

ปีที่ 16 เล่มที่ 1 เดือนมกราคม - มิถุนายน 2556



# วารสารคณะพลศึกษา

Vol.16 No.1 January - June 2013

JOURNAL OF FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION

ISSN 1513 - 3613

## วารสารคณะพลศึกษา

ปีที่ 16 เล่มที่ 1 เดือนมกราคม - เดือนมิถุนายน 2556

เจ้าของ

คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บรรณาธิการ

อาจารย์ ดร.อาพรรณชนิต ศิริแพทย์

ที่ปรึกษา

ศาสตราจารย์ประมวญ เทพชัยศรี

รองศาสตราจารย์จรินทร์ ธานีรัตน์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐ อินทรपाल

อาจารย์ ดร.ศักดิ์ชาย ทิวสุวรรณ

คณบดีคณะพลศึกษา

หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา

หัวหน้าภาควิชาสุขศึกษา

หัวหน้าภาควิชาสันทนาการ

หัวหน้าภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

กรรมการและกองจัดการ

นางสาวจุฑาทิพย์ มากนภ

นายณัฐกรภัทร์ ภูศิริ

นายชัยพรพัฒน์ รุ่งรอดกร

นางสาวอ้อมใจ ใฝ่ทาคำ

นางวิไล พิพัฒน์โอรระพงษ์

นางจารีวรรณ ปานประเสริฐ

นางจินดา ไตรเวช

นายฐานันท์ ภูยานนท์

นายวงศ์ สุพร

กองบรรณาธิการ

รองศาสตราจารย์ ดร.วิชุด ฅนิงสุขเกษม

รองศาสตราจารย์ ดร.ดรณวรรณ สุขสม

รองศาสตราจารย์ ดร.ดำรงส ดาราศักดิ์

รองศาสตราจารย์ ดร.สาลี สุภากรณ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤพนธ์ วงศ์ตฤภัก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สืบสาย บุญวิบุตร

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ราตรี เรืองไทย

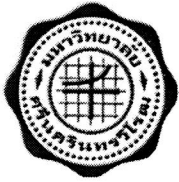
อาจารย์ ดร.อนงค์ ทาญสกุล

อาจารย์ปาริยา ปาริยะวฤทธิ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่บทความและงานวิจัยเกี่ยวกับพลศึกษา สุขศึกษา นันทนาการและวิทยาศาสตร์การกีฬา
2. เพื่อเผยแพร่กิจกรรมต่างๆ ของคณะพลศึกษา ซึ่งเป็นการกิจของคณะพลศึกษาในฐานะเป็นหน่วยงานหนึ่งของสถาบันอุดมศึกษา
3. เพื่อเป็นแหล่งตีพิมพ์เผยแพร่ผลงานทางวิชาการของอาจารย์ ข้าราชการ ผลงานปริญญาโทของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษาและให้เป็นหลักฐานในการตรวจสอบคุณภาพของงานวิชาการ ตลอดจนเป็นที่ยอมรับระดับชาติ และของสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.)

บทความและข้อคิดเห็นใด ๆ ในวารสาร เป็นทัศนะของผู้เขียน คณะพลศึกษาไม่จำเป็นต้องเห็นชอบด้วยเสมอไป ผู้ใดประสงค์จะนำข้อความไปตีพิมพ์หรือเผยแพร่ต้องได้รับอนุญาตจากผู้เขียนโดยตรง



วารสารคณะพลศึกษา ปีที่ 16 เล่มที่ 1 เดือนมกราคม - เดือนมิถุนายน 2556

คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

## สารบัญ

หน้า

### บทความวิชาการ

การละเล่นพื้นเมืองมรดกทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่า 1 - 10

- สมบูรณ์ นิมเบติพันธ์

การออกกำลังกายแบบ TRX (Total Body Resistance Exercise) 11 - 19

- ประสิทธิ์ ปิปทุม

### บทความวิจัย

ผลการสอนเทนนิสด้วยวิธีสอนแบบแทคติกอลและการสอนแบบโดยตรง 20 - 34

THE IMPACT OF LEARNING TENNIS THROUGH TACTICAL GAME APPROACH AND DIRECT TEACHING

- สาลี สุภากรรณ์

ผลของการฝึกจินตภาพและการเลียนแบบที่มีต่อความแม่นยำในการตีลูกหยอดกีฬาแบดมินตัน 35 - 43

