

ผลของการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อความรู้ ทักษะ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์

ศศิกันต์ กาละ¹, รังสินันท์ เรืองศรี^{2*}, มิ่งมกล อุตตสุริ¹, ฉวีวรรณ หิมชา³,
สมลทิพย์ กิตติลาโก⁴, สุภารัตน์ เอ็มบุตร⁵, ผกาวัลย์ หนูมาก¹

¹คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

²คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ

³กลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลหาดใหญ่

⁴วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา, คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

⁵กลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลตรัง

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบตัวอย่างเป็นกลุ่มเดี่ยว วัดผลก่อนและหลังการทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ต่อความรู้ ทักษะ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ กลุ่มตัวอย่างเป็น หญิงตั้งครรภ์ที่อยู่ในเทศบาลนครหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำนวน 25 ราย ดำเนินการอบรมประกอบด้วย 3 กิจกรรม ได้แก่ 1) การให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน 2) การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ปัญหาและแนวทางการแก้ไข และ 3) การฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ได้แก่ แบบประเมินความรู้ ทักษะ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน ผ่านผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหา และปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ ตรวจสอบความเที่ยงของแบบประเมินความรู้โดยใช้คูเดอร์ริชาร์ดสัน-20 ได้ .70 แบบประเมินทักษะและความตั้งใจ ใช้วิธีหาสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคมีค่าความเที่ยง .73 และ .86 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและสถิติการทดสอบค่าทีแบบสัมพันธ์

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการเข้าร่วมอบรมเชิงปฏิบัติการหญิงตั้งครรภ์มีความรู้ ทักษะ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$), ($p < .001$) และ ($p < .01$) ตามลำดับ ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ครั้งนี้ ช่วยสร้างเสริมให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้ มีทักษะที่ดี มีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวเพิ่มขึ้น ดังนั้นบุคลากรสุขภาพสามารถประยุกต์ใช้เป็นแนวทางเพื่อการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวให้มีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น

คำสำคัญ: การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, การอบรมเชิงปฏิบัติการ, ความรู้, ทักษะ, ความตั้งใจ

*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: rangsinan.r@tsu.ac.th)

วันที่รับ 11 มิ.ย. 2567, วันที่แก้ไขเสร็จ 9 ธ.ค. 2567, วันที่ตอบรับ 13 ธ.ค. 2567

Effects of Breastfeeding Promoting Workshop on Knowledge, Attitude, and Intention of 6 Months Exclusive Breastfeeding among Pregnant Women

Sasikarn Kala¹, Rangsinan Ruangsri^{2*}, Mingkamon Uttasuradee¹, Chawiwann Heemsa³,
Sumontip Kitilapo⁴, Sudarat Embut⁵, Phakawan Noomak¹

¹Faculty of Nursing, Prince of Songkla University

²Faculty of Nursing, Thaksin University

³Department of Nursing, Hatyai Hospital

⁴Boromarajonani College of Nursing Songkhla, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute

⁵Department of Nursing, Trang Hospital

ABSTRACT

The research was quasi-experiment with one-group pretest-posttest design aimed to evaluate the effects of breastfeeding workshop training on knowledge, attitude, and intention of 6 months exclusive breastfeeding. The sample consisted of 25 pregnant women in Hat Yai municipality, Songkhla province. The 1-day breastfeeding workshop training comprised 3 activities: 1) education of the 6 months exclusive breastfeeding, 2) Sharing of breastfeeding experience; problem and resolve guide, and 3) training the breastfeeding skills. The data-collecting instruments including knowledge, attitude, and intention toward exclusive breastfeeding that were validated by experts. The reliability of knowledge was tested using KR-20, yielding a value of 0.7. The Cronbach's alpha coefficients of attitude and intention were tested, yielding values of 0.73 and 0.86 respectively. Data were analyzed using descriptive and paired t-test statistics.

The results showed that the knowledge, attitude, and intention of exclusive breastfeeding among the pregnant women after workshop training had significantly higher than those before ($p < .001$), ($p < .001$) and ($p < .01$), respectively. In addition, the good level of satisfaction was addressed by the pregnant women. These findings indicated that the workshop training of exclusive breastfeeding could enhance the knowledge, attitude and intention of 6 months exclusive breastfeeding among the pregnant women. Therefore, healthcare personnel should apply this program as a promotion guide to increase the effectiveness of exclusive breastfeeding.

