมข้อมูลในสัปดาห์ที่ 10 เป็นอันสิ้นสุดโครงการ และกลุ่มเปรียบเทียบเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนทดลองในสัปดาห์ที่ 1 และการเก็บรวบรวมข้อมูลกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 10 และสิ้นสุดการจัดกิจกรรม

ผลการดำเนินงานวิจัย

ข้อมูลทั่วไป กลุ่มทดลอง พบว่า ส่วนมากเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 57.10 รองลงมา คือ เพศชาย ร้อยละ 49.20 ช่วงอายุที่พบมากที่สุด คือ 19 ปี ร้อยละ 37.10 รองลงมาคือ อายุ 18 ปี และ 20 ปี มีจำนวนเท่ากัน ร้อยละ 31.40 สถานภาพเกือบทั้งหมด คือ โสด ร้อยละ 94.30 รองลงมาคือ สมรส ร้อยละ 5.70 ซึ่งทั้งหมดกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1 ในส่วนรายได้ต่อเดือนส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 82.90 รองลงมาคือมีรายได้ตั้งแต่ 5,000 – 10,000 บาท ร้อยละ 8.60 และมีรายได้ตั้งแต่ 10,000 บาทขึ้นไป ร้อยละ 8.60 สำหรับการพักอาศัยเกินกว่าครึ่งหนึ่งพักหอในมหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 45.70 รองลงมาพักหอนอกมหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 28.60 และมีการพักอาศัยในที่พักของตนเองและครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 25.70 โดยส่วนใหญ่กลุ่มทดลองพักอาศัยร่วมกันกับเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 51.40 รองลงมาคือพักกับคนในครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 31.40 พักอาศัยคนเดียว คิดเป็นร้อยละ 14.30 และพักอาศัยกับแฟน/คู่รัก คิดเป็น ร้อยละ 2.90 รสนิยมทางเพศ

เกือบทั้งหมดเป็นกลุ่มผู้ชายรักผู้หญิง คิดเป็นร้อยละ 80.00 รองลงมาคือกลุ่ม Bisexual หรือกลุ่มที่รักได้ทั้งผู้ชายและผู้หญิง คิดเป็นร้อยละ 14.30 และกลุ่ม Gay กลุ่มชายรักชาย คิดเป็นร้อยละ 5.70 ประวัติการมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์ คิดเป็นร้อยละ 57.10 และเคยมีเพศสัมพันธ์ คิดเป็นร้อยละ 42.90 ในส่วนของการเรียนหรือการมีประสบการณ์เข้าค่ายเพศศึกษาส่วนใหญ่เคยเข้าเรียนและเข้าค่ายเพศศึกษา คิดเป็น 65.70 รองลงมาไม่เคย คิดเป็นร้อยละ 34.30

การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศ	ก่อนการทดลอง (N=35)						หลังการทดลอง (N=35)					
	$\bar{X}$	S.D.	Mean diff	95% CI	t	p-value	$\bar{X}$	S.D.	Mean diff	95% CI	t	p-value
การเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
กลุ่มทดลอง	13.14	**3.85**	**0.03**	**-1.80 to 1.74**	**0.03**	**0.974**	27.51	**2.16**	**14.51**	**13.17 to 15.85**	**21.61**	**<0.001**
กลุ่มเปรียบเทียบ	13.17	**3.58**					13.00	**3.33**				
การเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
กลุ่มทดลอง	17.51	**3.05**	**1.00**	**-0.34 to 2.34**	**1.48**	**0.142**	21.54	2.62	6.46	5.45 to 7.46	**12.83**	**<0.001**
กลุ่มเปรียบเทียบ	16.51	**2.56**					15.09	1.40				
การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
กลุ่มทดลอง	17.46	1.63	0.57	0.63 to 0.75	0.16	0.870	25.66	3.25	8.28	7.07 to 9.49	13.65	<0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	17.51	1.24					17.37	1.52				
การสื่อสารข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
กลุ่มทดลอง	4.89	1.64	0.43	0.27 to 1.12	1.23	0.224	8.69	1.45	3.14	2.49 to 3.79	9.65	<0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	5.31	1.25					5.54	1.26				
การตัดสินใจในการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่อการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
กลุ่มทดลอง	10.57	2.53	0.57	- 1.27 to 1.38	0.86	0.932	19.00	1.21	8.68	7.70 to 9.66	17.95	<0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	10.51	3.00					10.31	2.63				
การจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
กลุ่มทดลอง	14.14	3.61	0.86	- 1.41 to 1.24	0.13	0.897	22.66	2.23	8.17	7.16 to 9.18	16.20	<0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	14.23	1.53					14.49	1.97				