THE EFFECT OF IMAGERY AND MODELING ON ACCURACY IN BADMINTON DROP SHOT

- สุทธิรักษ์ นาโสม
- อาพรรณชนิด ติริแพทย์
- สืบสาย บุญวิโรบุตร

การศึกษาการใช้จินตภาพของนักกีฬาคาราเต้โดในประเทศไทย 44 - 54

THE STUDY OF IMAGERY OF THAI KARATEDO PLAYERS

- ทวีสุข เชื้อวชาญปรีชากุล
- สุปราณีวี ชวัญบุญจันทร์
- อุษากร พันธุ์วานิช

เปรียบเทียบผลของการฝึกออกกำลังกายด้วยการสั่นร่างกายและไม่สั่นร่างกายที่มีต่อ 55 - 63

ความแข็งแรงของ กล้ามเนื้อขา ความเร็ว พลัง และความอ่อนตัว

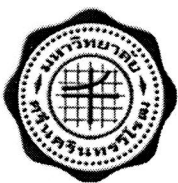
A COMPARISON OF WHOLE BODY VIBRATION TRAINING AND NON-WHOLE BODY VIBRATION TRAINING ON LEG STRENGTH, SPEED, POWER AND FLEXIBILITY

- อิศวธีร์ ปิ่นทอง
- สุปราณีวี ชวัญบุญจันทร์
- อุษากร พันธุ์วานิช

การสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬาฮอกกี้สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 64 - 74

A CONSTRUCTION OF HOCKEY SKILLS TEST FOR KASSETSART UNIVERSITY STUDENTS

- สุพรรณิ ยิ้มนวล
- บุญเลิศ อุทยานิก
- สุวิมล ตั้งสังพจน์



วารสารคณะพลศึกษา\_ปีที่ 16 เล่มที่ 1 เดือนมกราคม - เดือนมิถุนายน 2556

คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

- การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนวิชาภาคปฏิบัติทางพลศึกษานักศึกษาวิชาชีพครู สาขาวิชาพลศึกษา สถาบันการพลศึกษา 75 - 87  
THE DEVELOPMENT OF INSTRUCTIONAL MODEL FOR PHYSICAL EDUCATION FOR PROFESSIONAL TEACHERS,STUDENT IN INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION
- เกียรติวัฒน์ วิชาญกาญจน์
  - สุรางค์ เมรานนท์
  - ชาตรี เกิดธรรม
  - บุญเรือง ศรีเทรัญ
- ความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อการเรียนการสอนตามหลักสูตรของสถาบันการพลศึกษา ในเขตภาคใต้ ปีการศึกษา 2555 88 - 97  
THE OPINION OF STUDENTS TOWARDS LEARNING AND TEACHING ACCORDING TO CURRICULUM OF THE INSTITUTES OF PHYSICAL EDUCATION, IN THE SOUTHERN AREA, IN ACADEMIC YEAR 2012
- สมรรกชัย ดันธมาทน
  - ธงชัย เจริญทรัพย์มณี
  - วัฒนา สุทธิพันธ์
- สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน ปีการศึกษา 2555 98 - 106  
HEALTH – RELATED PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS AT PATUMWAN DEMONSTRATION SCHOOL, SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY IN ACADEMIC YEAR 2012
- นิรณี คำสีลอง
  - ธงชัย เจริญทรัพย์มณี
  - เทเวศร์ พิริยะพุกนธ์
- คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ตัดสินกีฬาบาสเกตบอลตามที่ทัศนะของนักกีฬา และผู้ฝึกสอนในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 40 107 - 117  
ACTUAL AND DESIRED CHARACTERISTICS OF BASKETBALL REFEREESIN THE OPINIONS OF PLAYERS AND COACHES IN THE 40THTHAILAND UNIVERSITY GAMES
- ชิดชนก ศรีสวัสดิ์
  - ไพบุญ ศรีชัยสวัสดิ์
- ทัศนคติที่มีต่อการเข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 118 - 128  
ATTITUDE TOWARDS RECREATION ACTIVITIES PROGRAM PATICIPATION OF THE STUDENT IN MATHAYOM SUKSA III
- รัชราวไล สว่างอรุณ
  - สุมรดี นิมเบติพันธ์
  - มยุรี ฤทธิวิบูลย์



วารสารคณะพลศึกษา\_ปีที่ 16 เล่มที่ 1 เดือนมกราคม - เดือนมิถุนายน 2556

คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้กระบวนการกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรม  
การป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก ของอาสาสมัครสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา 129 - 144  
THE EFFECTIVENESS OF A HEALTH EDUCATION PROGRAM APPLYING GROUP PROCESS ON  
DENGUE HEMORRHAGIC FEVER PREVENTION AND CONTROL BEHAVIORS OF PUBLIC HEALTH  
VOLUNTEERS IN PHRA NAKHON SRI AYUTTHAYA PROVINCE