Keywords: Breastfeeding; Workshop training; Knowledge; Attitude; Intention; Satisfaction

*Corresponding e-mail: rangsinan.r@tsu.ac.th

Received: June 11, 2024; Revised: December 9, 2024; Accepted: December 13, 2024

บทนำ

นมแม่เป็นสารอาหารที่ดีที่สุดสำหรับทารก ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และจิตใจ เสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรคให้แก่ทารก ลดอัตราการเจ็บป่วยในทารกด้วยโรคระบบทางเดินหายใจ โรคอุจจาระร่วง โรคภูมิแพ้ และโรคหอบหืด (Murray, 2020; Thai Breastfeeding Center Digital Library, 2019) การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยังช่วยลดภาวะตกเลือดหลังคลอดช่วยให้มารดามีรูปร่างและน้ำหนักตัวคืนสู่สภาพเดิมเหมือนก่อนการตั้งครรภ์ได้เร็ว ลดโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านมและมะเร็งรังไข่ และเป็นการเสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างมารดาและทำให้ทารกรู้สึกอบอุ่น อารมณ์ดี ผ่อนคลาย และปลอดภัย (World Health Organization, 2020) ซึ่งการตอบสนองความต้องการของทารกอย่างอ่อนโยนนี้เป็นรากฐานสำคัญ ในการที่ทารกจะสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลในสังคม พัฒนาความมั่นใจและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่อไป นอกจากนี้ยังช่วยให้ประหยัดเงิน ประหยัดเวลา และที่สำคัญคือช่วยให้มารดารู้สึกมีคุณค่า มีความภาคภูมิใจในตนเองที่สามารถทำหน้าที่มารดาที่ดีได้ (Khaonark, Kala, & Chatchawet, 2020) องค์การอนามัยโลกและองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติจึงแนะนำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน และหลังจากนั้นแนะนำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควบคู่กับอาหารตามวัยจนอายุครบ 2 ปี หรือนานกว่านั้น (World Health Organization, 2023)

จากข้อมูลการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทยปี พ.ศ. 2562 พบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน มีเพียงร้อยละ 14 (National Statistical Office of Thailand, 2020) ซึ่งยังไม่บรรลุเกณฑ์เป้าหมายที่กำหนดให้มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนไว้น้อยกว่าร้อยละ 50 ภายในปี พ.ศ. 2568 (Bureau of Health Promotion, 2021) ในจังหวัดสงขลา พบว่าร้อยละของเด็กแรกเกิดถึงต่ำกว่า 6 เดือนที่ได้นมแม่อย่างเดียว ปีงบประมาณ 2558-2561 คือ 72.14, 66.40, 53.21 และ 45.10 ตามลำดับ (Ministry of Public Health, 2019) แม้ว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ของจังหวัดสงขลาจะบรรลุตามเกณฑ์ตัวชี้วัดที่กำหนดไว้ แต่กลับมีแนวโน้มลดลง ใกล้เคียงกับเขตเทศบาลอำเภอหาดใหญ่ ซึ่งเป็นชุมชนเมืองของจังหวัดสงขลา ระหว่างปีงบประมาณ 2558-2561 อยู่ที่ร้อยละ 79.86, 72.05, 27.64, และ 13.77 ตามลำดับ (Ministry of Public Health, 2019) มีแนวโน้มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนลดลง โดยเฉพาะในช่วง 2 ปีหลัง มีอัตราที่ต่ำกว่าเกณฑ์ตัวชี้วัดที่กำหนด การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จึงมีความสำคัญ

การศึกษาที่ผ่านมา พบว่า ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ไม่ว่าจะเป็นความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา การสนับสนุนจากสามีและบุคคลในครอบครัว การส่งเสริมจากบุคลากรในทีมสุขภาพ (Tharana, 2020) รวมถึงความตั้งใจที่จะเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง (Laongkeaw, 2016) นอกจากนี้ยังมีอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่สำคัญในสังคมปัจจุบัน คือ มารดาต้องกลับไปทำงานก่อน 6 เดือน มารดาคิดว่าน้ำนมตัวเองไม่เพียงพอทำให้ต้องเสริมนมผสมในที่สุดจึงตัดสินใจใช้นมผสมเลี้ยงลูกแทนนมแม่ นอกจากนี้การส่งเสริมการตลาดของนมผสมผ่านการโฆษณาต่าง ๆ ที่ทำให้มารดาเข้าใจผิดว่าน้ำนมตนเองไม่มีคุณค่าหรือนมผสมดีกว่าก็เป็นปัญหาที่สำคัญ (Pengjuntr, 2017) ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคดังกล่าวข้างต้น ส่งผลให้มารดาไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่องและต่ำกว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้

ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่อง ขึ้นอยู่กับความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการรับรู้สมรรถนะแห่งตนเป็นสำคัญ (Lau, Lok, & Tarrant, 2018) สำหรับความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะเกิดขึ้นได้ในมารดาที่มีการวางแผนว่าจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Tengku-Ismael, Wan-Muda, & Bakar, 2016) ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior)

