

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมการตรวจมะเร็ง
เต้านมด้วยตนเองของภรรยาทหารเรือ ซึ่งเป็นการวิจัยแบบทดลอง มีการเลือกตัวอย่างเข้าสู่
กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมด้วยวิธีการสุ่ม มีการวัดตัวแปรตามก่อนให้สิ่งทดลอง และวัดตัวแปร
ตามหลังให้สิ่งทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม เก็บข้อมูลระหว่างเดือน มีนาคม 2549
ถึงเดือนกรกฎาคม 2549 นำเสนอผลการวิจัยในรูปตารางประกอบคำบรรยาย แบ่งเป็น

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปล
ความหมายของผลการทดลองและการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด
n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มย่อย
M	แทน	ค่าเฉลี่ย
SD	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
SS	แทน	ผลบวกของค่าคะแนนความแปรปรวน
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยความแปรปรวน
df	แทน	ระดับชั้นของความเป็นอิสระ
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ความแปรปรวน
Sig. p	แทน	ค่านัยสำคัญทางสถิติ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ และระดับการศึกษา วิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์
โดยการหาค่าความถี่ และร้อยละ รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละการรับประทานเรือจำแนกตาม อายุ และระดับการศึกษา (N = 102)

ลักษณะส่วนบุคคล	กลุ่มทดลอง (n = 51)		กลุ่มควบคุม (n = 51)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. อายุ	(M = 38.20,	SD = 7.44)	(M = 38.84,	SD = 8.15)
1.1 20 – 29 ปี	7	13.7	7	13.7
1.2 30 – 39 ปี	20	39.2	19	37.3
1.3 40 – 49 ปี	21	41.2	18	35.3
1.4 50 – 59 ปี	3	5.9	7	13.7
2. การศึกษา	(M = 10.22,	SD = 4.03)	(M = 10.04,	SD = 4.37)
2.1 ประถมศึกษา	14	27.5	16	31.3
2.2 มัธยมศึกษา	24	47.0	21	41.2
2.3 สูงกว่ามัธยมศึกษา	13	25.5	14	27.5

จากตารางที่ 2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างการรับประทานเรือที่ศึกษาทั้งหมด 102 ราย จำนวนนี้เป็นกลุ่มทดลอง 51 ราย และกลุ่มควบคุม 51 ราย กลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 38.20 (SD = 7.44) โดยมีอายุอยู่ในช่วง 40-49 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 41.2 รองลงมาคืออายุในช่วง 30-39 ปี คิดเป็นร้อยละ 39.2 และมีจำนวนปีที่ได้รับการศึกษาเฉลี่ย 10.22 (SD = 4.03) โดยศึกษาในระดับมัธยมศึกษา มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.0 รองลงมาศึกษาในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 27.5 ส่วนกลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 38.84 (SD = 8.15) โดยมีอายุอยู่ในช่วง 30-39 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 37.3 รองลงมาคืออายุในช่วง 40-49 ปี คิดเป็นร้อยละ 35.3 และมีจำนวนปีที่ได้รับการศึกษาเฉลี่ย 10.04 (SD = 4.37) โดยศึกษาในระดับมัศึกษามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 41.2 รองลงมาศึกษาในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 31.3

2. เปรียบเทียบความแตกต่างอายุ และจำนวนปีที่ได้รับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างในระลอกก่อนการทดลอง วิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์โดยใช้การทดสอบค่าที (Independent t-test) รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของอายุ และจำนวนปีที่ได้รับการศึกษาของ
 ภรรยาทหารเรือในระยะก่อนการทดลอง และการทดสอบค่าที่ ระหว่างกลุ่มทดลอง
 ที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง และกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านม
 ด้วยตนเอง (N = 102)

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง (n = 51)		กลุ่มควบคุม (n = 51)		ค่าที่	df	P (2-Tailed)
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD			
อายุ	38.20	7.44	38.84	8.15	-0.419	100	.676
การศึกษา	10.22	4.03	10.04	4.37	0.213	100	.832

