

ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อเจตคติและความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกรบ้าน

ดาริน ด่านเทศ พย.ม.*, วรณีย์ เดียววิศเรศ Ph.D.** , อุษา เชื้อหอม พย.ด.***

บทคัดย่อ

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังของหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกรบ้าน พบว่ามีอุปสรรคที่ซับซ้อน ทำให้เกิดเจตคติที่ไม่ดี และมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยลดลง จึงมีความจำเป็นต้องพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้เกิดเจตคติในด้านบวกและเพิ่มความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวต่อเจตคติและความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกรบ้าน กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกรบ้านที่มารับบริการในหน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา จังหวัดชลบุรี และมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ จำนวน 60 ราย สุ่มเข้าเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 30 ราย กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างเดี่ยว ในขณะที่กลุ่มทดลองได้รับการพยาบาลตามปกติร่วมกับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่วนเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม ข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามเจตคติและความตั้งใจเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดี่ยว วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ด้วยสถิติพรรณนา เปรียบเทียบคะแนนความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเจตคติและความตั้งใจในการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ก่อนและหลังทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติการทดสอบทีแบบอิสระ

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความแตกต่างก่อนและหลังทดลองของคะแนนเจตคติและความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (เจตคติ: $t_{29} = 11.69$, $p < .01$; ความตั้งใจ: $t_{29} = 2.37$, $p = .02$) ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกรบ้าน มีเจตคติและความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนเพิ่มขึ้น ดังนั้น พยาบาลประจำหน่วยฝากครรภ์ควรนำ โปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในงานประจำ

คำสำคัญ : โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, เจตคติ, ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว, หญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกรบ้าน

Effects of Breastfeeding Promoting Program for Working Pregnant Women on Attitude and Intention to Exclusive Breastfeeding

Darin Danthes M.N.S*, Wannee Deoisres Ph.D.** , Usa Chuahorm Ph.D.***

Abstract

Regarding exclusive breastfeeding, working women have complicate obstacle, poor attitude, and poor intention to exclusive breastfeeding. That needs a program for promoting positive attitude and increase intention to exclusive breastfeeding among working pregnant women. Objective of this quasi-experimental research was to examine effects of breastfeeding promotion program on attitude and intention to exclusive breastfeeding

* พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา จ.ชลบุรี

** รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

*** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

* A Registered Nurse, Queen Sawang Vaddhana Memorial Hospital, Chonburi Province

** Assoc. Prof., Faculty of Nursing, Burapha University

*** Asst. Prof., Faculty of Nursing, Burapha University

among working pregnant women. Participants were 60 working pregnant women receiving antenatal care service at Queen Sawang Vaddhana Memorial Hospital in Chonburi province and meeting study inclusion criteria. They were randomly assigned into experimental group (n = 30) or control group (n = 30). Control group received a routine antenatal care while experimental group received both routine antenatal care and breastfeeding promotion program. Data were collected by questionnaires including demographic, and attitude and intention to exclusive breastfeeding questionnaires. Demographic data were analyzed by descriptive statistics. Independent t-test was used to compare pre and posttest mean difference comparison of attitude and intention to exclusive breastfeeding scores between experimental and control group was analyzed by independent t-test.

Results revealed that between groups, experimental group had significantly higher pre and posttest mean difference scores of attitude and intention to exclusive breastfeeding than control group (attitude: $t_{29} = 11.69$, $p < .01$; intention: $t_{29} = 2.37$, $p = .02$). Findings suggest that breastfeeding promotion program would increase positive attitude and intention to exclusive breastfeeding among working pregnant women. Therefore, nurses working at antenatal care clinic would apply the program into their routine practice

Keywords : Breastfeeding Promoting Program, Attitude, Intention to exclusive breastfeeding, Working pregnant women

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันอย่างกว้างขวางว่า น้านมแม่เป็นอาหารที่เหมาะสมที่สุดสำหรับทารก การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีผลดีทั้งสุขภาพกายและสุขภาพใจ ส่งเสริมสุขภาพทารกให้สมบูรณ์แข็งแรง ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ส่งผลลัพธ์ให้ทารกเติบโตและมีพัฒนาการอย่างเต็มศักยภาพ ป้องกันการเกิดโรคที่พบบ่อยในทารกแรกเกิด นอกจากนี้ยังมีผลดีต่อสุขภาพแม่และลูกในระยะยาวอีกมากมาย¹⁻³ แต่จากผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2555 พบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของทั้งประเทศมีเพียงร้อยละ 12.3 ซึ่งยังคงต่ำกว่าเป้าหมายในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ที่ได้กำหนดเป้าหมายไม่น้อยกว่าร้อยละ 30 และจากการสำรวจสถานะสุขภาพเด็กไทยใน พ.ศ. 2548 โดยองค์การกองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (The United Nations Children's Fund [UNICEF]) พบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของประเทศไทยมีจำนวนเพียงร้อยละ 5.4 และเป็นอัตราที่ต่ำที่สุดในโลก จากการศึกษาพบว่าอุปสรรคหนึ่งที่เป็นสาเหตุสำคัญทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ประสบความสำเร็จเนื่องมาจากมารดามีความจำเป็นทางเศรษฐกิจต้องออกไป