ที่กล่าวไว้ว่าพฤติกรรมของบุคคลจะถูกกำหนดจาก 2 ปัจจัย ได้แก่ 1) ความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรม หรือเจตนาเชิงพฤติกรรม (Behavioral Intention) และ 2) ตัวกำหนดความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรม ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ 1) ทศนคติต่อพฤติกรรม 2) บรรทัดฐานกลุ่มอ้างอิง และ 3) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (Ajzen, 1991) ปัจจุบันทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนถูกนำมาประยุกต์ใช้เพื่ออธิบายพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ข้อมูลจากการศึกษาพบว่า ทศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามารถทำนายความตั้งใจและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวได้ ร้อยละ 51 (Guo et al., 2016) งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในประเทศไทยที่ผ่านมา พบว่าการอบรมเชิงปฏิบัติการที่มีทั้งการให้ความรู้ และการฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้และทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น (Plodpluang, Srichan, & Kaewpraphan, 2016) และมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น (Danthes, 2016) นอกจากนี้พบว่าการสนับสนุนทางสังคมจากพยาบาลเป็นปัจจัยทำนายระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนของมารดาที่ต้องทำงานนอกบ้าน (Damchuti & Kala, 2022) แต่การศึกษาส่วนใหญ่ที่กล่าวมานั้นใช้เวลาในการให้ความรู้แก่กลุ่มตัวอย่างหลายครั้ง แตกต่างจากการศึกษาในการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมจิตอาสาเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชุมชน (Kala, Khaonark, Tienmontree, Chairat, Sreepetch, & Damchuti, 2018) โดยให้ความรู้และฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ใน 1 วัน พบว่าจิตอาสา มีความรู้หลังการอบรมเพิ่มขึ้นอย่างน้อยสำคัญทางสถิติ โปรแกรมดังกล่าวใช้เวลาไม่นานในการให้ความรู้และฝึกทักษะฯ และสะดวกกับหญิงตั้งครรภ์ที่ต้องทำงานหรือมีภารกิจของครอบครัว สำหรับเทศบาลนครหาดใหญ่มีการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน ยังคงไม่บรรลุเป้าหมาย ทางเทศบาลจึงสนับสนุนให้มีโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จ

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อความรู้ ทศนคติ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวของหญิงตั้งครรภ์ โดยประยุกต์ใช้วิธีการของโปรแกรมฝึกอบรมจิตอาสาเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชุมชนมาใช้เป็นแนวทางหนึ่งในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จตามนโยบายของประเทศ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน ของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. เพื่อเปรียบเทียบทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. เพื่อเปรียบเทียบความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน ของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

สมมุติฐานวิจัย

1. หญิงตั้งครรภ์มีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

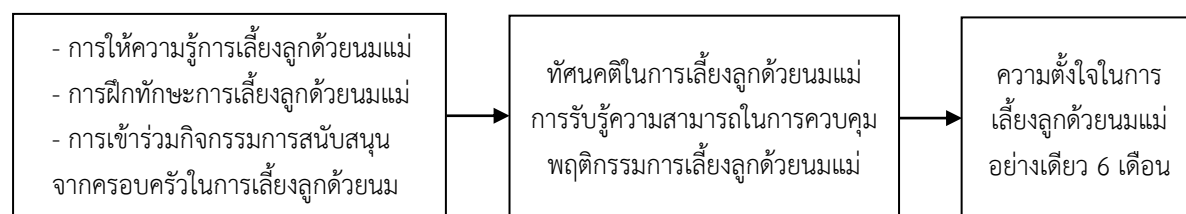
2. หญิงตั้งครรภ์มีทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

3. หญิงตั้งครรภ์มีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือน หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

กรอบแนวคิดการวิจัย

ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมของบุคคลว่าประกอบด้วย 2 ปัจจัยหลัก คือ 1) ความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรมหรือเจตนาเชิงพฤติกรรม และ 2) ตัวกำหนดความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรม ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ทัศนคติต่อพฤติกรรม บรรทัดฐานกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (Ajzen, 1991) สามารถประยุกต์ใช้เพื่ออธิบายพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ว่า เมื่อหญิงตั้งครรภ์มีความตั้งใจหรือความต้องการในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับสูง หญิงตั้งครรภ์ก็จะมีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จ

การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้เกี่ยวประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือน จะส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และกิจกรรมการฝึกฝนทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม จะส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความเชื่อมั่นที่จะกระทำพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ด้วยตนเอง รวมถึงการเข้าร่วมกิจกรรมการสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์ให้รับทราบความคาดหวังต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้นการอบรมฯ ดังกล่าวข้างต้น สามารถอธิบายความสัมพันธ์ของปัจจัยดังกล่าวข้างต้น ต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือน ของหญิงตั้งครรภ์ ดังแผนภาพกรอบแนวคิดวิจัย ต่อไปนี้



ภาพ กรอบแนวคิดในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบตัวอย่างกลุ่มเดียว วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One-Group Pretest-Posttest Design) เปรียบเทียบผลของความรู้ ทัศนคติ และความตั้งใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือน ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ หญิงตั้งครรภ์ ในพื้นที่เทศบาลนครหาดใหญ่

