

ดลนภา หงษ์ทอง : ผลของการใช้โปรแกรมพีเอแอลเอ็มเอสเอสเพื่อป้องกันการดื่ม  
เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในการรักษาระดับการดื่มแบบเสี่ยงต่ำของนักเรียนมัธยมศึกษาที่มี  
พฤติกรรมการดื่มแบบเสี่ยงต่ำ. (THE EFFECT OF THE PALMSS ALCOHOL  
PREVENTION PROGRAM ON MAINTAINING OF LOW-RISK DRINKING LEVEL  
AMONG LOW-RISK DRINKERS IN HIGH SCHOOL) อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก :  
อ.ดร.จิตรลดา อารีย์สันติชัย, 134 หน้า.

โปรแกรมพีเอแอลเอ็มเอสเอส (PALMSS) เป็นโปรแกรมให้ความรู้เรื่องเครื่องดื่ม  
แอลกอฮอล์ ซึ่งมีเนื้อหาเพิ่มเติมจากหลักสูตรการเรียน ออกแบบเป็นคอมพิวเตอร์ช่วยสอนใช้ CD  
เป็นสื่อในการเรียน โปรแกรมนี้ถูกออกแบบสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีพฤติกรรม  
การดื่มแบบเสี่ยงต่ำ PALMSS เป็นชื่อย่อของโปรแกรมมาจากเนื้อหาหลักของโปรแกรม 6 เนื้อหา  
คือ P = เพื่อน, A = ความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์, L = การดื่มแบบเสี่ยงต่ำ, M = อิทธิพลของสื่อ  
ต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์, S = การดื่มเพื่อเข้าสังคม และ S = ความเชื่อมั่นในตนเอง การวิจัย  
ครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบผลของโปรแกรมในการเพิ่มความรูเรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
จำกัดการดื่มให้อยู่ในระดับเสี่ยงต่ำ และลดการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในนักเรียนมัธยมศึกษา  
ชั้นปีที่ห้าในจังหวัดพะเยาในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ  
เนื่องจากเป็นชั้นปีที่มีสถิติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูง การวิจัยเป็นแบบกึ่งทดลองทำใน  
โรงเรียนมัธยมศึกษา 2 แห่ง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนที่มีพฤติกรรมการดื่มแบบเสี่ยงต่ำจำนวนทั้งสิ้น  
150 คน (กลุ่มทดลอง 75 คน กลุ่มควบคุม 75) ใช้การสัมภาษณ์ในการประเมินกลุ่มตัวอย่างจำนวน  
5 ครั้งคือก่อนเรียนบทเรียน หลังเรียนทันที, 1, 3 และ 6 เดือน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ Exact test,  
Mann-Whitney test, Wilcoxon signed-rank test, independent t-test และ repeated measures  
ANOVA ผลการศึกษาพบว่า หลังจากควบคุมตัวแปร เกรดเฉลี่ย และ การดื่มของเพื่อน  
พบว่าโปรแกรมพีเอแอลเอ็มเอสเอส (PALMSS) มีผลในการเพิ่มความรูเรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
( $p < 0.001$ ) เมื่อสิ้นสุดการเรียนจนถึง 6 เดือน, สามารถจำกัดการดื่มของนักเรียนให้อยู่ในระดับ  
เสี่ยงต่ำ ( $p = 0.008$ ) และลดการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ( $p = 0.026$ ) เมื่อติดตามผลหลังเรียน  
6 เดือน ข้อเสนอแนะในการวิจัยคือ โปรแกรมพีเอแอลเอ็มเอสเอส (PALMSS) มีความเหมาะสมใน  
การสอนให้ความรู้แก่กลุ่มนักเรียนที่มีพฤติกรรมการดื่มแบบเสี่ยงต่ำ ดังนั้นโรงเรียนอื่นๆ ควรได้  
นำไปใช้ให้ความรู้แก่นักเรียน เพื่อการป้องกันปัญหาการดื่มหนักในกลุ่มวัยรุ่น

สาขาวิชา สาธารณสุขศาสตร์.....ลายมือชื่อนิสิต.....  
ปีการศึกษา 2556.....ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....

## 5379207453: MAJOR PUBLIC HEALTH

KEYWORDS : THE PALMSS / ALCOHOL PREVENTION PROGRAM / LOW-RISK / HIGH SCHOOL

DONNAPA HONGTHONG : THE EFFECT OF THE PALMSS ALCOHOL PREVENTION PROGRAM ON MAINTAINING OF LOW-RISK DRINKING LEVEL AMONG LOW-RISK DRINKERS IN HIGH SCHOOL. ADVISOR : CHITLADA AREESANTICHAJ, Ph.D., 134 pp.

The PALMSS (P = peer, A = alcohol knowledge, L = low-risk drinking, M = media-influence, S = social drinking and S = self-efficacy) alcohol prevention program is an extra-curricular alcohol educational program delivered via CD-ROM, designed for senior high school students who are low-risk drinkers. This study aimed to demonstrate the effect of the PALMSS alcohol prevention program on increasing alcohol knowledge, maintaining low-risk drinking limits and reducing alcohol consumption among grade-11th senior students in Phayao province since they had high prevalence of alcohol consumption. A quasi-experiment was implemented in two high schools with 150 low-risk drinkers voluntarily participating in the program (Intervention, n=75; Control, n=75). Assessment was conducted by interview at baseline, exit point (4 weeks after baseline), 1, 3 and 6 months post intervention. Data were analyzed using Exact test, Mann-Whitney test, Wilcoxon signed-rank test, independent t-test and repeated measures ANOVA. The findings revealed that after adjusting for Grade Point Average and peer drinking, there was a positive effect of the PALMSS alcohol prevention program on the increase of alcohol knowledge after implementing the program until at 6-month follow-up ( $p < 0.001$ ), maintaining low-risk drinking limits ( $p = 0.008$ ) and reduction alcohol consumption at 6-month follow-up ( $p = 0.026$ ). Research suggests that the PALMSS alcohol prevention program is appropriate in educating senior high school students who are low-risk drinkers in order to prevent excessive alcohol consumption in high school children.

Field of Study : Public Health.....Student's Signature.....

Academic Year : 2013.....Advisor's Signature.....