ทำงานนอกบ้าน⁴⁻⁷

สภาพสังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมจากภาคเกษตรกรรมไปสู่ภาคอุตสาหกรรม สตรีเป็นกำลังแรงงานที่สำคัญที่มีส่วนช่วยในการพัฒนาประเทศ ดังนั้นแม้ว่ามารดาจะมีบทบาททำงานนอกบ้านก็ยังมีบทบาทการเป็นแม่อยู่ จากรายงานการศึกษาพบว่า การทำงานนอกบ้าน เป็นปัจจัยสำคัญอย่างยิ่งปัจจัยหนึ่งที่ทำให้การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามีระยะเวลาสั้นลงระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สั้นกว่ามารดาที่ไม่ได้ทำงานหรือทำงานในบ้าน นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น นโยบายของสถานที่ทำงาน แรงสนับสนุนทางสังคม ลักษณะอาชีพ การให้ความรู้และการช่วยเหลือของบุคลากรด้านสุขภาพ และความเครียดของมารดา เป็นต้น จะเห็นได้ว่ามารดาทำงานนอกบ้านนั้นมีอุปสรรคต่างๆ ที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้นจึงมีผู้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และพัฒนาโปรแกรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่⁸⁻¹⁰ ซึ่งผลการศึกษาพบว่า สถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของมารดาทำงานนอกบ้านมีความซับซ้อน และจำเป็นต้องพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สอดคล้องกับสถานการณ์และบริบท

ของมารดาในกลุ่มนี้ได้เหมาะสม

จากการศึกษาปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่า ความล้มเหลวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาที่ทำงานนอกบ้านมาจากหลายสาเหตุด้วยกัน โดยมาจากปัจจัยภายในที่สำคัญ คือ การขาดความตั้งใจจริง มีเจตคติด้านลบ และความไม่มั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน จากการศึกษาประสบการณ์และปัจจัยเชิงบริบทที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในมารดาที่ทำงานนอกบ้านนั้นพบว่า การขาดข้อมูลความรู้ที่ถูกต้องในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขณะทำงาน ทำให้มารดาไม่ได้เตรียมตัวล่วงหน้า เมื่อกลับไปทำงานและต้องเผชิญกับปัญหาการมีน้ำนมไม่เพียงพอ¹¹ เจตคติที่ไม่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความยุ่งยากในการบีบเก็บน้ำนม เชื้อฟังญาติผู้ใหญ่ที่แนะนำให้มารดาให้อาหารอื่นแก่ทารกนอกจากนมแม่¹² เมื่อมารดาไปทำงานนอกบ้าน มารดาจะต้องมีการปรับตัวอย่างมาก ทั้งจากการทำงานนอกบ้าน บทบาทของมารดาทำให้รู้สึกเหนื่อยและเครียด ซึ่งความเครียดและความอ่อนเพลีย ทำให้การหลั่งของน้ำนมลดลง ประกอบกับการขาดการแสวงหาข้อมูลที่เกี่ยวข้องวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไม่ทราบวิธีการบีบเก็บน้ำนมและการให้น้ำนมบีบแก่บุตร¹¹ รวมทั้งไม่สามารถจัดการกับความไม่สุขสบายต่างๆ เมื่อมารดาพบปัญหาและอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้ไม่มั่นใจในความสามารถของตนเองว่าสามารถควบคุมและแก้ปัญหาได้ เกิดเจตคติไม่ดี เกิดความไม่ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์

การส่งเสริมและสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาควรเริ่มตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ จากการทบทวนงานวิจัยพบว่า ทศนคติหรือเจตคติ มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่^{13,14} และพบว่าเจตคติมีความสัมพันธ์กับความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่¹⁵ และมีข้อเสนอแนะว่าควรประเมินเจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ทุกราย ซึ่งหากหญิงตั้งครรภ์มีเจตคติในด้านบวกมีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่¹⁶ ปัจจัยที่มีผลต่อเจตคติ คือ การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และอุปสรรคด้านเจตคตินั้นมีหลายประการ เช่น ขาดการมีส่วนร่วมของสามี ดังนั้นจึงควรช่วยเหลือปรับเจตคติของหญิงตั้งครรภ์ให้เห็นความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วย

นมแม่ เป็นการเตรียมความพร้อมให้หญิงตั้งครรภ์เข้าใจ มั่นใจ สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จ

หญิงตั้งครรภ์ควรได้รับการสนับสนุนและช่วยเหลือในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำได้ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ จนถึงระยะหลังคลอด แนวทางการให้ความรู้ทำได้ทั้งเป็นรายกลุ่มและรายบุคคล การให้ความรู้มักเป็นการประเมินความรู้ความเข้าใจ เจตคติ ความต้องการ การให้คำแนะนำ และการช่วยเหลือ และควรเปิดโอกาสให้ญาติ สามี หรือผู้ช่วยเหลือสนับสนุนเข้าร่วมรับฟังด้วย เพื่อจะช่วยให้ได้เรียนรู้รายละเอียดของการสนับสนุนความต้องการ และถามปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่เหมาะสมกับบริบทของหญิงตั้งครรภ์ ซึ่งจะนำไปสู่การวางแผนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเป็นโอกาสที่ดีในการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างถูกต้อง ถึงแม้ในปัจจุบันจะมีการให้ความรู้ แนวปฏิบัติต่างๆ ทั้งการให้ ความรู้แบบกลุ่ม การสาธิต การแสดงบทบาทสมมติในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังคลอด แต่มีข้อเสนอแนะว่าควรประเมินค้นหา สภาพปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของมารดาที่ทำงานนอกบ้านเป็นระยะตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ เพื่อที่จะทราบถึงแนวโน้มของปัญหาที่เกิดขึ้น และสามารถวางแผนให้ความช่วยเหลือได้อย่างต่อเนื่อง ตลอดจนส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคลได้อย่างเหมาะสม ซึ่งยังต้องมีการสร้างระบบการวางแผนเกี่ยวกับวิธีการต่างๆ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติที่เหมาะสมกับบริบทของมารดาทำงานนอกบ้าน¹¹