กลุ่มตัวอย่าง คือ หญิงตั้งครรภ์ ในพื้นที่เทศบาลนครหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำนวน 25 ราย ที่สนใจเข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยคัดเลือกตามคุณสมบัติเกณฑ์คัดเข้า คือ 1) มีการรับรู้ดี อ่าน เขียน และสื่อสารภาษาไทยได้ 2) มีอายุครรภ์อยู่ในช่วง 13-40 สัปดาห์ 3) ยินดีเข้าร่วมการวิจัย เกณฑ์คัดออก คือ ไม่สามารถเข้าร่วมได้ตลอดการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง คำนวณโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป G*Power version 3.1 เลือกสถิติที่คู่สำหรับตัวอย่างกลุ่มเดียววัดก่อนหลังการทดลอง (Paired t-Test) ทดสอบค่าเฉลี่ยของตัวแปร 2 กลุ่มที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน [Means: Difference Between Two-Dependent Means (Matched Pairs)] มีการกำหนดค่าขนาดอิทธิพลของกลุ่มตัวอย่าง (Effect Size) จากการศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกันสำหรับหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้านต่อเจตคติและความตั้งใจเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกัน (Danthes, 2016) ค่า Effect Size เท่ากับ .46 กำหนดค่าความเชื่อมั่นระดับนัยสำคัญทางสถิติ Significant Level ที่ p เท่ากับ .05 และกำหนดค่าอำนาจทดสอบเท่ากับ .80 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณ 31 ราย เพิ่มร้อยละ 20 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 37 ราย เมื่อดำเนินการวิจัยในวันจัดการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีกลุ่มตัวอย่างบางส่วนไม่สามารถเข้าร่วมได้ตลอดการอบรม (Drop Out) ตามเกณฑ์คัดออก ทำให้งานวิจัยนี้เหลือกลุ่มตัวอย่าง 25 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การจัดเตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย มีดังนี้

1. เครื่องมือในการดำเนินการทดลอง ได้แก่ 1) โปรแกรมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และสื่อพาวเวอร์พอยท์เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านที่เป็นพยาบาลคลินิกนมแม่ 1 ท่าน พยาบาลปฏิบัติงานหลังคลอด 1 ท่าน และอาจารย์พยาบาล 1 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาและปรับปรุงแก้ไขก่อนการนำไปใช้ 2) แผ่นพับเรื่องโภชนาการสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ 3) คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ที่ใช้เป็นสื่อมาตรฐานของเทศบาลนครหาดใหญ่ และ 4) อุปกรณ์การสอนสาธิตและฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้แก่ หุ่นจำลองเต้านม เสื้อเต้านม หุ่นทารกแรกเกิด ซึ่งเป็นอุปกรณ์มาตรฐานที่ใช้ในการสอนจากคลินิกนมแม่ โรงพยาบาลหาดใหญ่และศูนย์การเรียนรู้ทางการแพทย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

2. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบประเมิน 3 ชุด ได้แก่ ความรู้ ทักษะ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังเดียว 6 เดือน แบบประเมินสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้อง มีการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัยโดยนำแบบประเมินทั้งหมดไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ที่เป็นพยาบาลคลินิกนมแม่ 1 ท่าน พยาบาลปฏิบัติงานหลังคลอด 1 ท่าน และอาจารย์พยาบาล 1 ท่าน พิจารณาความเหมาะสมของเครื่องมือ จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขโดยปรับข้อความให้สั้นกระชับ เหมาะสมมากขึ้น มีรายละเอียดของแบบประเมินดังนี้

2.1 แบบประเมินความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังเดียว 6 เดือน ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังเดียว 6 เดือน จำนวน 26 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ ตอบถูก ให้ 1 คะแนน ตอบผิด ให้ 0 คะแนน คะแนนรวม 0-26 คะแนน แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับน้อย (0-9 คะแนน) ระดับปานกลาง (10-18 คะแนน) และระดับมาก (19-26 คะแนน)

2.2 แบบประเมินทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับการประเมินความคิดเห็นหรือความเชื่อเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 20 ข้อ เป็นคำถามด้านบวก 11 ข้อ และคำถามด้านลบ 9 ข้อ เป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ จากไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (1 คะแนน) ถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง (5 คะแนน) คะแนนรวม 20-100 คะแนน แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ ระดับต่ำสุด (20-36 คะแนน) ระดับต่ำ (37-52 คะแนน) ระดับปานกลาง (53-68 คะแนน) ระดับสูง (68-84 คะแนน) และระดับสูงสุด (84-100 คะแนน)

2.3 แบบประเมินความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือน ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือน จำนวน 12 ข้อ ทั้งหมดเป็นข้อคำถามด้านบวก และเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต 5 ระดับ จากน้อยที่สุด (1 คะแนน) ถึง มากที่สุด (5 คะแนน) คะแนนรวม 12-60 คะแนน แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ ระดับน้อยที่สุด (12-21 คะแนน) ระดับน้อย (22-31 คะแนน) ระดับปานกลาง (32-41 คะแนน) ระดับมาก (42-51 คะแนน) และระดับมากที่สุด (52-60 คะแนน)

เมื่อเครื่องมือผ่านการพิจารณา ได้นำไปใช้กับหญิงตั้งครรภ์ที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง 15 คน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือประเมินความรู้ โดยใช้วิธีหา KR-20 ได้ค่า .70 และหาความเที่ยงของเครื่องมือประเมินทัศนคติ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย โดยใช้วิธีหาสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ .73 และ .86

การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยเข้าพบอธิบายนวัตถุประสงค์ วิธีการวิจัย สอบถามความสมัครใจ และให้หญิงตั้งครรภ์ที่สมัครใจยินยอมเข้าร่วมวิจัย ลงลายมือชื่อในใบยินยอม

