

พลบของโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะ:แห่งตนต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเอง
ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก

Effects of Enhancing Self-Efficacy Programs on Perceived Self-Efficacy, Knowledge and Satisfaction in Breastfeeding Practice Among First-time Postpartum Mothers

นพรัตน์ ธารณะ* Nopparat Tharana *
รัตนารณ รัตนศิริจรรย์* Rattanaporn Tanasirijirant *

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental design) นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก กลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาหลังคลอดบุตรคนแรก หน่วยสุติกรรม โรงพยาบาลลำพูน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด จำนวน 60 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองกลุ่มละ 30 ราย กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับการพยาบาลตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และเปรียบเทียบ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน paired t-test และ independent t-test

ผลการวิจัยพบว่า 1) คะแนนเฉลี่ยการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนสูงกว่าก่อนเข้ารับโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$, $p < .001$, และ $p < .001$ ตามลำดับ) 2) กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนร่วมกับการพยาบาลปกติมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) แต่ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลองไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม

ผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นถึงประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะในตนเอง ดังนั้นควรนำโปรแกรมส่งเสริมสมรรถนะในตนเอง ไปใช้ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดโดยเฉพาะมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก เพื่อสร้างความมั่นใจให้กับมารดากลุ่มนี้ ทารกได้รับนมแม่นานขึ้น และเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา และการวิจัยต่อไป

คำสำคัญ: โปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน การรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มารดาหลังคลอดบุตรคนแรก

* อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ

* Instructor, Faculty of McCormick Nursing, Payap University, nopparat_t@windowlive.com



Abstract

This quasi-experimental research was to study the effectiveness of enhancing self-efficacy programs on perceived self-efficacy, knowledge, and satisfaction in breastfeeding practice among first-time postpartum mothers. The participants were sixty first-time postpartum mothers from the obstetric unit at Lamphun Hospital in Lamphun province, selected by purposive sampling. The participants were equally divided into two groups, the first group were assigned to the control group and received usual nursing care, whereas the second group were assigned to the experimental group which participated in the enhancing self-efficacy program and also received usual nursing care. Data collection instruments used were the demographic characteristics questionnaire, Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form, the breastfeeding knowledge questionnaire, and the satisfaction with breastfeeding questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics, independent t-test, and paired t-test.

The results revealed that 1) the mean scores of breastfeeding self-efficacy, breastfeeding knowledge, and satisfaction with breastfeeding of the experimental group after participation in the enhancing self-efficacy program, were significantly higher than before participating in the enhancing self-efficacy program ($p < .001$, $p < .001$, and $p < .001$ respectively), 2) the experimental group had a significantly higher mean score than the control group in breastfeeding self-efficacy ($p < .05$), but there were no significant differences in breastfeeding knowledge and satisfaction with breastfeeding.

The results from this study showed the effectiveness of enhancing the self-efficacy program. Therefore, it should be used to enhance self-efficacy of first-time postpartum mothers and to promote successful exclusive breastfeeding. Furthermore, the results can be used as a guideline for further research and study.

Keywords: Enhancing Self-Efficacy Program, Perceived Self-efficacy, Breastfeeding Knowledge, Satisfaction, First-time Postpartum Mothers

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ทั่วโลกต่างยอมรับว่าน้ำนมแม่เป็นอาหารที่ธรรมชาติสร้างขึ้นสำหรับทารก เนื่องจากมีสารอาหารที่ครบถ้วนในการช่วยให้ทารกเจริญเติบโตอย่างมีคุณภาพ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้นมีประโยชน์ทั้งต่อทารกและมารดา (Flagg & Pillitteri, 2018) ต่อทารก ได้แก่ ทำให้ทารกได้รับพลังงานและสารอาหารที่พัฒนาสมองและการเรียนรู้ ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต้านต่อเชื้อโรค ลดโอกาส

การเกิดภูมิแพ้และโรคเรื้อรัง (Horta & Victora, 2013) ประโยชน์ต่อมารดา ได้แก่ ลดการสูญเสียเลือดหลังคลอด และส่งเสริมให้มดลูกเข้าอู่เร็วขึ้น (Abedi, Jahanfar, Namvar, & Lee, 2016) รวมทั้งลดภาวะเสี่ยงต่อมะเร็งรังไข่และมะเร็งเต้านม นอกจากนี้การเลี้ยงลูกด้วยนมแมียังเพิ่มความสำเร็จของบทบาทมารดา ซึ่งองค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ประกาศในปีพ.ศ. 2545 ให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน



หลังคลอด และหลังจากนั้นให้นมแม่ร่วมกับอาหารตามวัยถึงอายุ 2 ปี หรือมากกว่า แต่จากผลการสำรวจข้อมูลขององค์การอนามัยโลกพบว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของประเทศทั่วโลกส่วนใหญ่มีอัตราไม่สูงมาก (World Health Organization, 2015) เช่นเดียวกันกับประเทศไทยที่มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในทารกอายุ 0-5 เดือน ร้อยละ 23.1 (United Nations Children's Fund, 2016)

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่ามีหลายปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว ประสบการณ์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ผ่านมา การกระตุ้นส่งเสริมสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ และสภาวะร่างกายและจิตใจของมารดาหลังคลอด โดยสภาวะจิตใจของมารดาหลังคลอด ได้แก่ การรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (breastfeeding self-efficacy) ทักษะต่อการตั้งครรภ์ (attitude towards pregnancy) ความตั้งใจ (intention) ความมั่นใจ (confidence) และแรงจูงใจ (motivation) (Jager et al., 2015) โดยปัจจัยที่มีผลมาก คือ การรับรู้สมรรถนะในตนเอง ดังการศึกษาพบว่า มารดาที่มีการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะมีระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน (McCarter-Spaulding & Gore, 2009; Jager et al., 2015) เนื่องจากการรับรู้สมรรถนะในตนเอง เป็นความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถกระทำสิ่งใดให้ประสบผลสำเร็จได้ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ ดังนั้นผู้ที่รับรู้สมรรถนะในตนเองจะใช้ความพยายาม อดทน คิดค้น และค้นหาวิธีต่างๆ เพื่อให้เป้าหมายที่ตนตั้งไว้สำเร็จลุล่วง

พยาบาลเป็นผู้มีบทบาทและหน้าที่สำคัญมากในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ด้วยการส่งเสริมให้มารดามีสมรรถนะในตนเอง เพราะช่วงเวลาที่ผ่านมามีจะมีการศึกษาเรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้การสอนหลากหลายรูปแบบ เป็นต้นว่า การสาธิต การฝึกทำในการให้นมทารก วิธีเก็บนมแม่ ผ่านสื่อวีดิทัศน์ และสื่อสิ่งพิมพ์ แต่ผู้วิจัยมีความเห็นว่า กิจกรรมส่วนใหญ่จะเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้มารดาหลังคลอดไม่มีโอกาสได้ฝึกปฏิบัติให้

นมแม่ด้วยตนเอง และขณะสอนยังขาดการพูดในลักษณะสนับสนุนให้มารดาเกิดความเชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถมากพอที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ ประกอบกับมารดาไม่ได้มีโอกาสเห็นภาพกลไกของการหลั่งน้ำนม และการดูดของทารกอย่างชัดเจนเป็นรูปธรรม ทำให้มารดาหลังคลอดบางส่วนไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเฉพาะกรณีมารดาหลังคลอดที่มีบุตรคนแรกซึ่งยังไม่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้มารดาขาดความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงอาจส่งผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงจัดทำโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้มารดาหลังคลอดมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเรียนรู้ลักษณะของทารกที่ดูนมอย่างถูกวิธี ทำให้เกิดกลไกการหลั่งน้ำนมได้ชัดเจน ผ่านการใช้โมเดลด้านมแสดงการดูดที่ถูกวิธีที่ผู้วิจัยประดิษฐ์ขึ้น โดยขณะสอนมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก ผู้วิจัยจะสาธิตวิธีการให้นม ทำในการอุ้มทารกขณะให้นม และยกตัวอย่างบุคคลที่เป็นที่รู้จักทางสังคมที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ผ่านการชมวีดิทัศน์ เป็นการทำให้มารดาเรียนรู้ผ่านตัวแบบ หรือประสบการณ์ผ่านผู้อื่น (vicarious experience) อันส่งผลให้มารดารับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้น นอกจากนี้ภายหลังเสร็จสิ้นการสอนแต่ละครั้ง ผู้วิจัยได้เปิดโอกาสให้มารดาสาธิตย้อนกลับ และฝึกทักษะการให้นมทารก ซึ่งผู้สอนจะพูดให้กำลังใจ กล่าวชมเชยเมื่อมารดาสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง และหากมารดาปฏิบัติได้ไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจะแนะนำ และทบทวนให้อีกครั้ง พร้อมกับพูดให้กำลังใจมารดา ซึ่งทั้งหมดถือว่าเป็นการชักจูงด้วยคำพูด (verbal persuasion) ช่วยให้มารดาเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถให้นมบุตรได้สำเร็จ และอาจจะส่งผลต่อพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กล่าวคือมารดาจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะเวลาที่ยาวนานมากขึ้น และมีความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้สมรรถนะในตนเอง



ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก ก่อน และหลังได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างกลุ่มมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับการพยาบาลตามปกติกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

สมมติฐานการวิจัย

1. มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกหลังได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับการพยาบาลตามปกติ มีการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน

2. มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับการพยาบาลตามปกติ มีการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษานี้ใช้แนวคิดทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1977) โดยแนวคิดนี้เชื่อว่า หากบุคคลใดบุคคลหนึ่งมีความมั่นใจในความสามารถของตนเอง บุคคลเหล่านั้นจะสามารถปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จ ดังนั้นการส่งเสริมให้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกมีความมั่นใจ หรือมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จึงเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งการพัฒนาสมรรถนะแห่งตนอาศัยแหล่งสนับสนุน 4 แหล่ง คือ 1) ประสบการณ์ความสำเร็จของตนเอง (mastery experience) กล่าวคือ เมื่อบุคคลได้ลงมือ ความสำเร็จ จะทำให้บุคคลมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองมากขึ้น 2) การเรียนรู้ผ่านตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่น (vicarious experience)

โดยให้บุคคลสังเกตการกระทำของตัวแบบที่มีลักษณะคล้ายกับตนเอง และสามารถกระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จ ทำให้เกิดการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จเช่นกัน 3) การได้รับคำแนะนำ หรือการพูดชักจูง (verbal persuasion) เป็นการพูดชักจูง และชี้แนะ เพื่อให้บุคคลมีความเชื่อมั่นว่าคุณมีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จ 4) การกระตุ้นทางอารมณ์ (emotional arousal) ในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆด้วยตนเอง โดยมีกิจกรรมเสริมสร้างความรู้ การช่วยเหลือ การสอน การสาธิต การให้คำแนะนำ การพูดชักจูง (verbal persuasion) เพื่อให้บุคคลเชื่อมั่นว่าคุณมีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จ และการฝึกทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (mastery experience) นั้น เมื่อมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกได้ลงมือกระทำพฤติกรรมด้วยตนเอง และประสบผลสำเร็จ จะทำให้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกรับรู้สมรรถนะในตนเองมากขึ้น จึงมีความพยายามในการเรียนรู้ จนเกิดความรู้ที่ลึกซึ้ง นำไปสู่การปฏิบัติกิจกรรมได้สำเร็จ ส่งผลให้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกเกิดความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental design) แบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (pretest-posttest control group design)

ประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ มารดาหลังคลอดบุตรคนแรก กลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่หน่วยหลังคลอดโรงพยาบาลลำพูน จังหวัดลำพูน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ มารดาหลังคลอดบุตรคนแรก 6 ชั่วโมงขึ้นไป มีอายุ 18 ปีขึ้นไป อายุครรภ์ขณะคลอด 37-42 สัปดาห์ คลอดทางช่องคลอด ไม่มีข้อห้ามในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เต้านมและหัวนมปกติทั้ง 2 ข้าง จำนวน 60 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 30 ราย เริ่มศึกษาในกลุ่มควบคุมก่อน เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2560 - เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2561



การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างใช้หลักการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ (power analysis) โดยกำหนดระดับความเชื่อมั่นที่ 0.05 อำนาจการทดสอบ (power) เท่ากับ 0.80 ค่าขนาดอิทธิพล (effect size) คำนวณจากงานวิจัยที่มีลักษณะใกล้เคียงกันเท่ากับ 0.70 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 25 คน (Cohen, 1988) และเพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 20 ดังนั้นจึงได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 60 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 30 ราย และกลุ่มควบคุม 30 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้

เครื่องมือในการดำเนินการวิจัย คือ โปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามแนวคิดของ Bandura (1977) เป็นกิจกรรมการพยาบาลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อสนับสนุนมารดาหลังคลอดในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบด้วย การให้ความรู้ การสอน การช่วยเหลือ การสาธิต และสาธิตย้อนกลับ การใช้ตัวแบบ และการฝึกทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สื่อที่ใช้คือ แผนการสอนเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แผ่นพลิกข้อความและรูปภาพเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โมเดลเต้านมแสดงการดูดนมที่ถูกวิธี และหุ่นทารกที่มีลักษณะคล้ายทารกแรกเกิดใช้ประกอบการสาธิตทำอุ้มให้นม ซึ่งเครื่องมือทั้งหมดผ่านการตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form) ฉบับภาษาไทย สร้างจากแนวคิดของ Bandura และแปลเป็นภาษาไทยโดย Chanapi, Sinsuksai, Thananowan & Phahuwatanakorn (2014) ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Likert scale) 5 อันดับ จำนวน 14 ข้อ หาความเที่ยงของเครื่องมือโดยทดลองใช้ในกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง 10 ราย พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.81 3) แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่

