

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกต่อระยะเวลาและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยมีวิธีการดำเนินวิจัยดังนี้

#### รูปแบบการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง โดยการสุ่มสองกลุ่มวัดครั้งเดียว (The Randomized Control-Group Posttest-only Design) คือ กลุ่มทดลองได้รับการดูแลตามโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก และกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ ซึ่งมีภาพรูปแบบการวิจัย (ชวัชชัย วรพงษ์, 2530) ดังภาพที่ 2

|   |   |    |             |
|---|---|----|-------------|
| R | X | O1 | กลุ่มทดลอง  |
| R |   | O2 | กลุ่มควบคุม |

#### หมายเหตุ

X หมายถึง โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก

O1 หมายถึง การประเมินระยะเวลา และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังสิ้นสุดการได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก เมื่อ 4 สัปดาห์หลังคลอด

O2 หมายถึง การประเมินระยะเวลาและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังได้รับการดูแลตามปกติเมื่อ 4 สัปดาห์หลังคลอด

ภาพที่ 2 รูปแบบการวิจัย

## สถานที่ศึกษา

สถานที่ในการศึกษาครั้งนี้ คือ หน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธร จังหวัดฉะเชิงเทรา ให้บริการมารดาหลังคลอดตลอด 24 ชั่วโมง อย่างต่อเนื่องจากห้องคลอดเมื่อครบ 2 ชั่วโมงหลังคลอด โดยให้มารดาและบุตรอยู่ด้วยกัน ระยะเวลาที่ใช้ในการนอนพักที่หน่วยหลังคลอดนั้นใช้เวลา 48 ชั่วโมง ถ้าหากไม่มีภาวะแทรกซ้อนจำหน่ายมารดากลับบ้านพร้อมบุตร การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามปกติของหน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธรนั้นปฏิบัติตามโครงการโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่-ลูก โดยมีการสอนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับคำแนะนำการปฏิบัติตัวหลังคลอดเป็นรายบุคคลเมื่อรับย้ายมาจากห้องคลอด มีการประเมินลักษณะเต้านม หัวนม การไหลของน้ำนม และการให้นมบุตร มีการให้คำแนะนำการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับคำแนะนำการปฏิบัติตัวหลังคลอดเป็นรายกลุ่ม เน้นมารดาให้สามารถให้นมบุตรได้ก่อนกลับบ้าน โดยประเมินจาก Latch Score และให้คำปรึกษามารดาทางโทรศัพท์ในระยะเวลา 1 และ 2 สัปดาห์หลังคลอด

## ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรเป้าหมายในการศึกษาครั้งนี้ คือ มารดาหลังคลอดบุตรคนแรก ไม่มีข้อจำกัดในการให้นมทารก มารับบริการที่หน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธร

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาเป็นมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก ที่มารับบริการที่หน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธร ระหว่างเดือน พฤษภาคม ถึง สิงหาคม พ.ศ. 2554 จำนวน 60 ราย โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 ราย โดยผู้วิจัยกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. มารดาหลังคลอดบุตรคนแรก มีอายุครรภ์ตั้งแต่ 37 สัปดาห์ และคลอดทางช่องคลอด
  2. อายุ 20 ปีขึ้นไป
  3. มารดามีเต้านมและหัวนมปกติทั้งสองข้าง และไม่มีข้อห้ามทางการแพทย์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  4. ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  5. มีสมาชิกในครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงดูบุตร โดยกลุ่มตัวอย่างระบุว่ามี
- ความสำคัญในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และสามารถให้การช่วยเหลือในระยะหลังคลอดได้มากที่สุดเพียงคนเดียว
7. มารดาและสมาชิกในครอบครัวยินดีเข้าร่วมโครงการและสามารถเข้าร่วมตลอดระยะที่ทำการศึกษา

## ขนาดกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างได้จากการคำนวณโดยโปรแกรม G\*Power (Faul, Erdfelder, Lang, & Buch, 2007) ซึ่งเป็นโปรแกรมที่ใช้คำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยอาศัยหลักการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ (Power Analysis) โดยกำหนด Power ที่ระดับ .80 ค่า Effect Size ขนาดปานกลาง ( $d=.50$ ) ค่าความเชื่อมั่น 95% ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 26 ราย เนื่องจากการวิจัยแบบกึ่งทดลอง อาจมีการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างในระหว่างทำการทดลอง ซึ่งการศึกษาของ นงนุช วิทยโชติกิจคุณ (2536 อ้างถึงใน พิมลพรรณ ศรียะโชติ, 2546) มีการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างระหว่างการทดลอง โดยกลุ่มทดลองสูญหาย 16.6 % กลุ่มควบคุมสูญหาย 15.5 % ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้ จึงเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 20 % เพื่อให้มีข้อมูลเพียงพอและเหมาะสม จึงใช้กลุ่มตัวอย่างในการศึกษากลุ่มละ 30 ราย

การเลือกกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้เนื่องจากนำเข้าโปรแกรมเป็นกลุ่ม จึงคัดเลือกมารดาที่หน่วยหลังคลอด หอผู้ป่วยสูติ-นรีเวชกรรม โรงพยาบาลพุทธโสธร โดยคัดเลือกจากทะเบียนประวัติ ที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ และสุ่มอย่างง่าย (Simple Sampling) ด้วยวิธีจับฉลากวันละ 2-3 ราย ดำเนินการเก็บข้อมูล วันเว้นวัน ทั้งนี้เพื่อลดโอกาสที่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจะแลกเปลี่ยนความรู้ และความคิดเห็นกัน (Contaminated Effect) โดยในแต่ละวันได้ทำการจับฉลากเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Random Assignment) กลุ่มละ 30 ราย รวม 60 ราย

## การพิทักษ์กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้นำโครงร่างงานวิจัยพร้อมเครื่องมือวิจัยเสนอคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา และคณะกรรมการโรงพยาบาลพุทธโสธร หลังผ่านการพิจารณาอนุมัติแล้วจึงดำเนินการวิจัย โดยผู้วิจัยแนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่างขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอน การรวบรวมข้อมูลและระยะเวลาของการวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ โดยไม่มีผลต่อการพยาบาล การบริการ หรือการรักษาที่ได้รับแต่อย่างใดนอกจากนี้ในระหว่างการวิจัยหากกลุ่มตัวอย่างไม่พอใจหรือไม่ต้องการเข้าร่วมในการวิจัยครบตามกำหนดเวลา กลุ่มตัวอย่างสามารถออกจากโครงการวิจัยได้ โดยไม่มีผลต่อการพยาบาล การบริการ หรือการรักษาที่ได้รับเช่นกัน ข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ถือเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลต่าง ๆ จะนำเสนอในภาพรวม ไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุล เมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการทำวิจัยสามารถสอบถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา หลังจากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านเอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มตัวอย่าง เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะให้

กลุ่มตัวอย่างเซ็นชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย (Informal Consent Form)

## เครื่องมือในการวิจัย

### 1. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1.1 แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย อายุ การศึกษา การทำงานภายหลังคลอด รายได้ภายในครอบครัว ระยะเวลาที่ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ลักษณะของครอบครัว ประสิทธิภาพการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของสมาชิกในครอบครัว ระยะเวลาที่สมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่ตั้งใจให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1.2 แบบประเมินการรับรู้พฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองตามแนวคิดของ Pontes et al. (2004) เพื่อต้องการศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว โดยถามการรับรู้ของมารดาจากการกระทำหรือการปฏิบัติของครอบครัวต่อมารดาและบุตร ในการมีส่วนร่วมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบสอบถามมีจำนวน 19 ข้อ แบ่งเป็นการจัดสิ่งแวดล้อม และสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับมารดาและบุตร (3 ข้อ) แบ่งเบาภาระงาน (2 ข้อ) พัฒนาศักยภาพความเป็นมารดา (8 ข้อ) ช่วยเหลือในขณะที่มารดาให้นมลูก (6 ข้อ) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง การกระทำหรือการปฏิบัติของครอบครัวต่อมารดาและลูก ในการมีส่วนร่วมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ

ปฏิบัติประจำ ได้ 2 คะแนน

ปฏิบัติบางครั้ง ได้ 1 คะแนน

ไม่ได้ปฏิบัติ ได้ 0 คะแนน

การแปลผลคะแนน

คะแนนต่ำสุด และสูงสุดที่เป็นไปได้คือ 0-38 คะแนน คะแนนต่ำแสดงว่าครอบครัวมีพฤติกรรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่น้อย คะแนนสูงแสดงว่าครอบครัวมีพฤติกรรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาก

1.3 แบบประเมินพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นแบบประเมินที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม จำนวน 11 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง การกระทำหรือการปฏิบัติของมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ

ปฏิบัติประจำ ได้ 2 คะแนน

ปฏิบัติบางครั้ง ได้ 1 คะแนน

ไม่ได้ปฏิบัติ ได้ 0 คะแนน

การแปลผลคะแนน

คะแนนต่ำสุด และสูงสุดที่เป็นไปได้คือ 0-22 คะแนน คะแนนต่ำแสดงว่ามารดาหลังคลอดบุตรคนแรกมีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ถูกต้อง เหมาะสม คะแนนสูงแสดงว่ามารดาหลังคลอดบุตรคนแรกมีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ถูกต้อง เหมาะสม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก

2.1 แผนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก  
ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยการศึกษา ค้นคว้าตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.2 คู่มือส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาและครอบครัว ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการค้นคว้าเอกสาร วารสาร งานวิจัย และหนังสือคู่มือต่าง ๆ ประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ ทักษะต่าง ๆ ในการปฏิบัติก่อนให้นมบุตรของมารดา ขณะให้นม หลังให้นม การบีบเก็บน้ำนม และการป้อนนมด้วยแก้ว การมีส่วนร่วมของครอบครัวในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การถามตอบปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่พบบ่อย ซึ่งมีรูปประกอบในแต่ละตอน ใช้เป็นสื่อในการให้คำแนะนำมารดาและครอบครัว

### การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้นโดยมีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ตลอดจนหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ดังนี้

1. ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ผู้วิจัยนำแบบประเมินการรับรู้พฤติกรรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว แบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แผนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก และคู่มือส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาและครอบครัว เสนอตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา และความเหมาะสมถูกต้องของภาษา (Wording) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน คือ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพัฒนาระดับสูง 1 ท่าน พยาบาลปฏิบัติการระดับสูง 1 ท่าน และพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ 1 ท่าน ซึ่งเชี่ยวชาญเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หลังจากนั้นผู้วิจัยปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ และนำผลการพิจารณาคำนวณหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index [CVI]) ซึ่งพบว่าค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาของแบบประเมินการรับรู้พฤติกรรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว และแบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เท่ากับ .80

และ .85 ตามลำดับ แสดงว่าแบบประเมินทั้ง 2 ฉบับสามารถนำไปใช้ได้

2. ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบประเมินการรับรู้พฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว และแบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขให้มีตรงตามเนื้อหา และความเหมาะสมของภาษาแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับมารดาหลังคลอดที่มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างที่โรงพยาบาลพุทธโสธร จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 30 ครอบครัว ซึ่งไม่ใช่มารดาหลังคลอดในกลุ่มตัวอย่างจริง จากนั้นคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบาค (Cronbach's Coefficient Alpha) แบบประเมินการรับรู้พฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว และแบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบาคเท่ากับ .84 และ .72 ซึ่งมีความมากกว่า .70 แสดงว่าแบบวัดทั้ง 2 ฉบับสามารถนำไปใช้ได้ เพราะสำหรับเครื่องมือที่สร้างขึ้นใหม่ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบาค (Cronbach's Coefficient Alpha)  $\geq .70$  ถือว่าเครื่องมือนี้ใช้ได้ (จุฬาลักษณ์ บาร์มี, 2551)

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ที่หน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธร และติดตามประเมินที่หน่วยตรวจหลังคลอด หอผู้ป่วยนอก โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