ดังนั้นหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้านจึงเป็นกลุ่มที่ควรให้ความสำคัญได้รับการช่วยเหลือ สนับสนุน โดยมีการเตรียมและวางแผนตั้งแต่ขณะตั้งครรภ์ ให้เกิดความเชื่อมั่นในน้ำนมแม่ และมีความตั้งใจจริงไม่เปลี่ยนได้โดยง่าย ซึ่งการเตรียมมารดาในระยะตั้งครรภ์ ควรมีการส่งเสริมวิธีการแสวงหาความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การสาธิต ฝึกปฏิบัติ เริ่มปรับเจตคติทางบวกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การเตรียมตัวล่วงหน้าและวางแผนแก้ไขปัญหาก่อนที่อาจเกิดขึ้นได้ของแม่ทำงานนอกบ้านแต่ละราย¹¹ การปฏิบัติตามแผนนั้นจะทำให้หญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้านมีความรู้ ทศนคติที่ดี ซึ่งเป็นปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พร้อมกันทำงานไปด้วย ตามที่เอจเซน¹⁷ อธิบายว่า บุคคลจะกระทำ

พฤติกรรมที่สนใจโดยมีการวางแผน และพฤติกรรมที่กระทำสำเร็จจะเกิดจากความตั้งใจ ซึ่งความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมของบุคคลในอนาคต มีปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดความตั้งใจ 3 ประการ คือ เจตคติต่อพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม กล่าวได้ว่าบุคคลที่มีความตั้งใจปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพใดๆ โดยการสร้างเสริมเจตคติทางบวกต่อการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นๆ มีการคล้อยตามตัวแบบ ซึ่งบุคคลจะปฏิบัติพฤติกรรมก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นมีเจตนาที่จะปฏิบัติ และรับรู้ว่าคุณเองสามารถควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวได้ และจะใช้ความพยายามในการปฏิบัติมากขึ้นเมื่อรับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวได้ จากการทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมา งานวิจัยได้มีข้อเสนอแนะให้ควรจัดโปรแกรมโดยมุ่งเน้นการเพิ่มความตระหนักของการคล้อยตามคนรอบข้างในการสนับสนุนให้สตรีตั้งครรภ์เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ร่วมกับภายหลังคลอด¹⁶

จากที่กล่าวมาโรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา ซึ่งเป็นโรงพยาบาลที่ได้รับการรับรองจากสถาบันพัฒนาและรับรองคุณภาพโรงพยาบาล และดำเนินโครงการโรงพยาบาลสายใยรักแห่งครอบครัว จากสถิติเดือน ตุลาคม 2556 ถึง กันยายน 2557 จากการวิเคราะห์ของผู้วิจัยพบว่า มารดาหลังคลอดอาชีพรับจ้างและทำงานนอกร้านมีมากถึงร้อยละ 56.60 ของมารดาหลังคลอดที่เข้าคลินิกนมแม่ของหน่วยงานหลังคลอด และอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของมารดาที่นำบุตรมารับวัคซีนในคลินิกสุขภาพเด็กดี มีเพียงร้อยละ 29.32 ลดลงจากปีก่อนหน้าร้อยละ 6.08 ซึ่งสะท้อนให้เห็นปัญหา อุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาของมารดาทำงานนอกร้าน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมและศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกร้านต่อเจตคติและความตั้งใจเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่มีเนื้อหาหลักให้มีการสร้างระบบการวางแผน การเตรียมตัวล่วงหน้าเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงคุณภาพการให้บริการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ให้เกิดเจตคติและความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยุติตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ นำไปสู่พฤติกรรมความสำเร็จเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะ

ภายหลังคลอด

วัตถุประสงค์

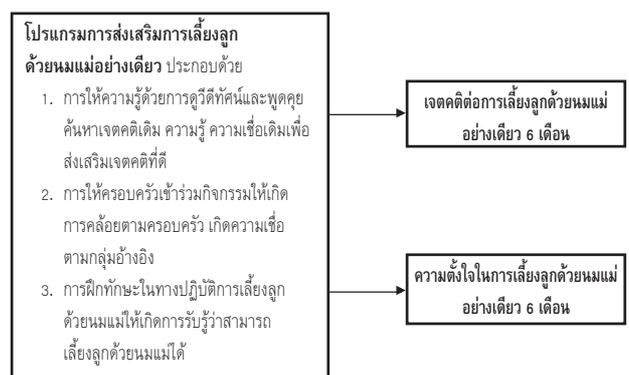
1. เพื่อเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยเจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกร้าน ในระยะก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยุติระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. เพื่อเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกร้าน ในระยะก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยุติระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กรอบแนวคิดการวิจัย