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลอง ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศ	กลุ่มทดลอง (N=35)						กลุ่มเปรียบเทียบ (N=35)					
	$\bar{X}$	S.D.	Mean diff	95% CI	t	p-value	$\bar{X}$	S.D.	Mean diff	95% CI	t	p-value
การเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
ก่อนการทดลอง	13.14	3.85	14.37	12.94 to 15.80	20.41	<0.001	13.17	3.57	0.17	-0.04 to 0.38	1.64	0.110
หลังการทดลอง	27.51	2.16					13.00	3.33				
การเข้าใจด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
ก่อนการทดลอง	17.51	3.05	4.03	2.77 to 5.28	6.54	<0.001	16.51	2.56	1.43	0.77 to 2.08	4.45	<0.001
หลังการทดลอง	21.54	2.62					15.09	1.40				
การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
ก่อนการทดลอง	17.46	1.63	8.20	7.03 to 9.37	14.26	**<0.001**	17.51	1.24	0.14	- 0.33 to 0.61	0.61	0.543
หลังการทดลอง	25.66	3.25					17.37	1.51				
การสื่อสารข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
ก่อนการทดลอง	4.89	1.64	3.80	3.21 to 4.39	13.13	<0.001	5.31	1.25	- 0.23	- 0.08 to - 0.37	3.17	<0.001
หลังการทดลอง	8.69	1.45					5.54	1.26				
ทักษะการตัดสินใจในการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่อการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
ก่อนการทดลอง	10.57	2.53	8.43	7.47 to 9.38	17.94	<0.001	10.51	3.00	0.20	- 0.20 to 0.60	1.00	0.324
หลังการทดลอง	19.00	1.21					10.31	2.63				
การจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์												
ก่อนการทดลอง	14.14	3.61	8.51	6.84 to 10.19	10.33	<0.001	14.23	1.53	0.26	- 0.77 to 0.26	1.01	0.318
หลังการทดลอง	22.66	2.23					14.49	1.97				

อภิปรายผล

1.1 ข้อมูลทั่วไป

ลักษณะข้อมูลทั่วไปที่คล้ายคลึงกันของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ คือ ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 19 ปี และมีสถานภาพโสด มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน และพักในมหาวิทยาลัย โดยอาศัยร่วมกับเพื่อน และมีรสนิยมทางเพศในกลุ่มผู้ชายรักผู้หญิง ร่วมทั้งส่วนใหญ่เคยเรียนหรือเข้าค่ายเพศศึกษา

ลักษณะข้อมูลทั่วไปที่แตกต่างกันของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ คือ กลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่เป็นเพศชาย กลุ่มทดลองเกินกึ่งหนึ่งไม่เคยมีเพศสัมพันธ์มาก่อน ส่วนกลุ่มปรียบเทียบส่วนใหญ่เคยมีเพศสัมพันธ์มาก่อน