สร้างขึ้นโดย Chanapi et al., (2014) ลักษณะเป็นคำถามปลายปิดชนิดเลือกตอบ 2 ตัวเลือก คือ ถูกและผิด จำนวน 16 ข้อ หาความเที่ยงของเครื่องมือโดยใช้สูตร KR-20 ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.70 และ 4) แบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของ Tantivetjakul (2000) ประกอบด้วยข้อความเกี่ยวกับความรู้สึกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 13 ข้อ ลักษณะของคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ หาความเที่ยงโดยทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง 10 ราย พบว่าค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.80

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (เลขที่ 122/2017) และคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย โรงพยาบาลลำพูน ก่อนการวิจัย ผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างทุกราย โดยชี้แจงกลุ่มตัวอย่างถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ประโยชน์ของการวิจัย วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล สิทธิในการตอบรับ หรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัย และการเก็บข้อมูลไว้เป็นความลับ ภายหลังจากได้รับความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในเอกสารยินยอมเข้าร่วมวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลส่วนบุคคล และประเมินความพร้อมทางด้านร่างกาย และจิตใจ จากนั้นสุ่มอย่างง่ายโดยการจับฉลากเพื่อเข้ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 ราย และผู้วิจัยเริ่มดำเนินการกับกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง โดยกลุ่มควบคุมที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลก่อน และหลัง ด้วยแบบสอบถามชุดเดียวกันกับกลุ่มทดลอง กล่าวขอบคุณในความร่วมมือ และมอบคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่วนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ร่วมกับการพยาบาลตามปกติ ผู้วิจัยสร้างสัมพันธ์ภาพ และประเมินความพร้อมทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ เก็บข้อมูลก่อนเริ่ม



กิจกรรมตามโปรแกรมฯ ด้วยแบบสอบถาม (pre-test) จากนั้นจัดกิจกรรมตามโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ใช้เวลารวมทั้งสิ้น 90 นาที เป็นรายบุคคล ภายหลังดำเนินกิจกรรมเสร็จสิ้นประมาณ 1-2 วัน ทำการเก็บข้อมูลหลังได้รับโปรแกรมฯ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล โดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความเป็นจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ก่อน และหลังการเข้ากิจกรรม โดยใช้สถิติเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยภายในกลุ่มเดียวกัน (paired t-test)
3. วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับการพยาบาลตามปกติกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ โดยใช้สถิติ independent t-test ระหว่างกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง ก่อนการ

วิเคราะห์ผู้วิจัยทำการทดสอบการกระจายของข้อมูล โดยใช้สถิติทดสอบการกระจายของข้อมูล (Kolmogorov-Smirnov one sample test) พบว่าเป็นการแจกแจงแบบโค้งปกติ (normal distribution)

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 24.72 ปี (S.D.= 5.38) อยู่ในช่วงอายุ 20-24 ปี (ร้อยละ 33.30) จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ร้อยละ 26.70) ส่วนใหญ่อยู่ในครอบครัวขยาย (ร้อยละ 66.70) มีสถานภาพสมรสคู่ (ร้อยละ 80) และอยู่ร่วมกับสามี กลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 26.68 ปี (S.D.= 5.05) อยู่ในช่วงอายุ 20-24 ปี (ร้อยละ 36.70) จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ร้อยละ 23.30) ส่วนใหญ่อยู่ในครอบครัวขยาย (ร้อยละ 66.70) มีสถานภาพสมรสคู่ (ร้อยละ 90) และอยู่ร่วมกับสามี ซึ่งเมื่อทดสอบความแตกต่างของข้อมูลอายุ ระดับการศึกษา และสถานภาพสมรสของกลุ่มตัวอย่างระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติการทดสอบที (t-test) และทดสอบไคสแควร์ (Chi-Square test for independent samples) พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน มีเพียงสถานภาพสมรสที่แตกต่างกัน (ดังตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ตารางแสดงจำนวน ร้อยละ และเปรียบเทียบความแตกต่างของข้อมูลส่วนบุคคลระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม (n = 60 คน)

ข้อมูลทั่วไป จำนวน	กลุ่มทดลอง(n=30)		กลุ่มควบคุม(n=30)		Statistics	p-value
	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน		
อายุ (ปี)					0.15 ^t	.153
15 - 19	2	6.70	7	23.30		
20 - 24	11	36.70	10	33.30		
25 - 29	6	20.00	5	16.70		
30 - 35	10	33.30	8	26.70		
36 - 40	1	3.30	0	0.00		



