



ผลของโปรแกรมการสอนบนเว็บต่อสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ของสตรีตั้งครรภ์

Effect of a Web-based Instruction Program on Breastfeeding Self-efficacy Among Pregnant Women

จารุพร	เพชรรอยุ่ *	Jaruporn	Phetyoo *
กรรณิการ์	กันธะรักษา **	Kannika	Kantaruksa **
นันทพร	แสนสิริพันธ์ **	Nuntaporn	Sansiriphun **

บทคัดย่อ

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาให้ประสบความสำเร็จนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ปัจจัยที่สำคัญยิ่งคือสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา การศึกษาวิจัยแบบกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสอนบนเว็บต่อสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีตั้งครรภ์ไตรมาส 3 จำนวน 48 ราย ที่มาฝากครรภ์ในแผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ระหว่างเดือนมิถุนายน ถึง ตุลาคม 2558 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมจำนวน 23 ราย และกลุ่มทดลองจำนวน 25 ราย จับคู่กลุ่มตัวอย่างให้มีลักษณะคล้ายคลึงกันดังนี้ 1) ระดับคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา 2) อายุ 3) การศึกษา และ 4) ระยะเวลาในการลาคลอด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ โปรแกรมการสอนบนเว็บที่สร้างขึ้นตามแนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และการทบทวนวรรณกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของ Dennis (2003) ที่แปลเป็นภาษาไทยโดย Jintrawet (2010) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และสถิติทดสอบที

ผลการวิจัยพบว่า

1. ภายหลังการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บ กลุ่มทดลองมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

2. ภายหลังการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บ กลุ่มทดลองมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการสอนบนเว็บสามารถเพิ่มสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์ ดังนั้นพยาบาลผดุงครรภ์ควรนำมาใช้ในการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์

คำสำคัญ: โปรแกรมการสอนบนเว็บ สมรรถนะแห่งตน การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สตรีตั้งครรภ์

* ผู้ช่วยอาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

* Instructor, Faculty of Nursing, Mahidol University

** รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

** Associate Professor, Faculty of Nursing, Chiang Mai University

วันที่รับบทความ 4 มกราคม 2559 วันที่แก้ไขบทความ 24 มิถุนายน 2559 วันที่ตอบรับบทความ 20 กันยายน 2559

Abstract

The success of breastfeeding depends on many factors. An important factor is maternal breastfeeding self-efficacy. The purpose of this quasi-experimental research was to study the effect of a web-based instruction program on breastfeeding self-efficacy among pregnant women. The subjects, 48 pregnant women in their third trimester, were recruited from the antenatal care unit, Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital from June to October 2015. Subjects were selected using the inclusion criteria and were assigned to a control group (23 subjects) or an experimental group (25 subjects). Each pair of subjects was matched for the control or experimental groups based on criteria of 1) level of breastfeeding self-efficacy score, 2) maternal age, 3) education level, and 4) duration of maternal leave. The research instrument was the web-based instruction program based on the breastfeeding self-efficacy concept and literature review. The data collection tool was the breastfeeding self-efficacy questionnaire developed by Dennis (2003) and translated into Thai by Jintrawet (2010). Data were analyzed using descriptive statistics and t-test.

The results of the study revealed that:

1. After participating in the web-based instruction program, the experimental group had a significantly higher breastfeeding self-efficacy than before participating in the web-based instruction program ($p < 0.001$).
2. After participating in the web-based instruction program, the experimental group had a significantly higher breastfeeding self-efficacy than the control group ($p < 0.001$).

The result of this study demonstrates that the web-based instruction program can increase breastfeeding self-efficacy in pregnant women. Therefore, nurse-midwives should use this in practice to promote breastfeeding self-efficacy in pregnant women.

Keywords: *Web-based Instruction Program, Self-efficacy, Breastfeeding, Pregnant Women*

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การได้รับนมมารดาเป็นโอกาสที่สำคัญในชีวิตของทารก (Ball, 2010) ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันทั่วโลกว่าการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานั้นมีผลดีต่อทารกและมารดาอย่างมากเนื่องจากอุดมไปด้วยสารอาหารที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการของทารก (World Health Organization [WHO], 2014) น้านมมารดามีภูมิคุ้มกันต่อโรค ลดการเกิดโรคติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร ระบบทางเดินหายใจ และหูชั้นกลางของทารก ซึ่งเป็นการติดเชื้อที่พบได้บ่อยในขวบปีแรก (Stuebe & Schwarz, 2010) นอกจากนี้สาร

อาหารที่อยู่ในน้ำนมมารดายังสามารถปรับเปลี่ยนไปตามความต้องการของทารกในแต่ละช่วงวัย (Petherick, 2010) การศึกษาในระยะยาว พบว่า ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่เพิ่มขึ้นมีความสัมพันธ์กับระดับสติปัญญาของเด็ก (Tawia, 2013) และลดโอกาสเสี่ยงในการเกิดโรคหอบหืด โรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนัง โรคเบาหวานชนิดที่ 1 โรคกระดูกในเด็ก (Stuebe & Schwarz, 2010) ตลอดจนลดโอกาสเกิดภาวะอ้วนในวัยรุ่น (Belfield & Kelly, 2012)