#### ระยะเตรียมการ

1. หลังจากได้รับการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพาแล้ว ผู้วิจัยนำหนังสือแนะนำตัว จากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เสนอต่อผู้อำนวยการโรงพยาบาลพุทธโสธร เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยได้นำโครงร่างงานวิจัยพร้อมเครื่องมือวิจัยเสนอคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยโรงพยาบาลพุทธโสธร
3. ภายหลังได้รับอนุญาตให้สามารถทำการวิจัย ผู้วิจัยเข้าพบหัวหน้าฝ่ายการพยาบาล หัวหน้าหน่วยหลังคลอด และหัวหน้าแผนกผู้ป่วยนอกสูติ-นรีเวชกรรม โรงพยาบาลพุทธโสธร เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการทำวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### ระยะดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยสำรวจและคัดเลือกมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก ในขณะพักฟื้นที่หน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธร โดยตรวจสอบจากเวชระเบียน และมีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ จากนั้นเริ่ม

ดำเนินเก็บข้อมูล วันเว้นวัน โดยในแต่ละวันจับฉลากเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจนครบตามกำหนด โดยมีขั้นตอนดังนี้

### การเก็บข้อมูลในกลุ่มควบคุม

1. ผู้วิจัยเข้าพบมารดาหลังคลอด สร้างสัมพันธภาพ แนะนำตัว และชี้แจงวัตถุประสงค์ พิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยอธิบาย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาที่ทำการศึกษา ให้สิทธิในการตัดสินใจเข้าร่วมในการวิจัยรวมทั้งสามารถบอกยุติการให้ความร่วมมือในขั้นตอนต่าง ๆ ของการวิจัยโดยไม่ต้องบอกเหตุผล และไม่มีผลต่อการบริการรักษาพยาบาลที่ได้ตามสิทธิ และถามความสมัครใจ เมื่อกลุ่มตัวอย่างสมัครใจเข้าร่วมโครงการ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในแบบฟอร์มแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย
2. ผู้วิจัยบันทึกข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอด โดยผู้วิจัยอธิบายวิธีตอบแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจก่อนแล้วจึงตอบแบบสอบถาม
3. ผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนของคำตอบในแบบสอบถาม เพื่อให้ได้แบบสอบถามที่มีลักษณะสมบูรณ์ จากนั้นผู้วิจัยกล่าวคำขอบคุณและทำการติดรหัสเพื่อแบ่งแยกกลุ่มตัวอย่างไว้ที่เวชระเบียนเพื่อเป็นสัญลักษณ์ในการติดตามกลุ่มตัวอย่าง
4. มารดากลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติจากเจ้าหน้าที่หน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธร ซึ่งให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่มีเนื้อหาเดียวกัน มุ่งเน้นมารดาสามารถให้นมบุตรได้โดยประเมินจาก Latch Score และ โทรศัพท์ติดตามเยี่ยมปัญหาเมื่อ 1 สัปดาห์ และ 2 สัปดาห์หลังคลอด แต่จะไม่มีการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน การส่งเสริมทัศนคติที่ดี และครอบครัวเข้าร่วมในกิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
5. นัคมารดาหลังคลอดที่หน่วยตรวจหลังคลอด หอผู้ป่วยนอก ซึ่งในการศึกษารั้งนี้มีมารดามารดาตรวจหลังคลอดครบทั้ง 30 คน เพื่อประเมินระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการรับรู้พฤติกรรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว โดยใช้แบบสอบถามชุดเดิม หลังจากนั้นให้คำแนะนำการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยให้มารดาและสมาชิกในครอบครัวที่มาด้วยพูดถึงปัญหาและอุปสรรค และให้คำแนะนำในการแก้ปัญหาดังกล่าว ให้กำลังใจ พุดกระตุ่นทางอารมณ์ ยกตัวอย่างบุคคลที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ ชักจูงครอบครัวให้ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อธิบายแนวทางการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และให้คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดและครอบครัวเพื่อนำไปอ่านทบทวน

