

ผลของการประยุกต์ใช้โปรแกรมทักษะชีวิตร่วมกับการสนับสนุนจากผู้ปกครอง (5 A's) เพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นชุมชนแออัด

EFFECTS OF LIFE SKILL APPLICATION WITH GUARDIAN'S SUPPORT (5A'S) ON SMOKING PREVENTION IN ADOLESCENTS LIVING IN CONGESTED COMMUNITIES

ศุภรัตน์ อิมวัฒน์กุล 4836040 PHPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกการพยาบาลสาธารณสุข

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: อาภาพร เผ่าวัฒนา, Ph.D. (Nursing), สุนีย์ ละกำป็น, กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร), สุธิ ทองวิเชียร, ศ.ด. (การพยาบาลสาธารณสุข)

#### บทคัดย่อ

ปัญหาการสูบบุหรี่ในกลุ่มเด็กและเยาวชนมีแนวโน้มสูงขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเด็กและเยาวชน ที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัด การวิจัยถึงทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมทักษะชีวิตร่วมกับการสนับสนุนจากผู้ปกครอง(5 A's) เพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นชุมชนแออัด กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นอายุ 11-14 ปี ที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัด จำนวน 5 ชุมชน ในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละ 30 คน ระยะเวลาในการศึกษา 8 สัปดาห์ เป็นระยะทดลอง 4 สัปดาห์ และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test

ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < .05$ ) เมื่อเปรียบเทียบภายในกลุ่มทดลองพบว่า หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการจัดการกับความเครียดและพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < .05$ ) ส่วนระยะติดตามผลมีเพียงคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการป้องกันการสูบบุหรี่ที่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < .05$ ) ส่วนทัศนคติและทักษะการตัดสินใจ พบว่าหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p\text{-value} < .05$ ) ส่วนคะแนนเฉลี่ยด้านอื่นๆ ไม่แตกต่างกับก่อนการทดลองและไม่แตกต่างกับกลุ่มเปรียบเทียบ

แม้การจัดโปรแกรมนี้ยังไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ทักษะชีวิตและพฤติกรรมตามที่วางไว้ ควรมีการปรับปรุงในเรื่องการเพิ่มกิจกรรม รูปแบบ ความเข้มข้นของเนื้อหา ระยะเวลาการจัดกิจกรรม อย่างมีเป้าหมายและขั้นตอนให้ชัดเจนมากขึ้น ควรเพิ่มระยะเวลาการฝึกทักษะในการกระตุ้นเตือนวัยรุ่นตามแนวคิด 5A's ให้แก่ผู้ปกครองอย่างต่อเนื่อง ในการจัดการศึกษาควรจัดเป็นกิจกรรมครอบครัว เพราะจะได้มีการรับรู้เข้าใจ พร้อมทั้งจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมร่วมกัน

คำสำคัญ : บุหรี่ / วัยรุ่น / ชุมชนแออัด / ทักษะชีวิต / การสนับสนุนจากผู้ปกครอง / 5A's

# EFFECTS OF LIFE SKILL APPLICATION WITH GUARDIAN SUPPORT (5A's) ON SMOKING PREVENTION IN ADOLESCENTS LIVING IN CONGESTED COMMUNITIES

SUPARAT IMWATTANAKUL 4836040 PHPH/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN PUBLIC HEALTH NURSING

THESIS ADVISORY COMMITTEE: ARPAPORN POWWATTANA, Ph.D. (NURSING),  
SUNEE LAGAMPAN, Ed.D. (CURRICULUM RESEARCH AND DEVELOPMENT),  
SULEE TONGVICHEAN, Dr. PH. (PUBLIC HEALTH NURSING)

## ABSTRACT

Smoking among children and adolescents is in an upward trend, especially among children and adolescents residing in congested communities, who are considered a significant risk group. This quasi - experimental research was conducted with the objective of examining the effects of the Life Skill Application with Parental/Guardian Support (5A's) on Smoking Prevention in Adolescents Living in Congested Communities. The sample group comprised of adolescents aged 11-14 years old and residing in a total of 5 congested communities in the Bangkok Metropolis. The sample group was divided into experimental and comparison groups of 30 samples each, and the study was conducted over a period of 8 weeks, an experimental period of 4 weeks and a follow-up period of 4 weeks. Data was collected in statistics on percentage, mean, standard deviation, and t-test.

The research findings revealed that the experimental group had higher pre-experiment mean scores for preventive behavior against smoking than the comparison group with statistical significance ( $p$ -value  $< .05$ ). When compared within the experimental group, it was found that the mean scores for stress management and preventive behavior against smoking were higher than the pre-experiment scores with statistical significance ( $p$ -value  $< .05$ ). As for the follow-up period, only the scores for preventive behavior against smoking were higher than before the experiment with statistical significance ( $p$ -value  $< .05$ ) and, for attitude and decision, post-experimental scores were higher than for the follow-up period with statistical significance ( $p$ -value  $< .05$ ). As to the scores of other aspects, these were no different from those of before the experiment and, no difference from the experimental group.

Although the arrangement of this application did not trigger the desired changes in life skill, attitudes, and behaviors, it should be rearranged in terms of increasing the activities, format, content and period of time for activities with clearer goal setting and procedures. The period of time for skills training in effectively reminding adolescents according to the 5A's concept for guardians should be extended. Furthermore, further study should be done on strengthening activities for families in order to increase perception and understanding about performing activities.

KEY WORDS : SMOKING / ADOLESCENT / CONGESTED COMMUNITIES /  
LIFE SKILL / GUARDIAN SUPPORT / 5A's

220 pages.