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้นั้นมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง คือ ความรู้ ทักษะที่ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนซึ่งมีอิทธิพลโดยตรงต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ โดยเอเจน¹⁷ ได้อธิบายว่าคุณคนจะกระทำพฤติกรรมสำเร็จ เกิดจากความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมเป็นตัวกำหนดใกล้ชิด (Immediate determinant) ของพฤติกรรม และการสังเคราะห์งานวิจัย¹¹ ที่เน้นให้มีการสร้างระบบการวางแผน การเตรียมตัวล่วงหน้าเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ซึ่งจะส่งผลต่อเจตคติและความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกร้าน ตามกรอบแนวคิดการวิจัย ดังภาพที่ 1

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบบสองกลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง (Two groups: pretest-posttest design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวต่อเจตคติและความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกบ้าน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร เป็นหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกบ้านที่มารับบริการในหน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา จังหวัดชลบุรี ในช่วงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2558 ถึง เดือนมกราคม พ.ศ. 2559

กลุ่มตัวอย่าง มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้ คือ (1) เป็นหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกบ้านและตั้งใจจะกลับไปทำงานต่อในระยะหลังคลอด (2) อายุ 20-35 ปี (3) อายุครรภ์เท่ากับ 24-28 สัปดาห์ เมื่อเริ่มต้นการศึกษา (4) มีหัวนมปกติทั้งสองข้าง หรือมีหัวนมสั้น/แบนที่สามารถแก้ไขได้ ไม่มีข้อห้ามในการให้นมบุตร (5) สัญชาติไทย สามารถอ่าน เขียนภาษาไทยได้ ไม่มีปัญหาการได้ยิน (6) มีสมาชิกครอบครัวหรือญาติผู้จะช่วยในการเลี้ยงบุตรและสามารถเข้าร่วมโปรแกรมได้ยินดีเข้าร่วมโครงการ เกณฑ์ที่คัดออกจากการศึกษาคือ หญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกบ้านและผู้เลี้ยงบุตรซึ่งเป็นสามีหรือญาติไม่สามารถเข้าร่วมโปรแกรมได้

กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 ราย ใช้หลักของทฤษฎีแนวโน้มนำเข้าสู่ส่วนกลาง (Central Limit Theorem) กล่าวคือ เมื่อขนาดของกลุ่มตัวอย่างมีจำนวนตั้งแต่ 30 ขึ้นไป การประมาณการแจกแจงของค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างจะมีการแจกแจงใกล้เคียงกับแบบปกติ ซึ่งสามารถอ้างอิงถึงประชากรได้¹⁹ ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 60 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 30 ราย และกลุ่มควบคุม 30 ราย สุ่มกลุ่มตัวอย่างโดยการจับฉลากวันสุ่มวันที่มาฝากครรภ์ เข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งสุ่มได้วันอังคารและวันพุธในกลุ่มทดลอง และสุ่มได้วันพฤหัสบดีและวันศุกร์ในกลุ่มควบคุม หลังจากนั้นให้กลุ่มทดลองได้รับการส่งเสริมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับได้รับการพยาบาลตามปกติ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติของหน่วยฝากครรภ์ จำนวน 1 ครั้ง ประกอบด้วย การบรรยายประกอบโปรแกรมนำเสนอข้อมูล (Powerpoint) และคู่มือวีดิทัศน์ต่อเนื่อง 1 ชุด ของหน่วยฝากครรภ์ เนื้อหา

ประกอบด้วย ประโยชน์ของน้ำนมแม่ การตรวจและแก้ไขหัวนม การจัดทำให้นมบุตร ผลเสียของนมผสม โดยหญิงตั้งครรภ์และครอบครัว (ถ้ามีเข้าร่วม) ระยะเวลา 24-28 สัปดาห์ ระยะเวลา 45-60 นาที

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ได้แก่

1.1 แผนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิดของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน¹⁷ ร่วมกับการศึกษาค้นคว้าตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีระยะเวลา 4 สัปดาห์ ประกอบด้วยกิจกรรมหลัก 3 ด้านด้วยกัน คือ 1) การให้ความรู้ และส่งเสริมเจตคติที่ดีของมารดาต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นรายกลุ่มโดยคู่มือวีดิทัศน์ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ค้นหาเจตคติเดิม ความรู้ ความเชื่อเดิม เปิดโอกาสให้แสดงความรู้สึเกี่ยวกับเจตคติต่อตนเองของตนเองนำไปสู่การปรับทัศนคติให้เป็นบวก 2) การให้ครอบครัวเข้าร่วมกิจกรรมให้เกิดการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) การฝึกทักษะในทางปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น การบีบเก็บน้ำนม การนำน้ำนมที่บีบเก็บมาใช้ เป็นต้น เกิดการรับรู้ที่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ สามารถวางแผนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สอดคล้องกับสภาพการณ์ในที่ทำงานแบ่งเป็นการจัดกิจกรรมจำนวน 3 ครั้ง ครั้งแรกขณะอายุครรภ์ 24-28 สัปดาห์ ห่างกันแต่ละครั้ง 1-2 สัปดาห์ ระยะเวลาครั้งละ 45 นาที