### การเก็บข้อมูลกลุ่มทดลอง

1. ผู้วิจัยเข้าพบมารดาหลังคลอด สร้างสัมพันธภาพ แนะนำตัว และชี้แจงวัตถุประสงค์ พัทธ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างโดยอธิบาย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาที่ทำการศึกษา ให้สิทธิในการตัดสินใจเข้าร่วมในการวิจัยรวมทั้งสามารถบอกยุติการให้ความร่วมมือในขั้นตอนต่าง ๆ ของการวิจัยโดยไม่ต้องบอกเหตุผล และไม่มีผลต่อการบริการรักษาพยาบาลที่ได้ตามสิทธิ และถามความสมัครใจ เมื่อกลุ่มตัวอย่างสมัครใจเข้าร่วมโครงการ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในแบบฟอร์มแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย
2. ผู้วิจัยบันทึกข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอด โดยผู้วิจัยอธิบายวิธีตอบแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจก่อนแล้วจึงตอบแบบสอบถาม
3. ผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนของคำตอบในแบบสอบถาม เพื่อให้ได้แบบสอบถามที่มีลักษณะสมบูรณ์ จากนั้นผู้วิจัยกล่าวคำขอบคุณและทำการติดรหัสเพื่อแบ่งแยกกลุ่มตัวอย่างไว้ที่เวชระเบียนเพื่อเป็นสัญลักษณ์ในการติดตามกลุ่มตัวอย่าง
4. ในวันแรกหลังคลอด เวลา 13.30 นาฬิกา หลังจากที่มีมารดาหลังคลอดมีความพร้อมซึ่งประเมินจากสัญญาณชีพอยู่ในเกณฑ์ปกติ และมีคะแนนความเจ็บปวด (Pain Score) ในช่วง 1-4 คะแนน ซึ่งระดับความเจ็บปวดดังกล่าว จะอยู่ในระดับไม่ปวดเลยถึงปวดเล็กน้อย ที่บุคคลยอมรับได้ ผู้วิจัยนำมารดาหลังคลอดและตัวแทนครอบครัวเข้าไปในห้องสอนสุขศึกษาที่จัดเตรียมไว้ ซึ่งไม่มีสิ่งรบกวนจากภายนอก โดยจัดให้มารดาและตัวแทนครอบครัวเข้ากลุ่มครั้งละ 2-3 คู่ จัดนั่งเป็นตัวยู แล้วร่วมกันฝึกสติปฏิบัติตามบทเพลงแห่งสติ “ดั่งดอกไม้บาน” และอธิบายแนวทางการภาวนาเปิดโอกาสให้อภิปราย ชักถาม และให้มารดานำกลับไปฝึกในชีวิตประจำวัน
5. หลังจากนั้นให้มารดาและครอบครัวร่วมกันอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประสพการณ์เกี่ยวกับ ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผลกระทบของการให้อาหารแก่ทารกก่อนวัยที่เหมาะสม ผู้วิจัยสรุปเนื้อหาความรู้ต่าง ๆ ที่ได้รับและอธิบายเพิ่มเติมพุดชักจูงให้เห็นความสำคัญและมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
6. สานิตแนวทางในการปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การให้นมบุตรท่าต่าง ๆ การจับพุงด้านนม การให้นมบุตรอุ้มห้วนนมและลานนม วิธีถอนนมออกจากปาก วิธีอุ้มเรือ ท่านอนหลังกินนม การบีบนมด้วยมือ การป้อนนมด้วยถ้วย และยกตัวอย่างบุคคลที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ
7. ให้มารดาและครอบครัวร่วมกันอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประสพการณ์ เกี่ยวกับแนวทางการปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อมารดาไปทำงานหรือไปทำธุระนอกบ้าน การมีส่วนร่วมของครอบครัวในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยสรุปเนื้อหาความรู้ต่าง ๆ ที่ได้รับและอธิบายเพิ่มเติม พุดกระตุ้นให้มารดาเกิดความรู้สึกว่าถึงแม้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีปัญหา

อุปสรรคแต่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ และย้ำให้ตัวแทนของครอบครัวมีความรู้สึกว่าเป็นบุคคลสำคัญที่จะช่วยให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ

8. ให้มารดาฝึกทักษะการให้นมบุตรท่าต่าง ๆ การจับพุงเต้านม การให้บุตรอมหัวนม และลานนม วิธีถอนนมออกจากปาก วิธีอุ้มเรือ ท่านอนหลังกึ่งนม การบีบนมด้วยมือ พร้อมทั้งกระตุ้นให้ครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมดังกล่าว และให้ตัวแทนครอบครัวฝึกการปั๊มนมด้วยถ้วย ระหว่างการฝึกปฏิบัติผู้วิจัย ชมเชยทุกครั้งที่มาดาปฏิบัติได้ถูกต้องและเหมาะสม และกระตุ้นให้เกิดความประทับใจ ตื่นเต้น