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานอกจากมีประโยชน์ต่อทารกแล้วยังมีประโยชน์ต่อมารดาอีกด้วย ดังเช่นใน

ระยะหลังคลอดจะช่วยป้องกันการตกเลือด และในระยะยาวสามารถลดโอกาสเสี่ยงในการเกิดโรคไม่ติดต่อได้จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามีความสัมพันธ์ทางลบกับการเกิดมะเร็งเต้านม (Mousa, 2014) และมะเร็งรังไข่ (Jordan, Cushing-Haugen, Wicklund, Doherty, & Rossing, 2012) การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดายังช่วยลดอัตราการเกิดโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โรคความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง และโรคหัวใจของมารดา (Stuebe & Schwarz, 2010) อีกทั้งยังลดความเสี่ยงในการเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอด การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดายังทำให้เกิดความรัก ความผูกพัน ระหว่างมารดาและบุตรอีกด้วย (Richman & Cabrera, 2013)

องค์การอนามัยโลก (WHO, 2001) ได้แนะนำให้มารดาทุกคนเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว 6 เดือน หลังจากนั้นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาพร้อมกับอาหารตามวัยเป็นระยะเวลา 2 ปี หรือมากกว่านั้น เพื่อให้ทารกมีการเจริญเติบโต และพัฒนาการที่สมบูรณ์ ประเทศไทยโดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขได้มีนโยบายส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2522 และได้ส่งเสริมต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน (Planning Division Department of Health, 2015) แต่สถิติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวของประเทศไทยยังคงต่ำกว่าของประเทศอื่น ๆ ทั่วโลก จากรายงานขององค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (United Nations Children's Fund [UNICEF], 2013) พบสถิติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว 6 เดือนทั่วโลกอยู่ที่ร้อยละ 38 สถิติของประเทศไทยอยู่ที่ร้อยละ 15 และหากใช้ข้อมูลจากรายงานสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทยโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่า อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว 6 เดือนมีเพียงร้อยละ 12.3 (National Statistical Office, 2013) การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่ผ่านมาของประเทศไทยนั้นได้มีการดำเนินการโดยใช้หลักบันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เป็นการส่งเสริมภายในโรงพยาบาล หรือ คลินิกฝากครรภ์โดยพยาบาลผดุงครรภ์

หรือ บุคลากรสุขภาพ ซึ่งการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในรูปแบบนี้มีข้อจำกัดในเรื่องของเวลาที่ต้องตรงกันระหว่างผู้ให้การส่งเสริมและผู้รับการส่งเสริม รวมถึงสถานที่ในการส่งเสริม

การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพื่อให้เกิดความสำเร็จนั้นเป็นบทบาทหน้าที่สำคัญอย่างหนึ่งของพยาบาลผดุงครรภ์ (Battersby, 2014) ซึ่งความสำเร็จและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานั้นขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย แบ่งเป็นปัจจัยที่ไม่สามารถปรับเปลี่ยนได้ และ ปัจจัยที่สามารถปรับเปลี่ยนได้ จากการทบทวนอย่างเป็นระบบของ (Meedya, Fahy, & Kable, 2010) ที่รวบรวมงานวิจัยซึ่งตีพิมพ์เป็นภาษาอังกฤษ ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2000-2009 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่ไม่สามารถปรับเปลี่ยนได้ คือ ปัจจัยด้านสังคมและประชากร (socio-demographic factors) ได้แก่ อายุ เชื้อชาติ สถานะภาพสมรส การศึกษา ระยะเวลาในการลาคลอด และสถานะทางเศรษฐกิจ สำหรับปัจจัยที่สามารถปรับเปลี่ยนได้ คือ ปัจจัยด้านกายภาพและชีววิทยา (bio-physical factors) ได้แก่ ประสบการณ์ในระยะคลอด การได้รับการฝึกทักษะการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาก่อนคลอด และการรับรู้ของมารดาว่าตนเองมีน้ำนมไม่เพียงพอ ส่วนปัจจัยด้านจิตสังคม (psychosocial factors) ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและบุคลากรสุขภาพ ความตั้งใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และความมั่นใจในความสามารถของตนเองในการการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (breastfeeding confidence)

ความมั่นใจในความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งสามารถส่งเสริมได้โดยการให้ความรู้ และฝึกทักษะในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ดังเช่นการศึกษาของ Kronborg, Maimburg, and Vaeth (2012) ที่ศึกษาผลของการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ พบว่าสตรีตั้งครรภ์ที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับ

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และฝึกทักษะการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยใช้ตุ๊กตา มีความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงขึ้น และจากการศึกษาของ Hannula, Kaunonen, & Pukka (2014) ที่ศึกษาผลของการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในประเทศฟินแลนด์ พบว่า สตรีตั้งครรภ์ที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจากพยาบาลผดุงครรภ์มีความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มควบคุม และสตรีตั้งครรภ์ที่มีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงจะมีความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระดับสูง

Dennis (1999) ได้อธิบายความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (breastfeeding confidence) โดยนำแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (Bandura social cognitive theory) มาประยุกต์ใช้และนำเสนอเป็นแนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (breastfeeding self-efficacy) ที่สามารถส่งเสริมได้จาก 4 แหล่ง คือ 1) ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง (performance accomplishments) เป็นประสบการณ์ของบุคคลที่เคยประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจะสูงขึ้นเมื่อบุคคลรับรู้ถึงการประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และจะต่ำลงเมื่อรับรู้ว่าจะไม่ประสบความสำเร็จ 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่น (vicarious experience) หากบุคคลสังเกตเห็นผู้อื่น (self-modeling) หรือ ต้นแบบสัญลักษณ์ (symbolic modeling) ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จะทำให้บุคคลประเมินค่าในความสามารถของตนเองว่ามีความสำเร็จเพิ่มขึ้น 3) การชักจูงด้วยคำพูด (verbal persuasion) การกล่าวชมเชยจากผู้อื่นให้คำแนะนำในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เช่น บุคลากรสุขภาพ สมาชิกในครอบครัว และเพื่อน จะเป็นแรงเสริมทางบวกทำให้บุคคลมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้น และ 4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ (physical and affective states) ความพร้อม

ด้านร่างกายและอารมณ์ในการปฏิบัติพฤติกรรมมีผลทางบวกต่อการปฏิบัติพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา หากบุคคลมีสภาวะร่างกายและอารมณ์ที่สมบูรณ์พร้อม จะส่งผลทำให้บุคคลมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้น

สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา มีความสัมพันธ์กับระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ดังเช่นการศึกษาของ Blyth et al. (2004) ที่ศึกษาผลของสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาต่อระยะเวลาการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์ไตรมาสที่ 3 ชาวออสเตรเลีย จำนวน 300 คน และติดตามประเมินผลในระยะหลังคลอด 1 สัปดาห์และ 4 เดือน พบว่า สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถทำนายระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวในระยะหลังคลอด 1 สัปดาห์ และ 4 เดือนได้ ($p < 0.001$) นอกจากนั้นพบการศึกษาของ Noel-Weiss, Rupp, Cragg, and Wooden (2006) ที่ศึกษาผลของการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ในสตรีครรภ์แรก ชาวแคนาดา จำนวน 110 คน พบว่า ภายหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตน คะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองมีความความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเมื่อ 4 และ 8 สัปดาห์หลังคลอดสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ดังนั้นสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สำหรับการศึกษาในประเทศไทยพบการศึกษาของ Chaibarn (2010) ที่ศึกษาถึงผลของการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคมในสตรีตั้งครรภ์จำนวน 52 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 26 คน โดยส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์และติดตามผลเมื่อหลังคลอด 6 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนจาก 4 แหล่ง กลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนม

มารดาอย่างเดียวยังสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่กล่าวมาพบว่าการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนมมารดาที่ประสบผลสำเร็จที่ผ่านมาเน้นเป็นการจัดกระทำในโรงพยาบาลหรือที่คลินิกฝากครรภ์ตามระยะเวลาที่ได้วางแผนไว้ ซึ่งมีข้อจำกัดทางด้านเวลาและสถานที่ คือ สตรีตั้งครรภ์บางรายอาจมีระยะเวลาที่จำกัดในการมาฝากครรภ์ทำให้ไม่สามารถเข้ารับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนมมารดาได้หรืออาจทำให้สตรีตั้งครรภ์ต้องเพิ่มระยะเวลาในการมารับบริการที่คลินิกฝากครรภ์ นอกจากนี้บุคลากรสุขภาพโดยเฉพาะอย่างยิ่งพยาบาลผดุงครรภ์ ซึ่งเป็นผู้มีบทบาทที่สำคัญในการให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยนมมารดาแก่สตรีที่มาฝากครรภ์ และต้องให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ร่วมด้วยซึ่งต้องใช้เวลาในการให้คำแนะนำ สตรีตั้งครรภ์ที่มีเวลาจำกัดในการมาฝากครรภ์จึงอาจจะได้รับข้อมูลที่ไม่ครอบคลุม ทำให้ไม่มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยนมมารดา และอาจส่งผลกระทบต่อความสำเร็จในการเรียนรู้ด้วยนมมารดา ดังนั้นการพัฒนาโปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อให้สตรีตั้งครรภ์สามารถค้นคว้าหาข้อมูลด้วยตนเองในระยะเวลาที่ต้องการ และในทุกสถานที่ที่สะดวก จะสามารถลดข้อจำกัดในเรื่องเวลาและสถานที่ได้ นอกจากนี้จะทำให้สตรีตั้งครรภ์สามารถกำหนดการเรียนรู้ที่ต้องการได้ด้วยตนเองดังการศึกษาของ Enebrink, Hogstrom, Forster, and Ghaderi (2012) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยนมมารดาและบิดา ชาวสวีเดน จำนวน 129 คน พบว่ามารดาและบิดามีความพึงพอใจในการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บเนื่องจากเป็นแหล่งข้อมูลที่เข้าถึงได้ตลอดเวลาและทุกสถานที่ มีความสะดวก และสามารถลดค่าใช้จ่ายในการเดินทางได้ โปรแกรมการสอนบนเว็บจึงคาดว่าจะเป็แนวทางที่เหมาะสมในการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนมมารดา

ปัจจุบันมีการใช้อินเทอร์เน็ตในการสืบหาข้อมูลมากขึ้น ประชากรจำนวน 1 ใน 3 ของโลก สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ (Dutta, Dutton, & Law, 2011) จากข้อมูลทางสถิติพบว่าอัตราการใช้อินเทอร์เน็ตของประชากรทั่วโลกเพิ่มขึ้นอย่างมาก และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในทุก ๆ ปี จากการสำรวจผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตในประเทศไทยในปี พ.ศ. 2556 พบว่ามีผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตจำนวน 26,140,447 คน คิดเป็นร้อยละ 40.21 ของประชากร และมีจำนวนชั่วโมงในการใช้อินเทอร์เน็ตมากขึ้นโดยมีผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตมากกว่า 20 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ร้อยละ 38.90 ซึ่งในปี พ.ศ. 2544 มีเพียงร้อยละ 18.70 เท่านั้น (Electronic Transactions Development Agency, 2013) สำหรับการใช้อินเทอร์เน็ตในกลุ่มมารดา มีการสำรวจพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของมารดาในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ พบว่าร้อยละ 80 ของมารดาใช้อินเทอร์เน็ตและเข้าร่วมสังคมออนไลน์มากขึ้น รับข้อมูลทางนิตยสาร หนังสือพิมพ์ และโทรทัศน์น้อยลง โดยมารดาเลือกจะหาข้อมูลการเรียนรู้จากอินเทอร์เน็ตมากกว่าการสอบถามประสบการณ์จากญาติผู้ใหญ่ นอกจากนี้ยังพบว่ามารดาชาวไทยเป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุดเมื่อเทียบกับประเทศอื่น ๆ ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยร้อยละ 31 หาข้อมูลจากเว็บไซต์ที่แนะนำการเรียนรู้ ร้อยละ 28 เข้าค้นหาทางอินเทอร์เน็ตทั่วไป ร้อยละ 22 สอบถามจากญาติหรือบิดา มารดาและอื่น ๆ ร้อยละ 19 หาข้อมูลจากเว็บเพจต่าง ๆ เฟสบุ๊กหรือวิธีอื่น ๆ (Thammarat Pramotmanirat, 2013) จากสถิติดังกล่าวจะเห็นได้ว่ามารดา มีรูปแบบการหาข้อมูลทางสุขภาพด้วยตนเอง และเรียนรู้เกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยนมมารดาจากการใช้อินเทอร์เน็ต รวมถึงเรื่องการเรียนรู้ด้วยนมมารดา (Sillence, Briggs, Harris, & Fishwick, 2007)

การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพนั้นมีอยู่หลากหลายรูปแบบซึ่งการสอนบนเว็บ (web-based instruction) ก็เป็นรูปแบบหนึ่ง สำหรับการสอนบนเว็บในเรื่องการเรียนรู้ด้วยนมมารดา พบการศึกษา

ของ Giglia and Binns (2014) ที่พบทวนอย่างเป็นระบบเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บ ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2000 ถึง 2013 พบว่าการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถช่วยเพิ่มผลลัพธ์ในทางบวกได้ และแนะนำว่าเป็นวิธีการที่เหมาะสมในอนาคต และจากการศึกษาของ Huang et al. (2007) ที่ศึกษาผลของการส่งเสริมความรู้เรื่องการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บ ในสตรีตั้งครรภ์ไตรมาส 3 ชาวไต้หวันจำนวน 120 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 60 คน พบว่ากลุ่มทดลองมีความรู้และทัศนคติต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้น รวมถึงมีอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวยุติสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) และจากการศึกษาของ Pate (2009) ที่ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บในการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยศึกษาในสตรีตั้งครรภ์ไตรมาส 3 จำนวน 46 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 23 คน พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนสมรรถนะแห่งตนสูงขึ้นภายหลังการทดลอง และคะแนนสมรรถนะแห่งตนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$)

