

รายงานผลการศึกษาศาสนาการณัความรอบรู้ด้านสุขภาพ
เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย

โดย กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข และ
รองศาสตราจารย์ ดร.อังคินันท์ อินทรกำแหง สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
วันที่ 1 เมษายน 2562

เหตุผลและความจำเป็น

ตามที่ กองสุศึกษา ได้ดำเนินโครงการวิจัยพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างทักษะที่จำเป็นในการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น ซึ่งเป็นโครงการต่อเนื่อง 3 ปี (พ.ศ. 2561-2563) จากงบประมาณสนับสนุน สภาวิจัยแห่งชาติ โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างทักษะที่จำเป็นในการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น และส่งเสริมให้เครือข่ายมีการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นทั้งในสถานศึกษาและในชุมชน อย่างไรก็ตามในการดำเนินการทางสุศึกษาและการสื่อสารสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพ จำเป็นต้องมีข้อมูลสถานการณ์ความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทยเพื่อเป็นฐานข้อมูลและองค์ความรู้สนับสนุนการดำเนินงานวิจัยดังกล่าว

กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข ได้พิจารณาเห็นว่าการดำเนินการสำรวจความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นในครั้งนี้ จำเป็นต้องใช้บุคลากรที่มีความรู้ความสามารถทางด้านวิชาการเกี่ยวกับการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพที่มีเครือข่ายในการดำเนินงานที่รวดเร็วถูกต้องทันสถานการณ์เพื่อมิให้เกิดความเอนเอียงในกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลในแต่ละพื้นที่ รวมทั้งสามารถประมวลผลข้อมูลด้วยความรวดเร็วและถูกต้อง จึงได้ดำเนินการจัดจ้างให้ทางสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดย รองศาสตราจารย์ ดร.อังคินันท์ อินทรกำแหง เป็นผู้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและรายงานผลการเก็บข้อมูลสถานการณ์ความรอบรู้ด้านสุขภาพฯ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีคุณภาพและมีความรวดเร็วทันตามสถานการณ์ และเพื่อเป็นประโยชน์ในการวางแผนงานรวมทั้งการพัฒนากิจกรรมดำเนินการเสริมสร้างทักษะที่จำเป็นในการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพในกลุ่มวัยรุ่นต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อประเมินสถานการณ์ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพในการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย

ในการจัดทำแผนการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและรายงานผลการเก็บข้อมูลสถานการณ์ความรอบรู้ด้านสุขภาพฯ ครั้งนี้ มีกรอบการดำเนินการคือ

1. ศึกษาขอบเขตนิยามของ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ในการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย ที่ประกอบด้วย นิยามการวัด

พฤติกรรมลดเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น หมายถึง พฤติกรรมที่วัยรุ่นอายุ 12-19 ปี กระทำแล้วลดความเสี่ยงทางสุขภาพ จิต และสังคม ทั้งทางตรงและทางอ้อม 5 ด้าน 1) พฤติกรรม 3 อ. ได้แก่ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ 2) พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ 3) พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย 4) พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร 5) พฤติกรรมทางสังคม

ความรอบรู้ทางด้านสุขภาพในการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น หมายถึง ทักษะและความสามารถในการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของตนเองโดยใช้ทักษะ 6 ด้าน ได้แก่

1) การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น หมายถึง ทักษะในการเสาะแสวงหาข้อมูลและแหล่งบริการสุขภาพที่น่าเชื่อถือเมื่อต้องการดูแลสุขภาพตนเองของวัยรุ่น

2) การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น หมายถึง ทักษะการฟัง พูด อ่านเขียนเพื่อตีความ และทำความเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพวัยรุ่นจากแหล่งต่างๆ ที่นำเสนอทั้งในรูปแบบของตัวเลข รูปภาพ ตัวหนังสือ เสียง และสัญลักษณ์ ฯลฯ ของวัยรุ่น

3) การตรวจสอบข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อการตัดสินใจ หมายถึง ทักษะในการคิด วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และประเมินค่า ก่อนตัดสินใจเชื่อหรือทำตามของวัยรุ่น

4) การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น หมายถึง ทักษะในการประเมินคุณภาพข้อมูลที่มีอยู่ไปใช้ในการดูแลแก้ไขปัญหาสุขภาพ การเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสม และได้รับบริการสุขภาพที่เหมาะสมปลอดภัย

5) การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้อง หมายถึง ทักษะในการเลือกวิธีการ หรือเลือกผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพที่ดีที่สุด ปลอดภัยที่สุด โดยใช้ข้อมูลที่มีอยู่ และไม่เน้นการใช้ความรู้สึกส่วนตัว

6) การสร้างสรรค์กิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น หมายถึง ความสามารถในการนำข้อมูลที่ถูกต้องมาใช้ในการโต้ตอบสื่อสังคมที่ไม่เหมาะสม สามารถเป็นแบบอย่างผู้อื่น และส่งเสริม ชักจูง ให้ผู้อื่น เชื่อและปฏิบัติตามในสิ่งที่ถูกต้อง ความสามารถในการประเมิน สามารถในการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

2. ดำเนินพัฒนาคุณภาพเครื่องมือที่ได้จากการทบทวนนิยาม ตัวแปร และองค์ประกอบของตัวแปร และตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้วยความตรงด้านเนื้อหา โดยผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญหรือนักวิชาการที่เกี่ยวข้องของกระทรวงสาธารณสุขโดยการระดมความคิดเห็นและปรับปรุงแบบวัดให้มีความตรงตามเนื้อหามากขึ้น และได้นำไปทดลองใช้กับกลุ่มวัยรุ่น พร้อมผ่านการตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบทดสอบด้วยค่าอำนาจจำแนกที่มีระดับนัยสำคัญ .5 และค่าความเชื่อมั่นของครอนบาคที่อยู่ระดับ .7 ขึ้นไป ตามแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์

สำหรับในการศึกษาครั้งนี้ คณะทำงานได้ดำเนินการตามกรอบนิยาม องค์ประกอบและการวัดความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมลดเสี่ยงทางสุขภาพวัยรุ่นข้างต้น และวางแผนการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. ลงพื้นที่เพื่ออบรมในการประสานงานทีมวิจัยพื้นที่และบุคลากรสาธารณสุขจังหวัดในแต่ละภูมิภาค เพื่อเตรียมเป็นพื้นที่เป้าหมายสำหรับการเก็บข้อมูล ภายในเดือนกุมภาพันธ์ 2562

4. ดำเนินการใช้แบบประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมลดเสี่ยงสุขภาพวัยรุ่น โดยเก็บรวบรวมข้อมูล ในกลุ่มเด็กนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา และอาชีวศึกษา และระดับอุดมศึกษาที่มีอายุช่วง 12-19 ปี ได้มาจากการกำหนดโควตาจาก 4 ภูมิภาค ๆ ละ 250 คน รวม 1,000 คน ดังตาราง

กลุ่มที่ ตอบแบบประเมิน	ภาคเหนือ 2 จังหวัดๆ ละ 100-150 คน	ภาคอีสาน 2 จังหวัดๆละ 100- 150 คน	ภาคกลาง/ตะวันออก 2 จังหวัดๆ ละ 100-150 คน	ภาคใต้ 2 จังหวัดๆละ 100- 150 คน	รวม (คน)
1. กลุ่มเด็กนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาที่มีอายุ 12-19 ปี สังกัดสภุสสังกัดท้องถิ่นหรือสังกัดเอกชน	150 คน จาก 2 จังหวัด ในโรงเรียนสังกัด - สภุส 80 คน - เอกชน 50 คน - ท้องถิ่น 20 คน	150 คน จาก 2 จังหวัด ในโรงเรียนสังกัด - สภุส 80 คน - เอกชน 50 คน - ท้องถิ่น 20 คน	150 คน จาก 2 จังหวัด ในโรงเรียนสังกัด - สภุส 80 คน - เอกชน 50 คน - ท้องถิ่น 20 คน	150 คน จาก 2 จังหวัด ในโรงเรียนสังกัด - สภุส 80 คน - เอกชน 50 คน - ท้องถิ่น 20 คน	600
2. กลุ่มวัยรุ่นอายุ 15-19 ปีที่กำลังศึกษาในวิทยาลัยอาชีวศึกษาและมหาวิทยาลัย	100 คนจาก 2 จังหวัดในระดับ - อาชีวะ 50 คน - อุดมศึกษา 50 คน	100 คนจาก 2 จังหวัดในระดับ - อาชีวะ 50 คน - อุดมศึกษา 50 คน	100 คนจาก 2 จังหวัดในระดับ - อาชีวะ 50 คน - อุดมศึกษา 50 คน	100 คนจาก 2 จังหวัดในระดับ - อาชีวะ 50 คน - อุดมศึกษา 50 คน	400
รวม	250	250	250	250	1,000

5. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ครบตามจำนวนที่กำหนด ภายในเดือนกุมภาพันธ์ 2562

6. วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดเพื่อประเมินสถานการณ์ความรอบรู้ด้านสุขภาพในการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย ภายในกลางเดือนมีนาคม 2562

7. ดำเนินการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความรอบรู้ด้านสุขภาพในการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย ภายในกลางเดือนมีนาคม 2562

8. ดำเนินการสรุปและให้ข้อเสนอแนะ ภายในสิ้นเดือนมีนาคม 2562

9. จัดทำรายงานผลการเก็บรวบรวมข้อมูลและประมวลผลข้อมูลความรอบรู้ด้านสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทยเสนอต่อกองสุขศึกษา ภายในสิ้นเดือนมีนาคม 2562

ผลการวิเคราะห์

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตอนต้นที่ 1 เป็นการนำเสนอข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 1000 คน จากพื้นที่ดำเนินการในเขตสนับสนุนบริการสุขภาพ 12 เขต โดยมีพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูลจำนวน 12 จังหวัด พบการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ตัวอย่างผู้ให้ข้อมูล เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.9 เพศชาย ร้อยละ 37.1 ระดับการศึกษาสูงสุด ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาอยู่ในขั้นมัธยมต้น ร้อยละ 40.5 มัธยมปลาย ร้อยละ 25.7 และอยู่ในระดับอุดมศึกษา ร้อยละ 19.8 โดยมีผลการเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างดี ร้อยละ 45.3 พอใช้ ร้อยละ 36.8 และระดับดีมาก ร้อยละ 16.0 และมีอายุ 18-19 ปี ร้อยละ 31.5 อายุ 16 - 17 ปี ร้อยละ 25.7 อายุ 12 - 13 ปี ร้อยละ 24.1 และส่วนใหญ่เคยใช้สารและสิ่งเสพติด คือ เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ทุกชนิด ร้อยละ 19.5 ผลิตภัณฑ์ที่กิน หรือทำให้ขาว ร้อยละ 13.5 ทานอาหารเสริม/ยาบำรุง ร้อยละ 10.6 โดยปัจจุบันพักอาศัย บ้านพ่อแม่/บ้านพ่อ/บ้านแม่ ร้อยละ 69.2 อาศัยบ้านปู่ย่า/ตายาย ร้อยละ 16.9 อาศัยอยู่หอพัก/ห้องเช่ากับเพื่อน ร้อยละ 11.0 และผู้ตอบ ส่วนใหญ่เพื่อนสนิทผู้ตอบมีลักษณะอารมณ์ดี ร่าเริง สนุกสนาน ร้อยละ 85.4 แต่ติดเกมอย่างมาก นอนดึก ตื่นสายเป็นประจำ ร้อยละ 37.7 และชอบออกกำลังกาย หรือเป็นนักกีฬา ร้อยละ 36.4 โดยผู้ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ในชีวิต คือ พ่อ-แม่ ร้อยละ 56.6 ตนเอง ร้อยละ 35.4 ปู่ย่า-ตายาย ร้อยละ 5.7 นอกจากนี้ยังพบว่า ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้ตอบประเมินสุขภาพร่างกายและจิตใจโดยรวมของตนเอง ว่าอยู่ในระดับดี ร้อยละ 52.8 ระดับปานกลาง ร้อยละ 25.3 และระดับดีมาก ร้อยละ 18.9 ส่วนรายละเอียดข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างแยกตามช่วงวัย แสดงดังตาราง 1

และจากการสอบถามพบว่า ผู้ให้ความสำคัญอันดับที่ 1 ในเรื่อง ครอบครัวอบอุ่น ร้อยละ 45.6 รองลงมา คือ การมีสุขภาพดี/ไม่เจ็บป่วย ร้อยละ 29.9 และเรียนเก่ง ร้อยละ 7.1 โดยแสดงดังตาราง 2

ตาราง 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
1) ชาย	371	37.1
2) หญิง	629	62.9
2. ระดับการศึกษาหรือเทียบเท่า		
1) มัธยมต้น	405	40.5
1) มัธยมปลาย	257	25.7
2) อาชีวศึกษา	140	14.0
3) อุดมศึกษา	198	19.8
3. ผลการเรียนท่านอยู่ในระดับใด		
1) ดีมาก	160	16.0
2) ค่อนข้างดี	453	45.3
3) พอใช้	368	36.8
4) ไม่ค่อยดี	19	1.9

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
4. อายุ		
1) 12 - 13 ปี	241	24.1
2) 14 - 15 ปี	187	18.7
3) 16 - 17 ปี	257	25.7
4) 18 - 19 ปี	315	31.5
5. ท่านเคยใช้สารและสิ่งเสพติดเหล่านี้หรือไม่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
1) เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ทุกชนิด	195	19.5
2) บุหรี่ ทุกชนิด	56	5.6
3) ยาลดความอ้วน	38	3.8
4) อาหารเสริม/ยาบำรุง	106	10.6
5) ผลិតภัณฑ์ที่กิน หรือทำให้ขาว	135	13.5
6) สาร/สิ่งเสพติดอื่นๆ	8	0.8
6. ที่พักอาศัยของท่านในปัจจุบัน คือ		
1) บ้านพ่อแม่/บ้านพ่อ/บ้านแม่	692	69.2
2) บ้านปู่ย่า/ตายาย	169	16.9
3) บ้านญาติ/พี่น้อง	19	1.9
4) หอพัก/ห้องเช่ากับเพื่อน	110	11.0
5) หอพัก/ห้องเช่ากับแฟน	10	1.0
7. เพื่อนสนิทของท่าน มีลักษณะตรงกับข้อใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
1) กินอาหารประเภทแป้งและไขมันสูง น้ำหวาน น้ำอัดลมเป็นประจำ	360	36.0
2) ติดเกมอย่างมาก นอนดึก ตื่นสายเป็นประจำ	377	37.7
3) ชอบออกกำลังกาย หรือเป็นนักกีฬา	364	36.4
4) อารมณ์ดี ร่าเริง สนุกสนาน	854	85.4
5) มีความเครียดสูง	119	11.9
6) มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	101	10.1
7) ชอบดูหนังไปี่ หมกมุ่นในเรื่องเพศ	135	13.5
8) สูบบุหรี่หรือใช้สิ่งเสพติด	65	6.5
9) ดื่มจนมึนเมาแล้วขับ/ขับรถเร็วและประมาท/ขับรถโดยไม่สวมเครื่องป้องกัน	58	5.8
10) มีโลกส่วนตัวสูง ชอบปลีกวิเวก แยกตัว ไม่สูงส่งผู้อื่น	88	8.8
11) ชอบใช้ความรุนแรงหรือรังแกลั่นแก่ผู้อื่น ทั้งทางอารมณ์หรือทางวาจา หรือใช้กำลัง	140	14.0
8. ผู้ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ในชีวิตของท่าน คือ		
1) ตนเอง	354	35.4
2) พ่อ-แม่	566	56.6