1.2 ด้านการเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากผลการศึกษา พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการเข้าถึงข้อมูลความรอบรู้สุขภาพด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ(Mean difference = 14.51, 95%CI = 13.17 ถึง 15.85; p-value < 0.001) และมากกว่าก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ(Mean difference = 14.37, 95%CI = 12.94 ถึง 15.80; p-value < 0.001) ซึ่งการที่มีคะแนนการเข้าถึงข้อมูลความรอบรู้สุขภาพด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นนั้นเกิดจากกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมเพื่อเพิ่มทักษะของผู้เข้าร่วมการวิจัยในด้านความรู้ความเข้าใจในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยผ่านกิจกรรม “ตุ๊กตาล้มลุก” มีกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์และความผูกพัน โดยสร้างกลุ่มออนไลน์ผ่านเพจเฟสบุ๊ค พร้อมทั้งจัดเวทีแลกเปลี่ยนความรู้ในการเข้าถึงข้อมูลและความรู้เรื่องสุขภาพทางเพศ โดยการเข้าถึงข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศทางเพจความรู้ต่าง ๆ และสามารถค้นหาแนวทางการป้องกัน ได้รับความรู้และพิจารณาความถูกต้องของข้อมูลได้อย่างถูกต้อง ดูแลตนเองได้จากแหล่งบริการเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศได้เองเมื่อประสบปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ประภัสสรา พิศวงปราการ และคณะ (2565) ได้ศึกษาความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดขอนแก่น โดยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่าความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยของนักศึกษา ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับอาการและการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 2) ด้านการเข้าถึงข้อมูลและบริการ นักศึกษามีการเข้าถึงข้อมูลโดยใช้วิธีการค้นคว้าหาข้อมูลจากอินเตอร์เน็ต หรือสื่อสังคมออนไลน์มากที่สุด การเข้าถึงบริการสุขภาพทางเพศในพื้นที่น้อย เนื่องจากนักศึกษามีความเขินอายและไม่เปิดเผยข้อมูลของตนเองต่อผู้ให้บริการ 3) ด้านทักษะการสื่อสาร เพื่อน คือบุคคลที่นักศึกษาสื่อสารเกี่ยวกับการทีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยมากที่สุดและไม่พบการสื่อสารเกี่ยวกับการที่เพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยกับบุคคลในครอบครัว 4) ด้านการจัดการตนเอง นักศึกษาเน้นการจัดการตนเองในการป้องกันการตั้งครรภ์ โดยกลุ่มที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์กำหนดเป้าหมายต่างจากกลุ่มที่เคยมีเพศสัมพันธ์ คือ การไม่มีเพศสัมพันธ์ 5) ด้านการรู้เท่าทันสื่อ ยังพบการเชื่อข้อมูลจากสื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งนำไปปฏิบัติตามโดยไม่ผ่านการตรวจสอบข้อมูล และ 6) ด้านการตัดสินใจ นักศึกษากลุ่มที่เคยมีเพศสัมพันธ์ตัดสินใจเลือกปฏิบัติการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยโดยการใช้ถุงยางอนามัยเป็นหลัก ส่วนกลุ่มที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์เลือกที่จะไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นอันดับแรก

1.3 ด้านการเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากผลการศึกษา พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนความเข้าใจปัจจัยที่ทำให้ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 6.46, 95%CI = 5.45 ถึง 7.46; p-value <0.001) และมากกว่าก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 4.03, 95%CI = 2.77 ถึง 5.28 ; p-value <0.001) ซึ่งการที่มีคะแนนด้านความเข้าใจปัจจัยที่ทำให้ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นนั้น เกิดจากกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมการสร้างทักษะของกลุ่มทดลองในการรู้จำและทำความเข้าใจข้อมูลในการสืบค้นและคำนวณ สามารถวิเคราะห์ เปรียบเทียบตีความข้อมูลและ

