

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) เพื่อศึกษาผลของการเสนอตัวแบบต่อการลดความวิตกกังวลในการคลอดของหญิงครรภ์แรก โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จ.อุบลราชธานี โดยมีคุณสมบัติดังนี้ กลุ่มทดลองอายุเฉลี่ย 23.55 ปี อายุครรภ์ขณะเริ่มการทดลองเฉลี่ย 30.70 สัปดาห์ อายุครรภ์เมื่อสิ้นสุดการทดลองเฉลี่ย 35.60 สัปดาห์ คะแนนความวิตกกังวลที่เป็นบุคลิกภาพประจำตัวเฉลี่ย 41.85 คะแนน ในกลุ่มควบคุมอายุเฉลี่ย 25.25 ปี อายุครรภ์ขณะเริ่มการทดลองเฉลี่ย 30.05 สัปดาห์ อายุครรภ์เมื่อสิ้นสุดการทดลองเฉลี่ย 35.05 สัปดาห์ คะแนนความวิตกกังวลที่เป็นบุคลิกภาพประจำตัวเฉลี่ย 41.80 คะแนน โดยรวบรวมข้อมูลระหว่างวันที่ 11 มกราคม 2543 ถึงวันที่ 7 มีนาคม 2543 จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 40 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

ชุดที่ 1 แบบวัดความรู้สึกโดยทั่วไป

ใช้ประเมินความวิตกกังวลที่เป็นบุคลิกภาพประจำตัว มีจำนวน 20 ข้อ

ชุดที่ 2 แบบวัดความรู้สึกในขณะตั้งครรภ์

ใช้ประเมินความวิตกกังวลที่ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ มีจำนวน 20 ข้อ

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เป็นวิดีโอทัศน์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง จำนวน 5 เรื่อง คือ เรื่องใส่ใจตนเองเพื่อลูก รัก รู้จักวิธีผ่อนคลาย การหายใจต้องฝึกฝน ลูกบนโลกใบใหม่ และสายใยของครอบครัว วิดีทัศน์ดังกล่าวครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลตนเองระหว่างการตั้งครรภ์และการคลอด ความยาวเรื่องละ 15 นาที

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลและการเสนอตัวแบบกระทำเป็นรายบุคคลทั้ง 2 กลุ่ม ซึ่งมีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

### ระยะก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยติดต่อขอจดหมายราชการจากบัณฑิตวิทยาลัย ไปติดต่อผู้อำนวยการโรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จ.อุบลราชธานี เพื่อขออนุญาตทำการวิจัยในกลุ่มตัวอย่าง

2. ขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่หน่วยฝากครรภ์ไปยังหัวหน้าแผนกสูติ - นรีเวช โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จ.อุบลราชธานี และชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนการทำวิจัยต่อหัวหน้าหน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จ.อุบลราชธานี

3. คัดเลือกผู้เข้าร่วมการวิจัยจากหญิงครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์ในหน่วยฝากครรภ์ โดยวิธีคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติของประชากร แล้วขอความร่วมมือในการวิจัย ชี้แจงเกี่ยวกับการพิทักษ์สิทธิ์พร้อมทั้งอธิบายวัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่จะได้รับ ขั้นตอนและสิ่งที่จะต้องปฏิบัติขณะเข้าร่วมการวิจัย

4. ประเมินความวิตกกังวลที่เป็นบุคลิกภาพประจำตัว โดยใช้แบบวัดความรู้สึกรู้สึกทั่วไป แล้วคัดเลือกหญิงครรภ์แรกเข้าร่วมการวิจัยเฉพาะผู้ที่มีคะแนนความวิตกกังวลที่เป็นบุคลิกภาพประจำตัว อยู่ระหว่าง 38 ถึง 45 คะแนน และให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยลงลายมือชื่อในใบสมัคร ผู้วิจัยแนบใบพิทักษ์สิทธิ์ในสมุดฝากครรภ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย

5. สุ่มผู้เข้าร่วมการวิจัยเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยวิธีจับสลากทีละคน หลังจากนั้นให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยทำแบบวัดความรู้สึกรู้สึกในขณะตั้งครรภ์

### ระยะทดลอง

ในกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยเสนอตัวแบบแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัยในครั้งแรกที่ได้รับคัดเลือก โดยเสนอตัวแบบในสถานที่ที่ผู้วิจัยจัดไว้เฉพาะ หลังจากนั้นได้นัดผู้เข้าร่วมการวิจัย ทุก 1 สัปดาห์ เป็นเวลา 4 สัปดาห์ เพื่อดูตัวแบบอีก 4 เรื่อง หลังการดูตัวแบบผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยทำแบบตรวจสอบพฤติกรรมในวิดีโอทัศน์ โดยใช้เวลาในการเสนอตัวแบบและทำแบบตรวจสอบพฤติกรรมในวิดีโอทัศน์ แต่ละครั้งประมาณ 20 - 25 นาที