2. ประเมินข้อมูลส่วนบุคคล ความรู้ ทัศนคติ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Pre-Test) ของหญิงตั้งครรภ์

3. จัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือน ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ด้วยการบรรยาย พร้อมสื่อพาวเวอร์พอยท์ แผ่นพับ และคู่มือประกอบการให้ความรู้ ประกอบด้วยหัวข้อ ความสำคัญและประโยชน์ของนมแม่ ความแตกต่างของนมแม่และนมผสม วิธีการปฏิบัติเพื่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือน โภชนาการสำหรับหญิงตั้งครรภ์และมารดาหลังคลอด การจัดทำให้นมแม่ แม่ทำงานสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ การปั๊มและเก็บรักษาน้ำนม และแนวทางการนำน้ำนมที่ปั๊มเก็บออกมาใช้

4. จัดกิจกรรมการสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง เป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้: ประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ปัญหาและแนวทางแก้ไข โดยเปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์และบุคคลในครอบครัวเล่าประสบการณ์ โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการอภิปราย

5. จัดกิจกรรมการฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ใช้เวลา 2 ชั่วโมง โดยให้กลุ่มตัวอย่างฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยการฝึกปฏิบัติ ซึ่งจะแบ่งผู้เข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 12-13 คน จากนั้นหมุนเวียนเข้าฐานเพื่อดูการสาธิตและทำการสาธิตย้อนกลับ ทั้งหมด 2 ฐาน ฐานละ 50-60 นาที ได้แก่

ฐานที่ 1: การจัดทำให้นม การเอาหัวนมเข้า/ออกปากลูก และการไล่ลมหลังทารกดูดนม

ฐานที่ 2: การนวดเต้านม การปั๊มเก็บน้ำนม และการนำน้ำนมออกมาใช้

6. ประเมินความรู้ ทัศนคติ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Post-Test) ของหญิงตั้งครรภ์ หลังการเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยสถิติการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของความรู้ ทักษะ และความตั้งใจ ก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้สถิติค่าทีแบบสัมพันธ์ (Paired t-Test) ในการวิเคราะห์ข้อมูล ทั้งนี้ก่อนการวิเคราะห์ข้อมูลนักวิจัยต้องทดสอบข้อตกลงเบื้องต้น พบว่าการแจกแจงของข้อมูลมีค่าความเบ้ (Skewness) อยู่ในช่วง ± 3 และมีค่าความโด่ง (Kurtosis) อยู่ในช่วง ± 10 ทุกค่า หมายความว่าข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง 25 ราย มีการแจกแจงแบบปกติ (Normal Distribution) (Kline, 2016) จึงสรุปได้ว่าข้อมูล เป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติทดสอบค่าทีสัมพันธ์

จริยธรรมวิจัย

โครงการวิจัยนี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาสังคมศาสตร์ และพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เมื่อวันที่ 19 กรกฎาคม 2561 รหัสรับโครงการ 2018 NL-Qn 012 มีการพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมโครงการ ซึ่งแจ้งรายละเอียดเกี่ยวกับหัวข้อในการวิจัย วัตถุประสงค์ในการทำวิจัยเป็นลายลักษณ์อักษร และแจ้งให้ทราบสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัย และสามารถถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ รวมทั้งชี้แจงให้ทราบว่าข้อมูลจะถูกเก็บรักษาไว้ไม่เปิดเผยต่อสาธารณะเป็นรายบุคคลแต่จะรายงานผลการวิจัยเป็นข้อมูลส่วนรวม

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ หญิงตั้งครรภ์จำนวน 25 ราย พบว่า หญิงตั้งครรภ์มีอายุระหว่าง 16-38 ปี อายุเฉลี่ย 29.28 ปี ($SD.=5.98$) มีอายุครรภ์ระหว่าง 18-37 สัปดาห์ อายุครรภ์เฉลี่ย 27.15 สัปดาห์ ($SD.=4.77$) ลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวเดี่ยว 17 ราย ประกอบอาชีพรับจ้าง 6 ราย และอาชีพอื่น ๆ 7 ราย ได้แก่ แม่บ้าน พนักงานบริษัท พนักงานมหาวิทยาลัย และครูโรงเรียนเอกชน มีการศึกษาระดับปริญญาตรี 15 ราย ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ 22 ราย เป็นหญิงตั้งครรภ์แรก 15 ราย เป็นหญิงตั้งครรภ์ที่เคยมีบุตร 10 ราย โดยมีจำนวนบุตรอยู่ระหว่าง 1-2 คน อายุของบุตรคนปัจจุบันอยู่ระหว่าง 1 เดือน ถึง 10 ปี และอายุเฉลี่ยของบุตรคนปัจจุบัน 5.30 ปี ($SD.=3.07$)

