

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi experimental research) เป็นการศึกษาแบบสองกลุ่มวัดหลังการทดลอง (The posttest only control group design) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้านระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถกับกลุ่มที่ได้รับคำแนะนำตามปกติ โดยมีรูปแบบการทดลองดังนี้

X	O ₁	กลุ่มทดลอง
	O ₂	กลุ่มควบคุม

(Polit and Hungler, 1999: 187)

โดย

- X หมายถึง โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง
- O₁ หมายถึง พฤติกรรมมารดาทำงานนอกร้านกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง
- O₂ หมายถึง พฤติกรรมมารดาทำงานนอกร้านที่ได้รับคำแนะนำตามปกติ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือ มารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกร้าน มาคลอดที่โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี คลอดปกติ ทารกครบกำหนด ไม่มีภาวะแทรกซ้อนใดๆ

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือ มารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกร้าน ซึ่งมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ต่อไปนี้ (Inclusion criteria)

1. อายุ 20 ปีขึ้นไป
2. มารดาหลังคลอดครรภ์แรกทำงานนอกร้านเต็มเวลาไม่น้อยกว่า35ชั่วโมง/สัปดาห์
3. คลอดปกติ ทารกครบกำหนดไม่เป็นโรคที่เป็นอุปสรรคต่อการให้นมแม่แก่ลูก
4. มารดาและลูกอยู่ด้วยกันตั้งแต่ระยะหลังคลอดจนถึง 1 เดือนหลังคลอด

5. มีโทรศัพท์ที่บ้าน
6. มีความสมัครใจ และยินดีให้ความร่วมมือในการทำวิจัยครั้งนี้

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยยึดหลักการกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมของการวิจัยกึ่งทดลอง คือ การกำหนดกลุ่มตัวอย่างใช้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละอย่างน้อย 30 คน (Burn and Glove, 2001: 377) อย่างน้อยที่สุดควรมีจำนวน 30 ราย โดยในแต่ละกลุ่มควรมีจำนวนไม่ต่ำกว่า 15 ราย หากมีการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม (Polit and Hunger, 1999: 292) เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและความเป็นไปได้ของการทำวิจัยครั้งนี้ และเพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงกำหนดกลุ่มตัวอย่างเป็น 40 ราย ประกอบด้วยกลุ่มควบคุมจำนวน 20 รายและกลุ่มทดลองจำนวน 20 ราย

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

เกณฑ์การคัดออก (Exclusion criteria) จากกลุ่มทดลอง

- 1) เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถไม่ครบทุกครั้ง
- 2) มารดาและลูกไม่ได้อยู่ด้วยกันจนครบ 1 เดือนหลังคลอด เช่น นำลูกไปให้ญาติเลี้ยง การเจ็บป่วยต้องเข้าโรงพยาบาล ฯลฯ
- 3) คะแนนการรับรู้ความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ผ่านเกณฑ์ 80 คะแนน

ขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1) ผู้วิจัยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ใช้วิธีคัดเลือกตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ จำนวน 40 ราย โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มควบคุมได้รับคำแนะนำตามปกติ และกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถ โดยได้กลุ่มตัวอย่างจากการตรวจสอบคุณสมบัติมารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้าน ตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดที่แผนกหลังคลอดหอผู้ป่วยสูติกรรม 2 ถ้ามีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ก็จะคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อป้องกันการปนเปื้อน (Contamination) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยจึงจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุมจนครบจำนวน 20 รายก่อนหลังจากได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มควบคุมจนครบ จึงจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองจนครบ 20 ราย

2) จัดให้กลุ่มตัวอย่างมีความเท่าเทียมกัน โดยการจับคู่กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (Matched pair) ในด้านอายุและรายได้ของมารดาเนื่องจากการศึกษาพบว่าปัจจัยเหล่านี้เป็นตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ (ประพิศ พิจิตรวัยปรีชา, 2539)

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยคำนึงถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง แนะนำตัวและสร้างสัมพันธภาพ อธิบายและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล และระยะเวลาของการวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ขอความร่วมมือในการทำวิจัย และอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่า การตอบรับหรือการปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้จะไม่มีผลต่อกลุ่มตัวอย่างหรือการรักษาพยาบาลแต่อย่างใด คำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างที่ได้ในการวิจัยครั้งนี้จะถือเป็นความลับและนำมาใช้เพื่อวัตถุประสงค์ในการทำวิจัยครั้งนี้เท่านั้น จะไม่มีการเปิดเผยให้กับผู้ที่ไม่เกี่ยวข้อง ผลการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวมไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุลของกลุ่มตัวอย่าง เมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการทำวิจัยกลุ่มตัวอย่างสามารถสอบถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา และกลุ่มตัวอย่างสามารถแจ้งออกการศึกษาวิจัยได้ตลอดเวลา แม้แต่การศึกษา วิจัยจะยังไม่เสร็จสิ้น โดยไม่ต้องให้เหตุผลหรือคำอธิบายใดๆ หลังจากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ถ้ากลุ่มตัวอย่างตอบรับเข้าร่วมการวิจัยก็จะให้กลุ่มตัวอย่างเซ็นชื่อเข้าร่วมในการวิจัย ถ้ากลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมที่จัดไว้ให้ไม่ครบทุกครั้ง หรือลูกป่วยต้องนอนในโรงพยาบาล จะมีการติดตามกลุ่มตัวอย่างต่อไป แต่ผู้วิจัยจะไม่นำข้อมูลเหล่านั้นมาวิเคราะห์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 3 ชุด คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเครื่องมือกำกับการทดลอง โดยมีรายละเอียดดังนี้