ในกลุ่มควบคุมจะดำเนินขั้นตอนเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง แต่ที่แตกต่างกันคือผู้เข้าร่วมการวิจัยจะได้รับการพยาบาลตามปกติทุกครั้งที่มาตามนัด

#### ระยะหลังการทดลอง

หลังสิ้นสุดกระบวนการทดลอง คือ หลังจากการดูตัวแบบเรื่องที่ 5 จบแล้ว ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดความรู้สึกในขณะตั้งครรภ์ และนัดให้มาพบผู้วิจัยอีก 1 สัปดาห์

#### ระยะติดตามผล

1 สัปดาห์ หลังจากดูตัวแบบเรื่องที่ 5 ให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดความวิตกกังวลในขณะตั้งครรภ์อีกครั้ง

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. คำนวณหาค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุ อายุครรภ์ขณะเริ่มต้นการทดลอง อายุครรภ์ขณะสิ้นสุดการทดลอง และคะแนนความวิตกกังวลที่เป็นบุคลิกภาพประจำตัว (Trait Anxiety) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้โปรแกรม SPSS

2. คำนวณหาค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในทุกกลุ่มและทุกระยะของการทดลอง แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเลขคณิตและทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดก่อนการทดลอง ด้วยโปรแกรม SPSS

3. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการคลอดในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมสองทางแบบวัดซ้ำ ด้วยวิธีวิเคราะห์ของ Winer, Brown และ Michels (1991) โดยกำหนดให้คะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะก่อนการทดลองเป็นตัวแปรปรวนร่วม

4. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการคลอดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง โดยใช้วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำเมื่อพบความแตกต่างจึงทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ Tukey โดยใช้โปรแกรม SPSS

### การนำเสนอข้อมูล มีขั้นตอนดังนี้

1. นำเสนอค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุ อายุครรภ์ขณะเริ่มต้นการทดลอง อายุครรภ์ขณะสิ้นสุดการทดลอง และคะแนนความวิตกกังวลที่เป็นบุคลิกภาพประจำตัว (Trait Anxiety) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยตาราง

2. นำเสนอค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในทุกๆระยะของการทดลองด้วยตาราง

3. นำเสนอผลการวิเคราะห์ Independent t-test เพื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเลขคณิตของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยตาราง และนำเสนอผลการทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มโดยการบรรยาย

4. นำเสนอผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมสองทางแบบวัดซ้ำ เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการคลอดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลด้วยตาราง

5. นำเสนอผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำของกลุ่มทดลอง เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการคลอดในทุกๆระยะของการทดลองด้วยตาราง และนำเสนอผลการทดสอบรายคู่ของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยวิธีของ Tukey ด้วยตาราง

### ผลการวิจัยพบว่า

1. หญิงครรภ์แรกในกลุ่มทดลองที่ดูตัวแบบมีความวิตกกังวลในการคลอดน้อยกว่าหญิงครรภ์แรกในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. หญิงครรภ์แรกในกลุ่มทดลองที่ดูตัวแบบมีความวิตกกังวลในการคลอดในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลลดลงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

## ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการสร้างตัวแบบที่ช่วยลดความวิตกกังวลในด้านอื่นๆ ได้แก่ ด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย ด้านการรับบทบาทใหม่ ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างคู่สมรส และด้านบุตร และใช้เทคนิคการเสนอตัวแบบนี้กับหญิงครรภ์แรกตั้งแต่ไตรมาสที่ 1 จนกระทั่งคลอดเพื่อลดความวิตกกังวลในทุกด้านและทุกระยะของการตั้งครรภ์

2. ควรมีการสร้างตัวแบบเพื่อช่วยลดความวิตกกังวลสำหรับหญิงครรภ์แรกที่มีภาวะเสี่ยงและมีภาวะแทรกซ้อน หรือหญิงครรภ์แรกที่วางแผนในการทำสูติศาสตร์หัตถการ เพื่อให้มีตัวแบบที่สามารถลดความวิตกกังวลของหญิงครรภ์แรกได้ทุกคน

3. ควรมีการศึกษาติดตามพฤติกรรมการณ์เผชิญกับความเจ็บปวดในระยะคลอดของหญิงครรภ์แรกเพื่อดูตัวแบบเปรียบเทียบกับหญิงครรภ์แรกที่ไม่ได้ดูตัวแบบ

4. ควรมีการศึกษาผลของตัวแบบต่อความวิตกกังวลในการคลอดโดยเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองที่ดูตัวแบบกับกลุ่มควบคุมที่ดูวิดีโอทัศน์ต่างๆไป โดยตัวแบบที่สร้างนั้นต้องไม่มีรายละเอียดของข้อมูลมากเกินไปจนทำให้เห็นพฤติกรรมของตัวแบบไม่ชัดเจน