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
3) ป่วย-ตาย	57	5.7
4) เพื่อน	13	1.3
5) แฟน	7	0.7
6) อื่นๆ	3	0.3
9. ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านประเมินสุขภาพร่างกายและจิตใจโดยรวมของตนเอง ว่าอยู่ในระดับใด		
1) ดีมาก	189	18.9
2) ดี	528	52.8
3) ปานกลาง	253	25.3
4) ไม่ดี	22	2.2
5) ไม่ดีเลย	8	0.8

ตาราง 2 แสดงร้อยละของสิ่งสำคัญในชีวิตของผู้ตอบแบบสอบถามโดยเรียงลำดับจาก 1-8

สิ่งสำคัญในชีวิต	อันดับ 1	อันดับ 2	อันดับ 3	อันดับ 4	อันดับ 5	อันดับ 6	อันดับ 7	อันดับ 8
1.สุขภาพดี/ไม่เจ็บป่วย	29.9	25.3	15.5	7.1	10.7	3.6	5.2	2.7
2.สมหวังในความรัก	4.5	8.2	8.9	8.5	10.7	14.3	23.3	21.6
3.ครอบครัวอบอุ่น	45.6	22.9	13.2	7.8	5.3	1.8	1.4	2.0
4.เป็นที่รักของผู้อื่น	3.9	11.4	14.3	20.1	15.9	18.8	11.4	4.2
5.มีเงินใช้จ่ายสบายมือ	6.5	10.1	11.1	13.9	18.8	20.4	10.7	8.5
6. เรียนเก่ง	7.1	11.9	16.6	17.6	16.4	14.2	11.2	5.0
7. มีชื่อเสียง	.4	2.0	4.3	3.3	6.2	9.3	26.4	48.1
8. มีหน้าที่การงานดี	3.1	8.5	16.9	21.6	15.3	16.4	9.5	8.7

ตอนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในงานวิจัย คือ แบบสอบถาม โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 สอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทย โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 สอบถามเกี่ยวกับความรู้ทางสุขภาพ โดยแบ่งการวัดออกเป็น 6 องค์ประกอบ ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ “มาก” ถึง “น้อย” ตอนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ “มาก” ถึง “น้อย” ตอนที่ 3 สอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยแบ่งการวัดออกเป็น 5 องค์ประกอบ ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ “ปฏิบัติ 6-7 วันต่อสัปดาห์” ถึง “ปฏิบัติ 1-2 วันต่อสัปดาห์”

สำหรับการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ ครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct

Validity) ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirm Factor Analysis) ผลการตรวจสอบพบว่า ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือทั้งฉบับ ประเมินจากค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ ครอนบัก มีค่าอยู่ระหว่าง 0.86 ถึง 0.93 โดยมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.39 – 0.74 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันเพื่อตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง ของรูปแบบการวัดตัวแปรแฝง ทั้ง 3 รูปแบบ คือ รูปแบบการวัดความรอบรู้ทางสุขภาพ รูปแบบการวัดความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ และรูปแบบการวัดการพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า ทุกรูปแบบมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าดัชนีตรวจสอบความกลมกลืน ภายหลังจากปรับแก้ อยู่ในเกณฑ์ยอมรับได้ทุกรูปแบบการวัด และเมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรทั้งหมด พบว่า มีค่าอยู่ระหว่าง 0.30 ถึง 0.89 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกตัวแปร แสดงว่าทุกรูปแบบการวัดมีความตรงเชิงโครงสร้าง รายละเอียดผลการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแสดงดังตาราง 3

ตาราง 3 ผลการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น ค่าอำนาจจำแนกและน้ำหนักองค์ประกอบของแบบวัด

ชื่อตัวแปร	จำนวนข้อ	ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (α)	ค่าอำนาจจำแนก	น้ำหนักองค์ประกอบ (Factor Loading)
1. ความรอบรู้ด้านสุขภาพ (ค่า α ทั้งฉบับ = 0.93)				
1.1 การเข้าถึงข้อมูลและบริการสุขภาพ	6	0.74	0.39 – 0.56	0.46 – 0.64
1.2 การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ	6	0.72	0.35 – 0.52	0.30 – 0.62
1.3 การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญ	6	0.78	0.45 – 0.59	0.54 – 0.63
1.4 การประเมินเพื่อการตัดสินใจ	6	0.75	0.47 – 0.51	0.54 – 0.63
1.5 การนำข้อมูลและใช้บริการสุขภาพฯ	7	0.81	0.50 – 0.59	0.56 – 0.66
1.6 การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมฯ	7	0.80	0.44 – 0.61	0.53 – 0.70
$\chi^2 = 1706.186$, $df = 637$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 2.678$, $RMSEA = 0.041$, $SRMR = 0.040$, $CFI = 0.910$, $TLI = 0.900$				
2. พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพ (ค่า α ทั้งฉบับ = 0.86)				
2.1 พฤติกรรม 3 อ.	3	0.63	0.42 – 0.47	0.37 – 0.89
2.2 พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ	3	0.72	0.45 – 0.62	0.57 – 0.78
2.3 พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติด	3	0.84	0.69 – 0.74	0.79 – 0.83
2.4 พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บฯ	3	0.73	0.55 – 0.56	0.65 – 0.73
2.5 พฤติกรรมทางสังคม	3	0.76	0.58 – 0.61	0.70 – 0.75
$\chi^2 = 383.146$, $df = 81$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 4.73$, $RMSEA = 0.061$, $SRMR = 0.050$, $CFI = 0.942$, $TLI = 0.925$				
3. ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ (ค่า α ทั้งฉบับ = 0.90)				
3.1 ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมฯ	13	0.90	0.49 – 0.69	0.51 – 0.72
$\chi^2 = 232.002$, $df = 63$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 3.683$, $RMSEA = 0.052$, $SRMR = 0.029$, $CFI = 0.966$, $TLI = 0.958$				

ตอนที่ 3 ระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย ระดับความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นและระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตอนที่ 3 เป็นการนำเสนอระดับของความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย ระดับความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นและระดับพฤติกรรมลด

ความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยนำคะแนนรวมเฉลี่ยที่ได้มาจัดระดับตามแนวคิดของ บลูม (Bloom. 1976) โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ระดับไม่ดีพอ ระดับพอใช้ได้ และระดับดีมาก โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ระดับความรู้ด้านสุขภาพของคนไทย

1) ความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทยโดยรวม (องค์ประกอบที่1-6) พบว่า ส่วนใหญ่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ อยู่ในระดับพอใช้ได้ (91.2 – 121.59 คะแนน หรือ $\geq 60 - < 80$ % ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 66.7 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 121.6 คะแนนหรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 24.0 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 91.2 คะแนน หรือ $< 60\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 9.3 ตามลำดับ

2) องค์ประกอบที่ 1 : การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า ระดับความรู้ด้านสุขภาพ องค์ประกอบที่ 1 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ (14.4 – 19.19 คะแนน หรือ $\geq 60\% - < 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 58.9 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 19.2 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 22.4 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 14.4 คะแนน หรือ < 60 % ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 18.7 ตามลำดับ

3) องค์ประกอบที่ 2 : การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า ระดับความรู้ด้านสุขภาพ องค์ประกอบที่ 2 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ (14.4 – 19.19 คะแนน หรือ $\geq 60\% - < 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 64.0 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 19.2 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 24.4 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 14.4 คะแนน หรือ < 60 % ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 11.6 ตามลำดับ

4) องค์ประกอบที่ 3 : การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ พบว่า ระดับความรู้ด้านสุขภาพ องค์ประกอบที่ 3 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ (14.4 – 19.19 คะแนน หรือ $\geq 60\% - < 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 55.7 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 19.2 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 27.6 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 14.4 คะแนน หรือ < 60 % ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 16.7 ตามลำดับ

5) องค์ประกอบที่ 4 : การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า ระดับความรู้ด้านสุขภาพ องค์ประกอบที่ 4 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ (14.4 – 19.19 คะแนน หรือ $\geq 60\% - < 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 57.0 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 19.2 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 29.9 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 14.4 คะแนน หรือ < 60 % ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 13.1 ตามลำดับ

6) องค์ประกอบที่ 5 : การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า ระดับความรู้ด้านสุขภาพ องค์ประกอบที่ 4 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ (16.8 – 22.19 คะแนน หรือ $\geq 60\% - < 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 54.8 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 22.2 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 34.0 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 16.8 คะแนน หรือ < 60 % ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 11.2 ตามลำดับ

7) องค์ประกอบที่ 6 : การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น พบว่า ระดับความรู้ด้านสุขภาพ องค์ประกอบที่ 4 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ (16.8 – 22.19 คะแนน หรือ $\geq 60\% - < 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 60.2 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 22.2 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของ

คะแนนเต็ม) ร้อยละ 21.7 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 16.8 คะแนน หรือ <60 % ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 18.1 ตามลำดับ

โดยรายละเอียดระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย แสดงดังตาราง 4

ตาราง 4 ระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย

องค์ประกอบ	ช่วงคะแนน	ระดับ	แปลผล	รวม	
				จำนวน	ร้อยละ
1. การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (6 ข้อๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 24 คะแนน)	น้อยกว่า 14.4 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	187	18.7
	14.4 – 19.19 คะแนน หรือ ≥ 60% - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	589	58.9
	ตั้งแต่ 19.2 คะแนน หรือ ≥ 80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับการเข้าถึงข้อมูลและบริการที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืน	224	22.4
2. การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (6 ข้อๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 24 คะแนน)	น้อยกว่า 14.4 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	116	11.6
	14.4 – 19.19 คะแนน หรือ ≥ 60% - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	640	64.0
	ตั้งแต่ 19.2 คะแนน หรือ ≥ 80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับการเข้าใจข้อมูลและบริการที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืน	244	24.4
3. การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ (6 ข้อๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 24 คะแนน)	น้อยกว่า 14.4 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับการสื่อสารสุขภาพ ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	167	16.7
	14.4 – 19.19 คะแนน หรือ ≥ 60% - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับการสื่อสารสุขภาพที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	557	55.7
	ตั้งแต่ 19.2 คะแนน หรือ ≥ 80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับการสื่อสารสุขภาพที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืน	276	27.6
4. การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (6 ข้อๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 24 คะแนน)	น้อยกว่า 14.4 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับการประเมินเพื่อการตัดสินใจไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	131	13.1
	14.4 – 19.19 คะแนน หรือ ≥ 60% - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับการประเมินเพื่อการตัดสินใจที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	570	57.0
	ตั้งแต่ 19.2 คะแนน หรือ ≥ 80% ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับการประเมินเพื่อการตัดสินใจที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืน	299	29.9
5. การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรม	น้อยกว่า 16.8 คะแนน หรือ <60 % ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับการนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ไม่เพียงพอต่อ	112	11.2

องค์ประกอบ	ช่วงคะแนน	ระดับ	แปลผล	รวม	
				จำนวน	ร้อยละ
เสียงทางสุขภาพของวัยรุ่น (7 ข้อ ๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 28 คะแนน)			การปฏิบัติตนได้ถูกต้อง		
	16.8 – 22.19 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับการนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	548	54.8
	ตั้งแต่ 22.2 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับการนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืน	340	34.0
6.การสร้างสรรคข้อมูลและ กิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น (7 ข้อ ๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 28 คะแนน)	น้อยกว่า 16.8 คะแนน หรือ <60 % ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับการสร้างสรรคข้อมูลและกิจกรรมที่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	181	18.1
	16.8 – 22.19 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับการสร้างสรรคข้อมูลและกิจกรรมที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	602	60.2
	ตั้งแต่ 22.2 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับการสร้างสรรคข้อมูลและกิจกรรมที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืน	217	21.7
ความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพ ในภาพรวม (38 ข้อ ๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 152 คะแนน)	น้อยกว่า 91.2 คะแนน หรือ <60 % ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับความรู้ด้านสุขภาพไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	93	9.3
	91.2 – 121.59 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับความรู้ด้านสุขภาพที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	667	66.7
	ตั้งแต่ 121.6 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับความรู้ด้านสุขภาพที่เพียงพอและอาจมีการปฏิบัติตน ได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ	240	24.0

2. ระดับความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสียงทางสุขภาพของวัยรุ่น

ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสียงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า ส่วนใหญ่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ อยู่ในระดับ ดีมาก (ตั้งแต่ 41.6 คะแนนหรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 50.6 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ (31.2– 41.59 คะแนน หรือ $\geq 60 - <80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 40.0 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 31.2 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 9.4 ตามลำดับ รายละเอียดแสดงดังตาราง 5 ตาราง 5 ระดับคะแนนความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสียงทางสุขภาพของวัยรุ่น

ตัวแปร	คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล	รวม	
				จำนวน	ร้อยละ
ความตระหนักรู้ต่อการลด พฤติกรรมเสียงทางสุขภาพ ของวัยรุ่น (13 ข้อ ๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 52 คะแนน)	ถ้าได้ น้อยกว่า 31.2 คะแนน หรือ < 60 % ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสียงไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	94	9.4
	ถ้าได้ 31.2– 41.59 คะแนน หรือ $\geq 60 - <80\%$ ของ	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสียงที่เพียงพอและ	400	40.0

ตัวแปร	คะแนนรวมที่ได้	ระดับ	แปลผล	รวม	
				จำนวน	ร้อยละ
	คะแนนเต็ม		อาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง		
	ถ้าได้ตั้งแต่ 41.6 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตน ได้ถูกต้องและยังยืนจนเชี่ยวชาญ	506	50.6

3. ระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

1) พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นโดยรวม (องค์ประกอบที่ 1-5) พบว่า ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น อยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 48 คะแนนหรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 46.1 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ (36 – 47.99 คะแนน หรือ $\geq 60 - <80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 42.9 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 36 คะแนน หรือ $<60\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 11.0 ตามลำดับ

2) องค์ประกอบที่ 1 : พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) พบว่า ระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น องค์ประกอบที่ 1 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ (7.2 – 9.59 คะแนน หรือ $\geq 60\% - <80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 37.1 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 9.6 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 32.3 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ $<60\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 30.6 ตามลำดับ

3) องค์ประกอบที่ 2 : พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ พบว่า ระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น องค์ประกอบที่ 2 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 9.6 คะแนนหรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 47.6 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ (7.2 – 9.59คะแนน หรือ $\geq 60 - <80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 26.6 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ $<60\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 25.8 ตามลำดับ

4) องค์ประกอบที่ 3 : พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย พบว่า ระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น องค์ประกอบที่ 3 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 9.6 คะแนนหรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 57.0 รองลงมาอยู่ในระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ $<60\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 22.5 และระดับพอใช้ได้ (7.2 – 9.59คะแนน หรือ $\geq 60 - <80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 20.5 ตามลำดับ

5) องค์ประกอบที่ 4 : พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร พบว่า ระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น องค์ประกอบที่ 4 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 9.6 คะแนนหรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 52.3 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ (7.2 – 9.59 คะแนน หรือ $\geq 60 - <80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 31.4 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ $<60\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 16.3 ตามลำดับ

6) องค์ประกอบที่ 5 : พฤติกรรมทางสังคม พบว่า ระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น องค์ประกอบที่ 5 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก (ตั้งแต่ 9.6 คะแนนหรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 47.8 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ (7.2 – 9.59 คะแนน หรือ $\geq 60 - <80\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 31.6 และระดับไม่ดีพอ (น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ $<60\%$ ของคะแนนเต็ม) ร้อยละ 20.6 ตามลำดับ

โดยรายละเอียดระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น แสดงดังตาราง 6

ตาราง 6 พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

องค์ประกอบ	ช่วงคะแนน	ระดับ	แปลผล	รวม	
				จำนวน	ร้อยละ
1. พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) (3 ข้อ ข้อละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 12 คะแนน)	น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรม 3 อ. ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	306	30.6
	7.2 – 9.59 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรม 3 อ. ที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	371	37.1
	ตั้งแต่ 9.6 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรม 3 อ. ที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ	323	32.3
2. พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ (3 ข้อ ข้อละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 12 คะแนน)	น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	258	25.8
	7.2 – 9.59 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	266	26.6
	ตั้งแต่ 9.6 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ	476	47.6
3. พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย (3 ข้อ ข้อละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 12 คะแนน)	น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกายไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	225	22.5
	7.2 – 9.59 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกายที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	205	20.5
	ตั้งแต่ 9.6 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกายที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ	570	57.0
4. พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร (3 ข้อ ข้อละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 12 คะแนน)	น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจรไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	163	16.3
	7.2 – 9.59 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจรที่เพียงพอและอาจมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	314	31.4
	ตั้งแต่ 9.6 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับระดับพฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจรที่เพียงพอและอาจมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยั่งยืนจนเชี่ยวชาญ	523	52.3

องค์ประกอบ	ช่วงคะแนน	ระดับ	แปลผล	รวม	
				จำนวน	ร้อยละ
5.พฤติกรรมทางสังคม (3 ข้อ ข้อละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 12 คะแนน)	น้อยกว่า 7.2 คะแนน หรือ <60% ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมทางสังคมไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	206	20.6
	7.2 – 9.59 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมทางสังคมที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	316	31.6
	ตั้งแต่ 9.6 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับระดับพฤติกรรมทางสังคมที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยังยืนจนเชี่ยวชาญ	478	47.8
พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นในภาพรวม (15 ข้อ ๆ ละ 4 คะแนน คะแนนเต็ม 60 คะแนน)	น้อยกว่า 36 คะแนน หรือ <60 % ของคะแนนเต็ม	ไม่ดีพอ	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นในภาพรวม ไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติตนได้ถูกต้อง	110	11.0
	36 – 47.99 คะแนน หรือ $\geq 60\%$ - < 80% ของคะแนนเต็ม	พอใช้ได้	- เป็นผู้ที่มีระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นในภาพรวม ที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องบ้าง	429	42.9
	ตั้งแต่ 48 คะแนน หรือ $\geq 80\%$ ของคะแนนเต็ม	ดีมาก	- เป็นผู้ที่มีระดับระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นในภาพรวมที่เพียงพอและอาจจะมีการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและยังยืนจนเชี่ยวชาญ	461	46.1

ตอนที่ 4 : การวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมุติฐานการวิจัย

4.1) การทดสอบแบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทย

การวิจัยครั้งนี้ ได้ทำการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นสำหรับการวิเคราะห์แบบจำลองโดยการตรวจสอบความสัมพันธ์เชิงเส้น โดยใช้การตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสองตัวแปร (Bivariate relationship) ด้วยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ความสัมพันธ์ของตัวแปร ที่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 คู่ที่มีความสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น และการนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน เท่ากับ 0.71 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนคู่ความสัมพันธ์ของตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด คือความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น และพฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน เท่ากับ 0.13 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เมื่อพิจารณาถึงความเหมาะสมของข้อมูลที่น่าไปใช้ในการวิเคราะห์สมการโครงสร้าง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ไม่ควรมีค่าสูงกว่า 0.85 ซึ่งจะทำให้เกิดปัญหาภาวะร่วมเส้นตรง (Multicollinearity) (Kline. 2005) โดยผลจากการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ของการวิจัยครั้งนี้ พบว่าค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทุกค่า มีค่าไม่สูงกว่า 0.85 ดังนั้นตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้จึงมีความเหมาะสมที่จะนำมาวิเคราะห์สมการโครงสร้างต่อไป รายละเอียดแสดงตามตาราง 7

ตาราง 7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปร	acc	und	com	dis	dat	cri	rea	three	sex	drug	sav	sec
acc	1											
und	.502*	1										
com	.550*	.538*	1									
dis	.465*	.516*	.578*	1								
dat	.470*	.483*	.547*	.705*	1							
cri	.473*	.474*	.544*	.611*	.653*	1						
rea	.238*	.314*	.263*	.318*	.336*	.264*	1					
three	.312*	.253*	.378*	.366*	.328*	.415*	.133*	1				
sex	.148*	.164*	.191*	.235*	.176*	.197*	.242*	.264*	1			
drug	.146*	.235*	.177*	.244*	.217*	.165*	.318*	.143*	.586*	1		
sav	.206*	.234*	.231*	.246*	.229*	.174*	.398*	.193*	.401*	.499*	1	
sec	.207*	.214*	.244*	.283*	.274*	.224*	.358*	.224*	.387*	.464*	.625*	1

* มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบของ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ

acc : การเข้าถึงข้อมูลและบริการ

und : การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพ

com : การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ

Dis : การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยง

dat : การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยง

Cri : การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น

องค์ประกอบของ ความตระหนักรู้ต่อการลด

Cri : ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

องค์ประกอบของ พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพ

three : พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์)

sex : พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ

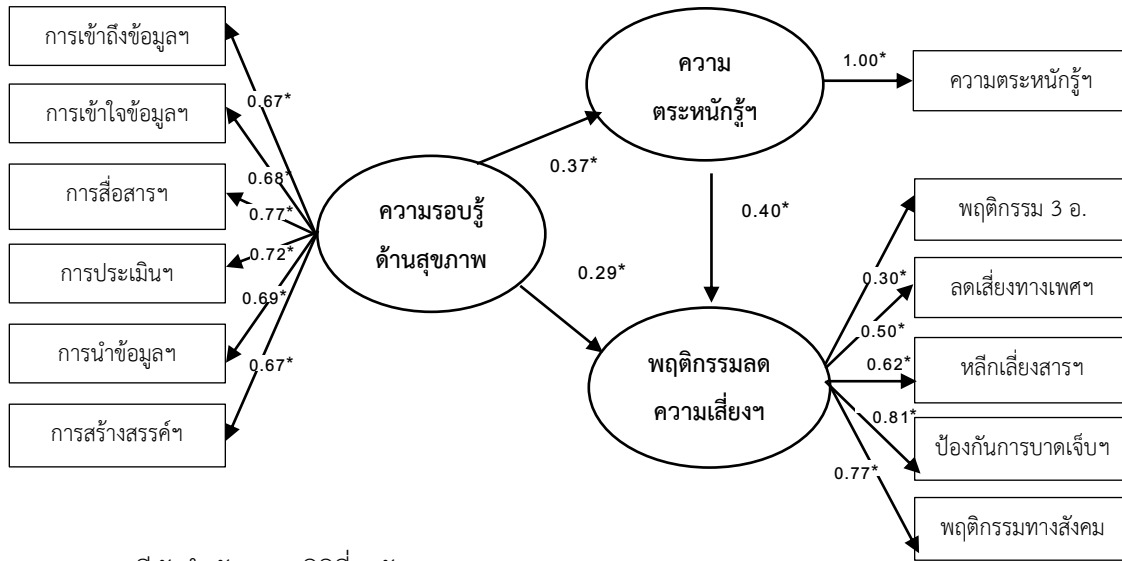
ของวัยรุ่น

drug : พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย

sav : พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจรข่าวสาร

sec : พฤติกรรมทางสังคม

หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์รูปแบบความสัมพันธ์ตามกรอบแนวคิดที่พัฒนาขึ้น ผลการประมาณค่าความสัมพันธ์ตามสมมติฐานหลัก พบว่า รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่พัฒนาขึ้นมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าดัชนีความกลมกลืน ได้แก่ $\chi^2 = 120.142$, $df = 42$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 6.297$, $RMSEA = 0.043$, $SRMR = 0.041$, $CFI = 0.984$, $TLI = 0.974$ ถึงแม้ว่าค่า ไค-สแควร์ จะมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่ผ่านตามเกณฑ์ที่กำหนด อาจเนื่องมาจาก 1) ความซับซ้อนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่มีเส้นอิทธิพลหรือค่าพารามิเตอร์จำนวนมาก 2) ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ และ 3) ค่าไค-สแควร์ เป็นค่าที่มีความไวต่อการละเมิดข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับการแจกแจงแบบปกติหลายตัวแปร (Multivariate Normality) (Kline, 2005) ดังนั้น จึงพิจารณาดัชนีความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุจากค่าอื่น พบว่าอยู่ในเกณฑ์ยอมรับได้ทุกค่า ทั้งนี้ ผลการประมาณค่าความสัมพันธ์ ได้แก่ ค่าอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวม แสดงรายละเอียดตามภาพประกอบ 1 และ ตาราง 8 ดังนี้



หมายเหตุ : * = มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ภาพประกอบ 1 แบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทย

ตาราง 8 ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล (β) ของตัวแปรสาเหตุไปยังตัวแปรผลภายในรูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทย

ตัวแปร	ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงฯ ($r^2 = 0.16$)			พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพ ($r^2 = 0.30$)		
	DE	IE	TE	DE	IE	TE
ความตระหนักรู้	-	-	-	0.37*	-	0.37*
ความรอบรู้ด้านสุขภาพ	0.40*	-	0.40*	0.29*	0.15*	0.44*

$\chi^2 = 120.142$, $df = 42$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 6.297$, $RMSEA = 0.043$, $SRMR = 0.041$, $CFI = 0.984$, $TLI = 0.974$

DE หมายถึง อิทธิพลทางตรง (Direct effect) IE หมายถึง อิทธิพลทางอ้อม (Indirect effect) TE หมายถึง อิทธิพลโดยรวม (Total effect) * หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตาราง 8 และภาพประกอบ 1 พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น มากที่สุดคือ ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.37 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 รองลงมา คือ ความรอบรู้ทางสุขภาพ มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.29 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาอิทธิพลทางอ้อมของตัวแปรที่มีต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า ตัวแปรความรอบรู้ทางสุขภาพมีอิทธิพลทางอ้อมโดยผ่านความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.15

รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทยตามสมมติฐานหลัก มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ($\chi^2 = 120.142$, $df = 42$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 6.297$, $RMSEA = 0.043$, $SRMR = 0.041$, $CFI = 0.984$, $TLI = 0.974$) ผลการวิเคราะห์ที่ดังกล่าวจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 1 ของการวิจัย คือ “แบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทยมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์” โดยมีผลการทดสอบสมมติฐานย่อย ดังนี้

1.1 สมมติฐานย่อยข้อที่ 1.1 “คือ ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ และความรู้ทางสุขภาพ มีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น” ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ตัวแปรทั้งสองตัวแปร มีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.37, และ 0.29 ตามลำดับ ผลการวิจัยจึงยอมรับสมมติฐานย่อยข้อที่ 1.1

1.2 สมมติฐานย่อยข้อที่ 1.2 “ความรู้ทางสุขภาพมีอิทธิพลทางตรงต่อความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ” ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ตัวแปรความรู้ทางสุขภาพมีอิทธิพลทางตรงต่อความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.40 ผลการวิจัยจึงยอมรับสมมติฐานย่อยข้อที่ 1.2

1.3 สมมติฐานย่อยข้อที่ 1.3 “ความรู้ทางสุขภาพ มีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยผ่านความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ” ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่าตัวแปรความรู้ทางสุขภาพ อิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยผ่านความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.15 ผลการวิจัยจึงยอมรับสมมติฐานย่อยข้อที่ 1.3

4.2 ผลวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างความรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทยและพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น จำแนกตามเพศและระดับการศึกษา

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทยโดยรวม จำแนกตามเพศ พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีเพศต่างกัน จะมีความรู้ด้านสุขภาพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($t = 2.29$, $p = 0.01$) โดยเพศชายจะมีความรู้ด้านสุขภาพสูงกว่าเพศหญิง แต่เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบพบว่า วัยรุ่นไทยที่มีเพศต่างกัน จะมีความรู้ด้านสุขภาพในองค์ประกอบการประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น ($t = 2.61$, $p = 0.01$) และการสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น ($t = 3.52$, $p = 0.00$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงดังตาราง 9

ตาราง 9 การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย โดยรวมและรายองค์ประกอบ จำแนกตามเพศ