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของ Bandura (1997) และจากการทบทวนวรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาประยุกต์ในการจัดโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน โดยใช้แหล่งส่งเสริมการรับรู้ความสามารถให้กับมารดา 4 แหล่งคือ 1) การมีประสบการณ์ความสำเร็จของตนเอง 2) การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ 3) การใช้คำแนะนำหรือชักจูงด้วยคำพูด และ 4) การกระตุ้นเร้าทางอารมณ์ โดยมีขั้นตอนการสร้างดังนี้

1. ทบทวนวรรณกรรมและศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของ Bandura (1997) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรม และแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการรับรู้ความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน หรือออกไปธุระนอกร้าน

2. กำหนดการดำเนินการทำกิจกรรมตามแนวคิดของ Bandura (1997) ประกอบด้วยการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากผู้อื่น การชี้แนะและการใช้คำพูดชักจูง ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง และการกระตุ้นทางสภาวะอารมณ์

3. กำหนดเนื้อหาในกิจกรรมให้ครอบคลุมเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้าน เนื้อหาประกอบด้วย ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เทคนิคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ วิธีการให้นมแม่ วิธีการบีบและปัมน้ำนมเก็บไว้ การแก้ไขความไม่สุขสบายจากการให้นมแม่ ตลอดจนการปฏิบัติตนระหว่างให้นมลูก และแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อต้องออกไปทำงานนอกร้าน

4. สร้างโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้านซึ่งมีรายละเอียดของกิจกรรมดังนี้

4.1 กิจกรรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้าน ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยทำกิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้ง ให้แก่มารดาทำงานนอกร้านในกลุ่มทดลอง 20 คน โดยผู้วิจัยจัดกิจกรรมกลุ่มและเป็นรายบุคคล ประกอบด้วย 4 กิจกรรมมีรายละเอียดดังนี้

กิจกรรมที่ 1 การเรียนรู้ผ่านตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น เป็นกิจกรรมกลุ่มโดยผู้วิจัยจัดให้มารดาทำงานนอกร้านสังเกตผ่านตัวแบบภาพพลิกเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อให้มารดาทำงานนอกร้านได้รับประสบการณ์ทางอ้อมจากการสังเกตตัวแบบที่ประสบความสำเร็จ และตัวแบบจากผู้วิจัยเองในการให้คำแนะนำ ซึ่งผู้วิจัยมีการเตรียมความพร้อมสำหรับตัวเองโดยไปอบรมความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และตัวแบบมีชีวิตจากเพื่อนหรือคนที่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเกิดความคิดคล้ายตามว่าผู้อื่นทำได้ตนก็น่าจะทำได้เช่นกัน ถ้าตั้งใจและพยายาม ทำให้มารดาทำงานนอกร้าน รับรู้ว่าตนเองก็มีความสามารถในการทำพฤติกรรมนั้นๆ เช่นเดียวกัน โดยจัดให้มารดาทำงานนอกร้านได้สังเกตพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากตัวแบบสัญลักษณ์ (ภาพพลิก) และตัวแบบมีชีวิตจากผู้วิจัยโดยจัดกิจกรรมดังนี้

กิจกรรมที่ 1.1 จัดให้มารดาทำงานนอกร้านได้สังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิก เรื่อง การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้าน

กิจกรรมที่ 1.2 จัดให้มารดาทำงานนอกร้านได้สังเกตตัวแบบที่มีชีวิตจากตัวผู้วิจัยหรือคนใกล้ชิดที่มีความรู้และประสบความสำเร็จในการปฏิบัติตัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

กิจกรรมที่ 1.3 จัดกิจกรรมกลุ่มให้มารดาทำงานนอกบ้านร่วมกัน อภิปรายเกี่ยวกับสถานการณ์ ปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

กิจกรรมที่ 1.4 การสังเกตตัวแบบสัญลักษณ์ โดยการจัดให้มารดาทำงานนอกบ้าน ได้สังเกตตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ผ่านคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาตำรา ทบทวนวรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยสรุปย่อเนื้อหาตามแผนในการให้คำแนะนำเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน ให้มารดาทำงานนอกบ้านเมื่อกลับบ้าน จัดทำคู่มือไว้แจกมารดาในกลุ่ม ทดลองเพื่อนำกลับไปอ่านที่บ้านเพื่อเป็นการทบทวนความรู้

กิจกรรมที่ 2 การได้รับคำแนะนำหรือการใช้คำพูดชักจูง เพื่อให้มารดาทำงานนอกบ้าน เชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการพูดชักจูงให้เชื่อในความสามารถของตนเอง ให้คำแนะนำในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นโดยการสอนเป็นรายกลุ่ม การจัดให้มีการอภิปรายกลุ่ม ผู้วิจัย และสมาชิกในกลุ่มร่วมกันให้กำลังใจและมีการฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และมีความพยายามมากขึ้นที่จะกระทำพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างเหมาะสม โดยจัดกิจกรรมดังนี้

กิจกรรมที่ 2.1 การให้คำแนะนำ ชักชวน และชี้แนะแก่มารดาทำงานนอกบ้านเกี่ยวกับการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการให้ความรู้ โดยแผนการสอน ซึ่งผู้วิจัยสร้างเองโดยอาศัยการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน โดยมีเนื้อหาครอบคลุมเกี่ยวกับ ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เทคนิคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ วิธีการให้นมแม่ วิธีการบีบและปั้มน้ำนมเก็บไว้ การแก้ไขความไม่สุขสบายจากการให้นมแม่ ตลอดจนการปฏิบัติตนระหว่างให้นมลูก และแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อต้องออกไปทำงานนอกบ้านซึ่งสอนเป็นรายกลุ่มและรายบุคคลให้แก่มารดาทำงานนอกบ้าน รวมทั้งเปิดโอกาสให้มารดาทำงานนอกบ้านแสดงความคิดเห็น ชักถาม เมื่อมารดาทำงานนอกบ้านเกิดความสงสัยหรือมีปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้มารดาทำงานนอกบ้านสามารถให้นมลูกด้วยตนเองได้