- วิมล เลาทักษิณี
- จุฑามาศ เทพชัยศรี
- ทรงพล ต่อนี่

ประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองที่มีต่อ  
พฤติกรรม ทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่4 อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม 145-157  
THE EFFECTIVENESS OF A DENTAL HEALTH EDUCATION PROGRAMME APPLYING  
SELF-EFFICACY THEORY ON DENTAL HEALTH BEHAVIOR OF PRATHOMSUKSA 4  
STUDENTS IN MUANG DISTRICT, NAKRONPATHOM PROVINCE

- สิริลักษณ์ รสภิรมย์
- อนันต์ มาลารัตน์
- จุฑามาศ เทพชัยศรี

พฤติกรรมสุขภาพของประชาชน ในชุมชน อ.ปากพลี จ.นครนายก 158 - 168  
SELF HEALTH CARE BEHAVIOR OF PEOPLE IN PAK- PHI DISTRICT  
NAKHON NAYOK PROVINCE

- อนงค์ ทาญสกุล

ผลของรูปแบบการส่งเสริมความรู้การขออนุญาตการปลูกสร้างอาคารแก่เจ้าของอาคาร 169 - 180  
RESULT OF MODEL KNOWLEDGE PROMOTION FOR THE BUILDING OWNER IN PURSUING  
PERMISSION OF BUILDING CONSTRUCTION

- ดมสันต์ ทาญสกุล
- วิลาวรรณ พันธุ์พุกษ์

**THE EFFECTIVENESS OF A DENTAL HEALTH EDUCATION PROGRAMME APPLYING  
SELF-EFFICACY THEORY ON DENTAL HEALTH BEHAVIOR OF PRATHOMSUKSA 4  
STUDENTS IN MUANG DISTRICT, NAKRONPATHOM PROVINCE**

**Sirilak Rosphirom Anan Malarat Chutamat Tapchaisri**

Faculty of Physical Education Srinakharinwirot University

---

**Abstract**

This quasi-experimental research was designed to study the effectiveness of a dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior of Prathomsuksa 4 Students in Muang district, Nakhon Pathom Province. Two schools with similar features were selected by a random sampling as the studied groups. The experimental group was 41 Prathomsuksa 4 students from Wat Bang Khaem School. The control group consisted of 53 Prathomsuksa 4 students from Wat Ladplakao School. The experimental group received health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior. The control group did not receive the researcher's health education program. The data were collected two times, i.e. before and after applying the health education program. The test, questionnaires, plaque record and the assessment of skill performance were used to collect the data. The data were analyzed by percentage, mean score, standard deviation, independent t-test, paired sample t-test and ANCOVA methods.

The results of this study were as follows:

1. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, the experimental group had better knowledge of dental health care than before receiving the dental health education program and better than the control group at .05 level.
2. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, there were no difference of self-efficacy of the oral health care before and after applying the program on the experimental group. It was found that after controlling the covariate, the mean score of self-efficacy of the oral health care of the experimental group was not difference from the control group.
3. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, there were no difference in perceived outcome expectation of dental health care before and after applying the program on the experimental and there were no difference in perceived outcome expectation of dental health care between the experimental group and the control group.

4. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, the experimental group had better tooth brushing skill than before receiving the dental health education program

5. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, the experimental group had better oral examination skill than before receiving the dental health education program and better than the control group at .05 level.

6. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, the experimental group did the correct way of brushing teeth better than before receiving the dental health education program. It was found that after controlling the covariate, the mean score of the correct way of brushing teeth of the experimental group was not difference from the control group.

7. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, the experimental group had no difference in simply self dental examination than before receiving the dental health education program. It was found that after controlling the covariate, the mean score of simply self dental examination of the experimental group was not difference from the control group.

8. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, there were no difference in food consumption behavior for dental health before and after applying the program on the experimental group. There were no difference in food consumption behavior for dental health between the experimental group and the control group.

9. After receiving the dental health education program applying self-efficacy theory on dental health behavior, the experimental group had dental plaque less than before receiving the dental health education program and less than the control group at .05 level.