1.2 คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกบ้าน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นสื่อในการให้ความรู้และใช้เป็นเอกสารให้กลุ่มตัวอย่างได้ศึกษาด้วยตนเอง และทบทวนที่บ้าน มีเนื้อหาหลักเกี่ยวกับการวางแผนให้นมบุตรขณะตั้งครรภ์และเมื่อไปทำงาน ประโยชน์ของน้ำนมมารดา การบีบเก็บน้ำนม และการนำน้ำนมที่บีบเก็บมาใช้ทักษะทางปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การแสวงหาข้อมูลที่เอื้อต่อวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1.3 วีดิทัศน์เกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จำนวน 6 เรื่อง ซึ่งไม่สงวนลิขสิทธิ์ สามารถเผยแพร่โดยทั่วไป ดังนี้ (1) วีดิทัศน์ของสื่อทางโทรทัศน์ช่องไทยพีบีเอส

มีเนื้อหาเกี่ยวกับตัวแบบที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ระยะเวลา 5 นาที (2) วิดีทัศน์ของสถานรับเลี้ยงเด็กลานนา เชียงใหม่ มีเนื้อหาเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ ระยะเวลา 7 นาที (3) วิดีทัศน์ของรพ.หลังสวน จ.ชุมพร มีเนื้อหาเกี่ยวกับผลเสียนมผสม ระยะเวลา 7 นาที (4) วิดีทัศน์ของ พญ.สุธีรา เอื้อไพโรจน์กิจ มีเนื้อหา เกี่ยวกับการปั๊มนม เก็บน้ำนมสะสม และการใช้นมสต็อก ระยะเวลา 15 นาที (5) วิดีทัศน์ของชมรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แห่งประเทศไทย มีเนื้อหาเกี่ยวกับการจัดทำให้นมลูกอย่างถูกวิธี (6) วิดีทัศน์ของมูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย มีเนื้อหาเกี่ยวกับการปั๊มน้ำนมด้วยถ้วย และการนำน้ำนมที่บีบเก็บมาใช้

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามเจตคติและความตั้งใจเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว ที่ผู้วิจัยนำมาจากแบบสอบถามเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดี่ยวของจิราพร วงศ์ใหญ่ และคณะ¹⁸ แบ่งออกเป็น 3 ส่วน มีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ลักษณะแบบสอบถามเป็นข้อคำถามข้อมูลทั่วไปของหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้าน ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ครอบครัว ลักษณะครอบครัว ลำดับที่การตั้งครรภ์ ประวัติเคยให้นมบุตร ช่วงเวลาทำงาน ระยะห่างจากบ้านกับที่ทำงาน และการมีห้องสำหรับบีบเก็บน้ำนมในที่ทำงาน

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดี่ยว ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ มีค่าสองทาง จำนวน 24 ข้อ คือ มาตราทางบวก 21 ข้อ และมาตราทางลบ 3 ข้อ แต่ละข้อประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการประเมินผลลัพธ์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวของหญิงตั้งครรภ์ คะแนนเจตคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว ได้จากคะแนนที่ได้ในแต่ละข้อคำถามความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวบวกกับคะแนนที่ได้ในแต่ละข้อคำถามการประเมินผลลัพธ์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว และคะแนนรวมที่ได้เป็นคะแนนเจตคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดี่ยว มีค่าคะแนนอยู่ระหว่าง 46–230 คะแนน พิจารณาจากค่าคะแนนที่ได้ โดยค่าคะแนนยิ่งมากขึ้นเท่าไร เจตคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว ด้านบวกยิ่งเพิ่มสูงขึ้นเท่านั้น

มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .94

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความตั้งใจเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดี่ยว ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 3 ข้อ คะแนนความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน มีค่าอยู่ระหว่าง 3–15 คะแนน พิจารณาจากค่าคะแนนที่ได้ โดยค่าคะแนนยิ่งมากเท่าไร ความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนยิ่งมากขึ้นเท่านั้น มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 1.00

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

แผนการจัดกิจกรรมของโปรแกรมการตลาดและแบบสอบถามเจตคติและความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว ผู้วิจัยนำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ ตลอดจนการจัดลำดับเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน หลังจากนั้นผู้วิจัยปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