กิจกรรมที่ 2.2 การอภิปรายถึงปัญหาและอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และวิธีการแก้ไขปัญหา โดยมีผู้วิจัยให้คำแนะนำ

กิจกรรมที่ 2.3 การกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมโดย 1) การกล่าวสนับสนุนให้กำลังใจ เพื่อกระตุ้นให้ มารดาทำงานนอกบ้านเกิดความมั่นใจในความสามารถของตนเอง ในการปฏิบัติกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่มารดาทำงานนอกบ้านรู้สึกว่ายากหรือไม่เคยทำมาก่อน ให้มีความพยายามที่จะเรียนรู้พฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่าง

เหมาะสม และเสริมแรงจิตใจโดยการกล่าวคำชื่นชมในความสามารถของมารดาทำงานนอกร้าน ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองว่าสามารถปฏิบัติพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ 2) การติดตามเยี่ยมบ้านเพื่อกระตุ้นเตือนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการซักถามปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในขณะที่มารดาทำงานนอกร้านกลับไปอยู่ที่บ้าน เพื่อเป็นการส่งเสริมให้กำลังใจ และความมั่นใจในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงาน การให้คำแนะนำ และชี้แนะแนวทางการแก้ปัญหาที่เหมาะสมร่วมกับมารดาทำงานนอกร้านและครอบครัว

กิจกรรมที่ 3 การมีประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง โดยผู้วิจัยจัดให้มารดาทำงานนอกร้านมีประสบการณ์ หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง เช่นการให้มารดาหัดบีบน้ำนมแม่ด้วยมือ และการป้อนนมแม่กับลูกด้วยแก้ว เพื่อให้มารดาทำงานนอกร้านมีประสบการณ์ตรง จากการได้รับผลสำเร็จในการปฏิบัติพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีการฝึกทักษะ ซึ่งจะส่งผลให้มารดาทำงานนอกร้าน เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้น เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและมีความมั่นใจในการกระทำพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ โดยจัดกิจกรรมดังนี้คือ

กิจกรรมที่ 3.1 การมีส่วนร่วมในตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ โดยการสนับสนุนให้มารดาทำงานนอกร้าน ได้ฝึกทักษะในการปฏิบัติกิจกรรม เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับผู้วิจัยจนเกิดความมั่นใจที่จะกระทำด้วยตนเอง ส่วนกิจกรรมที่มารดาทำงานนอกร้านมีความรู้สึกว่ายาก และไม่มั่นใจว่าตนเองจะทำได้ ผู้วิจัยจะทบทวนให้ความรู้ และสาธิตวิธีการปฏิบัติให้ดู ในขณะที่มารดาอยู่ในโรงพยาบาล โดยให้มารดาทำงานนอกร้าน มีส่วนร่วมในการปฏิบัติกับผู้วิจัย และสนับสนุนให้มารดาทำงานนอกร้าน ได้ฝึกทักษะในกิจกรรมนั้นร่วมกับผู้วิจัย จนเกิดความมั่นใจที่จะทำได้ด้วยตนเอง

กิจกรรมที่ 3.2 เพิ่มการปฏิบัติในสิ่งที่แสดงออกถึงความสำเร็จ โดยให้มารดาทำงานนอกร้านลงมือปฏิบัติ โดยการฝึกทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น การฝึกปฏิบัติกิจกรรมการกรวดเต้านม การบีบน้ำนม การป้อนน้ำนมโดยใช้แก้ว ประกอบแผนการสอนเรื่องการการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

กิจกรรมที่ 4 การกระตุ้นทางร่างกายและการกระตุ้นทางอารมณ์ เพื่อลดความเครียดและความวิตกกังวลของมารดาทำงานนอกร้านเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การเตรียมร่างกายและจิตใจให้พร้อมเพื่อช่วยให้มารดาทำงานนอกร้าน เกิดการรับรู้ถึงความสามารถของตนเอง และแสดงออกถึงความสามารถในการกระทำพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้เหมาะสม โดยมีกิจกรรมดังนี้คือ

กิจกรรมที่ 4.1 การสนับสนุนทางด้านร่างกาย โดยการซักถามอาการ และประเมินสภาพทั่วไปของมารดาทำงานนอกร้าน และการเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายของมารดาทำงานนอกร้าน ก่อนการดำเนินกิจกรรมและเมื่อกลับบ้าน