**Key word** : Self-efficacy Theory, Dental health, Tooth brushing

## ประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม

สิริลักษณ์ รสภิรมย์ อนันต์ มลารัตน์ จุฑามาศ เทพชัยศรี

ภาควิชาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

### บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้รูปแบบการวิจัยแบบกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม ทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง โดยกำหนดโรงเรียนที่มีคุณสมบัติคล้ายกัน 2 โรงเรียน จากนั้นสุ่มโรงเรียน ได้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดบางแถม จำนวน 41 คน เป็นกลุ่มทดลอง และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดลาดปลาเค้า จำนวน 53 คน เป็นกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง การเก็บรวบรวมข้อมูลกระทำ 2 ครั้ง คือ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลองโดยใช้แบบทดสอบ แบบสอบถาม แบบบันทึกปริมาณคราบจุลินทรีย์ และแบบประเมินทักษะของการปฏิบัติ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสถิติที (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCONA : Analysis of Co-variance)

ผลการศึกษาพบว่า

1. ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง กลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพดีกว่าก่อนได้รับทันตสุขศึกษา และดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง กลุ่มทดลองมีการรับรู้ความสามารถตนเองต่อการดูแลทันตสุขภาพไม่แตกต่างจากก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา และพบว่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองต่อการดูแลทันตสุขภาพระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเมื่อควบคุมตัวแปรแล้ว ไม่แตกต่างกัน

3. ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองกลุ่มทดลองมีความคาดหวังในผลของการปฏิบัติตนในการดูแลทันตสุขภาพไม่แตกต่างจากก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา และไม่แตกต่างกับกลุ่มควบคุม

4. ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง กลุ่มทดลองมีทักษะการแปรงฟันดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา และดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง กลุ่มทดลองมีทักษะการตรวจฟันดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา และดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



6. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการแปรงฟันที่ถูกวิธีดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่พบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการแปรงฟันที่ถูกวิธีระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เมื่อควบคุมตัวแปรร่วมแล้ว ไม่แตกต่างกัน

7. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตัวเองไม่แตกต่างจากก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา และพบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตัวเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เมื่อควบคุมตัวแปรร่วมแล้ว ไม่แตกต่างกัน

8. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อทันตสุขภาพไม่แตกต่างจากก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา และไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม

9. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟันน้อยกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา และน้อยกว่านักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**คำสำคัญ :** ทฤษฎีความสามารถตนเอง, ทันตสุขภาพ, การแปรงฟัน

## บทนำ

จากสภาพเงื่อนไขบริบททางสังคมเศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ผู้ปกครองต้องมีการหน้าที่ในการหารายได้มากขึ้นเวลาในการเลี้ยงดูน้อยลงซึ่งสิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อคุณภาพการเลี้ยงดูเด็กโดยเฉพาะในส่วนของการรับประทานอาหารและการดูแลในเรื่องของทันตสุขภาพ ประกอบกับการแพร่เข้ามาของแบบแผนวิถีชีวิตอย่างรวดเร็ว วัฒนธรรมตะวันตก ความเจริญและวิวัฒนาการทางเทคโนโลยี รวมทั้งความเจริญทางการสื่อสาร สิ่งต่างๆ เหล่านี้ส่งผลให้เกิดค่านิยมการบริโภคอาหารที่อยู่ในกลุ่มแป้งและน้ำตาลสูงขึ้น ได้ทวีจำนวนชนิดมากขึ้นด้วยรูปแบบที่หลากหลายมากขึ้น ส่งผลกระตุ้นให้เด็กบริโภคมากขึ้น และส่งผลต่อภาวะทันตสุขภาพในที่สุดจากสภาพปัญหาทันตสุขภาพของเด็กในกลุ่มอายุต่างๆ (กองทันตสาธารณสุข. 2544) พบว่าเด็กในกลุ่มอายุ 9- 12 ปี เป็นช่วงอายุที่มีความจำเป็นในการให้ทันตสุขศึกษามากที่สุด เนื่องจากเป็นช่วงที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดการผุของฟันแท้มากที่สุด และเมื่อพิจารณาจากผลการสำรวจสภาวะทันตสุขภาพรายปีในพื้นที่ 75 จังหวัด ทั้งประเทศไทย (ตามแบบสำรวจ ท 02) ซึ่งดำเนินการสำรวจสภาวะปราศจากฟันผุ (caries free) ของเด็กอายุ 12 ปี ในช่วงปีพ.ศ. 2548 – พ.ศ. 2550 (กองทันตสาธารณสุข. 2550) พบว่าสภาวะปราศจากฟันผุ ของเด็กอายุ 12 ปี ในภาพรวมของประเทศ มีแนวโน้มคงที่ คือ ร้อยละ 41.37, 42.6 และ 42.00 ตามลำดับซึ่งการแก้ปัญหาทันตสุขภาพในเด็กกลุ่มอายุ 9 - 12 ปี นั้น จำเป็นที่จะต้องให้เด็กเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลภาวะทันตสุขภาพของตนเองมากขึ้น โดยเด็กจะต้องมีการรับรู้ความสามารถของตนเองว่ามีความสามารถในการดูแลทันตสุขภาพของตนเองได้ ซึ่งประสิทธิภาพของการแสดงออกของพฤติกรรมทันตสุขภาพนั้น จะขึ้นกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในสภาวะการณ์ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาทันตสุขภาพ

ดังกล่าว โดยทฤษฎีทางสุขศึกษาที่มีความเหมาะสมในการที่จะนำมาใช้เพื่อให้กระบวนการแก้ปัญหาทันตสุขภาพของเด็กในกลุ่มอายุนี้ คือ ทฤษฎีความสามารถตนเอง (Self-efficacy Theory)

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำทฤษฎีความสามารถตนเอง มาประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรมการทันตสุขภาพแก่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม เพื่อให้นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความรู้ ความสามารถและการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคฟันผุและโรคเหงือกอักเสบ โดยที่เน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเข้ามาใช้ในโปรแกรมโดยให้นักเรียนได้สัมผัสและมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ไปพร้อม ๆ กัน อันจะนำไปสู่การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องด้านทันตสุขภาพ อีกทั้งยังนำผลของโปรแกรมนี้ไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินการให้ทันตสุขภาพในโครงการส่งเสริมทันตสุขภาพในโรงเรียนอื่นต่อไป

### ความสำคัญของการวิจัย

1. ได้ทราบประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม
2. นำผลที่ได้จากการศึกษาเสนอให้สถานศึกษา หน่วยงานของรัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องได้ใช้เป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมทันตสุขภาพ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมทันตสุขภาพที่เหมาะสมของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาต่อไป
3. เป็นแนวทางการศึกษาพัฒนารูปแบบการดำเนินการให้ทันตสุขภาพของครู และทันตบุคลากร ในการดำเนินโครงการส่งเสริมทันตสุขภาพในโรงเรียนอื่นต่อไป

### ระเบียบวิธีวิจัย

#### ขอบเขตของการศึกษาวิจัย

#### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐมภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2553 จำนวน 52 โรงเรียน 4,150 คน

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐมภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2553 จำนวน 94 คน ที่ได้มาโดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) โดยกำหนดคุณสมบัติที่คล้ายกันได้จำนวน 2 โรงเรียน จากนั้นสุ่มเลือกโรงเรียนด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลาก เพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลอง (Experimental group) และกลุ่มควบคุม (Control group) และกำหนดนักเรียนทุกคนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของทั้ง 2 โรงเรียนเป็นกลุ่มตัวอย่าง ได้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนวัดบางแฉม จำนวน 41 คน เป็นกลุ่มทดลอง และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนวัดลาดปลาเค้า จำนวน 53 คน เป็นกลุ่มควบคุม

## ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมทันตสุขศึกษาซึ่งแบ่งออกเป็น
  - 1.1 โปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
  - 1.2 โปรแกรมทันตสุขศึกษา ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่ดำเนินการตามปกติ
2. ตัวแปรตาม ได้แก่
  1. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ
  2. การรับรู้ความสามารถตนเองต่อการดูแลทันตสุขภาพ
  3. ความคาดหวังในผลของการปฏิบัติตนในการดูแลทันตสุขภาพ
  4. ทักษะ จำแนกเป็น
    - 4.1 ทักษะในการแปรงฟัน
    - 4.2 ทักษะในการตรวจฟัน
  5. การปฏิบัติตนในการดูแลทันตสุขภาพ จำแนกเป็น
    - 5.1 การแปรงฟันที่ถูกต้องวิธี
    - 5.2 การตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตนเอง
    - 5.3 การเลือกบริโภคอาหารเพื่อทันตสุขภาพ
  6. ปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟัน

## วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยมุ่งศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐมกลุ่มทดลองเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนวัดบางแวม จำนวน 41 คนกลุ่มควบคุมเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนวัดลาดปลาเค้า จำนวน 53 คนเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามแบบบันทึกปริมาณคราบจุลินทรีย์และแบบประเมินทักษะของการปฏิบัติวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยค่าร้อยละเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติ Paired Samples t-test เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติ Independent samples t-test