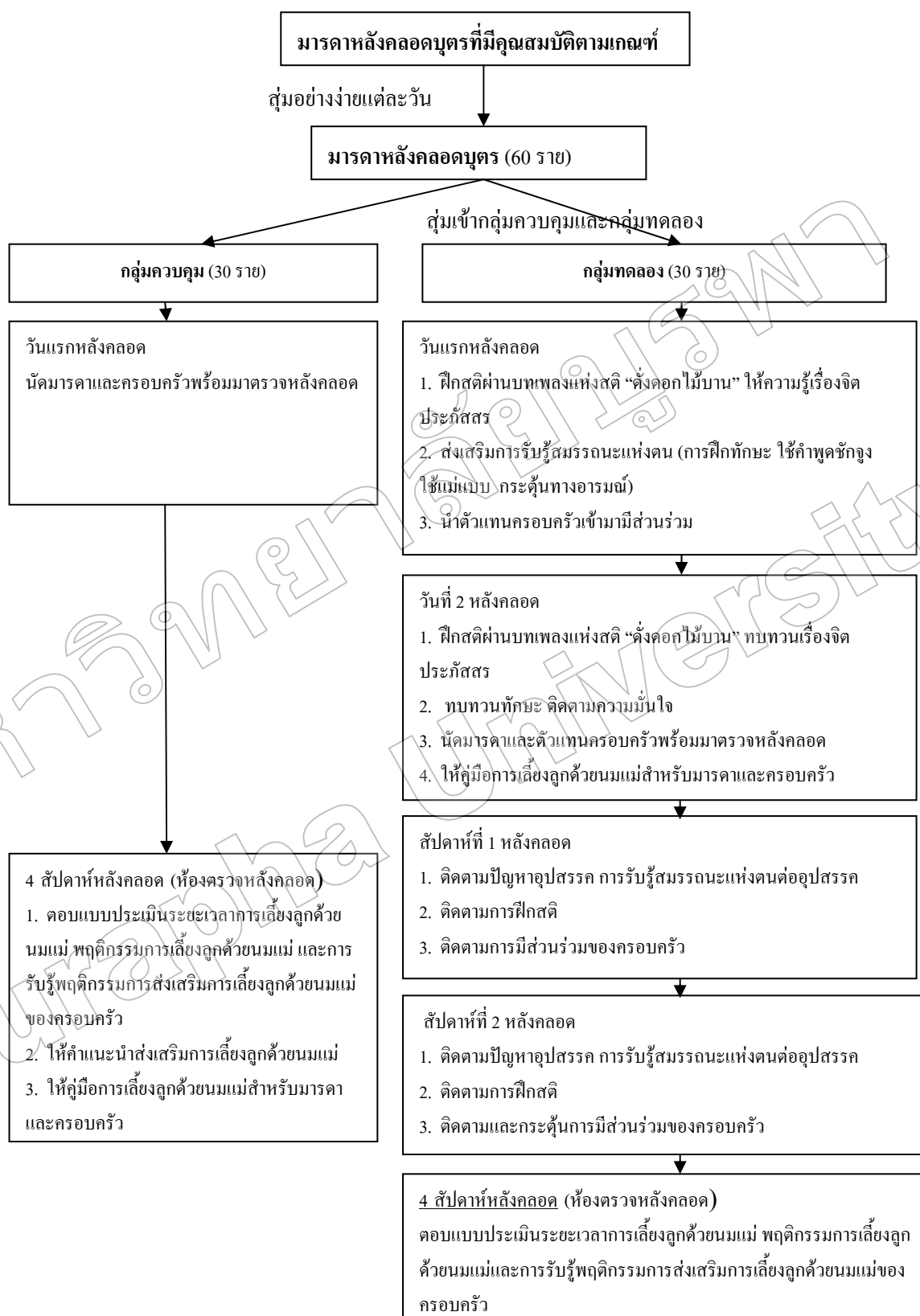
9. วันที่ 2 หลังคลอด เวลา 13.30 นาฬิกา นำมารดาและครอบครัวร่วมกันฝึกสติปฏิบัติตามบทเพลงแห่งสติ “ดั่งดอกไม้บาน” และกระตุ้นให้ภาวนาผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะทำกิจกรรมใด ๆ อยู่ก็ตาม สามารถภาวนาผ่านกิจกรรมนั้น ๆ ได้ ด้วยการมีสติ จดจ่อกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ด้วยจิตที่เบิกบานในชีวิตประจำวัน ติดตามและส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการให้มารดาให้นมบุตรให้ดู และช่วยปรับเพื่อให้บุตรได้ดูดนมได้ลึกถึงลานนม พร้อมทั้งกระตุ้นให้ครอบครัวยืนอยู่ใกล้ ๆ คอยดูแลช่วยเหลือในการจัดทำ เตรียมที่นั่ง หมอนพิงหลัง หมอนรองตัว ทารก อุ้มเรือ ให้กำลังใจ กล่าวชมทั้งมารดาและตัวแทนของครอบครัวเมื่อปฏิบัติได้ดี และมอบคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดและครอบครัวให้กับมารดาหลังคลอด พร้อมทั้งอธิบายถึงสาระของคู่มือไว้อ่านทบทวน ที่มีภาพประกอบชัดเจนที่มารดาสามารถสังเกตจากตัวแบบในคู่มือได้ และให้สมาชิกในครอบครัวที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมได้อ่าน ย้ำมีการติดตามเยี่ยมมารดาและตัวแทนของครอบครัวทางโทรศัพท์เมื่อครบหนึ่งสัปดาห์หลังคลอด