เนื้อหาสาระได้อย่างถูกต้อง น่าเชื่อถือ และเป็นแนวทางในการนำไปปฏิบัติตนโดยทำกิจกรรม “รู้เขา รู้เรา ” โดยการจัดเวทีแลกเปลี่ยนความรู้ประกอบกิจกรรม มีการให้ความรู้เกี่ยวกับ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ อันตรายและผลกระทบ ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม โดยผ่านกิจกรรม “QQR (Quantity, Quality, Route of Transmission)” สะท้อนสิ่งที่ได้เรียนรู้และสรุปการดำเนินงานให้เกิดความตระหนักในพฤติกรรมการเสี่ยง โดยสามารถอธิบายเกี่ยวกับการพัฒนาการด้านการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เข้าใจปัจจัยการมีเพศสัมพันธ์ สามารถอธิบายถึงผลกระทบต่อการมีเพศสัมพันธ์ต่อตนเองและครอบครัว เกิดความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศได้มากที่สุดซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสิริพร ภิยโยทัย และคณะ (2564) ได้ศึกษาและพัฒนารูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพเรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน โดยมีรูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน โดยหลังเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาทักษะการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ด้านสุขภาพเรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพิ่มขึ้นจาก 132.63 คะแนน เป็น 155.58 คะแนนและมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ผลการศึกษา แสดงให้เห็นว่ารูปแบบกิจกรรมนี้ สามารถพัฒนาทักษะการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.4 ด้านการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากผลการศึกษา พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 8.28, 95%CI = 7.07 ถึง 9.49;p-value < 0.001) และมากกว่าก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 8.20, 95%CI = 7.03 ถึง 9.37; p-value <0.001) โดยก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ซึ่งการที่มีคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นนั้น เกิดจากกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเพิ่มความสามารถในการเลือกแหล่งข้อมูลสุขภาพ (พัฒนาทักษะ) เน้นการอภิปรายกลุ่ม การฝึกปฏิบัติ วิเคราะห์สถานการณ์ วิเคราะห์การจัดการตนเองมีการสาธิตย้อนกลับการเลือกสื่อความรู้จากแหล่งความรู้ทางอินเตอร์เน็ตผ่านสื่อ Google, Facebook และ YouTube การใช้คำสืบค้น เช่น โรคติดทางเพศสัมพันธ์ เป็นต้น โดยใช้กิจกรรม “สื่อสารเรื่องเพศได้ง่าย” และแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 4-6 คน เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ภายในกลุ่มพร้อมทั้งนำเสนอข้อมูลและวิธีการเข้าถึงข้อมูล หน้าห้องประชุม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกลุ่ม และสรุปผลโดยใช้เทคนิค 1 คำถามในการตั้งเป้าหมายร่วมกัน คือ “ทำอย่างไรให้ปลอดภัยจากโรคติดต่อทางเพศ” เป็นแนวทางการจัดการตนเองสอดคล้องกับการศึกษาของปุณยนุช สละชั่ว และคณะ (2565) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาความรอบรู้เท่าทันสื่อสุขภาพด้านเพศต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาความรอบรู้เท่าทันสื่อสุขภาพด้านเพศต่อปัจจัยที่สัมพันธ์กับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติเชิงบวกต่อการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

(P-value < 0.001) สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยสรุปโปรแกรมพัฒนาความรอบรู้เกี่ยวกับสื่อทางเพศสามารถเพิ่มคะแนนปัจจัยที่สัมพันธ์กับการป้องกันการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นได้คือ ทัศนคติเชิงบวกต่อการหลีกเลี่ยงการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธ และความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

1.5 ด้านการสื่อสารข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

จากผลการศึกษา พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะการสื่อสารความรอบรู้สุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง (Mean difference = 3.14, 95%CI = 2.49 ถึง 3.79; p-value <0.001) และมากกว่าก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 3.80, 95%CI = 3.21 ถึง 4.39; p-value <0.001)ซึ่งการที่มีคะแนนทักษะการสื่อสารความรอบรู้สุขภาพทางเพศเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์นั้นเกิดจากกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการสื่อสารความรอบรู้สุขภาพทางเพศโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) สร้างการแลกเปลี่ยนการเรียนรู้เกี่ยวกับการนำผลการจัดการตนเองเรื่องการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ของตนเองโดยร่วมแสดงความคิดเห็นผ่านเพจเฟสบุ๊ค โดยการใช้ทักษะการสื่อสาร พูด อ่านหรือเขียนเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และสื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจ โดยผู้วิจัยใช้กิจกรรมตัวอย่าง “แลกน้ำ” เพื่อเป็นกิจกรรมนำในการสื่อสารและให้เกิดความรู้ความเข้าใจเรื่องสุขภาพทางเพศ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวานิศา ประโยชน์มี และคณะ (2563) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมความรอบรู้ทางสุขภาพต่อความรอบรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการศึกษา พบว่า เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มทดลอง ก่อนทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .001) ส่วนคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลองและระยะติดตามผล พบว่าคะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .001)