กิจกรรมที่ 4.2 การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ โดยการสร้างสัมพันธภาพที่ดี การจัดสถานที่ให้เหมาะสมและมีบรรยากาศที่ผ่อนคลาย สนับสนุนให้มารดาทำงานนอกร้านคุ้นเคยกับสถานการณ์การเป็นมารดา กระตุ้นให้มารดาทำงานนอกร้านมีปฏิสัมพันธ์และสัมพันธภาพที่ดีกับลูก เปิดโอกาสให้มารดาทำงานนอกร้าน ได้พูดคุยและระบายความรู้สึกที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยให้คำแนะนำและชี้แนะแนวทางแก้ไขปัญหาตามความเหมาะสม เพื่อลดสิ่งเร้าทางอารมณ์ หรือกล่าวชมเชยเมื่อมารดาทำงานนอกร้านปฏิบัติได้ดีแล้ว เพื่อกระตุ้นภาวะทางอารมณ์ การสนับสนุนทางอารมณ์ในขณะติดตามเยี่ยมบ้านโดยการเปิดโอกาสให้มารดาทำงานนอกร้าน ได้บอกเล่าระบายความรู้สึกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และปัญหาในการการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในช่วงที่กลับมาอยู่บ้าน ถ้าพบว่ามีปัญหาเกิดขึ้นในการแสดงพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยวิเคราะห์และหาแนวทางในการแก้ไขปัญหานั้นที่เหมาะสมร่วมกับมารดาทำงานนอกร้านและครอบครัว พร้อมให้กำลังใจ สนับสนุน และกล่าวคำชมเชยในสิ่งที่มารดาทำงานนอกร้านสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและทำได้สำเร็จ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบการหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้วิจัยนำโปรแกรมแผนการสอน ภาพพลิก และคู่มือที่สร้างขึ้นไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาตรวจแก้ไขเนื้อหาและภาษาที่ใช้ พิจารณาเนื้อหา ความเหมาะสมและความครอบคลุมของข้อคำถาม แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ที่มีคุณสมบัติดังนี้ อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลมารดาและทารก จำนวน 3 ท่าน พยาบาลวิชาชีพทางการพยาบาลมารดาและทารก จำนวน 1 ท่าน กุมารแพทย์ที่มีความชำนาญเรื่องนมแม่ จำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบหาความตรงตามเนื้อหา ความถูกต้องเหมาะสมของภาษา รูปแบบและความเหมาะสมของกิจกรรม ตลอดจนการจัดลำดับของเนื้อหาและความเหมาะสมของเวลาแต่ละกิจกรรม โดยถือเกณฑ์ผู้ทรงคุณวุฒิมีความเห็นตรงกัน 3 ท่านจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด 5 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยีการผลิตสื่อ จำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของสื่อ จากนั้นผู้วิจัยนำเครื่องมือมาพิจารณาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษา โดยมีคำแนะนำให้ควรปรับปรุงและแก้ไข ดังนี้

1. แผนการสอน ควรมีการปรับปรุงดังนี้ 1) เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่1 ควรปรับเนื้อหาในเรื่องประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควรให้ครบทุกด้าน และเนื้อหาอื่นควรให้ครอบคลุมและมีความกระชับ และควรปรับระยะเวลาในกิจกรรมให้เหมาะสม 2) เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2 ควรปรับเนื้อหาควรเน้นให้เหมาะกับกลุ่มมารดาทำงานนอกบ้าน ควรปรับเนื้อหาให้เป็นรูปธรรม ใช้ภาษาที่เข้าใจได้ง่าย ไม่ควรใช้ภาษาทางวิชาการมากเกินไป

2. ภาพพลิก ควรปรับสีของอักษรและสีพื้นให้เหมาะสมกัน ไม่ควรใช้สีที่ตัดกันมากเกินไป สัญลักษณ์หน้าข้อความควรเป็นแบบเดียวกันทั้งหมด บางภาพควรขยายให้เห็นรายละเอียดเพิ่มขึ้น

3. คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ควรปรับเนื้อหาให้กระชับขึ้น ลักษณะและขนาดของตัวอักษรควรเป็นแบบเดียวกัน และควรปรับสีของตัวอักษรบางส่วนให้มีความสอดคล้องกัน รูปควรมีความชัดเจน

ผู้วิจัยได้ดำเนินการแก้ไขปรับปรุงแผนการสอน ภาพพลิก และคู่มือตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษา แล้วทำการตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ได้ดำเนินการแก้ไขและปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับมารดาทำงานนอกบ้านที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด จำนวน 3 คน เพื่อประเมินแผนการสอน และความเหมาะสมของสื่อที่ใช้ และทดสอบความเป็นปรนัย (Objectivity) เพื่อดูความแจ่มชัดของภาษา และความเข้าใจของกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาปรับปรุงก่อนนำไปใช้จริง

ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 14 ข้อ ประกอบด้วย อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการลาคลอด ระยะเวลากลับไปทำงาน รายได้ต่อเดือนของครอบครัว สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว อาชีพ ระยะเวลาความตั้งใจในเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และผู้ดูแลลูกเมื่อมารดากลับไปทำงาน

2.2 แบบวัดพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 20 ข้อ ประเมินโดยการวัดมารดาทำงานนอกบ้านในสัปดาห์ที่ 4 หลังคลอด (Post-test) ซึ่งเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองตามแนวคิดของ ชุมนุชพร นิตยวิบูลย์ (2541) โดยผู้วิจัยนำมาดัดแปลงและแก้ไขเพิ่มเติมจากกรอบทฤษฎีวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน ลักษณะแบบสอบถามเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ถูกต้องของมารดาในการให้นมแก่ลูก และการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อต้องออกไปทำธุระนอกบ้านหรือกลับไป

ทำงานจำนวน 20 ข้อ เป็นแบบสอบถามปลายปิด ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scales) แบ่งเป็นตัวเลือก 3 ระดับ ตามพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้านเป็นข้อความเชิงบวก จำนวน 20 ข้อ มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 0 – 60 คะแนน โดยมีเกณฑ์ในการเลือกตอบดังนี้

ทำทุกครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดามากที่สุด ให้ 3 คะแนน

ทำบางครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นมีบางส่วนตรง และไม่ตรงกับการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาเท่าๆ กัน ให้ 2 คะแนน

ไม่เคยทำเลย หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาเลย ให้ 1 คะแนน

โครงสร้างเนื้อหาพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบด้วย

1. ด้านการเตรียมความพร้อมสำหรับการให้นมลูก จำนวน 4 ข้อ
คือข้อ 1, 2, 3, 4
2. ด้านวิธีการให้นมลูก การบีบน้ำนม การป้อนนมแม่กับแก้ว จำนวน 8 ข้อ
คือข้อ 10, 11, 12, 13, 14, 15, 18, 19
3. ด้านการเตรียมผู้ดูแลลูกและแหล่งสนับสนุนเมื่อต้องไปทำงานหรือไปทำธุระ จำนวน 5 ข้อ
คือข้อ 6, 7, 8, 9, 13
4. ด้านการเตรียม การเก็บและวิธีการดูแลรักษานมแม่เมื่อต้องออกไปทำงาน จำนวน 1 ข้อ
คือข้อ 16
5. ด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายุ่งยากเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 3 ข้อ
คือข้อ 5, 17, 20