องค์ประกอบที่ 1: การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	17.15	3.07	0.32	0.75
หญิง	17.08	3.17		
องค์ประกอบที่ 2: การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	17.91	2.86	1.25	0.21
หญิง	17.66	3.32		
องค์ประกอบที่ 3: การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	17.69	3.17	1.16	0.25
หญิง	17.44	3.22		
องค์ประกอบที่ 4: การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	18.11	2.89	2.61	0.01*
หญิง	17.59	3.15		
องค์ประกอบที่ 5: การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	21.10	3.71	1.67	0.10
หญิง	20.70	3.57		
องค์ประกอบที่ 6: การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	20.27	3.58	3.52	0.00*
หญิง	19.42	3.81		
ความรอบรู้ด้านสุขภาพคนไทย โดยรวม				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	112.24	15.08	2.29	0.02*
หญิง	109.89	15.97		

* มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทยโดยรวม จำแนกระดับการศึกษา พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($F= 17.25, p=0.00$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษาต่างกัน จะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในทุกองค์ประกอบ โดยในองค์ประกอบที่ 1 มีค่า $F= 11.17, p=0.00$ องค์ประกอบที่ 2 มีค่า $F= 5.42, p=0.00$ องค์ประกอบที่ 3 มีค่า $F= 6.03, p=0.00$ องค์ประกอบที่ 4 มีค่า $F= 14.75, p=0.00$ องค์ประกอบที่ 5 มีค่า $F= 14.67, p=0.00$ องค์ประกอบที่ 6 มีค่า $F= 15.14, p=0.00$ (รายละเอียดแสดงตามตาราง 10) เมื่อพบความแตกต่างของคะแนนความรอบรู้ด้านสุขภาพ ดังกล่าว จึงได้แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยรายคู่ทั้งโดยรวม และรายองค์ประกอบ ซึ่งรายละเอียดแสดงในตาราง 11

ตาราง 10 การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย โดยรวมและรายองค์ประกอบ จำแนกตามระดับการศึกษา

องค์ประกอบที่ 1: การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	214.56	2.00	107.28	11.17	0.00*
	ภายในกลุ่ม	9579.78	997.00	9.61		
	รวม	9794.34	999.00			
องค์ประกอบที่ 2: การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	107.14	2.00	53.57	5.42	0.01*
	ภายในกลุ่ม	9854.82	997.00	9.88		
	รวม	9961.95	999.00			
องค์ประกอบที่ 3: การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	122.57	2.00	61.28	6.03	0.00*
	ภายในกลุ่ม	10132.21	997.00	10.16		
	รวม	10254.78	999.00			
องค์ประกอบที่ 4: การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของ						
ตัวแปร	แหล่งความ	SS	df	MS	F	p-value

แปรปรวน						
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	269.88	2.00	134.94	14.75	0.00*
	ภายในกลุ่ม	9120.28	997.00	9.15		
	รวม	9390.16	999.00			
องค์ประกอบที่ 5: การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	374.80	2.00	187.40	14.67	0.00*
	ภายในกลุ่ม	12740.59	997.00	12.78		
	รวม	13115.39	999.00			
องค์ประกอบที่ 6: การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	412.63	2.00	206.32	15.14	0.00*
	ภายในกลุ่ม	13590.15	997.00	13.63		
	รวม	14002.78	999.00			
ความรอบรู้ด้านสุขภาพ โดยรวม						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	8216.26	2.00	4108.13	17.25	0.00*
	ภายในกลุ่ม	237392.45	997.00	238.11		
	รวม	245608.71	999.00			

* มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรอบรู้ด้านสุขภาพวัยรุ่นไทยในภาพรวม จำแนกตามระดับการศึกษา เป็นรายคู่ พบว่า วัยรุ่นไทยมีคะแนนเฉลี่ยของความรอบรู้ด้านสุขภาพแตกต่างกันเกือบทุกคู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยวัยรุ่นไทยที่มีการศึกษาระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษาจะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพมากที่สุด และเมื่อพิจารณาแยกรายองค์ประกอบของความรอบรู้ด้านสุขภาพ ได้แก่

องค์ประกอบที่ 1 พบว่า วิทยาลัยไทยที่มีการศึกษาระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา มีค่าคะแนนเฉลี่ยของการเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น สูงกว่าวิทยาลัยไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบที่ 2 พบว่า วิทยาลัยไทยที่มีการศึกษาระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา มีค่าคะแนนเฉลี่ยของการเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น สูงกว่าวิทยาลัยไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมปลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบที่ 3 พบว่า วิทยาลัยไทยที่มีการศึกษาระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา มีค่าคะแนนเฉลี่ยของการสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ สูงกว่าวิทยาลัยไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมปลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบที่ 4 พบว่า วิทยาลัยไทยที่มีการศึกษาระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา มีค่าคะแนนเฉลี่ยของการประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น สูงกว่าวิทยาลัยไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมปลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบที่ 5 พบว่า วิทยาลัยไทยที่มีการศึกษาระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา มีค่าคะแนนเฉลี่ยของการนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น สูงกว่าวิทยาลัยไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมปลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบที่ 6 พบว่า วิทยาลัยไทยที่มีการศึกษาระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา มีค่าคะแนนเฉลี่ยของการสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น สูงกว่าวิทยาลัยไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมปลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

โดย รายละเอียดแสดงดังตาราง 11

ตาราง 11 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรอบรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย จำแนกตามระดับการศึกษา เป็นรายคู่

องค์ประกอบที่ 1: การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น				
ระดับการศึกษา	Mean, SD จากมากไปน้อย	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
		(16.62, 3.35)	(17.09, 3.11)	(17.70, 2.76)
มัธยมต้น	(16.62, 3.35)	-		
มัธยมปลาย	(17.09, 3.11)	-0.47	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(17.70, 2.76)	-1.08*	-0.61	-
องค์ประกอบที่ 2: การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น				
ระดับการศึกษา	Mean, SD จากมากไปน้อย	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
		(17.25, 0.11)	(18.98, 0.11)	(17.45, 0.11)
มัธยมต้น	(17.49, 2.98)	-		

มัธยมปลาย	(17.57, 2.91)	-0.08	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(18.21, 3.49)	-0.72*	-0.64*	-
องค์ประกอบที่ 3: การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ				
ระดับการศึกษา	Mean, SD	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
	จากมากไปน้อย	(17.24, 3.27)	(17.36, 3.32)	(18.02, 2.97)
มัธยมต้น	(17.24, 3.27)	-		
มัธยมปลาย	(17.36, 3.32)	-0.12	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(18.02, 2.97)	-0.78*	-0.66*	-
องค์ประกอบที่ 4: การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น				
ระดับการศึกษา	Mean, SD	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
	จากมากไปน้อย	(17.22, 3.21)	(17.79, 3.07)	(18.43, 2.74)
มัธยมต้น	(17.22, 3.21)	-		
มัธยมปลาย	(17.79, 3.07)	-0.56	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(18.43, 2.74)	-1.21*	-0.65*	-
องค์ประกอบที่ 5: การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น				
ระดับการศึกษา	Mean, SD	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
	จากมากไปน้อย	(20.28, 3.72)	(20.66, 3.76)	(21.68, 3.22)
มัธยมต้น	(20.28, 3.72)	-		
มัธยมปลาย	(20.66, 3.76)	-0.38	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(21.68, 3.22)	-1.40*	-1.02*	-
องค์ประกอบที่ 6: การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น				
ระดับการศึกษา	Mean, SD	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
	จากมากไปน้อย	(19.03, 3.93)	(19.23, 3.73)	(20.63, 3.35)
มัธยมต้น	(19.03, 3.93)	-		
มัธยมปลาย	(19.23, 3.73)	0.07	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(20.63, 3.35)	-1.33*	-1.40*	-
ความรอบรู้ด้านสุขภาพคนไทย โดยรวม				
ระดับการศึกษา	Mean, SD	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
	จากมากไปน้อย	(108.17, 16.60)	(109.71, 15.61)	(114.69, 13.75)
มัธยมต้น	(108.17, 16.60)	-		
มัธยมปลาย	(109.71, 15.61)	-1.54*	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(114.69, 13.75)	-6.52*	-4.98*	-

* มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

จากผลการศึกษา สรุปว่า วิทยาลัยไทยที่มีเพศต่างกัน จะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพแตกต่างกันในภาพรวม แต่ในรายองค์ประกอบพบความแตกต่างเฉพาะองค์ประกอบการประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น และการสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น และยังพบอีกว่า วิทยาลัยไทยที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพแตกต่างกันทั้งในภาพรวมและในทุกองค์ประกอบ ดังนั้น จากสมมติฐาน “วิทยาลัยไทยที่มีเพศ และระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีความรู้ด้านสุขภาพแตกต่างกันในภาพรวมและรายองค์ประกอบ” จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัยข้อ 2 บางส่วน

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นโดยรวม จำแนกเพศ พบว่า วิทยาลัยไทยที่มีเพศต่างกัน จะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($t = 0.01, p = 0.99$) แต่เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบพบว่า วิทยาลัยไทยที่มีเพศต่างกัน จะมีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพในองค์ประกอบ พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) ($t = 3.91, p = 0.00$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยเพศชายมีพฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) สูงกว่าเพศหญิง โดยแสดงดังตาราง 12

ตาราง 12 การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยรวม และรายองค์ประกอบ จำแนกตามเพศ

องค์ประกอบที่ 1: พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์)				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	8.85	2.23	3.91	0.00*
หญิง	8.31	2.07		
องค์ประกอบที่ 2: พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	8.95	2.42	0.28	0.78
หญิง	8.90	2.71		
องค์ประกอบที่ 3: พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	9.32	2.38	-0.69	0.49
หญิง	9.44	2.73		
องค์ประกอบที่ 4: พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	9.38	2.11	-1.42	0.15
หญิง	9.58	2.18		

องค์ประกอบที่ 5: พฤติกรรมทางสังคม				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	9.15	2.03	-1.95	0.05
หญิง	9.42	2.17		
พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยรวม				
เพศ	\bar{X}	SD	t	P-value
ชาย	45.66	8.17	0.01	0.99
หญิง	45.65	8.39		

* มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นโดยรวม จำแนกระดับการศึกษา พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($F= 5.32, p=0.01$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษาต่างกัน จะมีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เฉพาะในองค์ประกอบที่ 2 มีค่า $F= 3.63, p=0.03$ องค์ประกอบที่ 3 มีค่า $F= 7.68, p=0.00$ องค์ประกอบที่ 4 มีค่า $F= 7.47, p=0.00$ องค์ประกอบที่ 5 มีค่า $F= 8.07, p=0.00$ (รายละเอียดแสดงตามตาราง 13) เมื่อพบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพดังกล่าว จึงได้แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยรายคู่ ทั้งโดยรวม และรายองค์ประกอบ ซึ่งรายละเอียดแสดงในตาราง 14

ตาราง 13 การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยรวม และรายองค์ประกอบ จำแนกตามระดับการศึกษา

องค์ประกอบที่ 1: พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์)						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	5.63	2.00	2.81	0.61	0.54
	ภายในกลุ่ม	4598.29	997.00	4.61		
	รวม	4603.92	999.00			
องค์ประกอบที่ 2: พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	49.21	2.00	24.60	3.63	0.03*
	ภายในกลุ่ม	6759.23	997.00	6.78		

	รวม	6808.44	999.00			
องค์ประกอบที่ 3: พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	102.82	2.00	51.41	7.68	0.00*
	ภายในกลุ่ม	6673.18	997.00	6.69		
	รวม	6776.00	999.00			
องค์ประกอบที่ 4: พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	68.59	2.00	34.30	7.47	0.00*
	ภายในกลุ่ม	4579.26	997.00	4.59		
	รวม	4647.86	999.00			
องค์ประกอบที่ 5: พฤติกรรมทางสังคม						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	71.56	2.00	35.78	8.07	0.00*
	ภายในกลุ่ม	4420.40	997.00	4.43		
	รวม	4491.96	999.00			
พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยรวม						
ตัวแปร	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระดับการศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	726.78	2.00	363.39	5.32	0.01*
	ภายในกลุ่ม	68159.30	997.00	68.36		
	รวม	68886.08	999.00			

* มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นในภาพรวม จำแนกตามระดับการศึกษา เป็นรายคู่ พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย มีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพ สูงกว่าวัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมต้นและระดับอาชีวศึกษา, อุดมศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อพิจารณาแยกรายองค์ประกอบของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพที่พบความแตกต่างในข้างต้น ได้แก่

องค์ประกอบที่ 2 พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย มีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมหลักเลียงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย สูงกว่าวัยรุ่นไทยที่มีระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบที่ 3 พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย มีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมหลักเลียงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย สูงกว่าวัยรุ่นไทยที่มีระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบที่ 4 พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย มีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจรสูงกว่าวัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมต้นและระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบที่ 5 พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย มีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมต้น และวัยรุ่นไทยที่มีระดับอาชีวศึกษา,อุดมศึกษามีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมทางสังคมสูงกว่าวัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษามัธยมต้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

โดย รายละเอียดแสดงดังตาราง 14

ตาราง 14 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น จำแนกตามระดับการศึกษา เป็นรายคู่

องค์ประกอบที่ 2: พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ				
ระดับการศึกษา	Mean, SD จากมากไปน้อย	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
		(8.98, 2.58)	(9.19, 2.64)	(8.63, 2.59)
มัธยมต้น	(8.98, 2.58)	-		
มัธยมปลาย	(9.19, 2.64)	-0.21	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(8.63, 2.59)	0.35	0.56*	-
องค์ประกอบที่ 3: พฤติกรรมหลักเลียงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย				
ระดับการศึกษา	Mean, SD จากมากไปน้อย	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
		(9.41, 2.59)	(9.87, 2.60)	(9.03, 2.58)
มัธยมต้น	(9.41, 2.59)	-		
มัธยมปลาย	(9.87, 2.60)	-0.46	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(9.03, 2.58)	0.37	0.84*	-
องค์ประกอบที่ 4: พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร				
ระดับการศึกษา	Mean, SD จากมากไปน้อย	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
		(9.31, 2.21)	(9.94, 2.24)	(9.42, 1.96)
มัธยมต้น	(9.31, 2.21)	-		

มัธยมปลาย	(9.94, 2.24)	-0.64*	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(9.42, 1.96)	-0.11	0.53*	-
องค์ประกอบที่ 5: พฤติกรรมทางสังคม				
ระดับการศึกษา	Mean, SD จากมากไปน้อย	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
		(9.02, 2.15)	(9.67, 2.17)	(9.41, 2.00)
มัธยมต้น	(9.02, 2.15)	-		
มัธยมปลาย	(9.67, 2.17)	-0.65*	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(9.41, 2.00)	-0.39*	0.26	-
พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยรวม				
ระดับการศึกษา	Mean, SD จากมากไปน้อย	มัธยมต้น	มัธยมปลาย	อาชีว,อุดมศึกษา
		(45.20, 8.47)	(47.11, 8.62)	(45.11, 7.73)
มัธยมต้น	(45.20, 8.47)	-		
มัธยมปลาย	(47.11, 8.62)	-1.91*	-	
อาชีว,อุดมศึกษา	(45.11, 7.73)	0.09	2.00*	-

* มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

จากผลการศึกษา สรุปว่า วัยรุ่นไทยที่มีเพศต่างกัน จะมีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพไม่แตกต่างกันในภาพรวม แต่ในรายองค์ประกอบพบความแตกต่างเฉพาะองค์ประกอบพฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) และยังพบอีกว่า วัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพในภาพรวมและในเกือบทุกองค์ประกอบ ยกเว้นองค์ประกอบพฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) ดังนั้นจากสมมติฐาน “วัยรุ่นไทยที่มีเพศ และระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพแตกต่างกันในภาพรวมและรายองค์ประกอบ” จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัยข้อ 3 บางส่วน

ผลการทดสอบค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ทำการ ตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ ครอนบาค (α = Cronbach's Alpha Coefficient) โดยแบบสอบถามควรมีค่าความเชื่อมั่นโดยรวมทั้งฉบับไม่ต่ำกว่า 0.70 และทำการหาค่าอำนาจจำแนกโดยการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมที่ปรับแก้ (Corrected Item-Total Correlation) โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าดังกล่าวเป็นบวกและมีค่าตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป และตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirm Factor Analysis) และคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor Loading) ตั้งแต่ 0.30 ขึ้นไป (สุวิมล ติรกันันท์. 2550, Hair: et.al. 2010) ผลการตรวจสอบพบว่า มีข้อคำถามที่ผ่านคุณภาพการคัดเลือกจำนวน 76 ข้อคำถาม จากเดิม 86 ข้อคำถาม โดยแสดงรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตาราง 15 แสดงค่าอำนาจจำแนก ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (α) ของแบบสอบถามทั้งหมดทั้ง รายองค์ประกอบ และค่าน้ำหนักองค์ประกอบ ของแบบสอบถามความรอบรู้ด้านสุขภาพ

ข้อคำถาม	อำนาจจำแนก	น้ำหนัก องค์ประกอบ
องค์ประกอบ 1: การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น	α = .742	0.67
1. ฉันสามารถค้นหาข้อมูลสุขภาพจากหลายแหล่งได้ เช่น จากบุคคลผู้รู้ สื่อเอกสารสิ่งพิมพ์ สื่อออนไลน์ เป็นต้น	.390	.458
2. ฉันได้รับความรู้จากการอ่านคำแนะนำในการดูแลสุขภาพ ทั้งจากในเอกสารความรู้ หรือจากข่าวสารผ่านสื่อต่างๆ	.469	.525
3. ฉันสามารถเสาะแสวงหาแหล่งบริการสุขภาพที่น่าเชื่อถือได้ เมื่อฉันต้องการดูแลสุขภาพตนเอง	.526	.633
4. ฉันสามารถไปพบแพทย์ บุคลากรสาธารณสุข หรือผู้ให้บริการสุขภาพได้ทุกครั้งที่เมื่อฉันมีปัญหาสุขภาพ	.454	.538
5. ฉันมั่นใจว่า แหล่งบริการสุขภาพที่ฉันเลือกสามารถช่วยเหลือได้ตรงความต้องการของฉัน	.482	.588
6. ฉันสามารถค้นหาแหล่งบริการสุขภาพให้ได้ตรงกับความต้องการ สภาพปัญหา หรือความเสี่ยงทางสุขภาพที่มีอยู่	.558	.641
องค์ประกอบ 2: การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น	α = .715	0.68

ข้อคำถาม	อำนาจจำแนก	น้ำหนักองค์ประกอบ
1. ฉันสามารถอธิบายข้อมูลด้านสุขภาพที่ตนเองมีอยู่ได้ครบถ้วน	.476	.603
2. ฉันสามารถกรอกข้อมูลด้านสุขภาพของตนเองได้ถูกต้องตามแบบฟอร์มของหน่วยงาน หรือแหล่งให้บริการสุขภาพ	.523	.621
3. ฉันเข้าใจในคำอธิบายจากผู้ให้บริการสุขภาพหรือจากคู่มือความรู้ที่เกี่ยวกับโรคอาการและการดูแลสุขภาพได้ โดยง่าย	.466	.592
4. ฉันรู้และเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพที่เผยแพร่ผ่านสื่อออนไลน์ได้ เช่น ยูทูป เฟสบุ๊ก ไลน์ อินสตาแกรม ทวิตเตอร์ เป็นต้น	.444	.468
5. ฉันสามารถเข้าใจข้อมูลสุขภาพที่นำเสนอเป็นสัญลักษณ์ เช่น กราฟ ตาราง ภาพ ตัวเลข คำศัพท์ เครื่องหมาย ในที่ต่างๆ ได้	.436	.523
6. ฉันอ่านและเข้าใจในคำอธิบายบน ฉลากอาหารหรือยา ถึงวิธีการกิน การใช้ ส่วนผสม วันหมดอายุ และประโยชน์ที่ได้รับ	.346	.300
องค์ประกอบ 3: การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ	$\alpha=.781$	0.77
1. ฉันสามารถขอคำแนะนำเรื่องสุขภาพจากบุคคลผู้รู้ด้านสุขภาพได้	.530	.553
2. ฉันสามารถขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดปัญหาสุขภาพ	.521	.541
3. ฉันสามารถเล่าเรื่องอาการเจ็บป่วยของตนเอง หรือคนในครอบครัวให้กับบุคลากรด้านสุขภาพให้เข้าใจได้อย่างถูกต้อง	.551	.592
4. ฉันสามารถซักถาม พุดคุย ได้ตอบในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพกับบุคลากรทางการแพทย์ เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพของตนเอง	.585	.617
5. ฉันสามารถถ่ายทอดวิธีปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเพื่อให้คนอื่นได้เข้าใจ หรือนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพต่อไปได้	.536	.626
6. ฉันสามารถตั้งคำถามกับผู้รู้ด้านสุขภาพในเรื่องที่ตนเองอยากรู้ได้อย่างมั่นใจ	.448	.570
องค์ประกอบ 4: การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น	$\alpha=.747$	0.72
1. ฉันเปรียบเทียบข้อมูลและแหล่งบริการด้านสุขภาพจากหลายแหล่งก่อน ที่จะตัดสินใจเชื่อหรือทำตามหรือส่งต่อ	.493	.588
2. ฉันประเมินข้อดีข้อเสียของข้อมูล ผลิตภัณฑ์และแหล่งบริการด้านสุขภาพนั้น ก่อนที่จะเชื่อ จะใช้หรือทำตาม	.499	.585
3. เมื่อมีข้อมูลและบริการสุขภาพใหม่เข้ามา ฉันมีการตรวจสอบแหล่งที่มาของข้อมูลนั้นก่อนที่จะเชื่อหรือส่งต่อ	.474	.551

ข้อความ	อำนาจจำแนก	น้ำหนักองค์ประกอบ
4. ฉันสามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาพร้อมหาวิธีแก้ไขปัญหาได้หลายวิธีเพื่อประกอบการตัดสินใจลงมือปฏิบัติ	.425	.541
5. ฉันมั่นใจว่าสามารถตัดสินใจเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ สินค้า และบริการที่ส่งผลดีต่อสุขภาพตนเองได้อย่างแน่นอน	.508	.625
6. การตัดสินใจเลือกของฉันมักใช้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพมากกว่าใช้ความรู้สึกส่วนตัวที่อาจเกิดอันตรายภายหลัง	.513	.597
องค์ประกอบ 5: การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น	$\alpha=.806$	0.69
1. ฉันมีข้อมูลความรู้ที่เพียงพอต่อ การนำไปตั้งเป้าหมายในการปฏิบัติตนเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของตนเองหรือของผู้อื่นได้	.500	.628
2. ฉันใช้ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพที่มีอยู่ ไปใช้ในการช่วยเหลือเพื่อนหรือคนในครอบครัวได้	.594	.655
3. ฉันมีการปรับปรุงวิธีการดูแลสุขภาพตัวเองให้ปลอดภัยยิ่งขึ้น	.529	.559
4. ฉันตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนในการปฏิบัติตน เพื่อลดหรือหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพของตนเอง	.562	.614
5. ฉันสามารถเลือกใช้แหล่งบริการสุขภาพที่ปลอดภัยที่สุด เพื่อมาดูแลรักษาสุขภาพของตนเองได้	.542	.573
6. ฉันเข้าร่วมกิจกรรมทางสุขภาพเพื่อป้องกันหรือลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของตนเองและผู้อื่น	.500	.557
7. ฉันมีวิธีดูแลสุขภาพและจัดการปัญหาสุขภาพตนเอง ที่เหมาะสมและเกิดผลดีต่อสุขภาพตนเอง	.563	.635
องค์ประกอบ 6: การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น	$\alpha=.801$	0.67
1. ฉันสามารถนำข้อมูลที่ถูกต้องมาใช้ในการโต้ตอบสื่อสังคมที่ไม่เหมาะสม	.439	.532
2. ฉันสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีทางด้านสุขภาพ ให้กับผู้อื่นได้	.562	.653
3. ฉันสามารถชักจูงให้ผู้อื่น เชื่อและปฏิบัติตามในสิ่งที่ถูกต้องเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพได้	.572	.638
4. ฉันสามารถทำกิจกรรม ที่จูงใจให้เพื่อนวัยรุ่น สนใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพได้	.613	.694
5. ฉันสามารถร่วม จัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพตนเอง และผู้อื่นได้	.540	.581

ข้อคำถาม	อำนาจจำแนก	น้ำหนักองค์ประกอบ
6. ฉันสามารถเผยแพร่ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคลและสังคมได้	.515	.568
7. ฉันสามารถประยุกต์ใช้เทคโนโลยีที่มีอยู่ ในการนำเสนอข้อมูลหรือกิจกรรมทางสุขภาพให้เป็นที่น่าสนใจของเพื่อนๆ ได้	.491	.546
ค่า Cronbach's alpha แบบสอบถามทั้งฉบับ $\alpha = .931$		

ตาราง 16 แสดงค่าอำนาจจำแนก ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (α) ของแบบสอบถามทั้งฉบับ รายองค์ประกอบ และค่าน้ำหนักองค์ประกอบ ของแบบสอบถามความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

ข้อคำถาม	อำนาจจำแนก	น้ำหนักองค์ประกอบ
1. การไม่กินผักผลไม้สดเป็นประจำ จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพได้	.487	.512
2. การไม่เข้าร่วมกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง เป็นวิธีหลีกเลี่ยงปัญหาการบาดเจ็บ และเสียชีวิตในวัยรุ่นได้	.542	.569
3. วิธีการคุมกำเนิดทุกชนิด ยังมีโอกาสทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้	.539	.567
4. การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน จะนำไปสู่ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นได้	.691	.772
5. การหลีกเลี่ยงอยู่กับตามลำพังในที่ลับตาคนของคู่วัยรุ่น จะช่วยลดโอกาสในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้	.594	.623
6. การนั่งอยู่กับที่นานๆ ไม่ขยับตัว ไม่เคลื่อนไหวของวัยรุ่น เช่น เล่นเกม แชนทออนไลน์ จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมาได้	.648	.689
7. การกินยาลดน้ำหนักที่ซื้อจากสื่อออนไลน์นั้น มีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายถึงชีวิตได้	.628	.671
8. การทดลองสูบบุหรี่หรืออยู่ใกล้ชิดกับผู้อื่นที่สูบบุหรี่ จะมีโอกาสได้รับควันพิษจนทำให้เกิดโรคระบบทางเดินหายใจที่ร้ายแรงได้	.636	.657
9. การดื่มสุราจนมึนเมาและขับรถ จะทำให้ความสามารถในการขับชิลลดลง ที่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อชีวิตตนเองและผู้อื่น	.694	.717

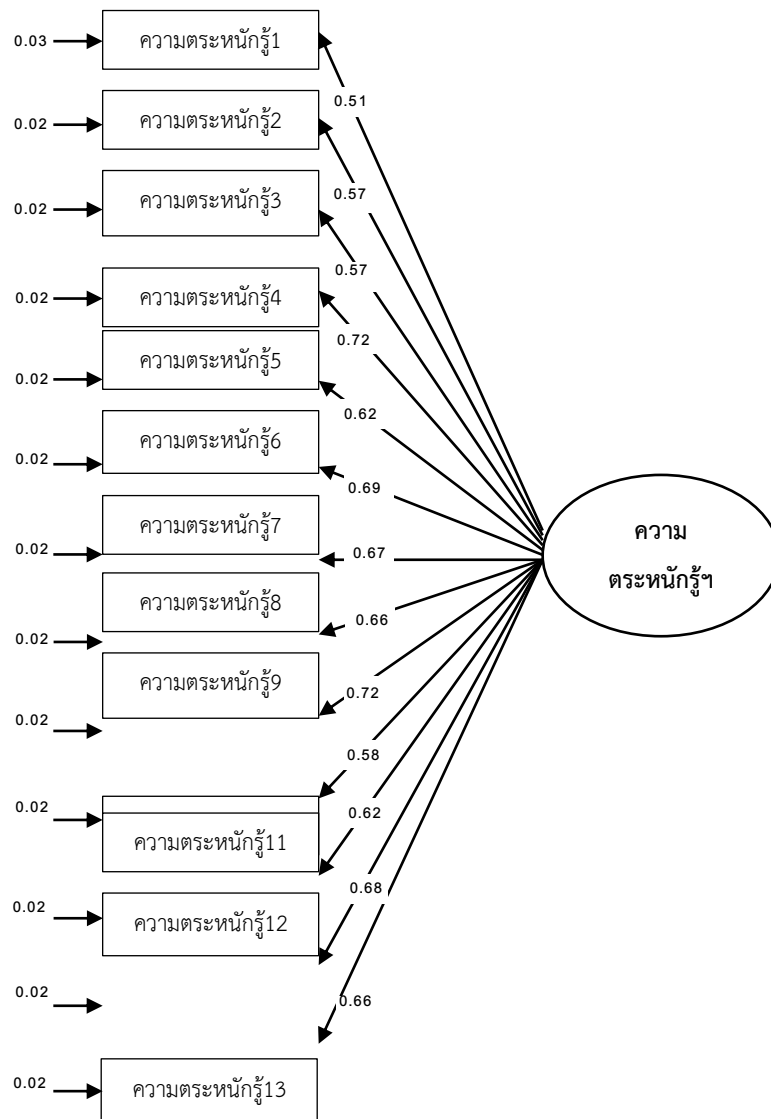
ข้อความ	อำนาจจำแนก	น้ำหนักองค์ประกอบ
10. การเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม จะช่วยให้ตนเองมีคุณค่าและเป็นที่ยอมรับจากสังคม	.548	.583
11. การหลีกเลี่ยงคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมแปลกๆ หรือพฤติกรรมเสื่อมเสีย จะช่วยลดโอกาสในการเกิดปัญหาต่างๆ ตามมาได้	.576	.616
12. ถ้าไม่รู้จักระงับหรือควบคุมอารมณ์ความโกรธ อาจจะทำให้เกิดความเสียหายรุนแรงตามมาได้	.643	.682
13. การดื่มสุราเป็นสาเหตุของการเกิดปัญหาทางสุขภาพหลายด้าน	.625	.664
ค่า Cronbach's alpha แบบสอบถามทั้งหมด $\alpha=.900$		