การสอนบนเว็บสามารถลดข้อจำกัดของการให้ความรู้และทักษะเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในเรื่องเวลาและสถานที่ได้ และสตรีตั้งครรภ์สามารถกำหนดการเรียนรู้ที่ต้องการได้ด้วยตนเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรมการสอนบนเว็บต่อสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์โดยส่งเสริมได้จาก 4 แหล่ง ตามแนวคิดของ Dennis (1999) ได้แก่ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง การได้เห็นตัวแบบและประสบการณ์จากผู้อื่น การชักจูงด้วยคำพูด และ สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ รวมทั้งพัฒนาเนื้อหาในโปรแกรมจากการทบทวนวรรณกรรมเพื่อให้สตรีตั้งครรภ์มีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตร

ด้วยนมมารดาในระดับสูง

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บ
2. เพื่อเปรียบเทียบสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

สมมติฐานการวิจัย

1. สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์หลังได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บ
2. สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

ปัจจุบันสตรีตั้งครรภ์มีพฤติกรรมการสืบหาข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจากเว็บมากขึ้น และมีการใช้ประโยชน์ในการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสุขภาพกันอย่างแพร่หลาย เนื่องจากมีความสะดวกในการเข้าถึงและประหยัดค่าใช้จ่าย การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการสอนบนเว็บต่อสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์โดยใช้กรอบแนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของ Dennis (1999) ในการออกแบบโปรแกรมและการทบทวนวรรณกรรมในการพัฒนาเนื้อหา ซึ่งสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นปัจจัยด้านจิตสังคมที่สำคัญ และสามารถทำนายความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจะส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจาก 4 แหล่ง ได้แก่ 1) ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง 2) การได้เห็นตัวแบบหรือ

ประสบการณ์จากผู้อื่น 3) การชักจูงด้วยคำพูด และ 4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ ผู้วิจัยคาดว่า การใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บจะส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาให้สูงขึ้นได้

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (pretest-posttest control group design) กลุ่มตัวอย่าง คือ สตรีตั้งครรภ์ครั้งแรกที่มีอายุครรภ์ 32 สัปดาห์ มีความตั้งใจที่จะเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และมาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด และคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้การวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ (power analysis) ที่ .80 ขนาดอิทธิพลขนาดกลาง (medium effect) ที่ .50 และกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ได้ขนาดกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 22 ราย ผู้วิจัยได้เพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 20 เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 26 ราย และนำมาจับคู่ให้มีลักษณะคล้ายคลึงกัน

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย ได้แก่ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือโปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์ ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของ Dennis (1999) และการทบทวนวรรณกรรม ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน 2) เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของ Dennis (2003) แปลเป็นภาษาไทยโดย Jintrawet (2010) และแบบสอบถามความรู้เรื่องการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน และทดสอบหาความเชื่อมั่นแบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนม

มารดา ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83 และ และแบบสอบถามความรู้เรื่องการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .80

ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองภายหลังผ่านการพิจารณาทางจริยธรรมจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่แล้ว โดยผู้วิจัยชี้แจงสิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยให้แก่กลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ของการวิจัย และวิธีการรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุมก่อนเพื่อป้องกันการปนเปื้อนของข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ประกอบไปด้วย 2 ระยะ ได้แก่ 1) ระยะพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย เป็นระยะที่ผู้วิจัยเตรียมตัว และศึกษาข้อมูลการทำเว็บไซต์ ออกแบบและสร้างเนื้อหาบนเว็บ 2) ระยะดำเนินการวิจัย ดำเนินการโดยให้กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ติดตามประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาหลังเข้าร่วมการวิจัยแล้ว 5 สัปดาห์ สำหรับกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บ จากนั้นติดตามประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของกลุ่มทดลองภายหลังเข้าใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บแล้ว 5 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติพรรณนา วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บ โดยใช้สถิติทดสอบทีสองกลุ่มสัมพันธ์กัน (pair t-test) วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของมารดาที่ได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติโดยใช้สถิติการทดสอบทีสองกลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (independent t-test)

ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นสตรีตั้งครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลมหาสารคามระหว่างเดือนมิถุนายน ถึง เดือนตุลาคม 2558 มีอายุระหว่าง 20-35 ปี จำนวน 48 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 25 ราย และกลุ่มควบคุม 23 ราย ซึ่งกลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 28.12 ปี (S.D. = 4.53) และกลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 28.30 ปี (S.D. = 4.54) ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ คิดเป็นร้อยละ 96 และ 100 ตามลำดับ ระดับการศึกษาทั้งสองกลุ่มมีการศึกษาระดับปริญญาตรีคิดเป็นร้อยละ 68 และ 73.9 ตามลำดับ ทั้งสองกลุ่มประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 40 และ 34.8 ตามลำดับ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีรายได้อยู่ในช่วง 10,000-15,000 บาท ร้อยละ 40 และร้อยละ 39.1 ตามลำดับ ลักษณะครอบครัวของทั้งสองกลุ่มเป็นครอบครัวเดี่ยว คิดเป็นร้อยละ 60 และ