1.6 ด้านการตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่อการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

จากผลการศึกษา พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะการตัดสินใจในการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่อการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 8.68, 95%CI = 7.70 ถึง 9.66 ; p-value <0.001) และมากกว่าก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 8.43, 95%CI = 7.47 ถึง 9.38 ; p-value <0.001) ซึ่งการที่มีคะแนนทักษะการตัดสินใจในการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่อการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นนั้น เกิดจากกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมพัฒนาทักษะการตัดสินใจ โดยใช้บอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” เพื่อพัฒนาทักษะการตัดสินใจ และการคิดใคร่ครวญอย่างมีเหตุผลวิเคราะห์ถึงผลดี ผลเสียของทางเลือกที่มี สามารถตัดสินใจหลีกเลี่ยงหรือเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดได้ เพื่อทดสอบความรู้ ความเข้าใจ และฝึกฝนการตัดสินใจ และให้กลุ่มช่วยกันระดมความคิดเห็น 3-5 นาที โดยมีกระบวนการตรวจสอบความถูกต้อง จากผลของการเล่นบอร์ดเกมส์ และแนะนำสื่อจากเว็บไซต์ที่เชื่อถือได้ เช่น ศูนย์รวบรวมข้อมูลด้านเอชไอวี มูลนิธิแพธทูเฮลล์ กองสุขศึกษา กระทรวงสาธารณสุขซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของจุฑาพร ปันทวัง และคณะ (2564) โดยการใช้บอร์ดเกม : เกมออฟเจิร์มส (Game of Germs) เพื่อพัฒนาทักษะการป้องกันตนเองจากโรคติดต่อในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

โรงเรียนแม่ยาววิทยา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ผลการวิจัยพบว่า 1) บอร์ดเกมได้รับการพัฒนาผ่านการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน หลักการ แนวคิด ทฤษฎีที่ เกี่ยวข้องกับการออกแบบบอร์ดเกมการการศึกษาโดยคำนึงถึงองค์ประกอบด้านจุดมุ่งหมาย แรงเสริมในเกม กับ ความเหมาะสมของวัยผู้เล่น และมีการกำหนดประเด็นเนื้อหาของเกมให้มีความทันสมัย เพื่อสร้างการรู้เท่าทัน ให้กับการแพร่ระบาดของโรคติดต่อในขณะปัจจุบัน 2) ผลการเปรียบเทียบทักษะการป้องกันตนเองจากโรคติดต่อ ก่อนและหลังการใช้บอร์ดเกมในนักเรียน พบว่าหลังการใช้บอร์ดเกมนักเรียนมีทักษะการป้องกัน ตนเองจากโรคติดต่อสูงกว่าก่อนการใช้บอร์ดเกมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) บอร์ดเกมมีประสิทธิภาพ ในด้านเนื้อหา การนำเสนอบอร์ดเกม ภาพประกอบ การใช้ภาษา อักษร การออกแบบกระบวนการพัฒนา และ คุณค่าของบอร์ดเกม มีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด (X= 4.63)