จากตารางที่ 3 พบว่าอายุของกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ย 38.20 (SD = 7.44) ส่วนกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีค่าเฉลี่ย 38.84 (SD = 8.15) เมื่อทดสอบความแตกต่างกันด้วยค่าที่ พบว่าค่าเฉลี่ยอายุของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ($t = 0.419$, $p = .676$)

จำนวนปีที่ได้รับการศึกษาของกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ย 10.22 (SD = 4.03) ส่วนกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีค่าเฉลี่ย 10.04 (SD = 4.37) เมื่อทดสอบความแตกต่างกันด้วยค่าที่ พบว่าค่าเฉลี่ยจำนวนปีที่ได้รับการศึกษาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ($t = 0.213$, $p = .832$)

3. ข้อมูลเกี่ยวกับการตรวจเต้านม ได้แก่ การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ความถี่ในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการตรวจเต้านมโดยบุคลากรทางการแพทย์หรือพยาบาล วิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์โดยการหาค่าความถี่ และร้อยละ รายละเอียดดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละการรับประทานเรือจำแนกตาม การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ความถี่ในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และการตรวจเต้านมโดยบุคลากรทางการแพทย์หรือพยาบาล (N = 102)

การตรวจเต้านมด้วยตนเอง	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	n	จำนวน	ร้อยละ	n	จำนวน	ร้อยละ
1. การตรวจเต้านมด้วยตนเอง	51			51		
1.1 ไม่เคยตรวจ		31	60.8		31	60.8
1.1.1 ตรวจไม่เป็น		20	64.5		24	77.4
1.1.2 กลัวพบความผิดปกติ		8	25.8		5	16.1
1.1.3 เห็นว่าไม่จำเป็น		3	9.7		2	6.5
1.2 เคยตรวจ		20	39.2		20	39.2
2. ความถี่ในการตรวจเต้านม	20			20		
2.1 ตรวจมากกว่าเดือนละครั้ง		3	5.9		5	9.8
2.2 ตรวจเดือนละครั้ง		2	3.9		2	3.9
2.3 ตรวจเมื่อนึกขึ้นได้		6	11.8		5	9.8
2.4 ตรวจนาน ๆ ครั้ง		9	17.6		8	15.7
3. การตรวจโดยแพทย์/พยาบาล	51			51		
3.1 ไม่เคยได้รับการตรวจ		39	76.5		37	72.5
3.2 เคยได้รับการตรวจ		12	23.5		14	27.5
3.2.1 ตรวจทุก 1 ปี		4	33.3		5	35.7
3.2.2 มากกว่า 1 ปี		8	66.7		9	64.3

จากตารางที่ 4 พบว่ากรรยาอาหารเรือทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ ไม่เคยตรวจเต้านมด้วยตนเอง คิดเป็นร้อยละ 60.8 กลุ่มทดลองที่ไม่ตรวจเต้านมด้วยตนเองส่วนใหญ่มีสาเหตุจากตรวจไม่เป็น คิดเป็นร้อยละ 64.5 ที่เคยตรวจเต้านมด้วยตนเองส่วนใหญ่ตรวจเต้านมด้วยตนเองนาน ๆ ครั้ง คือตรวจ 1-5 ครั้ง/ปี คิดเป็นร้อยละ 17.6 รองลงมาตรวจเมื่อนึกขึ้นได้ คือตรวจ 6-11 ครั้ง/ปี คิดเป็นร้อยละ 11.8 และส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับการตรวจเต้านมโดยแพทย์หรือพยาบาล คิดเป็นร้อยละ 76.5 กลุ่มควบคุมที่ไม่ตรวจเต้านมด้วยตนเองส่วนใหญ่มีสาเหตุจากตรวจไม่เป็น คิดเป็นร้อยละ 77.4 ที่เคยตรวจเต้านมด้วยตนเองส่วนใหญ่ตรวจเต้านมด้วยตนเองนาน ๆ ครั้ง คือ