10. หนึ่งสัปดาห์หลังคลอดโทรศัพท์ติดตามปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การร่วมกันแก้ไขปัญหของสมาชิกในครอบครัว พุดกระตุ้นว่ามารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จได้ กล่าวชม และให้กำลังใจมารดาไม่ให้เครียด มีความสุขกับให้นมบุตร โดยกระตุ้นให้ฝึกการอยู่กับปัจจุบันขณะในการให้นมบุตรและการดำเนินกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ติดตามและกระตุ้นเตือนการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ย้ำมีการโทรศัพท์ติดตามมารดาหลังคลอดและตัวแทนครอบครัวเมื่อครบสองสัปดาห์หลังคลอด

11. สองสัปดาห์หลังคลอดโทรศัพท์ติดตามปัญหาและอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ปัญหาเดิม และปัญหาใหม่ การร่วมกันแก้ไขปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากสมาชิกในครอบครัว กล่าวชมเมื่อมารดาและสมาชิกในครอบครัวเล่าถึงการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่เหมาะสม พุดย้ำและกระตุ้นสมาชิกในครอบครัวว่าเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ โดยเฉพาะการให้กำลังใจ เตือนให้มารดาไม่เครียด และฝึกให้อยู่กับปัจจุบันขณะ และนัดมารดาหลังคลอดเมื่อครบ 4 สัปดาห์หลังคลอดเพื่อประเมินระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พฤติกรรม

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการรับรู้พฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว

12. เมื่อครบกำหนด 4 สัปดาห์หลังคลอด ผู้วิจัยประเมินระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการรับรู้พฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของ ครอบครัว โดยใช้แบบสอบถามชุดเดิม ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลรายละเอียด 30 นาทีที่แผนก ตรวจหลังคลอด หอผู้ป่วยนอก ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้มีมารดาตรวจหลังคลอดครบทั้ง 30 คน ดังภาพที่ 4



ภาพที่ 3 ขั้นตอนในการดำเนินวิจัย

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ตรวจสอบเรียบร้อยแล้ว ทำการลงรหัส ป้อนข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ในการศึกษานี้กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 2 ส่วน ดังต่อไปนี้

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. ข้อมูลทั่วไปโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics)
2. พฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัว โดยเปรียบเทียบการรับรู้พฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัวระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติด้วยการทดสอบที (Independent t-test)

### ส่วนที่ 2 ผลการวิจัยตามสมมติฐาน

1. เปรียบเทียบระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียระหว่างกลุ่มมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ด้วยสถิติ Mann-whitney U test เพราะข้อมูลมีการแจกแจงไม่เป็น โค้งปกติ
2. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างกลุ่มมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ด้วยการทดสอบที (Independent t-test)