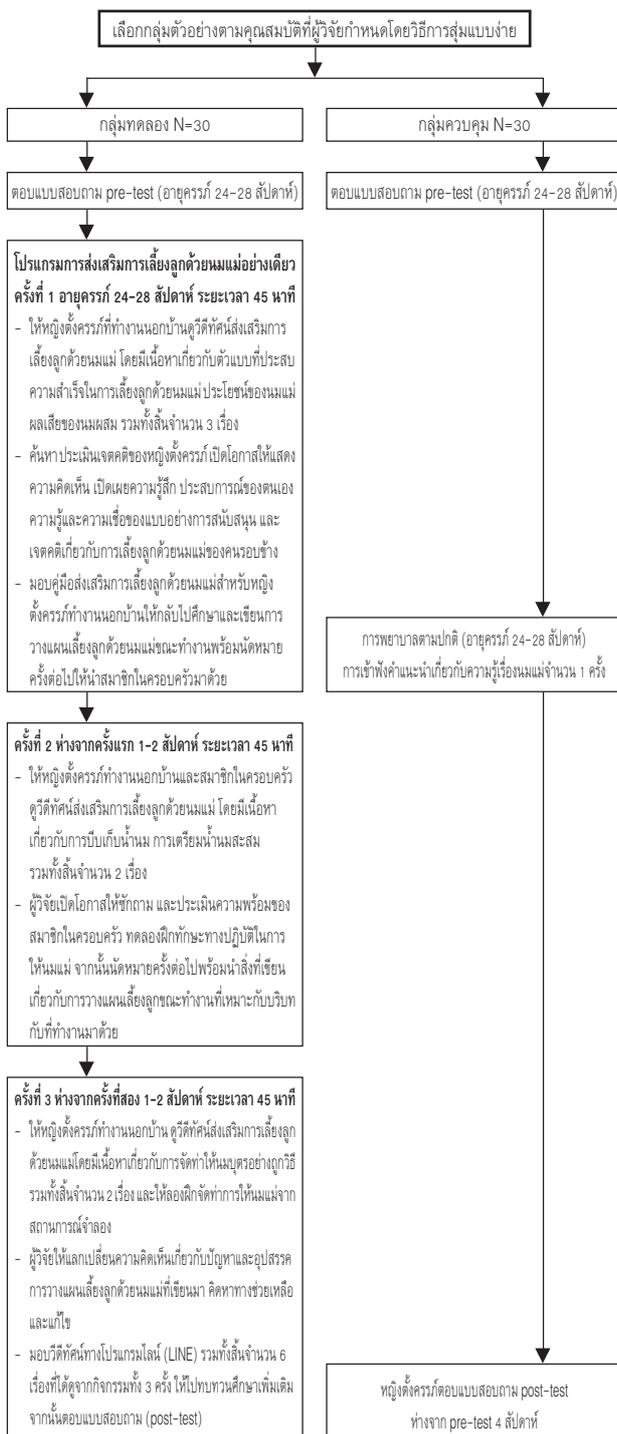
2. การตรวจสอบความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามเจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน และแบบสอบถามความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนไปทดลองใช้กับหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกบ้าน ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ที่มารับบริการแผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา จำนวน 30 ราย ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาคเท่ากับ .88 และ .96

การดำเนินการทดลอง

เมื่อโครงการวิจัยได้รับการรับรองด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา และผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา จังหวัดชลบุรี หลังจากได้รับอนุญาตแล้ว ผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างและให้ตอบแบบสอบถามเจตคติและความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว (pretest) และดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังภาพที่ 2

ภาพที่ 2 ขั้นตอนการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล



การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ดังต่อไปนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกร้าน วิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ พิสัย ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความต่างโดยใช้สถิติ Independent t-test, Chi-square และ Fisher's exact test

2. เปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ยแบบสอบถามเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน และผลต่างคะแนนเฉลี่ยแบบสอบถามความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ของหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกร้านระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบค่าที่แบบอิสระ (Independent t-test)

ผลการวิจัย

1. คุณลักษณะกลุ่มตัวอย่าง จากการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลพบว่า ไม่มีความแตกต่างข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ยกเว้นรายได้เฉลี่ยของครอบครัว ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ข้อมูลส่วนบุคคล	กลุ่มทดลอง (n = 30) จำนวน (ร้อยละ)	กลุ่มควบคุม (n = 30) จำนวน (ร้อยละ)	t, χ^2 or Fisher's p-value exact test
อายุ (ปี)	$\bar{X} = 27.66, SD = 4.55$ Range = 20-35	$\bar{X} = 26.43, SD = 4.68$ Range = 20-35	t = 1.49 .506
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (บาท)	$\bar{X} = 29,666, SD = 10,273.27$ Range = 10,000-60,000	$\bar{X} = 23,800, SD = 8,687.60$ Range = 10,000-50,000	t = 3.00 .004
ระดับการศึกษา	มัธยมปลายหรือต่ำกว่า 15 (50.00)	21 (70.00)	F = 4.52 .104
อาชีพ	พนักงานบริษัท 20 (66.60)	17 (56.60)	$\chi^2 = .936 .626$
	พนักงานโรงงาน 5 (16.70)	5 (16.70)	
	ครูเอกชน, นักโภชนาการ, ที่เลี้ยงเด็ก, อื่น ๆ 5 (16.70)	8 (26.60)	
ลักษณะครอบครัว	ครอบครัวเดี่ยว 16 (53.30)	19 (63.30)	F = .617 .432
	ครอบครัวขยาย 14 (46.70)	11 (36.70)	
ลำดับการตั้งครรภ์	ครั้งแรก 14 (46.70)	9 (30.00)	F = 1.07 .301
	ครั้งที่สองขึ้นไป 16 (33.30)	21 (70.00)	
ประวัติการให้	นมบุตรอย่างเดียว		
	ไม่มีประสบการณ์ 14 (46.70)	9 (30.00)	$\chi^2 = 1.67 .196$
	< 6 เดือน 10 (33.30)	12 (40.00)	
	> 6 เดือน 6 (20.00)	9 (30.00)	
ระยะห่างจากบ้าน ถึงที่ทำงาน	< 10 กิโลเมตร 22 (73.30)	24 (80.00)	F = .373 .542
	> 10 กิโลเมตร 8 (26.70)	6 (20.00)	
ห้องสำหรับบีบ เก็บนมแม่ในที่ทำงาน	มี 11 (47.30)	9 (30.00)	F = 1.20 .273
	ไม่มี 19 (63.30)	21 (70.00)	

2. หลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยเจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการวิเคราะห์เปรียบเทียบผลต่างคะแนนเฉลี่ย เจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ในระยะก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ผลต่างคะแนนเฉลี่ยเจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ของหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกร้านในระยะก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ของหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกร้านในระยะก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตัวแปร	n	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		D	SD	t	df	p-value
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD					
กลุ่มทดลอง	30	184.40	15.37	205.03	10.29	20.63	9.66			
กลุ่มควบคุม	30	176.97	11.11	180.70	10.71	3.73	4.00	11.689	29	.00

3. หลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานในกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการวิเคราะห์เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ในระยะหลังก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ผลต่างของคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ของหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกร้านในระยะก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (p-value = .024) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ในระยะหลังก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตัวแปร	n	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		D	SD	t	df	p-value
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD					
กลุ่มทดลอง	30	13.43	1.99	14.23	1.30	.80	1.84			
กลุ่มควบคุม	30	12.90	2.36	13.10	2.28	.20	.46	2.37	29	.024

วิจารณ์

ในการวิจัยครั้งนี้สามารถอภิปรายผลการทดลองในประเด็นต่างๆ ได้ดังนี้

1. เจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนหลังการทดลองของหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกร้านในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อธิบายได้ว่า กิจกรรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประกอบด้วย การเปิดโอกาสให้ได้พูดคุย การซักประวัติ ค้นหาเจตคติเดิม ความรู้ ความเชื่อ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และให้ความรู้ คำแนะนำต่างๆ ในการวางแผนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การแสวงหาข้อมูลทางเลือกที่เอื้อต่อวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากแหล่งข้อมูลและแนวปฏิบัติต่างๆ ร่วมกันกับการส่งเสริมให้คล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับการทำงานนอกร้านให้ประสบความสำเร็จ จะช่วยให้หญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกร้านเกิดความเชื่อว่าจะได้รับผลทางบวก ก็จะมีแนวโน้มที่จะมีเจตคติที่ดีต่อสิ่งนั้น โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จึงทำให้หญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกร้านเข้าใจและมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นำไปสู่การปรับเปลี่ยนและส่งเสริมเจตคติใหม่ที่ดีในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นำไปสู่ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ในระยะตั้งครรภ์ สอดคล้องกับทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน¹⁷ ที่กล่าวว่า เจตคติต่อพฤติกรรมเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อความตั้งใจหรือเจตนาในการที่จะแสดงพฤติกรรม และสอดคล้องกับการศึกษาของเปอร์เซตและเมซิงเจอร์¹⁵ ที่พบว่า เจตคติมีความสัมพันธ์กับความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนหลังการทดลองของหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกร้านในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อธิบายได้ว่า เมื่อมีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเสริมสร้างจาก 3 วิธีการซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน¹⁷ ที่กล่าวไว้ ได้แก่ เจตคติต่อพฤติกรรม การคล้อยตามครอบครัวหรือกลุ่มบุคคลอ้างอิง การรับรู้การควบคุมพฤติกรรม การส่งเสริมให้เกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั้ง 3 วิธี เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลให้เกิดการทำนายที่จะกระทำพฤติกรรมมีความตั้งใจสูงขึ้น โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นี้ได้ส่งเสริมให้เกิดเจตคติทางด้านบวกและร่วมกับการส่งเสริมให้คล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ได้แก่ ญาติหรือสามี หากหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกร้านมีความเชื่อว่าญาติหรือสามีเห็นด้วยกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

หญิงตั้งครรภ์ก็มีแนวโน้มที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ด้วยสอดคล้องกับงานวิจัยของจิราพร วงศ์ใหญ่และคณะ¹⁸ การให้ความรู้ ได้ฝึกการจัดทำให้นมบุตรจำลองอย่างถูกวิธีเป็นการเริ่มต้นกระตุ้นให้น้ำนมมา โดยได้รับอิทธิพลจากประสบการณ์ของตัวแบบที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ว่าสามารถทำได้ และถ้าหญิงตั้งครรภ์มีความเชื่อว่าตัวเองก็สามารถทำได้ ทำให้เกิดการรับรู้การควบคุมพฤติกรรม หรือรับรู้ว่าจะสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเป็นไปได้สูง มีการวางแผนหาทางลดอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขณะทำงาน จึงเกิดเจตนาหรือตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และได้นำวิธีทัศนทางโปรแกรมไลน์ไปทบทวน ศึกษาด้วยตนเองและบอกแหล่งให้คำปรึกษาและสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะช่วยเพิ่มการรับรู้ของมารดาว่าสามารถทำได้ ถ้าหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้านมีความเชื่อว่าตัวเองสามารถทำได้ก็จะตั้งใจว่าสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน สอดคล้องกับงานของวรรณวิมล วิเชียรฉายและคณะ²⁰ ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง การรับรู้แรงสนับสนุนของสังคมที่ดี ย่อมมีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนมากขึ้น จึงทำให้หญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้านที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับไรเซอร์²¹ ที่พบว่าโปรแกรมให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยทฤษฎีวางแผนพฤติกรรม สามารถทำให้เกิดความตั้งใจด้านบวกในกลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุม

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติทางการพยาบาล ในการให้ความรู้ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พยาบาลผดุงครรภ์ควรให้ความสำคัญกับกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ที่ทำงานนอกบ้าน และนำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้และเผยแพร่ให้บุคลากรทางสุขภาพในหน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องนำไปประยุกต์ใช้เพื่อสร้างเจตคติทางบวก ให้เกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ด้านการบริหารการพยาบาล ผู้บริหารการพยาบาล ควรสนับสนุนจัดสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้าน อาทิ เช่น จัดให้มีสถานที่สำหรับสืบค้นข้อมูลส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จัดหาอุปกรณ์ต่างๆ เพื่อให้เตรียมไว้ใช้หลังคลอด