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบประเมินความรู้ การรับรู้และการปฏิบัติตนด้านทันตสุขภาพ โดยให้นักเรียนเป็นผู้ตอบแบบประเมินด้วยตนเอง
2. แบบบันทึกข้อมูลทันตสุขภาพ ผู้วิจัยเป็นผู้บันทึกข้อมูลด้วยตนเอง
3. แบบบันทึกความถี่ของการปฏิบัติตนในการดูแลทันตสุขภาพ โดยให้นักเรียนเป็นผู้บันทึกด้วยตนเอง
4. แบบประเมินกระบวนการจัดกิจกรรมทันตสุขศึกษา โดยผู้วิจัยเป็นผู้สังเกตสัมภาษณ์และบันทึกด้วยตนเอง

### การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรวบรวมแบบทดสอบและแบบสอบถามทั้งก่อนการทดลอง (Pre-test) และหลังการทดลอง (Post-test) แล้วผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

#### 1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics)

1.1 วิเคราะห์ข้อมูลด้านประชากรได้แก่เพศอายุเกรดเฉลี่ยบุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ ด้วยแหล่งที่นักเรียนได้รับความรู้ในเรื่องสุขภาพโดยการแจกแจงความถี่คิดเป็นร้อยละ

1.2 วิเคราะห์ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการดูแลทันตสุขภาพความคาดหวังในผลที่เกิดจากการปฏิบัติตนจากการดูแลทันตสุขภาพการปฏิบัติตนในการดูแลทันตสุขภาพปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟัน ทักษะการแปรงฟันที่ถูกวิธี และทักษะการตรวจสุขภาพช่องปากด้วยตัวเองของนักเรียนโดยการหาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S)

#### 2. สถิติเชิงวิเคราะห์ (Analytical Statistics)

2.1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองโดยการทดสอบค่าที (Paired Sample t – test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1-9

2.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

2.2.1 โดยการทดสอบค่าที (Independent Samples t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 12,13,14,17

2.2.2 โดยการทดสอบการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม ANCOVA (Analysis of Covariance) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 10,11,15,16,18

### ผลการศึกษา

1. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

2. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการดูแลทันตสุขภาพ ไม่แตกต่างกับก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การค้นพบดังกล่าวจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2

3. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีความคาดหวังในผลที่เกิดจากการปฏิบัติตนจากการดูแลทันตสุขภาพไม่แตกต่างกับก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การค้นพบดังกล่าวจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

4. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีทักษะในการแปรงฟันดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา ดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4



16. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีคะแนนเฉลี่ยการตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตัวเอง ไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การค้นพบดังกล่าวจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 16

17. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีการเลือกบริโภคอาหารเพื่อทันตสุขภาพ ไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การค้นพบดังกล่าวจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 17

18. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง มีปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟันน้อยกว่านักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 18

## อภิปรายผล

จากการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองที่มีต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐมผู้วิจัยขอเสนอการอภิปรายดังนี้

### 1. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ

ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 และภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองนักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพดีกว่านักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 10 แสดงว่าโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีผลทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่าในกลุ่มควบคุม สอดคล้องกับผลการศึกษาของเตื่อนใจ ทวีกิจสมบูรณ์ (2542: 83-84) ที่ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการป้องกันฟันผุของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐมโดยแบ่งเป็น กลุ่มทดลองจำนวน 82 คนของโรงเรียนกำแพงแสนวิทยา ได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาจำนวน 4 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมเป็นโรงเรียนบางเลนวิทยา จำนวน 83 คน ไม่ได้รับโปรแกรมใดๆ เลย ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความรู้เกี่ยวกับโรคฟันผุการรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในพฤติกรรมการป้องกันฟันผุ และการกำกับตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### 2. การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการดูแลทันตสุขภาพ

ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการดูแลทันตสุขภาพไม่แตกต่างกับก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการดูแลทันตสุขภาพไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การค้นพบดังกล่าวจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 11 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการรับรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนก่อนการ

ทดลองและหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง (3.82 เปรียบเทียบกับ 3.72) และเช่นเดียวกันเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการรับรู้เกี่ยวกับการดูแลทัศนสุขภาพของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุม (3.82 เปรียบเทียบกับ 3.61) แต่ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยดังกล่าวไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยต้องคอยกระตุ้นให้มีการแสดงออกตลอดเวลา อีกทั้งการจัดกิจกรรมอยู่ในช่วงเวลาที่มีการสอบปลายภาคของกลุ่มทดลองด้วย ทำให้กลุ่มทดลองขาดสมาธิในการทำกิจกรรม ดังนั้นในกรณีของการที่นักเรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการดูแลทัศนสุขภาพไม่แตกต่างกันก่อนและหลังการทดลอง และระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก็ยังมีความเป็นไปได้ว่าพฤติกรรมการแสดงออกในการดูแลทัศนสุขภาพของนักเรียนจะมีความแตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะความสามารถของคนเป็นเรื่องไม่ตายตัวแต่จะยืดหยุ่นตามสภาพการณ์ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549: 49)

### 3. ความคาดหวังในผลที่เกิดจากการปฏิบัติตนจากการดูแลทัศนสุขภาพ

ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีความคาดหวังในผลที่เกิดจากการปฏิบัติตนจากการดูแลทัศนสุขภาพไม่แตกต่างกับก่อนได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง มีความคาดหวังในผลที่เกิดจากการปฏิบัติตนจากการดูแลทัศนสุขภาพไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับทัศนสุขภาพตามปกติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 จึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 12 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความคาดหวังในผลที่เกิดจากการปฏิบัติตนจากการดูแลทัศนสุขภาพของนักเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง (3.90 เปรียบเทียบกับ 3.93) และเช่นเดียวกันเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความคาดหวังในผลที่เกิดจากการปฏิบัติตนจากการดูแลทัศนสุขภาพของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ย สูงกว่ากลุ่มควบคุม (3.39 เปรียบเทียบกับ 3.99) แต่ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยดังกล่าวไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

### 4. ทักษะในการแปร่งฟัน

ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีทักษะในการแปร่งฟันดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4 และภายหลังจากได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองนักเรียนมีทักษะในการแปร่งฟันดีกว่านักเรียนที่ได้รับทัศนสุขภาพตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 13 แสดงว่าโปรแกรมทัศนสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีผลทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีทักษะในการแปร่งฟันดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่าในกลุ่มควบคุม

### 5. ทักษะในการตรวจฟัน

ภายหลังจากได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีทักษะในการตรวจฟันดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 5 และภายหลังจากได้รับโปรแกรมทัศนสุขภาพโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองนักเรียนมีทักษะในการตรวจฟันดีกว่านักเรียนที่ได้รับทัศนสุขภาพตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 14

แสดงว่าโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีผลทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีทักษะในการตรวจฟันดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่าในกลุ่มควบคุม

#### 6. การแปร่งฟันที่ถูกรื้อ

ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีคะแนนการแปร่งฟันที่ถูกรื้อดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6 ผลการศึกษาแสดงว่าโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีผลทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนการแปร่งฟันที่ถูกรื้อดีกว่าก่อนการทดลอง แต่เมื่อภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองพบว่านักเรียนมีคะแนนการแปร่งฟันที่ถูกรื้อไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การค้นพบดังกล่าวจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 15

#### 7. การตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตัวเอง

ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีการตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตัวเองไม่แตกต่างกับก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 7 เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีการตรวจฟันอย่างง่ายด้วยตัวเองไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 การค้นพบดังกล่าวจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 16 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการรับรู้เกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง (14.95 เปรียบเทียบกับ 13.98) แต่ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยดังกล่าวไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

#### 8. การเลือกบริโภคอาหารเพื่อทันตสุขภาพ

ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีการเลือกบริโภคอาหารเพื่อทันตสุขภาพไม่แตกต่างกับก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษา ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 8 เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง มีการเลือกบริโภคอาหารเพื่อทันตสุขภาพไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 จึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 17 ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษานักเรียนในกลุ่มทดลองมีการเลือกบริโภคอาหารเพื่อทันตสุขภาพไม่แตกต่างจากก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาและไม่แตกต่างจากนักเรียนกลุ่มควบคุม

#### 9. ปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟัน

ภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเอง นักเรียนมีปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟันดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9 และภายหลังได้รับโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองนักเรียนมีปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟันดีกว่านักเรียนที่ได้รับทันตสุขศึกษาตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 18 แสดงว่าโปรแกรมทันตสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองมีผลทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีปริมาณคราบจุลินทรีย์บนตัวฟันดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่าในกลุ่มควบคุม



