



ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาในการเลิกสูบบุหรี่  
ของผู้นำชุมชน อำเภอเมือง จังหวัดพัทลุง



กิตติศักดิ์ เมืองหนู

อธินันทนากการ

จาก

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)  
สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2544

ISBN 974 - 04 - 0981 - 4

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

วพ  
ค675ป  
2544  
ค.2

4037189 PHPH/M : สาขาวิชาเอก : สุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ ; วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร)  
คำสำคัญ : การเลิกสูบบุหรี่/ ผู้นำชุมชน/แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ

กิตติศักดิ์ เมืองหนู: ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาในการเลิกสูบบุหรี่ ของผู้นำชุมชน อำเภอเมือง จังหวัดพัทลุง (THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION PROGRAMS ON SMOKING CESSATION AMONG COMMUNITY LEADERS IN MUANG DISTRICT PHATTHALUNG PROVINCE) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : เถลิงพล ต้นสกุล, กศ.ม., ศ.ด., ถักขณา เต็มศิริกุลชัย, วท.บ., ศค.ม., กรณี วัฒนสมบูรณ์, พช.บ., วท.ม. จำนวน 230 หน้า ISBN 974 - 04 - 0981 - 4

การสูบบุหรี่ทำให้เป็นอันตรายต่อสุขภาพของผู้สูบเองและบุคคลใกล้เคียง เป็นปัญหาด้านสาธารณสุขที่สำคัญ ทำให้เกิดผลกระทบทั้งด้านเศรษฐกิจ ทำลายสิ่งแวดล้อม และก่อให้เกิดปัญหาทางสังคม การสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่ไม่ส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มบุคคลที่มีอายุระหว่าง 25 - 49 ปี เป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมสูบบุหรี่มาก โดยเฉพาะกลุ่มบุคคลที่เป็นผู้นำชุมชน ซึ่งนอกจากจะต้องเป็นคนที่จะต้องมีความรู้ที่ดีแล้วก็ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ประชาชนทั่วไป การวิจัยครั้งนี้ ได้ศึกษาในกลุ่มผู้นำชุมชน ซึ่งเป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการเลิกสูบบุหรี่ ของผู้นำชุมชน อำเภอเมือง จังหวัดพัทลุง กลุ่มตัวอย่างจำนวน 110 คน เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 52 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 58 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมสุขศึกษาใช้ระยะเวลา 10 สัปดาห์ ระหว่างเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2541 ถึงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2542 กลุ่มเปรียบเทียบไม่เข้าร่วมในกิจกรรมดังกล่าว ดำเนินการเก็บข้อมูลก่อนทดลองและหลังทดลองโดยใช้ แบบสอบถาม แบบบันทึกการสูบบุหรี่ และวิเคราะห์ข้อมูลหาค่าสถิติด้วย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Paired Sample t-test, Students t-test และ z-test โดยกำหนดระดับความเชื่อมั่นที่ 95 %

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้าน ความรู้เรื่องบุหรี่ การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ การรับรู้ความรุนแรงของโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ การรับรู้ผลดีและอุปสรรคของการปฏิบัติตามคำแนะนำ การปฏิบัติตัวในการเลิกสูบบุหรี่ ที่ถูกต้องมากกว่าก่อนทดลอง และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ พบว่า กลุ่มทดลองมีผู้นำชุมชนที่สามารถเลิกสูบบุหรี่ และลดจำนวนมวนบุหรี่ที่สูบต่อวัน ได้มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

4037189 PHPH/M : MAJOR : HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES;

M.Sc. (PUBLIC HEALTH)

KEY WORDS : SMOKING CESSATION / COMMUNITY LEADERS / HEALTH  
BELIEF MODEL

KITISAK MUANGNOO : THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION PROGRAMS ON SMOKING CESSATION AMONG COMMUNITY LEADERS IN MUANG DISTRICT, PHATTHALUANG PROVINCE. THESIS ADVISORS : CHALERMPOL TANSAKUL, Dr.P.H., LAKKHANA THERMSIRIKULCHAI, B.Sc., M.A., PARANEE VATANASOMBOOM, B.N., M.Sc. 230 P. ISBN 974 – 04 – 0981 – 4

Smoking is harmful not only to smokers, but also to other people around them. It is an important social and public health problem causing economic loss and environmental degradation. Smoking is an unhealthy behavior and a great number of individuals between 25 and 49 years of age especially community leaders smoke. In addition to having good health, community leaders must be role models for other people. This quasi – experimental study was conducted to assess the effectiveness of a health education program on smoking cessation among community leaders in Muang district, Phatthalung province.

The Health Belief Model and Social Support was used in the program. The sample consisted of 110 community leaders, with 52 assigned in the experimental group and 58 in the comparison group. The experimental group participated in the program activities for 10 weeks from November 1998 to March 1999, while the comparison group did not. The data was collected before and after the program implementation by using a questionnaire and smoking records. Statistical analysis included percentage, mean, standard deviation, Paired Sample t-test, students t-test and Z-test at a confidence level of 95%.

Results showed that the experimental group had gained significantly better knowledge about smoking, perceived vulnerability, perceived severity, perceived benefits and barriers of appropriate practice concerning smoking cessation than prior to the implementation of the program and more than the comparison group.