เช่น หมอนสำหรับให้นมบุตร ถูเก็บน้ำนม เป็นต้น เพื่อให้มีเจตคติและความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว นำไปสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

3. ด้านการศึกษาพยาบาล ในด้านการเรียนการสอนการฝึกปฏิบัติ อาจารย์สามารถนำหลักการแนวคิดในโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปใช้ให้สอดคล้องในการนิเทศนักศึกษาพยาบาล เพื่อให้สามารถนำองค์ความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ทำงานนอกบ้านได้อย่างเหมาะสม

เอกสารอ้างอิง

1. Kramer MS, Aboud F, Mironova E, Vanilovich I, Platt RW, Matush L, et al. Breastfeeding and child cognitive development: new evidence from a large randomized trial. *Arch Gen Psychiatry* 2008 ; 65(5) : 578-84.
2. Ladomenou F, Moschandreas J, Kafatos A, Tselentis Y, Galanakis E. Protective effect of exclusive breastfeeding against infection during infancy: a prospective study. *Archive of Disease in Childhood* 2010 ; 95(12) : 1004-8.
3. WHO. Maternal and perinatal health. WHO Newsletter [Internet]. 2010 [cited 2016 Jan 6]. Available from: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/maternal/maternal_perinatal/en/.
4. มานี ปิยะอนันต์, ศรีสวาท บุญยะวนิชกุล, ภัสรา หากุหลาบ, อุบล สนแจ้. การติดตามการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงที่มาคลอดในโรงพยาบาลศิริราช. *สารศิริราช* 2548 ; 57 : 8-13.
5. สุสันหา ยิ้มแย้ม. ปัจจัยทางด้านสังคมเศรษฐกิจ วัฒนธรรมและนโยบายที่มีผลต่อการปฏิบัติการณ์นมมารดาแก่บุตรในมารดาที่ทำงานในเขตจังหวัดเชียงใหม่. เชียงใหม่ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ; 2545.
6. Adams C, Berger R, Conning P, Cruikshank L, Dore K. Breastfeeding trends at a community breastfeeding center: an evaluative survey. *JOGN Nurs* 2001 ; 30 : 392-400.

7. Ryan AS, Wenjun Z, Acosta A. Breastfeeding continues to increase into the new millennium. *Pediatrics* 2002 ; 110(6) : 1103–9.
8. ประภาพร วิสารพันธ์. ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่ออัตราและระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเตียวในมารดาที่ทำงานนอกบ้าน [วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก, บัณฑิตวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล ; 2551.
9. พรวิมล ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา. ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อ ระยะเวลา และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาครรภ์แรกทำงานนอกบ้าน [วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติครอบครัว, บัณฑิตวิทยาลัย, ชลบุรี : มหาวิทยาลัยบูรพา ; 2552.
10. กัลยาณี มูลแก้ว, จรัสศรี ธีระกุลชัย. ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มในการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาต่ออัตราและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเตียวของสตรีที่ทำงานนอกบ้านในเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารการพยาบาล* 2552 ; 11 : 55–66.
11. พรนภา ตั้งสุขสันต์, เอ็มพร รตินธร. ประสิทธิภาพและปัจจัยเชิงบริบทที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเตียวในมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา. *วารสารพยาบาลศาสตร์* 2554 ; 29 : 52–63.
12. อรทัย บัวคำ, นิตยา ลินสุกใส, เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร, กรรณิการ์ วิจิตรสุคนธ์. ผลของโครงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเตียว 4 เดือนในมารดาที่มีบุตรคนแรก: โรงพยาบาลอำนาจเจริญ. *วารสารพยาบาลศาสตร์* 2550 ; 25 : 62–75.
13. Forster DA, McLachlan HL. Women's views and experiences of breastfeeding: positive, negative or just good for the baby?. *Midwifery* 2010 ; 26 : 116–25.
14. Meedya S, Fahy K, Kable A. Factors that positively influence breastfeeding duration to 6 months: a literature review. *Women Birth* 2010 ; 23(4) : 135–45.
15. Persad MD, Mensinger JL. Maternal breastfeeding attitudes: association with breastfeeding intent and socio-demographics among urban primiparas. *J Community Health* 2008 ; 33(2) : 53–60.
16. พรนภา ตั้งสุขสันต์. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในสตรีตั้งครรภ์. *วารสารพยาบาลสาธารณสุข* 2554 ; 25 : 103–18.
17. Ajzen I. The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 1991 ; 50(2) : 179–211.
18. จิราพร วงศ์ใหญ่, ลาวัลย์ สมบูรณ์, กรรณิการ์ กันธะรักษา. ปัจจัยทำนายความตั้งใจเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเตียวของสตรีตั้งครรภ์. *พยาบาลสาร* 2554 ; 38 : 17–26.
19. Munro BH. *Nursing research statistical methods*. Philadelphia : Lippincott Williams & Wilkins ; 2001.
20. วรณวิมล วิเชียรฉาย, ทิพวรรณ ลิ้มประไพพงษ์, จันทราศเสาวรส. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเตียวนาน 6 เดือนหลังคลอดของหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ ณ โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้าจันทบุรี* 2550 ; 18 : 1–13.
21. Ryser FG. Breastfeeding attitudes, intention, and initiation in low-income women: the effect of the best start program. *Journal of Human Lactation* 2004 ; 20(3) : 300–5.