ตาราง 17 แสดงค่าอำนาจจำแนก ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (α) ของแบบสอบถามทั้งหมด ๓๖ รายการขององค์ประกอบ และค่าน้ำหนักองค์ประกอบของแบบสอบถามพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

ข้อความ	อำนาจจำแนก	น้ำหนักองค์ประกอบ
องค์ประกอบ 1: พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์)	$\alpha=.629$	0.30
1. ฉันกินอาหารทุกมื้อ จะคำนึงถึงประโยชน์และปริมาณพลังงานของอาหารที่ได้รับพอเหมาะกับสภาพร่างกายตนเอง	.436	.370
2. ฉันเล่นกีฬา หรือออกกำลังกาย หรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อย มีเหงื่อออกอย่างน้อยวันละ 30 นาที	.466	.396
3. ฉันจัดการปัญหาหรือความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดี	.417	.888
องค์ประกอบ 2: พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ	$\alpha=.716$	0.50
4. ฉันไม่เที่ยวกลางคืนหรือเที่ยวสถานเริงรมย์	.454	.566
5. ฉันมีวิธีหลีกเลี่ยงความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย	.623	.775
6. ฉันขอคำปรึกษาจากผู้ปกครองหรือบุคลากรทางการแพทย์ หากฉันมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ หรือเกี่ยวกับการปรับตัวทางเพศ	.536	.688
องค์ประกอบ 3: พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย	$\alpha=.844$	0.62
7. ฉันปฏิเสธ หรือลด ละ เลิกสูบบุหรี่ และไม่อยู่ใกล้ชิดกับผู้สูบบุหรี่	.698	.788
8. ฉันปฏิเสธและหลีกเลี่ยงการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	.741	.831

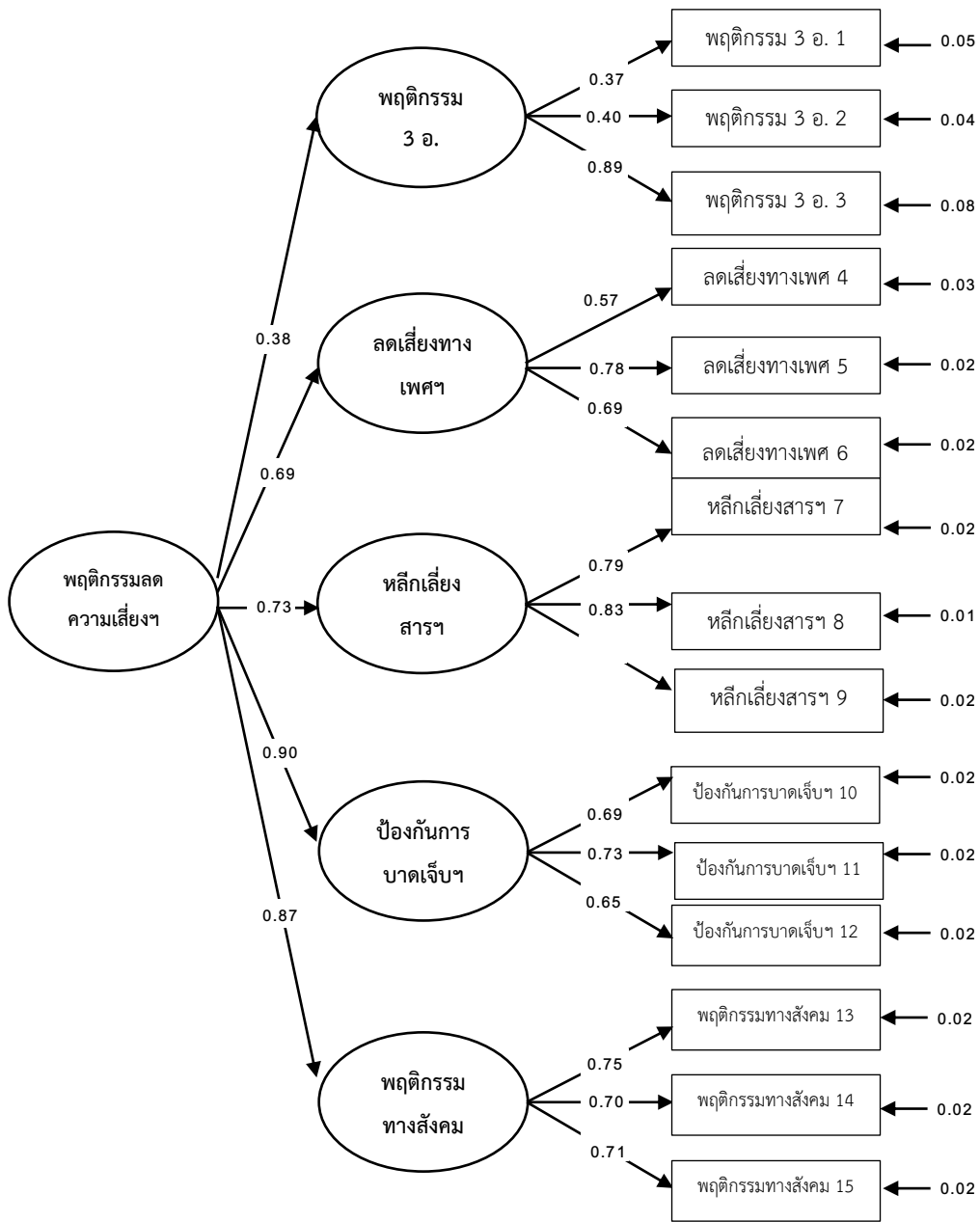
ข้อคำถาม	อำนาจจำแนก	น้ำหนักองค์ประกอบ
9. ฉันไม่กิน และไม่ใช้ยาหรือผลิตภัณฑ์ใดๆ ที่มีสารเคมีต้องห้ามที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย	.689	.786
องค์ประกอบ 4: พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร	$\alpha=.731$	0.81
10. ฉันใช้รถและใช้ถนนด้วยความระมัดระวังโดยไม่ประมาท	.556	.686
11. ฉันปฏิบัติตามกฎจราจรและการใช้รถ ใช้ถนนอย่างเคร่งครัด เช่น คำนึงถึงสัญญาณจราจร ป้ายเตือนจุดเสี่ยง ใช้ความเร็วเกิน พุดคุยหรือใช้มือถือขณะขับขี่ โดยสารไปกับคนเมาแล้วขับ เป็นต้น	.556	.728
12. ฉันหลีกเลี่ยงการโดยสารพาหนะที่บรรทุกผู้โดยสารเกินจำนวน หรือผ่านในเส้นทางที่เป็นอันตรายหรือชำรุด เป็นต้น	.550	.653
องค์ประกอบ 5: พฤติกรรมทางสังคม	$\alpha=.761$	0.77
13. ฉันมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ร่วมสนทนาโดยไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง	.607	.745
14. ฉันไม่ใช้ความรุนแรงทั้งทางกายและวาจาในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดความเสียหายต่อตนเอง ผู้อื่นและทรัพย์สิน	.584	.690
15. ฉันทำกิจกรรม หรือเข้าร่วมกิจกรรมชมรมที่สนใจเพื่อความสนุก เพลิดเพลิน หรือเพื่อทำงานอดิเรก หรือบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่น	.583	.713
ค่า Cronbach's alpha แบบสอบถามทั้งฉบับ $\alpha=.856$		

รูปแบบการวัดความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ



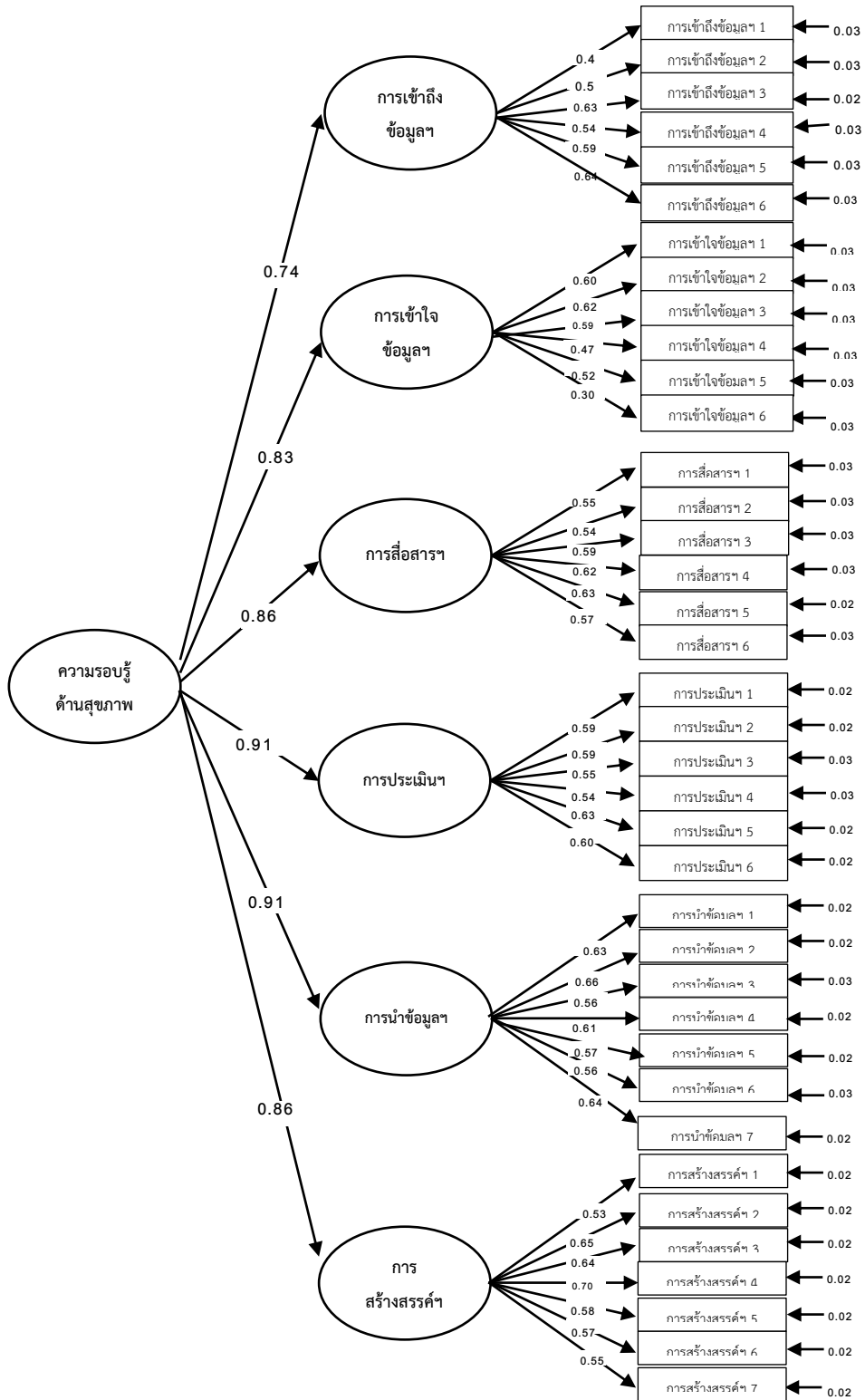
$\chi^2 = 232.002$, $df = 63$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 3.683$, $RMSEA = 0.052$, $SRMR = 0.029$, $CFI = 0.966$, $TLI = 0.958$

รูปแบบการวัดพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น



$\chi^2 = 383.146$, $df = 81$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 4.73$, $RMSEA = 0.061$, $SRMR = 0.050$, $CFI = 0.942$, $TLI = 0.925$

รูปแบบการวัดความรู้ด้านสุขภาพ



$\chi^2 = 1706.186$, $df = 637$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2 / df = 2.678$, $RMSEA = 0.041$, $SRMR = 0.040$, $CFI = 0.910$, $TLI = 0.900$

สรุปผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป

การวิจัยครั้งนี้เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 1000 คน ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ดำเนินการในเขตสนับสนุนบริการสุขภาพ 12 เขต โดยมีพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูลจำนวน 12 จังหวัด พบการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ตัวอย่างผู้ให้ข้อมูล เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.9 เพศชาย ร้อยละ 37.1 ระดับการศึกษาสูงสุด ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาอยู่ในขั้นมัธยมต้น ร้อยละ 40.5 มัธยมปลาย ร้อยละ 25.7 และอยู่ในระดับอุดมศึกษา ร้อยละ 19.8 โดยมีผลการเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างดี ร้อยละ 45.3 พอใช้ ร้อยละ 36.8 และระดับดีมาก ร้อยละ 16.0 และมีอายุ 18-19 ปี ร้อยละ 31.5 อายุ 16 - 17 ปี ร้อยละ 25.7 อายุ 12 - 13 ปี ร้อยละ 24.1 และส่วนใหญ่เคยใช้สารและสิ่งเสพติด คือ เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ทุกชนิด ร้อยละ 19.5 ผลิตภัณฑ์ที่กิน หรือทำให้ขาว ร้อยละ 13.5 ทานอาหารเสริม/ยาบำรุง ร้อยละ 10.6 โดยปัจจุบันพักอาศัยบ้านพ่อแม่/บ้านพ่อ/บ้านแม่ ร้อยละ 69.2 อาศัยบ้านปู่ย่า/ตายาย ร้อยละ 16.9 อาศัยอยู่หอพัก/ห้องเช่ากับเพื่อน ร้อยละ 11.0 และผู้ตอบ ส่วนใหญ่เพื่อนสนิทผู้ตอบมีลักษณะอารมณ์ดี ร่าเริง สนุกสนาน ร้อยละ 85.4 แต่ติดเกมอย่างมาก นอนดึก ตื่นสายเป็นประจำ ร้อยละ 37.7 และชอบออกกำลังกาย หรือเป็นนักกีฬา ร้อยละ 36.4 โดยผู้ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ในชีวิต คือ พ่อ-แม่ ร้อยละ 56.6 ตนเอง ร้อยละ 35.4 ปู่ย่า-ตายาย ร้อยละ 5.7 นอกจากนี้ยังพบว่า ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้ตอบประเมินสุขภาพร่างกายและจิตใจโดยรวมของตนเอง ว่าอยู่ในระดับดี ร้อยละ 52.8 ระดับปานกลาง ร้อยละ 25.3 และระดับดีมาก ร้อยละ 18.9 และผู้ให้ข้อมูลจะให้ความสำคัญอันดับที่ 1 ในเรื่อง ครอบครัวอบอุ่น ร้อยละ 45.6 รองลงมาคือ การมีสุขภาพดี/ไม่เจ็บป่วย ร้อยละ 29.9 และเรียนเก่ง ร้อยละ 7.1

2. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

สำหรับการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ ครอนบัค (Cronbach's Alpha Coefficient) ตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirm Factor Analysis) ผลการตรวจสอบพบว่า ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือทั้งฉบับ ประเมินจากค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ ครอนบัค มีค่าอยู่ระหว่าง 0.86 ถึง 0.93 โดยมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.39 - 0.74 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันเพื่อตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างของรูปแบบการวัดตัวแปรแฝง ทั้ง 3 รูปแบบ คือ รูปแบบการวัดความรู้ทางสุขภาพ รูปแบบการวัดความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ และรูปแบบการวัดการพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่าทุกรูปแบบมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าดัชนีตรวจสอบความกลมกลืน ภายหลังการปรับแก้ อยู่ในเกณฑ์ยอมรับได้ทุกรูปแบบการวัด และเมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรทั้งหมด พบว่า

มีค่าอยู่ระหว่าง 0.30 ถึง 0.89 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกตัวแปร แสดงว่าทุกรูปแบบการวัดมีความตรงเชิงโครงสร้าง

3. ระดับความรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทย ระดับความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นและระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น

ผู้วิจัยทำการจัดระดับโดยนำคะแนนรวมเฉลี่ยที่ได้มาจัดระดับตามแนวคิดของ บลูม (Bloom, 1976) โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ระดับไม่ตีพอ (<60% ของคะแนนเต็ม) ระดับพอใช้ได้ (≥ 60 – <80 % ของคะแนนเต็ม) และระดับดีมาก (≥ 80% ของคะแนนเต็ม) โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1 ระดับความรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทยโดยรวม (องค์ประกอบที่1-6) พบว่า ส่วนใหญ่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ อยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 66.7 รองลงมาอยู่ในระดับดี ร้อยละ 24.0 และระดับไม่ตีพอ ร้อยละ 9.3 ตามลำดับ เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบพบว่า

- องค์ประกอบที่ 1 : การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น มีระดับความรู้ด้านสุขภาพ ส่วนอยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 58.9 อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 22.4 และระดับไม่ตีพอ ร้อยละ 18.7 ตามลำดับ

- องค์ประกอบที่ 2 : การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 64.0 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 24.4 และระดับไม่ตีพอ ร้อยละ 11.6 ตามลำดับ

- องค์ประกอบที่ 3 : การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 55.7 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 27.6 และระดับไม่ตีพอ ร้อยละ 16.7 ตามลำดับ

- องค์ประกอบที่ 4 : การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 57.0 อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 29.9 และระดับไม่ตีพอ ร้อยละ 13.1 ตามลำดับ

- องค์ประกอบที่ 5 : การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 54.8 อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 34.0 และระดับไม่ตีพอ ร้อยละ 11.2 ตามลำดับ

- องค์ประกอบที่ 6 : การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 60.2 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 21.7 และระดับไม่ตีพอ ร้อยละ 18.1 ตามลำดับ

3.2 ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น พบว่า ส่วนใหญ่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ อยู่ในระดับ ดีมาก ร้อยละ 50.6 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 40.0 และระดับไม่ตีพอ ร้อยละ 9.4 ตามลำดับ

3.3 ระดับพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นโดยรวม (องค์ประกอบที่ 1-5) พบว่า ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 46.1 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 42.9 และระดับไม่ดีพอ ร้อยละ 11.0 ตามลำดับ เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบพบว่า

- **องค์ประกอบที่ 1 : พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์)** ส่วนใหญ่อยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 37.1 รองลงมาอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 32.3 และระดับไม่ดีพอ ร้อยละ 30.6 ตามลำดับ
- **องค์ประกอบที่ 2 : พฤติกรรมลดเสียงทางเพศ** ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 47.6 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 26.6 และระดับไม่ดีพอ ร้อยละ 25.8 ตามลำดับ
- **องค์ประกอบที่ 3 : พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย** ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 57.0 รองลงมาอยู่ในระดับไม่ดีพอ ร้อยละ 22.5 และระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 20.5 ตามลำดับ
- **องค์ประกอบที่ 4 : พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร** ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 52.3 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 31.4 และระดับไม่ดีพอ ร้อยละ 16.3 ตามลำดับ
- **องค์ประกอบที่ 5 : พฤติกรรมทางสังคม** ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 47.8 รองลงมาอยู่ในระดับพอใช้ได้ ร้อยละ 31.6 และระดับไม่ดีพอ ร้อยละ 20.6 ตามลำดับ

4. ผลการทดสอบสมมติฐาน

4.1 ผลการทดสอบแบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทย

ผลการศึกษาพบว่าแบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทยตามสมมติฐานหลัก มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ($\chi^2 = 120.142$, $df = 42$, $p\text{-value} = 0.00$, $\chi^2/df = 6.297$, $RMSEA = 0.043$, $SRMR = 0.041$, $CFI = 0.984$, $TLI = 0.974$) ผลการวิเคราะห์ดังกล่าวจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 1 ของการวิจัย คือ “แบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทยมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์” โดยมีผลการทดสอบสมมติฐานย่อย ดังนี้

- สมมติฐานย่อยข้อที่ 1.1 “คือ ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ และความรอบรู้ทางสุขภาพ มีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น” ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ตัวแปรทั้งสองตัวแปร มีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.37, และ 0.29 ตามลำดับ ผลการวิจัยจึงยอมรับสมมติฐานย่อยข้อที่ 1.1
- สมมติฐานย่อยข้อที่ 1.2 “ความรอบรู้ทางสุขภาพมีอิทธิพลทางตรงต่อความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ” ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ตัวแปรความรอบรู้ทางสุขภาพมีอิทธิพลทางตรงต่อ

ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.40 ผลการวิจัยจึงยอมรับสมมติฐานย่อยข้อที่ 1.2

- สมมติฐานย่อยข้อที่ 1.3 “ความรอบรู้ทางสุขภาพ มีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยผ่านความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ” ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่าตัวแปรความรอบรู้ทางสุขภาพ อิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น โดยผ่านความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.15 ผลการวิจัยจึงยอมรับสมมติฐานย่อยข้อที่ 1.3

4.2 ผลวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างความรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทยและพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น จำแนกตามเพศและระดับการศึกษา

- ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 2 “วัยรุ่นไทยที่มีเพศ และระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีความรู้ด้านสุขภาพแตกต่างกันในภาพรวมและรายองค์ประกอบ” พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีเพศต่างกัน จะมีความรู้ด้านสุขภาพแตกต่างกันในภาพรวม ($t = 2.29, p = 0.01$) แต่ในรายองค์ประกอบพบความแตกต่างเฉพาะองค์ประกอบการประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น และการสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น และยังพบอีกว่า วัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีความรู้ด้านสุขภาพแตกต่างกันทั้งในภาพรวม ($F = 17.25, p = 0.00$) และในทุกองค์ประกอบ ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 2 บางส่วน

- ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 3 “วัยรุ่นไทยที่มีเพศ และระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพแตกต่างกันในภาพรวมและรายองค์ประกอบ” พบว่า วัยรุ่นไทยที่มีเพศต่างกัน จะมีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพไม่แตกต่างกันในภาพรวม ($t = 0.01, p = 0.99$) แต่ในรายองค์ประกอบพบความแตกต่างเฉพาะองค์ประกอบพฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) และยังพบอีกว่า วัยรุ่นไทยที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพในภาพรวม ($F = 5.32, p = 0.01$) และในเกือบทุกองค์ประกอบ ยกเว้นองค์ประกอบพฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 3 บางส่วน

บรรณานุกรม

สุวิมล ตีรกานันท์. (2550). การสร้างเครื่องมือวัดตัวแปรในการวิจัยทางสังคมศาสตร์: แนวทางสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Hair, J. F.; et. al. (2010). *Multivariate data analysis: Aglobal perspectives*. Upper Saddle River, NJ: Perason Education, International.

ภาคผนวก

แบบวัดความรู้ด้านสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ วัยรุ่นไทยอายุ 12-19 ปี

คำชี้แจง การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความรู้ด้านสุขภาพของวัยรุ่นไทยที่มีต่อพฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น 5 ด้าน คือ 1) พฤติกรรม 3 อ. ได้แก่ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ 2) พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ 3) พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย 4) พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจรและ 5) พฤติกรรมทางสังคม โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 9 ตอน รวมจำนวน 76 ข้อ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (10 ข้อ)

ตอนที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (6 ข้อ)

ตอนที่ 3 การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (6 ข้อ)

ตอนที่ 4 การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ (6 ข้อ)

ตอนที่ 5 การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (6 ข้อ)

ตอนที่ 6 การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (7 ข้อ)

ตอนที่ 7 การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น (7 ข้อ)

ตอนที่ 8 ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (13 ข้อ)

ตอนที่ 9 พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (15 ข้อ)

ข้อมูลทั้งหมดของแบบวัดนี้ จะนำเสนอในภาพรวม ไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบใดๆ ทั้งสิ้น จึงขอให้นักเรียนตอบตามความเป็นจริง เพื่อนำข้อมูลไปพัฒนาแนวทางการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นไทยที่มีประสิทธิภาพต่อไป **หมายเหตุ** เพื่อให้เข้าใจตรงกัน จึงให้ความหมายของคำสำคัญในแบบวัด ดังนี้

พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ หมายถึง พฤติกรรมที่กระทำแล้วเกิดผลกระทบต่อสุขภาพทางกาย จิตใจ และสังคม ในพัฒนาการของวัยรุ่น ทั้งทางตรงและทางอ้อม 1) พฤติกรรม 3 อ. ได้แก่ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ 2) พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ 3) พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย 4) พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร และ 5) พฤติกรรมทางสังคม

แหล่งบริการสุขภาพ หมายถึง สถานบริการสุขภาพที่ให้บริการส่งเสริม รักษาสุขภาพที่ปลอดภัยมีมาตรฐานตามกฎหมายเช่น โรงพยาบาลของรัฐและเอกชน หน่วยบริการสาธารณสุข ศูนย์สุขภาพชุมชน คลินิกบริการสุขภาพที่เป็นมิตรสำหรับวัยรุ่น ร้านขายยาที่มีเภสัชกรประจำการ

ผู้ให้บริการด้านสุขภาพ หมายถึง แพทย์ พยาบาล เภสัชกร หรือเจ้าหน้าที่การแพทย์และสาธารณสุข

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง ขอให้เติมข้อมูลลงในช่องว่าง หรือ ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

- ระดับการศึกษาหรือเทียบเท่า 1.มัธยมต้น 2. มัธยมปลาย 3. อาชีวศึกษา 4.อุดมศึกษา
- ผลการเรียนท่านอยู่ในระดับใด 1. ดีมาก 2. ค่อนข้างดี 3. พอใช้ 4. ไม่ค่อยดี
- เพศ 1. ชาย 2. หญิง
- อายุ.....ปี เดือน
- ท่านเคยใช้สารและสิ่งเสพติดเหล่านี้หรือไม่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - 1. เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ทุกชนิด 2. บุหรี่ ทุกชนิด 3. ยาลดความอ้วน
 - 4. อาหารเสริม/ยาบำรุง (โปรตีนหรือประเภท)
 - 5. ผลិតภัณฑ์ที่กิน หรือทาให้ขาว (โปรตีน)
 - 6. สาร/สิ่งเสพติดอื่นๆ (โปรตีน).....
- ที่พักอาศัยของท่านในปัจจุบัน คือ
 - 1. บ้านพ่อแม่/บ้านพ่อ/บ้านแม่ 2. บ้านปู่ย่า/ตายาย 3. บ้านญาติ/พี่น้อง
 - 4. หอพัก/ห้องเช่ากับเพื่อน 5. หอพัก/ห้องเช่ากับแฟน 6. อื่นๆ (โปรตีน).....
- เพื่อนสนิทของท่าน มีลักษณะตรงกับข้อใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - 1. กินอาหารประเภทแป้งและไขมันสูง น้ำหวาน น้ำอัดลมเป็นประจำ
 - 2. ตีตเกมอย่างมาก นอนดึก ตื่นสายเป็นประจำ 3. ชอบออกกำลังกาย หรือเป็นนักกีฬา
 - 4. อารมณ์ดี ร่าเริง สนุกสนาน 5. มีความเครียดสูง
 - 6. มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 7. ชอบดูหนังโป๊ หมกมุ่นในเรื่องเพศ
 - 8. สูบบุหรี่หรือใช้สิ่งเสพติด 9. ตีมันจนมีมาแล้วขับ/ขับรถเร็วและประมาท/ขับรถโดยไม่สวมเครื่องป้องกัน
 - 10. มีโลกส่วนตัวสูง ชอบปลีกวิเวก แยกตัว ไม่สูงส่งผู้อื่น
 - 11. ชอบใช้ความรุนแรงหรือรังแกลั่นแก่ผู้อื่น ทั้งทางอารมณ์หรือทางวาจาหรือใช้กำลัง
 - 12. อื่นๆ (โปรตีน)
- ผู้ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ในชีวิตของท่าน คือ (เลือกตอบข้อเดียว)
 - 1. ตนเอง 2. พ่อ-แม่ 3. ปู่ย่า-ตายาย 4. เพื่อน 5. แฟน 6. อื่นๆ (โปรตีน).....
- สิ่งที่สำคัญมากที่สุดในชีวิตของท่าน (เขียนตัวเลขหน้าข้อความข้างล่างนี้ เรียงตามความสำคัญ

จากมากที่สุดให้ 1 ถึงน้อยที่สุดให้ 8 ตามลำดับที่ 1-8)

..... สุขภาพดี/ไม่เจ็บป่วย สมหวังในความรัก ครอบครัวอบอุ่น เป็นที่รักของผู้อื่น

..... มีเงินใช้จ่ายสบายมือ เรียนเก่ง มีชื่อเสียง มีหน้าที่การงานดี
- ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านประเมินสภาพร่างกายและจิตใจโดยรวมของตนเอง ว่าอยู่ในระดับใด
 - 1. ดีมาก 2. ดี 3. ปานกลาง 4. ไม่ดี 5. ไม่ดีเลย