ตรวจ 1-5 ครั้ง/ปี คิดเป็นร้อยละ 15.7 รองลงมาตรวจเมื่อนึกขึ้นได้ คือตรวจ 6-11 ครั้ง/ปี และตรวจมากกว่าเดือนละครั้ง คือตรวจมากกว่า 12 ครั้ง/ปี คิดเป็นร้อยละ 9.8 และส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับการตรวจเต้านม โดยแพทย์หรือพยาบาล คิดเป็นร้อยละ 72.5

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

1. พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองรายข้อ ได้แก่ เวลาในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง วิธีการดูเต้านมด้วยตนเอง วิธีการคลำเต้านมและต่อมน้ำเหลืองด้วยตนเอง และเทคนิคการคลำเต้านมด้วยตนเอง วิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน รายละเอียดดังตารางที่ 5 และ 6

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองรายข้อ
ของกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง ในระยะก่อนการทดลอง และ
หลังการทดลอง (คะแนนเต็ม 2 คะแนน)

พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง	ก่อนทดลอง (n = 51)			หลังทดลอง (n = 51)		
	M	SD	ระดับ	M	SD	ระดับ
1. ตรวจในช่วงเวลาที่ถูกต้อง	0.33	0.51	น้อย	1.78	0.42	มาก
2. ตรวจเดือนละ 1 ครั้ง	0.33	0.55	น้อย	1.94	0.24	มาก
3. ตรวจโดยการดูและการคลำ	0.61	0.60	น้อย	1.96	0.20	มาก
4. ยืนดูหน้ากระจกท่าปล่อยแขนทั้งสองไว้ข้างลำตัว	0.35	0.52	น้อย	1.69	0.47	มาก
5. ยืนดูหน้ากระจกท่าเกร็งแขนแนบลำตัว	0.20	0.40	น้อย	1.59	0.50	มาก
6. ยืนดูหน้ากระจกท่าวางมือทั้งสองกดสะโพกลงไป	0.20	0.49	น้อย	1.53	0.54	มาก
7. ยืนดูหน้ากระจกท่ายกแขนทั้งสองประสานหลังศีรษะ	0.22	0.46	น้อย	1.63	0.49	มาก
8. สังเกตขนาดเต้านมทั้งสองข้าง	0.69	0.74	น้อย	1.92	0.27	มาก
9. สังเกตรูปร่างเต้านมทั้งสองข้าง	0.59	0.70	น้อย	1.92	0.27	มาก
10. สังเกตลักษณะเต้านมทั้งสองข้าง	0.63	0.80	น้อย	1.92	0.27	มาก
11. สังเกตลักษณะหัวนมทั้งสองข้าง	0.57	0.76	น้อย	1.90	0.30	มาก
12. สังเกตของเหลวที่ไหลจากหัวนมทั้งสองข้าง	0.65	0.77	น้อย	1.94	0.24	มาก
13.1 คลำเต้านมโดยยกมือข้างหนึ่งไว้หลังศีรษะ	0.37	0.63	น้อย	1.88	0.33	มาก
13.2 ใช้มือข้างที่เหลือคลำเต้านมข้างเดียวกับที่ยกมือขึ้น	0.51	0.67	น้อย	1.98	0.14	มาก
14. คลำต่อน้ำเหลืองบริเวณรักแร้ทั้งสองข้าง	0.22	0.46	น้อย	1.82	0.39	มาก
15. คลำต่อน้ำเหลืองเหนือกระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง	0.10	0.36	น้อย	1.75	0.44	มาก
16. คลำต่อน้ำเหลืองใต้กระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง	0.08	0.34	น้อย	1.76	0.43	มาก
17. เลือกคลำโดยวิธีวนเป็นวงกลม/ แนวขึ้นลง/ แนวรูปลิ้ม	0.33	0.55	น้อย	1.98	0.14	มาก
18. ใช้กึ่งกลางนิ้วชี้ กลาง และนางในการคลำเต้านม	0.31	0.62	น้อย	2.00	0.00	มาก
19. ใช้ฝ่ามือปรับให้นิ้วอยู่ในสภาพแบนราบ ขณะคลำ	0.22	0.50	น้อย	2.00	0.00	มาก
20. เคลื่อนนิ้วทั้งสามทั่วบริเวณเต้านม โดยไม่ยกนิ้วขึ้น	0.24	0.51	น้อย	2.00	0.00	มาก
21. คลำแต่ละตำแหน่งด้วยแรงสามระดับ	0.25	0.48	น้อย	2.00	0.00	มาก