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ การหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้วิจัยนำแบบวัดพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้านที่สร้างขึ้น โดยนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาเนื้อหา ความเหมาะสม และความครอบคลุมของข้อคำถาม และนำไปตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความถูกต้องของภาษา โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

ผู้วิจัยนำแบบประเมินที่ผ่านการตรวจสอบแก้ไข และให้ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ มาคำนวณหาดัชนีความตรงตามเนื้อหา Content validity index (Polit and Hungler, 1995:

352) และใช้เกณฑ์ค่า Content validity index มากกว่า .8 (Davis, 1992: 105) โดยการคำนวณจากผลการพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับคำนิยามเชิงปฏิบัติการ หรือกรอบทฤษฎีและกำหนดระดับการแสดงความคิดเห็นเป็น 4 ระดับดังนี้ (Polit and Beck, 2004: 423)

- | | | | |
|-------|---|---------|--|
| ระดับ | 1 | หมายถึง | ข้อความไม่สอดคล้องกับคำนิยาม |
| ระดับ | 2 | หมายถึง | ข้อคำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนปรับปรุง
อย่างมากจึงจะมีความสอดคล้องกับนิยาม |
| ระดับ | 3 | หมายถึง | ข้อคำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนปรับปรุง
เล็กน้อยจึงจะมีความสอดคล้องกับนิยาม |
| ระดับ | 4 | หมายถึง | ข้อคำถามมีความสอดคล้องกับนิยาม |

ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา Content Validity index เท่ากับ .84 จากนั้นผู้วิจัยนำเครื่องมือมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา โดยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้ คือแบบวัดพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้าน จำนวนข้อคำถามเดิม 25 ข้อเหลือจำนวนข้อคำถามที่นำมาใช้ 20 ข้อ

ผู้วิจัยได้ปรับปรุงข้อคำถามดังนี้ คือ ปรับปรุงการใช้ภาษา ปรับความชัดเจนของภาษาเพิ่มเติมรายละเอียดข้อคำถาม ตัดข้อคำถามเชิงลบออกและตัดข้อความที่ซ้ำซ้อนออกตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วจึงนำไปหาความเที่ยง

ตรวจสอบความความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้านที่ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และผ่านการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับมารดาทำงานนอกร้านที่มีคุณสมบัติที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะทำการศึกษามากที่สุด แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเดียวกับที่ใช้ในการวิจัย จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลที่ได้ไปคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient alpha) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .79 ซึ่งค่าความเที่ยงที่ยอมรับได้มีค่าเท่ากับ .70 ขึ้นไป (Burns and Grove, 2001; Polit and Hungler, 1999)

ชุดที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการกำกับการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการกำกับการทดลองในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้าน ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ลักษณะคำถามเป็นการวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองโดยประเมินระดับความเชื่อมั่นของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อให้ตรวจสอบว่าโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ส่งผลให้มารดาทำงานนอกร้าน เกิดมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการกระทำพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ลักษณะข้อคำถามเป็นการประเมินระดับความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการกระทำพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยแบบวัดมีจำนวน 20 ข้อ สร้างขึ้นตามหลักการสร้างข้อคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scales) แบ่งเป็นตัวเลือก 3 ระดับ ตามความรู้สึกและความเห็นของมารดา มีจำนวนข้อความเชิงบวก จำนวน 20 ข้อ มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 0 – 60 คะแนน โดยมีเกณฑ์ในการเลือกตอบดังนี้

เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก ความคิดเห็นของมารดามากที่สุด

ไม่แน่ใจ หมายถึง ข้อความนั้นมีทั้งส่วนที่ตรงและไม่ตรงกับความรู้สึก ความคิดเห็นของมารดาเท่าๆกัน

ไม่เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึก ความคิดเห็นของมารดาเลย

การให้คะแนนมีดังนี้ ให้ 1 คะแนนถึง 3 คะแนน สำหรับการตอบไม่เห็นด้วยให้ 1 คะแนน ไม่แน่ใจ ให้ 2 คะแนน เห็นด้วย ให้ 3 คะแนน การคิดค่าคะแนนเป็นการประเมินระดับความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง คะแนนรวมทั้งหมดของแบบวัดแปลผลดังนี้คือ คะแนนสูง หมายถึง มารดาทำงานนอกร้านมีระดับความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองดี คะแนนต่ำ หมายถึง มารดาทำงานนอกร้านมีระดับความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองไม่ดี โดยกำหนดการประเมินเป็น 3 ช่วงดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนนขึ้นอยู่กับลักษณะของข้อความดังนี้

ตัวเลือก	การให้คะแนน
เห็นด้วย	3
ไม่แน่ใจ	2
ไม่เห็นด้วย	1

เกณฑ์การจำแนกระดับความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการให้นมแม่แก่ลูก มี 3 ระดับ โดยปรับมาจากเกณฑ์การให้คะแนนของ เสรี ลาซโรจน์ (2537: 67-68) ดังนี้

ค่าคะแนนความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในระดับ

สูง	มีคะแนนตั้งแต่ร้อยละ 80 ขึ้นไป (48 – 60 คะแนน)
ปานกลาง	มีคะแนนตั้งแต่ร้อยละ 60 -79 (36 – 47 คะแนน)
ต่ำ	มีคะแนนตั้งแต่ร้อยละ 0 -59 (0 – 35 คะแนน)