คำชี้แจง ขอให้ท่าน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับการรับรู้และความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด

ตอนที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลและบริการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (8 ข้อ)

ข้อความ	ระดับความสามารถตามการรับรู้ของท่าน			
	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย
1. ฉันสามารถค้นหาข้อมูลสุขภาพจากหลายแหล่งได้ เช่น จากบุคคลผู้รู้ สื่อเอกสารสิ่งพิมพ์ สื่อออนไลน์ เป็นต้น	4	3	2	1
2. ฉันได้รับความรู้จากการอ่านคำแนะนำในการดูแลสุขภาพ ทั้งจากในเอกสารความรู้ หรือจากข่าวสารผ่านสื่อต่างๆ	4	3	2	1
3. ฉันสามารถเสาะแสวงหาแหล่งบริการสุขภาพที่น่าเชื่อถือได้ เมื่อฉันต้องการดูแลสุขภาพตนเอง	4	3	2	1
4. ฉันสามารถไปพบแพทย์ บุคลากรสาธารณสุข หรือผู้ให้บริการสุขภาพได้ทุกครั้งเมื่อฉันมีปัญหาสุขภาพ	4	3	2	1
5. ฉันมั่นใจว่า แหล่งบริการสุขภาพที่ฉันเลือกสามารถช่วยเหลือได้ตรงความต้องการของฉัน	4	3	2	1
6. ฉันสามารถค้นหาแหล่งบริการสุขภาพให้ได้ตรงกับความต้องการสภาพปัญหาหรือความเสี่ยงทางสุขภาพที่มีอยู่	4	3	2	1

ตอนที่ 3 การเข้าใจข้อมูลและบริการสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (8 ข้อ)

ข้อความ	ระดับความสามารถตามการรับรู้ของท่าน			
	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย
1. ฉันสามารถอธิบายข้อมูลด้านสุขภาพที่ตนเองมีอยู่ได้ครบถ้วน	4	3	2	1
2. ฉันสามารถรอกข้อมูลด้านสุขภาพของตนเองได้ถูกต้องตามแบบฟอร์มของหน่วยงาน หรือแหล่งให้บริการสุขภาพ	4	3	2	1
3. ฉันเข้าใจในคำอธิบายจากผู้ให้บริการสุขภาพหรือจากคู่มือความรู้ที่เกี่ยวกับโรค อาการและการดูแลสุขภาพได้ โดยง่าย	4	3	2	1
4. ฉันรู้และเข้าใจข้อมูลด้านสุขภาพที่เผยแพร่ผ่านสื่อออนไลน์ได้ เช่น ยูทูป เฟสบุ๊ก ไลน์ อินสตาแกรม ทวิตเตอร์ เป็นต้น	4	3	2	1
5. ฉันสามารถเข้าใจข้อมูลสุขภาพที่น่าเสนอเป็นสัญลักษณ์ เช่น กราฟ ตาราง ภาพ ตัวเลข คำศัพท์ เครื่องหมาย ในที่ต่างๆ ได้	4	3	2	1
6. ฉันอ่านและเข้าใจในคำอธิบายบน ฉลากอาหารหรือยา ถึงวิธีการกิน การใช้ ส่วนผสม วันหมดอายุ และประโยชน์ที่ได้รับ	4	3	2	1

ตอนที่ 4 การสื่อสารเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพ (6 ข้อ)

ข้อความ	ระดับความสามารถตามการรับรู้ของท่าน			
	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย
1. ฉันสามารถขอคำแนะนำเรื่องสุขภาพจากบุคคลผู้รู้ด้านสุขภาพได้	4	3	2	1
2. ฉันสามารถขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดปัญหาสุขภาพ	4	3	2	1
3. ฉันสามารถเล่าเรื่องอาการเจ็บป่วยของตนเอง หรือคนในครอบครัวให้กับบุคลากรด้านสุขภาพให้เข้าใจได้อย่างถูกต้อง	4	3	2	1
4. ฉันสามารถซักถาม พุดคุย ได้ตอบในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพกับบุคลากรทางการแพทย์ เพื่อแก้ปัญหาสุขภาพของตนเอง	4	3	2	1
5. ฉันสามารถถ่ายทอดวิธีปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเพื่อให้คนอื่นได้เข้าใจ หรือนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพต่อไปได้	4	3	2	1
6. ฉันสามารถตั้งคำถามกับผู้รู้ด้านสุขภาพในเรื่องที่ตนเองอยากรู้ได้อย่างมั่นใจ	4	3	2	1

ตอนที่ 5 การประเมินเพื่อการตัดสินใจลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (8 ข้อ)

ข้อความ	ระดับความสามารถหรือการปฏิบัติของท่าน			
	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย
1. ฉันเปรียบเทียบข้อมูลและแหล่งบริการด้านสุขภาพจากหลายแหล่งก่อน ที่จะตัดสินใจเชื่อหรือทำตามหรือส่งต่อ	4	3	2	1
2. ฉันประเมินข้อดีข้อเสียของข้อมูล ผลิตภัณฑ์และแหล่งบริการด้านสุขภาพนั้นก่อนที่จะเชื่อ จะใช้หรือทำตาม	4	3	2	1
3. เมื่อมีข้อมูลและบริการสุขภาพใหม่เข้ามา ฉันมีการตรวจสอบแหล่งที่มาของข้อมูลนั้นก่อนที่จะเชื่อหรือส่งต่อ	4	3	2	1
4. ฉันสามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาพร้อมหาวิธีแก้ไขปัญหาได้หลายวิธีเพื่อประกอบการตัดสินใจลงมือปฏิบัติ	4	3	2	1
5. ฉันมั่นใจว่าสามารถตัดสินใจเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ สินค้า และบริการที่ส่งผลดีต่อสุขภาพตนเองได้อย่างแน่นอน	4	3	2	1
6. การตัดสินใจเลือกของฉันมักใช้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพมากกว่าใช้ความรู้สึกส่วนตัวที่อาจเกิดอันตรายภายหลัง				

ตอนที่ 6 การนำข้อมูลและบริการสุขภาพไปใช้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (8 ข้อ)

ข้อความ	ระดับความสามารถหรือการปฏิบัติของท่าน			
	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย
1. ฉันมีข้อมูลความรู้ที่เพียงพอต่อการนำไปตั้งเป้าหมายในการปฏิบัติตนเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของตนเองหรือของผู้อื่นได้	4	3	2	1
2. ฉันใช้ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพที่มีอยู่ ไปใช้ในการช่วยเหลือเพื่อนหรือคนในครอบครัวได้	4	3	2	1
3. ฉันมีการปรับปรุงวิธีการดูแลสุขภาพตัวเองให้ปลอดภัยยิ่งขึ้น	4	3	2	1
4. ฉันตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนในการปฏิบัติตน เพื่อลดหรือหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพของตนเอง	4	3	2	1
5. ฉันสามารถเลือกใช้แหล่งบริการสุขภาพที่ปลอดภัยที่สุด เพื่อมาดูแลรักษาสุขภาพของตนเองได้	4	3	2	1
6. ฉันเข้าร่วมกิจกรรมทางสุขภาพเพื่อป้องกันหรือลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของตนเองและผู้อื่น	4	3	2	1
7. ฉันมีวิธีดูแลสุขภาพและจัดการปัญหาสุขภาพตนเอง ที่เหมาะสมและเกิดผลดีต่อสุขภาพตนเอง	4	3	2	1

ตอนที่ 7 การสร้างสรรค์ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพวัยรุ่น (8 ข้อ)

ข้อความ	ระดับความสามารถหรือการปฏิบัติของท่าน			
	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย
1. ฉันสามารถนำข้อมูลที่ถูกต้องมาใช้ในการโต้ตอบสื่อสังคมที่ไม่เหมาะสม	4	3	2	1
2. ฉันสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีทางด้านสุขภาพ ให้กับผู้อื่นได้	4	3	2	1
3. ฉันสามารถชักจูงให้ผู้อื่น เชื่อและปฏิบัติตามในสิ่งที่ถูกต้องเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพได้	4	3	2	1
4. ฉันสามารถทำกิจกรรม ที่จูงใจให้เพื่อนวัยรุ่น สนใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพได้	4	3	2	1
5. ฉันสามารถร่วม จัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพตนเองและผู้อื่นได้	4	3	2	1
6. ฉันสามารถเผยแพร่ข้อมูลและกิจกรรมเพื่อสุขภาพที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคลและสังคมได้	4	3	2	1
7. ฉันสามารถประยุกต์ใช้เทคโนโลยีที่มีอยู่ ในการนำเสนอข้อมูลหรือกิจกรรมทางสุขภาพให้เป็นที่น่าสนใจของเพื่อนๆ ได้	4	3	2	1

ตอนที่ 8 ความตระหนักรู้ต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (20 ข้อ)

ข้อความ	ระดับความคิดเห็นและรู้สึกของท่าน			
	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย
1. การไม่กินผักผลไม้สดเป็นประจำ จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพได้	4	3	2	1
2. การไม่เข้าร่วมกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง เป็นวิธีหลีกเลี่ยงปัญหาการบาดเจ็บ และเสียชีวิตในวัยรุ่นได้	4	3	2	1
3. วิธีการคุมกำเนิดทุกชนิด ยังมีโอกาสทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้	4	3	2	1
4. การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน จะนำไปสู่ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นได้	4	3	2	1
5. การหลีกเลี่ยงอยู่กับตามลำพังในที่ลับตาคนของคู่วัยรุ่น จะช่วยลดโอกาสในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้	4	3	2	1
6. การนั่งอยู่กับที่นานๆ ไม่ขยับตัว ไม่เคลื่อนไหวของวัยรุ่น เช่น เล่นเกม แชนทออนไลน์ จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมาได้	4	3	2	1
7. การกินยาลดน้ำหนักที่ซื้อจากสื่อออนไลน์นั้น มีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายถึงชีวิตได้	4	3	2	1
8. การทดลองสูบบุหรี่หรืออยู่ใกล้ชิดกับผู้อื่นที่สูบบุหรี่ จะมีโอกาสได้รับควันพิษจนทำให้เกิดโรคระบบทางเดินหายใจที่ร้ายแรงได้	4	3	2	1
9. การดื่มสุราจนมึนเมาและขับรถ จะทำให้ความสามารถในการขับขี่ลดลง ที่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อชีวิตตนเองและผู้อื่น	4	3	2	1
10. การเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม จะช่วยให้ตนเองมีคุณค่าและเป็นที่ยอมรับจากสังคม	4	3	2	1
11. การหลีกเลี่ยงคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมแปลกๆ หรือพฤติกรรมเสื่อมเสีย จะช่วยลดโอกาสในการเกิดปัญหาต่างๆ ตามมาได้	4	3	2	1
12. ถ้าไม่รู้จักระงับหรือควบคุมอารมณ์ความโกรธ อาจจะทำให้เกิดความเสียหายรุนแรงตามมาได้	4	3	2	1
13. การดื่มสุราเป็นสาเหตุของการเกิดปัญหาทางสุขภาพหลายด้าน	4	3	2	1

ตอนที่ 9 พฤติกรรมลดความเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่น (20 ข้อ)

ข้อความ	ระดับความถี่ในการปฏิบัติของท่าน			
	6-7 วันต่อสัปดาห์	4-5 วันต่อสัปดาห์	3 วันต่อสัปดาห์	1-2 วันต่อสัปดาห์
พฤติกรรม 3 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์)	4	3	2	1

ข้อความ	ระดับความถี่ในการปฏิบัติของท่าน			
	6-7 วัน ต่อสัปดาห์	4-5 วัน ต่อสัปดาห์	3 วัน ต่อสัปดาห์	1-2 วัน ต่อสัปดาห์
1. ฉันกินอาหารทุกมื้อ จะคำนึงถึงประโยชน์และปริมาณพลังงานของอาหารที่ได้รับพอเหมาะกับสภาพร่างกายตนเอง				
2. ฉันเล่นกีฬา หรือออกกำลังกาย หรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อย มีเหงื่อออกอย่างน้อยวันละ30 นาที	4	3	2	1
3. ฉันจัดการปัญหาหรือความเครียดของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดี	4	3	2	1
พฤติกรรมลดเสี่ยงทางเพศ				
4. ฉันไม่เที่ยวกลางคืนหรือเที่ยวสถานเริงรมย์	4	3	2	1
5. ฉันมีวิธีหลีกเลี่ยงความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย	4	3	2	1
6. ฉันขอคำปรึกษาจากผู้ปกครองหรือบุคลากรทางการแพทย์ หากฉันมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ หรือเกี่ยวกับการปรับตัวทางเพศ	4	3	2	1
พฤติกรรมหลีกเลี่ยงสารและสิ่งเสพติดที่เป็นพิษต่อร่างกาย				
7. ฉันปฏิเสธ หรือลด ละ เลิกสูบบุหรี่ และไม่อยู่ใกล้ชิดกับผู้สูบบุหรี่	4	3	2	1
8. ฉันปฏิเสธและหลีกเลี่ยงการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	4	3	2	1
9. ฉันไม่กิน และไม่ใช้ยาหรือผลิตภัณฑ์ใดๆ ที่มีสารเคมีต้องห้ามที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย	4	3	2	1
พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร				
10. ฉันใช้รถและใช้ถนนด้วยความระมัดระวังโดยไม่ประมาท	4	3	2	1
11. ฉันปฏิบัติตามกฎจราจรและการใช้รถ ใช้ถนนอย่างเคร่งครัด เช่น คำนึงถึงสัญญาณจราจร ป้ายเตือนจุดเสี่ยง ใช้ความเร็วเกิน พุดคุย หรือใช้มือถือขณะขับขี่ โดยสารไปกับคนเมาแล้วขับ เป็นต้น	4	3	2	1
12. ฉันหลีกเลี่ยงการโดยสารพาหนะที่บรรทุกผู้โดยสารเกินจำนวน หรือผ่านในเส้นทางที่เป็นอันตรายหรือชำรุด เป็นต้น	4	3	2	1
พฤติกรรมทางสังคม				
13. ฉันมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ร่วมสนทนาโดยไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง	4	3	2	1
14. ฉันไม่ใช้ความรุนแรงทั้งทางกายและวาจาในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดความเสียหายต่อตนเอง ผู้อื่นและทรัพย์สิน	4	3	2	1
15. ฉันทำกิจกรรม หรือเข้าร่วมกิจกรรมชมรมที่สนใจเพื่อความสนุกเพลิดเพลิน หรือเพื่อทำงานอดิเรก หรือบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่น	4	3	2	1

ขอขอบคุณในความร่วมมือเป็นอย่างดี