จากตารางที่ 5 พบว่าในระยะก่อนการทดลอง พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของ
ภรรยาทหารเรือกลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อยทุกข้อ โดยมี
ค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ วิธีการคลำเต้านมและต่อน้ำเหลือง ได้แก่ การคลำต่อน้ำเหลืองบริเวณ
ใต้กระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง ($M = 0.08$, $SD = 0.34$) รองลงมาคือ การคลำต่อน้ำเหลืองบริเวณ
เหนือกระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง ($M = 0.10$, $SD = 0.36$) และมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ วิธีการดู
เต้านม ได้แก่ การสังเกตขนาดของเต้านมทั้งสองข้างที่เปลี่ยนแปลงไป ($M = 0.69$, $SD = 0.74$)

รองลงมาคือ การสังเกตว่ามีเลือดหรือน้ำเหลืองไหลออกจากหัวนมทั้งสองข้าง ($M = 0.65$, $SD = 0.77$)

ในระยะหลังการทดลอง พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของภรรยาทหารเรือกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากทุกข้อ โดยมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ วิธีการดูเต้านม ได้แก่ การยืนดูที่หน้ากระจกเงาในท่าวางมือบนเอวทั้งสองข้างพร้อมออกแรงกดสะโพกลงไป ($M = 1.53$, $SD = 0.54$) รองลงมาคือ การยืนดูที่หน้ากระจกเงาในท่าเกร็งแขนแนบลำตัว ($M = 1.59$, $SD = 0.50$) และมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ เทคนิคการคลำเต้านม ได้แก่ การใช้บริเวณกึ่งกลางส่วนบนของนิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง วางซิกกันตลอดเวลาขณะคลำเต้านม การโค้งฝ่ามือเพื่อปรับให้นิ้วทั้งสามอยู่ในสภาพแบนราบขณะคลำเต้านม การเคลื่อนนิ้วทั้งสามทั่วบริเวณเต้านมโดยไม่ยกนิ้วขึ้นจากผิวเต้านมขณะคลำเต้านม และการคลำเต้านมแต่ละตำแหน่งด้วยแรงกดสามระดับ ($M = 2.00$, $SD = 0.00$)

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองรายข้อ ของกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ในระยะก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง (คะแนนเต็ม 2 คะแนน)

พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง	ก่อนทดลอง (n = 51)			หลังทดลอง (n = 51)		
	M	SD	ระดับ	M	SD	ระดับ
1. ตรวจในช่วงเวลาที่ถูกต้อง	0.24	0.51	น้อย	1.65	0.48	มาก
2. ตรวจเดือนละ 1 ครั้ง	0.25	0.60	น้อย	1.80	0.40	มาก
3. ตรวจโดยการดูและการคลำ	0.51	0.70	น้อย	1.90	0.30	มาก
4. ยืนดูหน้ากระจกทำป้อยแขนทั้งสองไว้ข้างลำตัว	0.24	0.59	น้อย	1.57	0.54	มาก
5. ยืนดูหน้ากระจกทำเกร็งแขนแนบลำตัว	0.16	0.51	น้อย	1.49	0.54	มาก
6. ยืนดูหน้ากระจกทำวางมือทั้งสองกดสะโพกลงไป	0.12	0.43	น้อย	1.47	0.58	มาก
7. ยืนดูหน้ากระจกทำยกแขนทั้งสองประสานหลังศีรษะ	0.18	0.48	น้อย	1.55	0.54	มาก
8. สังเกตขนาดเต้านมทั้งสองข้าง	0.41	0.64	น้อย	1.75	0.44	มาก
9. สังเกตรูปร่างเต้านมทั้งสองข้าง	0.35	0.63	น้อย	1.65	0.48	มาก
10. สังเกตลักษณะเต้านมทั้งสองข้าง	0.37	0.66	น้อย	1.80	0.40	มาก
11. สังเกตลักษณะหัวนมทั้งสองข้าง	0.39	0.67	น้อย	1.63	0.49	มาก
12. สังเกตของเหลวที่ไหลจากหัวนมทั้งสองข้าง	0.35	0.66	น้อย	1.82	0.39	มาก
13.1 คลำเต้านมโดยยกมือข้างหนึ่งไว้หลังศีรษะ	0.41	0.67	น้อย	1.75	0.44	มาก
13.2 ใช้มือข้างที่เหลือคลำเต้านมข้างเดียวกับที่ยกมือขึ้น	0.47	0.67	น้อย	1.86	0.35	มาก
14. คลำต่อน้ำเหลืองบริเวณรักแร้ทั้งสองข้าง	0.22	0.54	น้อย	1.57	0.58	มาก
15. คลำต่อน้ำเหลืองเหนือกระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง	0.10	0.41	น้อย	1.45	0.58	มาก
16. คลำต่อน้ำเหลืองใต้กระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง	0.12	0.43	น้อย	1.47	0.58	มาก
17. เลือกคลำโดยวิธีวนเป็นวงกลม/ แนวขึ้นลง/ แนวรูปลิ้ม	0.25	0.63	น้อย	1.90	0.30	มาก
18. ใช้ทั้งกลางนิ้วชี้ กลาง และนางในการคลำเต้านม	0.24	0.62	น้อย	1.98	0.14	มาก
19. ไค้งฝ่ามือปรับให้นิ้วอยู่ในสภาพแบนราบ ขณะคลำ	0.24	0.59	น้อย	1.90	0.36	มาก
20. เคลื่อนนิ้วทั้งสามทั่วบริเวณเต้านม โดยไม่ยกนิ้วขึ้น	0.24	0.62	น้อย	1.94	0.24	มาก
21. คลำแต่ละตำแหน่งด้วยแรงสามระดับ	0.22	0.61	น้อย	1.94	0.24	มาก

จากตารางที่ 6 พบว่าในระยะก่อนการทดลอง พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของ ภรรยาทหารเรือกลุ่มที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อยทุกข้อ โดยมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ วิธีการคลำเต้านมและต่อน้ำเหลือง ได้แก่ การคลำต่อน้ำเหลือง บริเวณเหนือกระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง ($M = 0.10$, $SD = 0.41$) รองลงมาคือ การคลำต่อน้ำเหลืองบริเวณใต้กระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง และวิธีการดูเต้านม ได้แก่ การยืนดูที่หน้ากระจกเงา ในท่าวางมือบนเอวทั้งสองข้างพร้อมออกแรงกดสะโพกลงไป ($M = 0.12$, $SD = 0.43$) และมี

ค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การตรวจเต้านมโดยใช้วิธีการดูและการคลำเต้านม ($M = 0.51$, $SD = 0.70$) รองลงมาคือ วิธีการคลำเต้านมและต่อน้ำเหลือง ได้แก่ การคลำเต้านมโดยใช้มือข้างที่เหลือคลำเต้านมข้างเดียวกับที่ยกมือขึ้น ($M = 0.47$, $SD = 0.67$)