ข้อมูลทั่วไป จำนวน	กลุ่มทดลอง(n=30)		กลุ่มควบคุม(n=30)		Statistics	p-value
	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน		
ระดับการศึกษา					34.0 χ^2	.561
ไม่ได้เรียนหนังสือ	2	6.70	2	6.70		
ประถมศึกษา	1	3.30	6	20.20		
มัธยมศึกษาตอนต้น	6	20.00	5	16.70		
มัธยมศึกษาตอนปลาย	7	23.30	8	26.70		
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)	5	16.70	3	10.00		
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นสูง (ปวส.)	3	10.00	2	6.70		
ปริญญาตรี	6	20.00	4	13.30		
ลักษณะครอบครัว					0.78 χ^2	.784
ครอบครัวเดี่ยว	10	33.30	10	33.30		
ครอบครัวขยาย	20	66.70	20	66.70		
สถานภาพสมรส					9.63 χ^2	.008***
โสด	3	10.00	5	16.70		
สมรส อยู่ด้วยกัน	27	90.00	24	80.00		
สมรส ไม่ได้อยู่ด้วยกัน	0	0.00	1	3.30		

^t = t-test

χ^2 = Chi-square test

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเอง รับโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ดัง
ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกในด้วยนมแม่ ตารางที่ 2)
ของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมฯ สูงกว่าก่อนได้



ตารางที่ 2 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองของกลุ่มทดลอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกในด้วยนมแม่ ก่อน และหลังได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (n = 30 คน)

ข้อมูล	$\bar{x}$	S.D.	t	p-value
การรับรู้สมรรถนะในตนเอง				
ก่อนได้รับโปรแกรมฯ	46.23	8.00	31.63	.000***
หลังได้รับโปรแกรมฯ	52.63	10.76		
ความรู้ในการเลี้ยงลูกในด้วยนมแม่				
ก่อนได้รับโปรแกรมฯ	13.70	2.15	34.87	.000***
หลังได้รับโปรแกรมฯ	14.40	1.00		
ความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่				
ก่อนได้รับโปรแกรมฯ	61.70	4.12	82.02	.000***
หลังได้รับโปรแกรมฯ	63.10	3.12		

*** p < .001

3. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุม (ดังตารางความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของ ที่ 3) กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน

ตารางที่ 3 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกในด้วยนมแม่ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม (n = 60 คน)

ข้อมูล	$\bar{x}$	S.D.	t	p-value
การรับรู้สมรรถนะในตนเอง				
กลุ่มทดลอง	55.03	10.76	.945	.048*
กลุ่มควบคุม	52.63	8.81		
ความรู้ในการเลี้ยงลูกในด้วยนมแม่				
กลุ่มทดลอง	14.40	1.00	-.396	.69
กลุ่มควบคุม	14.30	0.95		
ความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่				
กลุ่มทดลอง	63.10	3.12	-.949	.347
กลุ่มควบคุม	62.23	3.91		

*p < .05



ผลการศึกษา พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกในด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลอง สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความรู้และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกัน (ดังตารางที่ 3)

การอภิปรายผล

จากผลการศึกษาพบว่ามารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมฯ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมฯ ทั้งนี้อาจเนื่องจากการที่มารดาหลังคลอดได้รับส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ทำให้มารดาหลังคลอดเกิดความพยายามที่จะปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จ (mastery experiences) โดยผู้วิจัยได้สอน สาธิต และสาธิตย้อนกลับ เพื่อประเมินความถูกต้องของการปฏิบัติ และเปิดโอกาสให้มารดาฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยตนเอง ร่วมกับให้คำแนะนำ และความช่วยเหลือ เพื่อแก้ไขวิธีการอุ้มทารก การให้ทารกดูดนมอย่างถูกวิธี จึงทำให้มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองสามารถปฏิบัติได้ดีขึ้นตามลำดับ และบอกว่าตนเองมีความมั่นใจที่จะให้นมแม่ได้สำเร็จ สอดคล้องกับแนวคิดของ Bandura (1997) ที่เสนอแนะวิธีการพัฒนาการรับรู้สมรรถนะในตนเองโดยใช้ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ เนื่องจากเป็นประสบการณ์ตรง และความสำเร็จทำให้เพิ่มความมั่นใจในความสามารถของตนเอง ซึ่งคล้ายคลึงกับการศึกษาที่พบว่ามารดาที่ได้รับการความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขณะตั้งครรภ์ และในระยะหลังคลอดมีความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น (Vincent, 2015) เช่นเดียวกับการศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นในชุมชน พบว่ามารดาวัยรุ่นที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีคะแนนพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ามารดาวัยรุ่นกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติในระยะหลังคลอด 24 สัปดาห์ (Khakhong &