56.5 ตามลำดับ สำหรับข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความตั้งใจที่จะเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นระยะเวลา 6 เดือน คิดเป็นร้อยละ 56 และ 60.9 ตามลำดับ ทั้งสองกลุ่มเคยได้รับความรู้เรื่องการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 88.0 และ 91.3 ตามลำดับ ระยะเวลาในการลาคลอดของทั้งสองกลุ่ม คือ 3 เดือน คิดเป็นร้อยละ 52.0 เท่ากัน

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บ พบว่าภายหลังได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บกลุ่มทดลองมีคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บ

กลุ่มตัวอย่าง	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p-value
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
กลุ่มทดลอง	46.72	5.17	58.48	5.81	10.543	.001

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการ

เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บกับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	หลังการทดลอง		t	p-value
	$\bar{X}$	SD		
กลุ่มทดลอง	58.48	5.81	5.271	.001
กลุ่มควบคุม	51.74	2.54		

การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสอนบนเว็บต่อสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดาของสตรีตั้งครรภ์ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการเข้าใช้งานโปรแกรมการสอนบนเว็บและกลุ่มควบคุมที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ผลการศึกษาพบว่าสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดาของสตรีตั้งครรภ์หลังได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บ และสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดาของสตรีตั้งครรภ์กลุ่มที่ได้รับการโปรแกรมการสอนบนเว็บสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าการที่กลุ่มทดลองได้เข้าใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บทำให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองทั้งด้านความรู้และทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนวมารดาอย่างไม่จำกัดช่วงเวลา ไม่จำกัดจำนวนครั้ง และไม่จำกัดสถานที่ดังจะเห็นได้จากการที่กลุ่มทดลองเข้าใช้งานในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นข้อดีของการสอนบนเว็บที่มีความยืดหยุ่น ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองในช่วงเวลาที่มีความพร้อม (khan, 1997) นอกจากนี้ยังสามารถเรียนรู้ได้ซ้ำเพื่อให้ผ่านเกณฑ์แบบทดสอบความรู้ได้ ทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้นซึ่งแตกต่างจากการให้ความรู้เรื่องการเรียนรู้ด้วยนวมารดาในรูปแบบเดิมที่ไม่มีการประเมินความสามารถหลังการเรียนรู้ สตรีตั้งครรภ์บางคนอาจจะมีความเข้าใจไม่เพียงพอ และเมื่อไม่มีโอกาสในการเรียนรู้ซ้ำ จะส่งผลต่อการเห็นความสามารถของตนเองและสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดา

ซึ่งโปรแกรมการสอนบนเว็บได้ส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดาโดยผ่าน 4 แหล่ง ได้แก่ ข้อมูลจากประสบการณ์ความสำเร็จของตนเอง การได้เห็นตัวแบบและประสบการณ์จากผู้อื่น การชักจูงด้วยคำพูด และสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ที่พร้อม ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ได้เป็นไปตามแนวคิดของ Dennis (2010) ที่ว่าเมื่อสตรีได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนผ่านแหล่งสนับสนุนทั้ง 4 แหล่งแล้ว จะทำให้เกิด

สมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดา หรือมีความมั่นใจในความสามารถของตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดา นอกจากนี้โปรแกรมการสอนบนเว็บได้ออกแบบส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดาในสตรีตั้งครรภ์ไตรมาส 3 ซึ่งเป็นช่วงที่สตรีตั้งครรภ์มีความสนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยนวมารดา (Winter, 2013) จึงเป็นสิ่งที่ส่งเสริมให้กลุ่มทดลองสนใจเข้าใช้งานโปรแกรมการสอนบนเว็บและทำให้มีสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดาสูงขึ้น จึงถือได้ว่าการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยนวมารดาในระยะไตรมาส 3 เป็นระยะเวลาที่เหมาะสมทำให้กลุ่มทดลองมีความสนใจที่จะศึกษาหาความรู้และฝึกทักษะการเรียนรู้ด้วยนวมารดา

ผลการศึกษาสามารถอธิบายตามแนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนวมารดาได้ว่าเมื่อก่อนกลุ่มทดลองเข้าใช้งานโปรแกรมการสอนบนเว็บ โดยเลือกช่วงเวลาที่ตนเองมีความพร้อมทั้งด้านร่างกายและอารมณ์ ทำให้กลุ่มทดลองมีความพึงพอใจ ได้เรียนรู้ และฝึกหัดจนมีทักษะเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยนวมารดาสามารถทำแบบทดสอบความรู้ผ่านเกณฑ์ได้ และประเมินตนเองว่ามีทักษะการจัดทำให้นมบุตร และการบีบเก็บน้ำนม สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้กลุ่มทดลองได้รับรู้ถึงความสำเร็จของตนเอง นอกจากนี้การที่ผู้วิจัยได้ชื่นชมผ่านโปรแกรมการสอนบนเว็บเมื่อก่อนกลุ่มทดลองทดสอบความรู้ผ่านเกณฑ์ และเมื่อเรียนจบในทุกบทเรียน เป็นการยืนยันให้เห็นถึงความสำเร็จของตนเอง ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีประสบการณ์ความสำเร็จของตนเอง ซึ่งเป็นแหล่งที่มีอิทธิพลที่สุดในการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตน (Dennis, 1999) และการที่กลุ่มทดลองได้เห็นตัวแบบสัญลักษณ์ที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ด้วยนวมารดาผ่านสื่อวิดีโอ ซึ่งตัวแบบสัญลักษณ์ที่นำมาแสดงนั้นมีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง ทั้งเรื่องอายุ สถานภาพสมรส และเป็นมารดาที่มีบุตรคนแรกด้วยความคล้ายคลึงกันนี้มีผลทำให้กลุ่มทดลองสามารถเปรียบเทียบความสำเร็จของตัวแบบกับตนเองได้ ส่งผล