คะแนน	การแปลผล
(48 – 60 คะแนน)	ถือว่า มีระดับความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในระดับดี
(36 – 47 คะแนน)	ถือว่า มีระดับความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในระดับปานกลาง
(0 – 35 คะแนน)	ถือว่า มีระดับความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในระดับไม่ดี

ประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้านโดย ผู้วิจัยให้มารดาทำงานนอกบ้านกลุ่มทดลองทำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หลังเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งที่ 3 เยี่ยมบ้าน 7-10วันหลังคลอด เกณฑ์กำกับทดลอง กลุ่มตัวอย่างต้องได้คะแนนมากกว่าร้อยละ 80 ขึ้นไป จึงจะถือว่ากลุ่มตัวอย่างเกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน ถ้ากลุ่มตัวอย่างไม่ผ่านตามเกณฑ์ที่กำหนด ผู้วิจัยจะตัดกลุ่มตัวอย่างออกจากรายงานวิจัยแต่จะดำเนินกิจกรรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองตามปกติแต่จะไม่นำมาคิดคะแนน

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ การหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้วิจัยนำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้านที่สร้างขึ้น โดยนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาเนื้อหา ความเหมาะสม และความครอบคลุมของข้อคำถาม และนำไปตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความถูกต้องของภาษา โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

ผู้วิจัยนำแบบประเมินที่ผ่านการตรวจสอบแก้ไข และให้ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ มาคำนวณหาดัชนีความตรงตามเนื้อหา Content validity index (Polit and Hungler, 1995: 352) และใช้เกณฑ์ค่า Content validity index มากกว่า .8 (Davis, 1992: 105) โดยการคำนวณจากผลการพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับค่านิยามเชิงปฏิบัติการ หรือกรอบทฤษฎีและกำหนดระดับการแสดงความคิดเห็นเป็น 4 ระดับดังนี้ (Polit and Beck, 2004: 423)

ระดับ 1 หมายถึง	ข้อความไม่สอดคล้องกับค่านิยาม
ระดับ 2 หมายถึง	ข้อคำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนปรับปรุง อย่างมากจึงจะมีความสอดคล้องกับนิยาม
ระดับ 3 หมายถึง	ข้อคำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนปรับปรุง เล็กน้อยจึงจะมีความสอดคล้องกับนิยาม
ระดับ 4 หมายถึง	ข้อคำถามมีความสอดคล้องกับนิยาม

ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา Content validity index เท่ากับ .92 จากนั้นผู้วิจัยนำเครื่องมือมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา โดยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้ คือแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้านจำนวนข้อคำถามที่นำมาใช้ 20 ข้อ

ผู้วิจัยได้ปรับปรุงข้อคำถามดังนี้ คือ ปรับปรุงการใช้ภาษา ปรับความชัดเจนของภาษา เพิ่มเติมรายละเอียดข้อคำถาม ตัดข้อคำถามเชิงลบออกและตัดข้อความที่ซ้ำซ้อนออกตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วจึงนำไปหาความเที่ยง

ตรวจสอบความความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) โดยผู้วิจัยนำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้านที่ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และผ่านการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับมารดาทำงานนอกบ้านที่มีคุณสมบัติที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะทำการศึกษามากที่สุด แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเดียวกับที่ใช้ในการวิจัย จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลที่ได้ไปคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient alpha) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .92 ซึ่งค่าความเที่ยงที่ยอมรับได้มีค่าเท่ากับ .70 ขึ้นไป (Burns and Grove, 2001; Polit and Hungler, 1999)

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่วันที่ 1 กรกฎาคม 2549 ถึงวันที่ 18 กันยายน 2548 ที่หอผู้ป่วยสูติ-นรีเวชกรรมสามัญ คลินิกนมแม่โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี โดยผู้วิจัยแบ่งขั้นตอนการดำเนินการทดลองเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการทดลอง ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการทดลอง และขั้นที่ 3 ขั้นประเมินผลการทดลอง โดยมีรายละเอียดดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยทบทวนวรรณกรรม รวบรวมและเตรียมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง และทดสอบเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี การทดลองใช้เครื่องมือกำกับการทดลองที่โรงพยาบาลชุมพร และโรงพยาบาลหาดใหญ่

1.2 ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเสนอต่อผู้อำนวยการโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขออนุญาตดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูลที่ตึกสูติกรรม 2 และที่คลินิกนมแม่ และคณะอนุกรรมการวิจัยในมนุษย์องค์การแพทย์ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี

1.3 ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเสนอต่อผู้อำนวยการโรงพยาบาลชุมพรและโรงพยาบาลหาดใหญ่ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขออนุญาตดำเนินการทดลองใช้เครื่องมือวิจัย

1.4 เมื่อได้รับการอนุมัติจากผู้อำนวยการโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี และคณะกรรมการวิจัยในมนุษย์ องค์การแพทย์ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี ผู้วิจัยเข้าพบหัวหน้าแผนกผู้ป่วยใน งานการพยาบาลสูติ-นรีเวชกรรม แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย แผนการดำเนินการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย รายละเอียดเกี่ยวกับการวิจัย วัตถุประสงค์ของการวิจัย เก็บรวบรวมข้อมูลระยะเวลาในการเก็บข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และการพิทักษ์สิทธิของผู้ป่วย เพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย ขอใช้สถานที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.5 หลังเข้าพบหัวหน้าหอผู้ป่วยสูติ-นรีเวชกรรม และหัวหน้ากลุ่มงานการพยาบาลสูติกรรมแล้ว ผู้วิจัยสำรวจรายชื่อ และประวัติของผู้มาคลอดครั้งแรกที่หอผู้ป่วยสูติ-นรีเวชกรรม จากทะเบียนบันทึกข้อมูลและรายงานการคลอดที่ตึกสูติกรรม 2 และห้องคลอด ตรวจสอบคุณสมบัติของมารดาหลังคลอดตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ ผู้วิจัยแนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา ขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างในการตอบแบบสอบถาม และชี้แจงถึงการพิทักษ์สิทธิให้ผู้ร่วมวิจัยครั้งนี้ทราบ แล้วจึงจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุมซึ่งเป็นกลุ่มที่