1.7 ด้านการจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากผลการศึกษา พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลอง มีคะแนนการการจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 8.17, 95% CI = 7.16 ถึง 9.18; p-value <0.001) และมากกว่าก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 8.51, 95%CI = 6.84 ถึง 10.19 ; p-value <0.001) ซึ่งการที่มีคะแนนการจัดการตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นนั้น เกิดจากกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมเพื่อสังเกตการพัฒนาทักษะในการจัดการตนเองโดยปฏิบัติตามแผน และปรับเปลี่ยนการปฏิบัติเพื่อให้มีสุขภาพดี ในกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการตัดสินใจ ใช้การทำกิจกรรม “ละครบทบาทสมมุติ ” โดยการพัฒนาทักษะการตัดสินใจโดยการสื่อสารผ่านตัวละคร เน้นการมีส่วนร่วมและการแสดงออก ในเวทีแลกเปลี่ยนความรู้ และสรุปกิจกรรมในการจัดการตนเอง พร้อมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน นำเสนอข้อมูลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ พร้อมทั้งมีการทบทวนวิธีการปฏิบัติตามเป้าหมาย เพื่อนำมาปรับเปลี่ยนวิธีปฏิบัติตนให้ถูกต้อง เช่น สามารถจัดการตนเองให้ปลอดภัยในเรื่องสุขภาพทางเพศได้ สามารถมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องได้ เป็นต้น เพื่อให้การจัดการตนเองเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพจึงมีการกระตุ้นหรือการติดตามทบทวน ให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ จัดให้มีการสะท้อนความคิดทางออนไลน์ผ่านกลุ่มเฟสบุ๊คที่ได้สร้างขึ้น ในสัปดาห์ที่ 7 สร้างประเด็นว่า ถ้ามีอารมณ์ทางเพศคุณจะจัดการอย่างไร สัปดาห์ที่ 8 สร้างประเด็นว่า ถ้าคุณอยู่ในสถานการ์ที่จะต้องมีเพศสัมพันธ์ คุณจะมีเพศสัมพันธ์อย่างไรให้ปลอดภัยจากการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สัปดาห์ที่ 9 สร้างประเด็นว่า ใช้สื่อ “หนึ่งวันชีวิตบวก” เป็นสื่อสร้างสรรค์สร้างโดยเยาวชน ซึ่งตัวละครติดเชื้อเอชไอวีตั้งแต่กำเนิด เพื่อสะท้อนมุมมอง ความคิดและทัศนคติของกลุ่มทดลองหลังจากผ่านกิจกรรมมา 9 สัปดาห์ ผลพบว่ากลุ่มตัวอย่างวิเคราะห์และตัดสินใจว่าจะเลือกปฏิบัติตาม ด้วยเหตุผล ผลการบันทึกผลและกระตุ้นเตือน ให้คำปรึกษา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน สามารถวิเคราะห์ประเมินพฤติกรรมของตนเองในการป้องกันได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของพีรพล ไชยชาติ และคณะ (2562) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นตอนต้น เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นตอนต้น ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Mean difference = 3.67; 95%CI: 1.56 ถึง 5.78; p < 0.001)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1.1 การใช้นวัตกรรมบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” เป็นกระบวนการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศ สามารถสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องในการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และยังทำให้การพูดคุยเรื่องเพศเป็นเรื่องไม่น่าเบื่อ อาสาสมัครจึงอยากให้มีการนำไปใช้ทั้งนักเรียน และนักศึกษาร่วมกับการเรียนการสอนเพศศึกษา

1.2 การใช้โปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้น ช่วยให้นักศึกษามีความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศ โดยมีการเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพความรู้ความเข้าใจ ทักษะการสื่อสาร การรู้เท่าทันสื่อ ทักษะการตัดสินใจ การจัดการตนเอง จนสามารถป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรนำโปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้” ไปปรับใช้ในกลุ่มเป้าหมายอื่น อาทิเช่น นักเรียนชั้นมัธยม และมหาวิทยาลัยอื่นๆ เพื่อเป็นการส่งเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศ

2.2 ควรปรับปรุงนวัตกรรมบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้”ให้มีคำถามมากขึ้น และมีความหลากหลายทางด้านพฤติกรรม และใช้สี ตัวเลขน้อยลง