ให้เกิดความมั่นใจในความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้น และทำให้มีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงขึ้นกว่าก่อนการเข้าใช้โปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มควบคุม (ตารางที่ 1 และ 2)

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Noel-Weiss et al. (2006) ที่ศึกษาผลของการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ตามแนวคิดของ Dennis (1999) ในสตรีตั้งครรภ์ไตรมาส 3 ชาวแคนาดาจำนวน 110 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองอย่างละเท่า ๆ กัน กลุ่มทดลองได้รับการส่งเสริมเป็นเวลา 2 ชั่วโมง 30 นาที โดยใช้ตุ๊กตาในการฝึกทักษะ และนำเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ผ่านวิดีโอ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ Pate (2009) ที่ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยใช้แนวคิดสมรรถนะแห่งตนของ Dennis (1999) ศึกษาในสตรีตั้งครรภ์ไตรมาส 3 ในประเทศสหรัฐอเมริกา จำนวน 62 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองอย่างละเท่า ๆ กัน กลุ่มทดลองจะเข้าโปรแกรมการสอนบนเว็บเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาหลังสิ้นสุดการเข้าใช้งาน 1 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$)

สรุปได้ว่าโปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่สร้างขึ้นตามแนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของ Dennis (1999) โดยส่งเสริมผ่าน 4 แหล่ง และการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ทำให้สตรีตั้งครรภ์สามารถเข้าใช้งานโปรแกรมการสอนบนเว็บได้ตามความสะดวกทุกที่ ทุกเวลาที่มีความพร้อม โดยไม่จำกัดจำนวนครั้งในการเข้า

ใช้โปรแกรม รวมทั้งการได้รับข้อมูลจากประสบการณ์ความสำเร็จด้วยตนเอง การได้เห็นตัวแบบและประสบการณ์จากผู้อื่น การชักจูงด้วยคำพูด ในสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ที่พร้อม ส่งผลให้สตรีตั้งครรภ์มีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงขึ้น และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการสอนบนเว็บ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล พยาบาลผดุงครรภ์ควรมีการพัฒนาโปรแกรมการสอนบนเว็บให้เป็นเว็บไซต์เปิดเพื่อให้สตรีตั้งครรภ์สามารถเข้าถึงได้ผ่านการค้นหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตได้
2. จัดทำโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยผสมผสานเทคโนโลยีอื่น ๆ เช่น ไลน์ (Line) หรือเฟสบุ๊ค (www.facebook.com) เพื่อเพิ่มทางเลือกในการเข้าถึงข้อมูล

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการติดตามผลของโปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเนื่องจนถึงพฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาและการคงอยู่ของพฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา
2. ควรมีการศึกษาการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์ในกลุ่มสตรีตั้งครรภ์วัยรุ่น

เอกสารอ้างอิง

- Ball, O. (2010). Breastmilk is a human right. *Breastfeeding Review*, 18(3), 9-19.
- Bandura, A. (1997). Insights. Self-efficacy. *Harvard Mental Health Letter*, 13(9), 4-6.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Battersby, S. (2014). The role of the midwife in breastfeeding: Dichotomies and dissonance. *British Journal of Midwifery*, 22(8), 551-556.
- Belfield, C. R., & Kelly, I. R. (2012). The Benefits of Breast Feeding across the Early Years of Childhood. *Journal of Human Capital*, 6(3), 251-277.
- Blyth, J. R., Creedy, K. D., Dennis, C. L., Moyle, W., Pratt, J., De Vries, M. S., & Healy, G. (2004). Breastfeeding duration in an Australian population: the influence of modifiable antenatal factors. *Journal of Human Lactation*, 20(1), 30-8.
- Dennis, C. L. (1999). Theoretical underpinnings of breastfeeding confidence: a self-efficacy framework. *Journal of Human Lactation*, 15(3), 195-201.
- Dennis, C. L. (2003). The breastfeeding self-efficacy scale: psychometric assessment of the short form. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 32, (6), 734-743.
- Dennis, C. L. (2010). *Development of the Breastfeeding Self-Efficacy Theory*. Retrived form <http://www.cindyleedennis.ca/research/1-breastfeeding/breastfeeding-self-efficacy/>
- Dutta, S., Dutton, W. H., & Law, G. (2011). The New Internet World: A global perspective on freedom of expression, privacy, trust and security online. *Insead Working Papers Collection*, (89), 3-34.
- Enebrink, P., Hogstrom, J., Forster, M., & Ghaderi, A. (2012). Internet-based parent management training: A randomized controlled study. *Behaviour Research and Therapy*, 50(4), 240-249. doi:10.1016/j.brat.2012.01.006
- Electronic Transactions Development Agency. (2013). *Thailand Internet User Profile 2013 Executive Summary*. Retrieved from <http://www.etcha.or.th/internetuserprofile2013/>
- Giglia, R., & Binns, C. (2014). The effectiveness of the internet in improving breastfeeding outcomes: a systematic review. *Journal of Human Lactation*, 30(2), 156-160.
- Huang, M. Z., Kuo, S., Avery, M. D., Chen, W., Lin, K., & Gau, M. (2007). Evaluating effects of a prenatal web-based breastfeeding education programme in Taiwan. *Journal of Clinical Nursing*, 16(8), 1571-1579.
- Hannula, L. S., Kaunonen, M. E., & Pukka, P. J. (2014). A study to promote breast feeding in Helsinki Metropolitan area in Finland. *Midwifery*, 30(6), 696-704.
- Jintrawet, U., Somboon, L., & Thongsawat, T. (2010). *Evaluation of Self-efficacy in Breastfeeding* (Doctoral dissertation, Chiangmai University). (In Thai)