ได้รับคำแนะนำตามปกติจนครบจำนวน 20 คน แล้วจึงจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองซึ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองจนครบจำนวน 20 คน จัดให้กลุ่มตัวอย่างมีความเท่าเทียมกัน โดยการจับคู่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Matched pair) ในด้านอายุ และรายได้

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลขั้นดำเนินการทดลองตั้งแต่วันที่ 1 กรกฎาคม 2549 ถึงวันที่ 18 กันยายน 2549 โดยมีขั้นตอนดังนี้

ผู้วิจัยดำเนินการในกลุ่มทดลอง ซึ่งเป็นมารดาทำงานนอกบ้านที่คลอดในระหว่างเวลา 06.00-18.00 น. ของแต่ละวัน ผู้วิจัยจึงดำเนินการดังนี้

1) ผู้วิจัยติดต่อมารดาทำงานนอกบ้านของกลุ่มทดลองครั้งแรกที่หอผู้ป่วยสูติ-นรีเวชกรรม (24 ชั่วโมงหลังคลอด) ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์ และขั้นตอนในการทำวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย

2) หลังจากได้รับความร่วมมือและยินยอมจากมารดาทำงานนอกบ้านแล้ว ผู้วิจัยจึงให้มารดาทำงานนอกบ้านเซ็นชื่อเข้าร่วมในการวิจัย หลังจากนั้นผู้วิจัยให้มารดาทำงานนอกบ้านตอบแบบสอบถามส่วนข้อมูลทั่วไป

3) หลังจากมารดาทำงานนอกบ้านตอบแบบสอบถามส่วนข้อมูลทั่วไปเสร็จ ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ครั้งที่ 1 (หลังคลอด 24 ชั่วโมง) ใช้เวลาดำเนินกิจกรรม 30 - 45 นาที

1. การจัดสถานที่ให้เหมาะสม และมีบรรยากาศที่ผ่อนคลาย มีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันระหว่างผู้วิจัยและมารดาทำงานนอกบ้าน ให้มีความรู้สึกเป็นกันเอง กระตุ้นให้ระบายความรู้สึก มารดาทำงานนอกบ้านกล้าที่จะปรึกษาส่วนตัว ผู้วิจัยมีโอกาสทราบถึงปัญหาข้อสงสัย ของมารดาทำงานนอกบ้าน

2. การให้ความรู้เป็นรายบุคคลเรื่องประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การทำให้มีน้ำนมมากเพียงพอ แนะนำเรื่องการรับประทานอาหาร

3. การมีปฏิสัมพันธ์กับทารก เช่น การสบตา พุดคุย โอบกอด สัมผัส และการป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับบุตร ได้แก่ การจัดทำที่ปลอดภัยหลังให้นมและการอุ้มทารก

4. การลงมือให้ปฏิบัติโดยฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบด้วย การดูแลทางด้านร่างกาย ได้แก่วิธีการให้นมบุตรและทำให้นมที่ถูกต้องเพื่อป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน

ครั้งที่ 2 (วันที่ 3 หลังคลอด)

1. เตรียมตัวเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน เช่น การให้ความรู้เป็นรายกลุ่มเรื่องคำแนะนำต่างๆ เกี่ยวกับปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขณะอยู่ในโรงพยาบาลและเมื่อกลับไปอยู่บ้าน

2. สอนวิธีการบีบน้ำนมและวิธีการเก็บรักษานม (Storing breast milk) และวิธีการแก้ไขเมื่อมีปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เช่นเต้านมคัด หัวนมแตก

3. การกล่าวสนับสนุน ให้กำลังใจ และเสริมแรงจิตใจเพื่อกระตุ้นให้มารดาทำงานนอกบ้านเกิดความมั่นใจในความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

4. ตั้งเป้าร่วมกับสมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ครั้งที่ 3 เยี่ยมบ้าน (วันที่ 7- 10 หลังคลอด)

1. แนะนำตัว พูดคุยเพื่อ ทำความคุ้นเคยกับมารดาหลังคลอดและสมาชิกในครอบครัวและการให้คำแนะนำ ชักชวน และชี้แนะแก่มารดาหลังคลอดเกี่ยวกับการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การแก้ไขเมื่อมีปัญหาขณะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาเมื่อต้องกลับไปทำงานนอกบ้าน ตลอดจนแหล่งสนับสนุนช่วยเหลือเมื่อเกิดปัญหา

2. เปิดโอกาสให้ซักถามปัญหาที่สงสัยในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อประเมินความต้องการการเรียนรู้ของมารดา

3. แนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อต้องออกไปทำงานนอกบ้าน เช่น การเก็บนมไว้ให้ลูกอย่างถูกวิธี การบีบนม การปั๊มนมด้วยแก้ว การดูแลเมื่อนมคัด และเมื่อน้ำนมไหลมาก และให้มารดาทำงานนอกบ้านปฏิบัติจริงเพื่อให้เกิดความมั่นใจ

4. มารดาทำงานนอกบ้าน ทบทวนปัญหาและหาแนวทางแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม อุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การแสดงพฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่เมื่อกลับไปอยู่บ้าน พร้อมให้กำลังใจ สนับสนุน และกล่าวคำชมเชย

5. โทรศัพท์หามารดาทำงานนอกบ้านทุกรายเพื่อสอบถามปัญหาและให้กำลังใจมารดาทำงานนอกบ้านในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