หญิงตั้งครรภ์ที่เคยมีบุตรมีประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 10 ราย มีระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในบุตรคนก่อนอยู่ระหว่าง 1-41 เดือน ระยะเวลาเฉลี่ยในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 14.60 เดือน ($SD.=13.18$) ลักษณะประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ที่เคยมีบุตร พบว่าในช่วง 6 เดือนแรก เป็นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 4 ราย เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับน้ำและนมผสม 4 ราย เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับน้ำ 2 ราย ส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หลังทารกครบ 6 เดือน เป็นการให้นมแม่ร่วมกับอาหารอื่น 5 ราย ให้นมแม่ร่วมกับอาหารอื่นและให้นมผสม 4 ราย และให้นมผสมร่วมกับอาหารอื่น ๆ 1 ราย

2. ผลการศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของความรู้ ทักษะ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

2.1 หญิงตั้งครรภ์มีคะแนนความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวก่อนเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่าก่อนเข้าร่วมการอบรม จำนวน 24 ราย

คิดเป็นร้อยละ 96 และมีคะแนนความรู้ก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรม เท่าเดิม จำนวน 1 ราย คิดเป็นร้อยละ 4 โดยคะแนนความรู้ของหญิงตั้งครรภ์ก่อนเข้าร่วมการอบรมอยู่ระหว่าง 15-25 คะแนน และคะแนนความรู้ของหญิงตั้งครรภ์หลังเข้าร่วมการอบรมอยู่ระหว่าง 23-26 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้หลังเข้าร่วมการอบรม (Mean=25.00, SD=.91) มากกว่าก่อนการอบรม (Mean=21.88, SD=2.42) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=-6.03$, $p<.001$) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ ก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (n=25)

คะแนนความรู้	Min	Max	Mean	SD.	t
ก่อนเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ	15	25	21.88	2.42	-6.03***
หลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ	23	26	25.00	.91	

*** $p<.001$

2.2 หญิงตั้งครรภ์มีคะแนนทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน หลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่าก่อนเข้าร่วมการอบรม จำนวน 24 ราย คิดเป็นร้อยละ 96 มีทัศนคติก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมเท่าเดิม จำนวน 1 ราย คิดเป็นร้อยละ 4 โดยคะแนนทัศนคติของหญิงตั้งครรภ์ก่อนเข้าร่วมการอบรมอยู่ระหว่าง 71-98 คะแนน และคะแนนทัศนคติของหญิงตั้งครรภ์หลังเข้าร่วมการอบรมอยู่ระหว่าง 81-100 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยทัศนคติหลังเข้าร่วมการอบรม (Mean=93.36, SD=5.74) มากกว่าก่อนการอบรม (Mean=84.72, SD=7.56) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=-7.25$, $p<.001$) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ ก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (n=25)

คะแนนทัศนคติ	Min	Max	Mean	SD.	t
ก่อนเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ	71	98	84.72	7.56	-7.25***
หลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ	81	100	93.36	5.74	

*** $p<.001$

2.3 หญิงตั้งครรภ์มีคะแนนความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน หลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่าก่อนเข้าร่วมการอบรม จำนวน 13 ราย คิดเป็นร้อยละ 52 มีความตั้งใจก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมเท่าเดิม (คะแนนเต็ม) จำนวน 12 ราย คิดเป็นร้อยละ 48 โดยคะแนนความตั้งใจของหญิงตั้งครรภ์ก่อนเข้าร่วมการอบรมอยู่ระหว่าง 47-60 คะแนน และคะแนนความตั้งใจของหญิงตั้งครรภ์หลังเข้าร่วมการอบรมอยู่ระหว่าง 52-60 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจหลังเข้าร่วมการอบรม (Mean=59.16, SD=1.84) มากกว่าก่อนการอบรม (Mean=57.12, SD=4.17) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=-3.36$, $p<.01$) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ ก่อนและหลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (n=25)

คะแนนความตั้งใจ	Min	Max	Mean	SD.	t
ก่อนเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ	47	60	57.12	4.17	-3.36 **
หลังเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ	52	60	59.16	1.84	

** $p < .01$

อภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการนำทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์มีทัศนคติที่ดี มีผลต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน ผลการศึกษาเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยทั้ง 3 ข้อ ดังนี้

หญิงตั้งครรภ์มีคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวหลังเข้าร่วมการอบรม (Mean=25.00, SD.= .91) มากกว่าก่อนการอบรม (Mean=21.88, SD.=2.42) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=-6.03$, $p < .001$) แสดงให้เห็นว่ากระบวนการอบรมที่จัดกิจกรรมให้ความรู้ ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวเพิ่มขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากเนื้อหาในกิจกรรมให้ความรู้ มีความกระชับ ตรงประเด็น ในรายละเอียดที่กลุ่มตัวอย่างต้องนำความรู้เหล่านั้นไปใช้จริง ในการวางแผนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สอดคล้องกับการศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวสำหรับหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้าน พบว่าคะแนนความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวหลังได้รับโปรแกรมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) (Danthes, 2016) และการศึกษาการพัฒนา รูปแบบการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โรงพยาบาลในจังหวัดร้อยเอ็ดซึ่งเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมความรู้และทักษะ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) (Polkhacha, 2022) และใกล้เคียงกับการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมจิตอาสา เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชุมชนที่พบว่าจิตอาสามีความรู้หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) (Kala, Khaonark, Tienmontree, Chairat, Sreepetch, & Damchuti, 2018) จึงสรุปได้ว่า การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่มีระยะเวลา 1 วัน ทำให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น และเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีในการเพิ่มโอกาสประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน

การอบรมเชิงปฏิบัติการฯ ดังกล่าว แม้ว่าจะจัดขึ้นในระยะเวลาเพียง 1 วัน แต่สามารถปรับเปลี่ยนทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวของหญิงตั้งครรภ์ได้ โดยพบว่า หญิงตั้งครรภ์มีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติหลังเข้าร่วมการอบรมฯ (Mean=93.36, SD.=5.74) มากกว่าก่อนการอบรมฯ (Mean=84.72, SD.=7.56) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=-7.25$, $p < .001$) ทั้งนี้เนื่องจากกระบวนการอบรมที่มีทั้งกิจกรรมการให้ความรู้ และกิจกรรมการสนับสนุนจากครอบครัวเป็นรายกลุ่ม ซึ่งมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากครอบครัวที่มีประสบการณ์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีทัศนคติเชิงบวกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวสำหรับหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้าน พบว่าคะแนนทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวหลังได้รับโปรแกรมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) (Danthes, 2016) และการศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยการสนับสนุนของครอบครัว พบว่าคะแนนทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังได้รับโปรแกรมฯ สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมฯ อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) (Plodpluang et al., 2016) จึงสรุปได้ว่าการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้หญิงตั้งครรภ์มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยิ่งขึ้น

ผลการศึกษานี้ยังพบว่า คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน หลังเข้าร่วมการอบรม (Mean=59.16, SD.=1.84) มากกว่าก่อนการอบรม (Mean=57.12, SD.=4.17) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=-3.36$, $p < .01$) ทั้งนี้เนื่องจากการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่มีทั้งกิจกรรมรายกลุ่ม ทั้งการให้ความรู้ กิจกรรมการสนับสนุนฯ จากครอบครัว และ กิจกรรมการฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กระบวนการในรูปแบบนี้ ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเพิ่มสูงขึ้นตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ ใกล้เคียงกับการศึกษาผลของโปรแกรมการพยาบาลโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน พบว่า มารดาหลังผ่าตัดคลอดทางหน้าท้องกลุ่มทดลองมีคะแนนความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) (Chairat & Kala, 2021) กระบวนการในรูปแบบดังกล่าว จึงเป็นการเสริมศักยภาพของหญิงตั้งครรภ์ให้มีความพร้อมสำหรับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และมีแนวโน้มที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจนถึงระยะเวลา 6 เดือนหลังคลอด (Kling et al., 2016)

การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สามารถช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้ มีทัศนคติที่ดี และมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญอันนำไปสู่พฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จในโอกาสต่อไป สอดคล้องกับผลการศึกษาที่พบว่าความตั้งใจสามารถทำนายพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Guo et al., 2016) นอกจากนี้หญิงตั้งครรภ์ยังมีความพึงพอใจระดับมากต่อการอบรมในครั้งนี้ ดังนั้นการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงมีความเหมาะสมและสามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับบุคลากรสุขภาพ ในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับหญิงตั้งครรภ์ เพื่อสร้างความรู้ ทัศนคติ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ให้ประสบความสำเร็จ

ข้อจำกัดของงานวิจัย

การดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างที่เข้าสู่การวิจัยและเก็บข้อมูลได้สมบูรณ์ มีจำนวนน้อยกว่าที่กำหนดไว้ในแผนดำเนินการวิจัย โดยขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณมีจำนวน 31 ราย แต่เมื่อดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่างบางส่วนไม่สามารถเข้าร่วมได้ตลอดการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ตามเกณฑ์คัดออก 6 ราย ทำให้งานวิจัยนี้เหลือกลุ่มตัวอย่าง 25 ราย ทั้งนี้ไม่สามารถเก็บข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างได้ เนื่องจากการบูรณาการงานวิจัยเข้ากับงานบริการวิชาการให้แก่หน่วยงานเทศบาลนครหาดใหญ่ วันและเวลาของกิจกรรมที่กำหนด จึงต้องดำเนินไปตามแผนงานของส่วนราชการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง แต่อย่างไรก็ตามข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง 25 ราย เมื่อได้นำมาทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติทดสอบที่แบบสัมพันธ์ พบว่ามีการแจกแจงแบบปกติ (Normal Distribution) สอดคล้องตามเกณฑ์การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

การนำผลการวิจัยไปใช้

1. การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยให้มารดามีความรู้ ทัศนคติ และความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยิ่งขึ้น พยาบาลปฏิบัติการหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลหญิงตั้งครรภ์สามารถนำการอบรมเชิงปฏิบัติการนี้ ไปใช้เป็นแนวทางในการสร้างจุดเริ่มต้นที่ดีในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้สำเร็จ

2. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลหญิงตั้งครรภ์ควรสนับสนุนให้มีการนำโปรแกรมนี้ไปใช้เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในมาตรฐานงานอนามัยแม่และเด็ก