2.3 ควรมีการพัฒนาโปรแกรมความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศร่วมกับบอร์ดเกมส์ UNO “SEX-เสี่ยงเลี่ยงได้”เพื่อการนำไปใช้ได้ง่ายในอนาคต

เอกสารอ้างอิง

โครงการเอดส์แห่งสหประชาชาติ. (2564). องค์การสหประชาชาติ ร่วมภารกิจยุติเอดส์ให้ได้ภายในปี 2573. ค้นเมื่อ 4 สิงหาคม 2565, จาก https://workpointtoday.com/unaids/

กองโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค, (2564). การคาดประมาณการณ์ผู้ติดเชื้อเอชไอวี. ค้นเมื่อ 4 สิงหาคม 2565, จาก https://ddc.moph.go.th/das/

ศูนย์รวบข้อมูลสารสนเทศด้านเอชไอวีของประเทศไทย. (2564). อัตราผู้ติดเชื้อและผู้ป่วยเอดส์ ปี 2564. ค้นเมื่อ 4 สิงหาคม 2565, จาก https://hivhub.ddc.moph.go.th/epidemic.php

งานควบคุมโรคและกามโรค สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ .(2565). สถานการณ์โรคเอดส์ประเทศไทย และจังหวัดศรีสะเกษ (ศูนย์ข้อมูลสถานการณ์โรคเอดส์จังหวัดศรีสะเกษ) ; มกราคม 2528 – 31 มกราคม 2565

กุสุมาลย์ มีพืชน์. (2561). ผลของโปรแกรมปรับเปลี่ยนแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อพฤติกรรมการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีของนักเรียนอาชีวศึกษาเพศชาย จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพา.

สิริพร ภิยโยทัย, นุชนารถ แก้วดำเกิง, จุฑามาศ มากกุญชร, ศิริกูล ชัยเจริญ, เบญจมาศ ใจงาม, เกศินี เขียนวารี. (2564). การพัฒนารูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรอบรู้ด้านสุขภาพ เรื่อง เอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน. วารสารโรคเอดส์, 33(3). ค้นเมื่อ 5 ตุลาคม 2565, จากhttps://he02.tcithaijo.org/index.php/ThaiAIDSJournal/article/view/250486

ศดานันท์ แก้วศรี (2563). การออกแบบและพัฒนาเกมกระดานเรื่อง ระบบภูมิคุ้มกัน. ค้นเมื่อ 5 ตุลาคม 2566, จากhttp://ir.tsu.ac.th/jspui/bitstream/123456789/265/1/Sadanan%20Kaewsri%2000210171.pdf

ปริยานุช ตั้งนรกุล, ศิริยุพา สนั่นเรืองศักดิ์, นฤมล ธีระรังสิกุล. (2562).ความสัมพันธ์ระหว่างความรอบรู้ด้านสุขภาพทางเพศกับพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสานแพทย์นาวี, 46(3),607-620.

ประภัสสรา พิศวงปราการ, ลัฆวี ปิยะบัณฑิตกุล และอรสา กงตาล. (2565). ความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในจังหวัดขอนแก่น. วารสารพยาบาลและการศึกษา, 15(1), 1-14.

วานิศา ประโยชน์มี, อรพินท์ สีขาว และชฎาภา ประเสริฐทรง. (2563). ผลของโปรแกรมความรอบรู้ทางสุขภาพต่อความรอบรู้ทางสุขภาพและพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารพยาบาลทหารบก. 21(2), 150-157.

พีรพล ไชยชาติ, เกศินี สราญฤทธิชัย (2562). ผลของโปรแกรมการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นตอนต้น. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ. 37(4), 42-51.

ปุณยนุช สละชั่ว, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสินธุ์. (2565). ผลของโปรแกรมพัฒนาความรอบรู้เท่าทันสื่อสุขภาพด้านเพศต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. ไทยเภสัชศาสตร์และวิทยาการสุขภาพ. 17(3), 244-253