6. ขอความร่วมมือให้มารดาทำงานนอกรบ้าน ตอบแบบสอบถามวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกรบ้าน หลังจาก วันที่ 7-10 วันหลังคลอด แบบวัดชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบถึงความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกรบ้าน

ครั้งที่ 4 การเยี่ยมบ้าน มารดาทำงานนอกรบ้านหลังมารดาคลอดบุตร 1 เดือน

1. เปิดโอกาสให้มารดาและสมาชิกในครอบครัวซักถามสิ่งที่สงสัย ทบทวนปัญหาและหาแนวทางแก้ไขปัญหา
2. ประเมินความก้าวหน้าเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่แนะนำไปครั้งแรก ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวในเรื่องปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อมารดาต้องออกไปทำงานนอกรบ้านการแก้ไข้ปัญหา
3. โทรศัพท์หามารดาทำงานนอกรบ้านทุกรายเพื่อสอบถามปัญหาและแนะนำและให้กำลังใจเพื่อมารดาทำงานนอกรบ้านได้มีความมั่นใจ

ผู้วิจัยดำเนินการในกลุ่มควบคุมดังนี้

- 1) ผู้วิจัยติดต่อมารดาทำงานนอกรบ้านของกลุ่มควบคุมครั้งแรกที่หอผู้ป่วยสูติ-นรีเวชกรรม (24 ชั่วโมงหลังคลอด) ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์ และขั้นตอนในการทำวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย
- 2) หลังจากได้รับความร่วมมือและยินยอมจากมารดาทำงานนอกรบ้านแล้ว ผู้วิจัยจึงให้มารดาทำงานนอกรบ้านเซ็นชื่อเข้าร่วมในการวิจัย หลังจากนั้นผู้วิจัยให้มารดาทำงานนอกรบ้านตอบแบบสอบถามส่วนข้อมูลทั่วไป
- 3) หลังจกมารดาทำงานนอกรบ้านได้รับการพยาบาล การแนะนำและการสอนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามปกติที่ปฏิบัติอยู่เป็นประจำ
- 4) ผู้วิจัยขอความร่วมมือและยินยอมจากมารดาทำงานนอกรบ้าน ในการตอบแบบสอบถามพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกรบ้านหลังมารดาคลอดบุตร 1 เดือนโดยจะส่งแบบสอบถามให้ทางไปรษณีย์ หลังจากนั้นแจ้งให้มารดาทำงานนอกรบ้านถึงการสิ้นสุดการเป็นกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ พร้อมทั้งแสดงความขอบคุณ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยรวบรวม สร้างและทดสอบเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขออนุญาตดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูลที่ตึกสูติกรรม 2 และที่คลินิกนมแม่และห้องตรวจสูติ-นรีเวช
3. ผู้วิจัยเสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์ ต่อคณะอนุกรรมการวิจัยในมนุษย์องค์การแพทย์โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี
4. เมื่อได้รับการอนุมัติจากผู้อำนวยการโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี และคณะกรรมการวิจัยในมนุษย์ องค์การแพทย์ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี ผู้วิจัยเข้าพบหัวหน้าแผนกผู้ป่วยในโรงพยาบาลสูติ-นรีเวชกรรม แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอใช้สถานที่ในการดำเนินการทดลอง
5. ผู้วิจัยสำรวจ แบบบันทึกข้อมูลผู้ป่วยที่ตึกสูติกรรม2 และห้องคลอด ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างและจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากับกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองตามคุณสมบัติและเกณฑ์ที่กำหนดไว้
6. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มทดลองดังนี้
 - 1) ผู้วิจัยติดต่อมารดาทำงานนอกร้านของกลุ่มทดลองครั้งแรกที่หอผู้ป่วยสูติ-นรีเวชกรรม (24 ชั่วโมงหลังคลอด) ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์ และขั้นตอนในการทำวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย
 - 2) หลังจากได้รับความร่วมมือและยินยอมจากมารดาทำงานนอกร้านแล้วหลังจากนั้น ผู้วิจัยให้มารดาทำงานนอกร้านตอบแบบสอบถามส่วนข้อมูลทั่วไปและผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองในขณะที่อยู่ในโรงพยาบาล 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 (หลังคลอด24 ชั่วโมง) ครั้งที่ 2 (วันที่ 3 หลังคลอด) และติดตามเยี่ยมบ้าน 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 (วันที่ 7- 10 หลังคลอด) เยี่ยมบ้าน และขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ครั้งที่ 2 (หลังมารดาคลอดบุตร 1 เดือน) การเยี่ยมบ้าน หลังมารดาคลอดบุตร 1 เดือน และขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
7. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มควบคุมดังนี้

1) ผู้วิจัยติดต่อมารดาทำงานนอกร้านของกลุ่มควบคุมครั้งแรกที่หอผู้ป่วยสูติ-นรีเวชกรรม (24 ชั่วโมงหลังคลอด) ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์ และขั้นตอนในการทำวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย

2) หลังจากได้รับความร่วมมือและยินยอมจากมารดาทำงานนอกร้านแล้วหลังจากนั้น ผู้วิจัยให้มารดาทำงานนอกร้านตอบแบบสอบถามส่วนข้อมูลทั่วไปและขอความร่วมมือและยินยอมจากมารดาทำงานนอกร้าน ในการตอบแบบสอบถามพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้านหลังมารดาคลอดบุตร 1 เดือน โดยจะส่งแบบสอบถามให้ทางไปรษณีย์

8. นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/FW (Statistical Package for the social science for Windows) ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างนำมาวิเคราะห์โดยใช้แจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้าน ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถกับกลุ่มที่ได้รับคำแนะนำตามปกติโดยใช้สถิติค่า Independent t-test

ภาพที่ 1 ขั้นตอนในการดำเนินงานทดลอง ตั้งแต่วันที่ 1 ก.ค.49 ถึงวันที่ 18 ก.ย. 49