Niratttharadorn, 2017) นอกจากนั้นการได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่น (vicarious experience) โดยการให้มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองชมสื่อวีดิทัศน์ตัวแบบมารดาที่เป็นที่รู้จักทางสังคม และประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีเนื้อหาเน้นการบอกเล่าประสบการณ์ ปัญหาที่เกิดขึ้น เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และวิธีแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองเกิดความสนใจมากที่จะรับฟังข้อมูลที่ตัวแบบบอกเล่า เนื่องจากรู้สึกว่าตัวแบบประสบปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่คล้ายกับตน สิ่งนี้ทำให้มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองมีความคิดว่าเมื่อตัวแบบเกิดปัญหายังสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ตนเองน่าจะทำได้เช่นกัน นอกจากนี้ผู้วิจัยได้กระตุ้นให้มารดาในกลุ่มทดลองทบทวนประสบการณ์ของตนเองที่ผ่านมา และประสบความสำเร็จ จากนั้นได้กล่าวชมเชย และให้กำลังใจ เพื่อให้กลุ่มทดลองมั่นใจในตนเอง และเกิดความพยายามเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนประสบความสำเร็จ สอดคล้องกับการศึกษาของ Arthibenyakul, Sangperm, Prasopkittikun & Ngerincham, (2017); Butchan, Chamusri & Singhala, (2016) ซึ่งพบว่ามารดาในกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองมีคะแนนประสิทธิภาพในการให้นมทารกสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ประกอบกับการชักจูงด้วยคำพูด (verbal persuasion) ด้วยการพูดชักจูง และให้กำลังใจขณะสาธิตย้อนกลับ และฝึกปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเป็นการเสริมแรงด้านบวก ทำให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยใช้คำพูดเช่น “คุณแม่ทำได้ถูกต้องค่ะ เก่งมากค่ะ” “นี่ขนาดคุณแม่เพิ่งคลอดหัดทำครั้งแรก ยังทำได้ขนาดนี้ ต่อไปคุณแม่จะให้ลูกได้อย่างแน่นอนค่ะ” เป็นต้น เมื่อกลุ่มทดลองได้รับการพูดชักจูง ให้กำลังใจ และเสริมแรงจากผู้วิจัย ทำให้มีความพยายามฝึกทักษะปฏิบัติการให้นมแม่จนสำเร็จได้ในที่สุด คล้ายคลึงกับการศึกษาของ Ngo, Chou, Gau & Liu (2019) พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้น ได้แก่ การได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นบุคคลในครอบครัว เพื่อน หรือบุคลากรที่มีสุขภาพ โดยพบว่า การได้รับการช่วยเหลือจากบุคคล



รอบข้างมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะเห็นได้ว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมฯ ร่วมกับการพยาบาลปกติมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น เป็นไปตามแนวคิดของ Bandura (1997) ที่ได้เสนอแนะวิธีการชักจูงด้วยคำพูด (verbal persuasion) คือการที่ผู้อื่นใช้ความพยายามในการพูดกับบุคคล เพื่อให้เขาเชื่อว่าเขามีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมอย่างหนึ่งอย่างใดให้ประสบความสำเร็จ สำหรับการประเมินความพร้อมทั้งทางร่างกาย และจิตใจในระยะ 24 ชั่วโมงแรกหลัง เปิดโอกาสให้ระบายความรู้สึก มีการให้กำลังใจ และให้ความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติภารกิจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ เป็นการกระตุ้นทางอารมณ์ (emotional arousal) ทำให้มารดาคลายความวิตกกังวล และมีความมั่นใจในความสามารถของตนเองในการให้นมแม่เพิ่มขึ้น ดังการศึกษาของ Loke & Chan (2013) ที่ศึกษาสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับความสัมพันธ์ และผลลัพธ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังคลอดในมารดาหลังคลอด พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือน คือสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นอกจากนี้ยังมีการศึกษาของ Chanapi, Sinsuksai, Thananowan, & Phahuwatanakorn (2014) พบว่าปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 สัปดาห์ในมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกได้ คือ การรับรู้สมรรถนะในตนเอง การสนับสนุนจากสามี หรือญาติ และการสนับสนุนจากพยาบาล

มารดาหลังคลอดกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนมีค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมนั้น อาจเนื่องจากการมารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองมีการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ทำให้เกิดความมั่นใจ และพยายามเรียนรู้ ฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จ ส่งผลให้มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองมีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Plodpluang, Srichan, & Kaewpraphan (2016) พบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดหลังได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนม

แม่โดยการสนับสนุนของครอบครัวสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม แต่จากการศึกษาครั้งนี้พบว่าคะแนนเฉลี่ยของความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญนั้น อาจเนื่องจากการมารดาหลังคลอดทุกรายจะได้รับความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ โดยการสอนเป็นหนึ่งในกิจกรรมของหน่วยฝากครรภ์ที่ต้องปฏิบัติ นอกจากนี้ระยะหลังคลอด พยาบาลประจำหน่วยหลังคลอดจะให้ความรู้แก่มารดาหลังคลอดเป็นรายกลุ่มทุกวัน และมารดาหลังคลอดทุกรายยังได้รับชมวีดิทัศน์เกี่ยวกับความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงทำให้มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยของความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่แตกต่างกัน คล้ายคลึงกับผลการศึกษาที่พบว่า การสนับสนุนด้านความรู้จากพยาบาล เป็นปัจจัยที่สามารถทำนายความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว (Nuampa, Sinsuksai, Phahuwatanakorn, & Chanprapaph, 2013)

3) มารดาหลังคลอดกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมนั้น อาจเนื่องจากการมารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองสามารถปฏิบัติการให้นมแม่ได้ ทำให้เกิดความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีความสำคัญต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Kroll de Senna et al., 2018) สอดคล้องกับการศึกษาของ Baiya, Ketsuwan, Pachaiyapoom, & Puapornpong (2013) ที่พบว่า หลังการจัดรูปแบบให้บริการการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มารดาหลังคลอดมีคะแนนความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ส่วนใหญ่มากกว่า หรือเท่ากับร้อยละ 80 กลุ่มหลังการช่วยเหลือมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มก่อนการช่วยเหลือ และมีความพึงพอใจมากถึงมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 97.50 แต่การศึกษาครั้งนี้พบว่า คะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดที่ได้รับโปรแกรมฯ และมารดาหลังคลอดที่ไม่ได้รับการพยาบาลตามปกติไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ อาจเนื่องจากการมารดาหลังคลอดกลุ่มนี้เป็นกลุ่มมารดาที่มีบุตรคนแรก เป็นการตั้งครรภ์อย่าง



ตั้งใจ และมีความพร้อมที่จะมีบุตร ทำให้มารดาพยายามที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จ นอกจากนี้ในระยะตั้งครรภ์พบว่ามารดาได้รับความรู้ในการเตรียมตัวเพื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อีกทั้งในระยะหลังคลอดยังได้รับความรู้อย่างต่อเนื่องจากพยาบาลประจำหน่วยหลังคลอด และหากมารดาหลังคลอดรายใดมีปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พยาบาลจะสอน และช่วยเหลือมารดาทันที ส่งผลให้มารดาเกิดความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามารถเห็นได้จากการที่มารดาหลังคลอดแสดงออกถึงอารมณ์ ความรู้สึก และความตั้งใจในการให้ลูกดูดนมแม่ มารดามีความสุข มีความภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าตนเป็นแม่ที่ดี ถึงแม้ว่าตนเองจะต้องตื่นมาให้นมแม่ในเวลากลางคืน สะท้อนได้จากข้อความบางส่วนของแบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ซึ่งผู้วิจัยนำมาประเมินความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น “ฉันรู้สึกมีความสุขมากขณะให้ลูกดูดนมแม่” “ฉันรู้สึกภูมิใจที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่” “ฉันรู้สึกเป็นคนที่มีความสำคัญสำหรับลูกเมื่อให้ลูกดูดนมแม่” “ฉันจะตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานที่สุดเท่าที่จะทำได้โดยไม่ให้นมผสม” เป็นต้น สอดคล้องกับ Edwards (2017) พบว่าบุคลากรทางสุขภาพที่ส่งเสริม และให้ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะส่งผลให้มารดาเกิดการรับรู้สมรรถนะในตนเอง และทำให้มารดาเกิดความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะประสบผลสำเร็จได้นั้น พยาบาลเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญมากในการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบกับการใช้โมเดลการหลั่งน้ำนม (The tri-core lactation) ที่เป็นการใช้หลักฐานเชิงประจักษ์ (evidenced-based practice model) ถือเป็นอุปกรณ์อีกส่วนหนึ่งที่สนับสนุนและใช้เป็นแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จ โดยโมเดลประกอบด้วย 3 ส่วนสำคัญ คือ 1) การสนับสนุน (breastfeeding support) 2) การให้ความรู้ (education) และ 3) การรับรู้สมรรถนะในตนเอง (maternal self-efficacy) (Flagg & Pillitteri, 2018)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ควรนำโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปใช้สนับสนุนมารดาหลังคลอดในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนภาคปฏิบัติรายวิชาฝึกปฏิบัติการพยาบาลมารดา และทารกแก่นักศึกษาพยาบาล

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรทำการศึกษาวิจัยโดยใช้โปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และติดตามอย่างต่อเนื่องเกี่ยวกับความสำเร็จในการเลี้ยงนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนในกลุ่มมารดาหลังคลอดที่มีความเสี่ยงสูง