- Khan, B. H. (1997). *Web-based Instruction: Education and technologies*. New Jersey: Englewood Cliffs.
- Kronborg, H., Maimburg, R. D., & Vaeth, M. (2012). Antenatal training to improve breastfeeding: a randomized trial. *Midwifery*, 28(6), 784-790. doi:10.1016/j.midw.2011.08.016
- Meedya, S., Fahy, K., & Kable, A. (2010). Factors that positively influence breastfeeding duration to 6 months: A literature review. *Women and Birth*, 23(4), 135-145.
- Mousa, M. A. (2014). Breastfeeding for the prevention of breast cancer: Evidence Based Practice. *Middle East Journal of Age & Ageing*, 12(4), 8-10.
- Noel-Weiss, J. N., Rupp, A., Cragg, B., Bassett, V., & Woodend, A. K. (2006). Randomized controlled trial to determine effects of prenatal breastfeeding workshop on maternal breastfeeding self-efficacy and breastfeeding duration. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 35(5), 616-624.
- National Statistical Office. (2013). *Thailand MICS Multiple Indicator Cluster Survey 2015-2016*. Retrieved from http://www.childinfo.org/files/57-05-010-MICS_TH.pdf
- Pate, B. L. (2009). *Effectiveness of web-based programs in improving breastfeeding self-efficacy* (Doctoral dissertation, University of Arkansas for Medical Sciences).
- Petherick, A. (2010). Mother's milk: a rich opportunity: research on the contents of milk and how breast-feeding benefits a growing child is surprising scientists. *Nature*, 468, 5-9.
- Chaibarn, P. (2010). Effects of self-efficacy and social support enhancement intervention on exclusive breastfeeding behavior among first- time mothers. *Nursing Journal*, 37(4), 70-81. (In Thai)
- Planning Division Department of Health. (2015). *Summary of the strategic development workshop for the Department of Health*. Bangkok: Department of Health
- Richman, S., & Cabrera, G. (2013). Breastfeeding and Postpartum Depression. In Pravikoff, D. (Ed.), *Ipswich*. Massachusetts: EBSCO Publishing.
- Sillence, E., Briggs, P., Harris, P., & Fishwick, L. (2007). Going online for health advice: Changes in usage and trust practices over the last five years. *Interacting with Computers*, 19(3), 397-406.
- Stuebe, A. M., & Schwarz, E. B. (2010). The risks and benefits of infant feeding practices for women and their children. *Journal of Perinatology*, 30(3), 155-162.
- Tawia, S. (2013). Breastfeeding, brain structure and function, cognitive development and educational attainment. *Breastfeeding Review*, 21(3), 15-20.
- Thammarat Pramotmanirat. (2013). *Special Report: More Asian mothers surf the Internet*. Retrieved from <http://thaifinancialpost.com> (In Thai)
- Thulier, D., & Mercer, J. (2009). Variables associated with breastfeeding duration. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 38(3), 259-268.

- United Nations Children's Fund [UNICEF]. (2013). *Breastfeeding*. Retrieved from
http://www.unicef.org/nutrition/index_24824.html
- Winter, L. F. (2013). Evidence-based interventions to support breastfeeding. *The Pediatric Clinics of North America*, 60(1), 169-187. doi:10.1016/j.pcl.2012.09.007
- World Health Organization [WHO]. (2001). *Infant and young child nutrition*. 54th World Health Assembly (WHA 54.2). Geneva: WHO.
- World Health Organization [WHO]. (2014). *10 facts on breastfeeding*. Retrieved from
<http://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/en/United Nations Children's>