### ข้อเสนอแนะ

1. โรงเรียนควรมีการจัดอบรมโปรแกรมทันตสุขศึกษาอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมดูแลทันตสุขภาพที่ดีขึ้น และเกิดเป็นพฤติกรรมดูแลทันตสุขภาพอย่างถาวรในระยะยาว
2. ควรมีการจัดอบรม ให้ความรู้ ความเข้าใจ และนำข่าวสารใหม่ ๆ ในเรื่องทันตสุขภาพมาเผยแพร่แก่ครูผู้สอนอย่างสม่ำเสมอ เพราะครูเป็นบุคคลที่สามารถกระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีได้ การให้ความรู้เรื่องทันตสุขภาพแก่ครูจึงจำเป็นอย่างยิ่ง
3. เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดา มารดา ดังนั้นการให้แรงสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจึงควรจะเน้นให้บิดามารดามีส่วนร่วมในการดูแลทันตสุขภาพ เน้นให้บิดามารดาสามารถช่วยกำกับ ดูแลพฤติกรรมดูแลทันตสุขภาพของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในเรื่องการเลือกบริโภคอาหารเพื่อทันตสุขภาพ
4. จากผลการวิจัยพบว่า บางโรงเรียนมีปัญหาในการจัดหาปัจจัยต่างๆ ที่เอื้ออำนวยต่อการดูแลทันตสุขภาพ เช่น การจัดหาอุปกรณ์ สถานที่ใช้ในการแปรงฟัน และอุปกรณ์สำหรับการตรวจฟันด้วยตนเอง ดังนั้นโรงเรียนควรจัดหาอุปกรณ์ หรือกิจกรรมที่สนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมทันตศึกษาอย่างสม่ำเสมอ อาทิ การเตรียมจุดแปรงฟันสำหรับแปรงฟันอย่างพอเพียง พร้อมติดกระจกสำหรับการตรวจฟันด้วยตัวเอง เพราะกิจกรรมต่างๆ เหล่านี้จะส่งผลต่อภาวะทันตสุขภาพของนักเรียนในระยะยาว และลดการเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาเมื่อเกิดปัญหาการเจ็บป่วยจากโรคฟันผุและเหงือกอักเสบกับเด็กนักเรียน

### ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิผลโปรแกรมทันตศึกษาในแต่ละช่วงวัย อาทิ กลุ่มเด็กก่อนวัยเรียน กลุ่มประถมศึกษาตอนต้น และกลุ่มประถมศึกษาตอนปลาย เพื่อศึกษาว่าโปรแกรมทันตศึกษามีประสิทธิผลสูงสุดในช่วงวัยใด และแต่ละช่วงวัยมีความแตกต่างกันในการเรียนรู้โปรแกรมทันตศึกษาอย่างไร เพื่อจะได้นำความรู้ด้านทันตศึกษามาใช้ได้อย่างเหมาะสมกับช่วงวัย และสามารถพัฒนาพฤติกรรมทันตสุขภาพของเด็กนักเรียนให้ดียิ่งขึ้น
2. ควรเพิ่มระยะเวลาที่ศึกษาที่นานขึ้นเพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงในระยะยาว หรืออาจเพิ่มช่วงเวลาในการดำเนินการวิจัยเป็น 2 – 3 ช่วง และดำเนินการเก็บข้อมูลและวัดผลเป็นระยะ และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์เปรียบเทียบ เพื่อศึกษาพัฒนาการ และความก้าวหน้าทันตสุขภาพของนักเรียน
3. ควรมีการนำโปรแกรมคอมพิวเตอร์ช่วยสอนมาใช้ในโปรแกรมทันตศึกษาและวัดประสิทธิภาพของโปรแกรมคอมพิวเตอร์ช่วยสอนซึ่งจะเป็นไปในลักษณะของการวิจัยเชิงพัฒนาสื่อการสอน

**บรรณานุกรม**

- กรมอนามัย, กองทันตสาธารณสุข.(2545). รายงานผลการสำรวจสภาวะทันตสุขภาพแห่งชาติ ครั้งที่ 5 พ.ศ.2534-2544 ประเทศไทย. นนทบุรี : กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- .(2550). รายงานผลการสำรวจสภาวะสุขภาพช่องปากระดับประเทศ ครั้งที่ 6 ประเทศไทย พ.ศ.2549-2550. นนทบุรี: กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- เตือนใจ กิจทวีสมบูรณ์. (2542). ประสิทธิผลของโปรแกรมทันตสุขศึกษาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การป้องกันโรคฟันผุของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม.วิทยานิพนธ์ วท.ม.(สุขศึกษา และพฤติกรรมศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.ถ่ายเอกสาร
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ.(2549).ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม.พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.