ในระยะหลังการทดลอง พฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองของภรรยาทหารเรือกลุ่มที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากทุกข้อ โดยมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ วิธีการคลำเต้านมและต่อน้ำเหลือง ได้แก่ การคลำต่อน้ำเหลืองบริเวณเหนือกระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง ($M = 1.45$, $SD = 0.58$) รองลงมาคือ การคลำต่อน้ำเหลืองบริเวณใต้กระดูกไหปลาร้าทั้งสองข้าง และวิธีการดูเต้านม ได้แก่ การย่นดูที่หน้ากระจกเงาในท่าวางมือบนเอวทั้งสองข้างพร้อมออกแรงกดสะโพกลงไป ($M = 1.47$, $SD = 0.58$) และมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ เทคนิคการคลำเต้านม ได้แก่ การใช้บริเวณกึ่งกลางตัวบนของนิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง วางชิดกันตลอดเวลาขณะคลำเต้านม ($M = 1.98$, $SD = 0.14$) รองลงมาคือ การเคลื่อนนิ้วทั้งสามทั่วบริเวณเต้านมโดยไม่ยกนิ้วขึ้นจากผิวเต้านมขณะคลำเต้านม และการคลำเต้านมแต่ละตำแหน่งด้วยแรงกดสามระดับ ($M = 1.94$, $SD = 0.24$)

2. คะแนนพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ก่อนและหลังของภรรยาทหารเรือกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง และภรรยาทหารเรือกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง วิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน รายละเอียดดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ก่อนและหลังของภรรยาทหารเรือกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง และภรรยาทหารเรือกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ($N = 102$)

กลุ่ม (n)	คะแนนก่อนทดลอง		คะแนนหลังทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
กลุ่มทดลอง (51)	7.98	8.75	40.90	3.37
กลุ่มควบคุม (51)	6.06	11.07	37.84	5.35

จากตารางที่ 7 พบว่าคะแนนพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองก่อนทดลองของภรรยาทหารเรือกลุ่มที่ ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ย 7.98 ($SD = 8.75$) และคะแนนพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเองหลังทดลอง มีค่าเฉลี่ย 40.90 ($SD = 3.37$) คะแนนพฤติกรรม

การตรวจเด้านมด้วยตนเองก่อนทดลองของภรรยาทหารเรือกลุ่มที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเด้านมด้วยตนเอง มีค่าเฉลี่ย 6.06 (SD = 11.07) และคะแนนพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเองหลังทดลอง มีค่าเฉลี่ย 37.84 (SD = 5.35) แสดงว่าภายหลังทดลอง ทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม มีคะแนนพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเองสูงขึ้น

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง และกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเด้านมด้วยตนเอง วิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance) โดยมีคะแนนพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเองก่อนการทดลองเป็นตัวแปรร่วม (Covariate Variable) รายละเอียดดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเอง หลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างวิธีการทดลอง เมื่อมีคะแนนพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเองก่อนการทดลองเป็นตัวแปรร่วม

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
กลุ่ม (Group)	186.722	1	186.722	9.950	.002
พฤติกรรมก่อนทดลอง (Prett)	119.256	1	119.256	6.355	.013
ปฏิสัมพันธ์ (Group X Prett)	14.767	1	14.767	.787	.377
ภายในกลุ่ม (W)	1839.094	98	18.766		
ทั้งหมด	2239.843	101			
$R^2 = .172$					

จากตารางที่ 8 พบว่าไม่มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างวิธีการที่ต่างกัน (Group) กับพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเองก่อนการทดลองต่อพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเองหลังการทดลอง เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเองหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการควบคุมตนเอง และกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้เรื่องการตรวจเด้านมด้วยตนเองพบว่ามีความแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ($F = 9.950, p = .002$) เมื่อควบคุมอิทธิพลของคะแนนพฤติกรรมการตรวจเด้านมด้วยตนเองก่อนการทดลองแล้ว

เมื่อพิจารณาอิทธิพลของคะแนนพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองก่อนการทดลอง พบว่ามีผลต่อคะแนนพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองหลังการทดลอง ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ($F = 6.355, p = .013$)

โดยคะแนนพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองก่อนการทดลอง และกลุ่มที่ต่างกัน สามารถอธิบายความผันแปรของคะแนนพฤติกรรมการตรวจด้านมด้วยตนเองหลังการทดลองได้ ร้อยละ 17.2 ($R^2 = .172$)