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาวิจัยประสิทธิภาพของการนำโปรแกรมไปใช้โดยการศึกษาเปรียบเทียบก่อนหลังแบบ
- 2 กลุ่มที่มีกลุ่มควบคุม
2. ควรศึกษาวิจัยเพื่อติดตามพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในระยะ 6 เดือนแรกและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง 1-2 ปี

Reference

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behaviors. *Organizational Behavior and Human Decision Process*, 50, 179-211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Bureau of Health Promotion. (2021). *Aim for 2025 at least 50% of Thai children will be exclusive breastfeeding*. https://hp.anamai.moph.go.th/webupload/4xceb3b571ddb70741ad132d75876bc41d/tinymce/OPDC/OPDC2564-F/IDC1_7/opdc_2564_IDC1-7_28.pdf (in Thai)
- Chairat, N., & Kala, S. (2021). Intention of breastfeeding among mothers with cesarean section: The effects of a nursing program based on the planned behavior theory. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*, 9(1), 121-134. (in Thai)
- Damchuti, I., & Kala, S. (2022). Factors influencing the success of a 6 month exclusive breastfeeding period among working mothers. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*, 9(1), 107-120. (in Thai)
- Danthes, D. (2016). *The effect of exclusive breastfeeding promotion program on attitudes and intentions about exclusive breastfeeding among pregnant working women outside the home*. http://digital_collect.lib.buu.ac.th/dcms/files/53920034.pdf (in Thai)
- Guo, J. L., Wang, T. F., Liao, J. Y., & Huang, C. M. (2016). Efficacy of the theory of planned behavior in predicting breastfeeding: Meta-analysis and structural equation modeling. *Applied Nursing Research*, 29, 37-42. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2015.03.016>
- Kala, S., Khaonark, R., Tienmontree, K., Chairat, N., Sreepetch, S., & Damchuti, I. (2018). Development of a volunteer training program to promote breastfeeding in community. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*, 5(2), 16-29.
- Khaonark, R., Kala, S., & Chatchawet, W. (2020). Perception in breastfeeding of postpartum mothers with newborns hospitalized in neonatal intensive care unit. *Songklanagarind Journal of Nursing*, 40(1), 30-44. (in Thai)

- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling*. (4th ed.). NY the Guilford Press.
- Kling, D., Haile, Z. T., Francescon, J., & Chertok, I. (2016). Association between method of delivery and exclusive breastfeeding at hospital discharge. *Journal of Osteopathic Medicine*, 116(7), 430-439. <https://doi.org/10.7556/jaoa.2016.087>
- Laongkeaw, N. (2016). *Successful lived experiences of six months exclusive breastfeeding among postpartum mothers*. <http://kb.psu.ac.th/psukb/handle/2010/10162> (in Thai)
- Lau, C. Y. K., Lok, K. Y. W., & Tarrant, M. (2018). Breastfeeding duration and the theory of planned behavior and breastfeeding self-efficacy framework: A systematic review of observational studies. *Maternal and Child Health Journal*, 22(149), 1-16. <https://doi.org/10.1007/s10995-018-2453-x>
- Ministry of Public Health. (2021). *Exclusive breastfeeding percentage of newborns under 6 months*. https://hdcservice.moph.go.th/hdc/reports/report.php?source=pformatted/format1.php&cat_id=bebf866fceaef84c4078965eaf619565&id=4164a7c49fcb2b8c3ccca67dcdf28bd0 (in Thai)
- Murray, D. (2020). *Breastfeeding when you or your baby are sick*. <https://www.verywellfamily.com/breastfeeding-a-sick-baby-431609>
- Pengjuntr, W. (2017). *Driving the policy of breastfeeding in Thailand*. http://hp.anamai.moph.go.th/article_attach/.pdf (in Thai)
- Plodpluang, U., Srichan, A., & Kaewpraphan, S. (2016). The effect of breastfeeding promotion based on familial support program to knowledge, attitude and behavior of postpartum mothers and familiar's members. *Rajabhat Research Journal Science and Technology*, 11(2), 41-52. (in Thai)
- Polkhacha, W. (2022). The development of the breastfeeding model of the postpartum mothers in Selaphum hospital Roi-Et Province. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 13(2), 125-138. (in Thai)
- Tengku-Ismail, T. A., Wan-Muda, W. A. M., & Bakar, M. I. (2016). The extended theory of planned behavior in explaining exclusive breastfeeding intention and behavior among women in Kelantan, Malaysia. *Nutrition Research and Practice*, 10(1), 49-55. <https://doi.org/10.4162/nrp.2016.10.1.49>
- Thai Breastfeeding Center Digital library. (2019). *The benefits of breastfeeding for sick babies*. <https://library.thaibf.com/handle/023548404.11/493> (in Thai)
- National Statistical Office of Thailand. (2020). *Multiple indicator cluster survey 2019*. <https://www.unicef.org/thailand/media/5146/file/Multiple%20Indicator%20Cluster%20Survey%202019.pdf>
- Tharana, N. (2020). *Breastfeeding*. Green Life printing house.
- World Health Organization. (2020). *Infant and young child feeding*. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>

World Health Organization. (2023). *Breastfeeding*. https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1