เอกสารอ้างอิง

- Abedi, P., Jahanfar, S., Namvar, F., & Lee, J. (2016). Breastfeeding or nipple stimulation for reducing postpartum haemorrhage in the third stage of labour. Retrived October 5, 2019, Retrived from <https://doi.org/10.1002/14651858.CD010845.pub2>
- Arthibenyakul, C., Sangperm, P., Prasopkittikun, T., & Ngerncham, S. (2560). The effects of self-efficacy promoting program on perceived self-efficacy, efficiency of breastfeeding and breastfeeding rate among mothers of late preterm infants. *Journal of Nursing Science*, 35(1), 23-35. (In Thai)
- Baiya, N., Ketsuwan, S., Pachaiyapoom, N., & Puapornpong, P. (2013). Mother's knowledge, latch score and satisfaction after development of the breastfeeding support service in HRH princess Maha Chakri Sirindhorn Medical Center. *Journal of Medicine and Health Sciences*, 20(2), 17-23. (In Thai)



- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and company.
- Butchan, P., Chamusri, S., & Singhala, K. (2016). Effects of breastfeeding promoting program on family members self-efficacy and breastfeeding promotion behavior in community. *Journal of Nursing and Health Care*, 34(4), 97-105. (In Thai)
- Chanapi, S., Sinsuksai, N., Thananowan, N., & Phahuwatanakorn, W. (2014). Knowledge, attitude, self-efficacy, spousal and nurse support predicting 6-weeks exclusive breastfeeding. *Journal of Nursing Science*, 32(1), 51-60. (In Thai)
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Edwards, R. (2017). *An exploration of maternal satisfaction with breastfeeding as a clinically relevant measure of breastfeeding success*. Retrived October 6, 2019, Retrived from <https://doi.org/10.1177%2F0890334417722509>
- Flagg, J. S. & Pillitteri, A. (2018). *Maternal & child health nursing* (8th ed.). China: Wolters Kluwer.
- Horta, B. L. & Victora, C. G. (2013). *Long-term effects of breastfeeding: A systematic review*. Retrived October 6, 2019, Retrived from https://apps.who.int/iris/bitstreamhandle/10665/79198/9789241505307_eng.pdf;sequence=1
- Jager, E. D., Broadbent, J., Tyszkiewicz, M. F., Nagle, C., McPhie, S., & Skouteris, H. (2015). A longitudinal study of the effect of psychosocial factors on exclusive breastfeeding duration. *Midwifery*, 31, 103-111.
- Khakhong, S. & Niratttharadorn, M. (2017). The effects of promoting self-efficacy program on breast feeding behavior among adolescent mothers in community. *Journal of Public Health*, 47(1), 31-43. (In Thai)
- Kroll de Senna, A. F., Giugliani, C., Lago, J. C. A., Bizon, A. M., Martins, A. C., & Oliveira, C. A. (2018). Validation of a tool to evaluate women's satisfaction with breastfeeding for the Brazilian population. *Journal de pediatria*, 1-8.
- Loke, A. Y. & Chan, L. S. (2013). Maternal breastfeeding self-efficacy and the breastfeeding behaviors of newborns in the practice of exclusive breastfeeding. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 42(6), 672-684.
- McCarter-Spaulding, D. & Gore, R. (2009). Breastfeeding self-efficacy in women of African descent. *Journal of Obstetric, Gynecology & Neonatal Nursing*, 38(2), 230-243.
- Ngo, L. T. H., Chou, H. F., Gau, M. L., & Liu, C. Y. (2019). Breastfeeding self-efficacy and related factors in postpartum Vietnames women. *Midwifery*, 70, 84-91.
- Nuampa, S., Sinsuksai, N., Phahuwatanakorn, W., & Chanprapaph, P. (2013). Personal factors, first feeding time and nurse support in predicting successful exclusive breastfeeding at discharge in mothers with cesarean section. *Journal of Nursing Science*, 31(2), 49-59. (In Thai)



- Plodpluang, U., Srichan, A., & Kaewpraphan, S. (2016). Effect of breastfeeding promotion based on familial support program to knowledge, attitude and behavior of postpartum mothers and familiar's members. *Phranakhon Rajabhat Research Journal (Science and Technology)*, 11(2), 41-52. (In Thai)
- Tantivetjakul, S. (2000). *The effects of supportive-educative nursing on perceived barriers, satisfaction, and behavior of breastfeeding in adolescent mothers*. Master Thesis of Maternal and Child Nursing, Mahidol University. (In Thai)
- United Nations Children's Fund. (2016). *The state of the world's children 2016: A fair chance for every child*. Retrived October 6, 2019, Retrived from http://www.unicef.org/publications/files/UNICEF_SOWC_2016.pdf.
- Vincent, A. (2015). *The effect of breastfeeding self-efficacy on breastfeeding initiation, exclusivity, and duration*. College of Health Sciences, Walden University.
- World Health Organization. *World health statistics 2015* [Internet]. Geneva: WHO: 2016 Retrived October 6, 2019, Retrived from http://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2015/en/