



อิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์และพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น*

สุภาภรณ์ นันตา พย.ม.**

พรรณพิไล ศรีอาภรณ์ ปร.ด.***

บังอร ศุภวิทิตพัฒนา ปร.ด.****

บทคัดย่อ

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสำคัญต่อมารดาวัยรุ่น พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมจะส่งผลให้มารดาวัยรุ่นมีภาวะสุขภาพดี และป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นในระยะหลังคลอด การวิจัยเชิงพรรณนาหาความสัมพันธ์ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่าง เป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอด อายุระหว่าง 13 – 19 ปี ที่มาใช้บริการตรวจสุขภาพหลังคลอดที่โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ โรงพยาบาลพะเยา และโรงพยาบาลลำพูน ระหว่างเดือนเมษายน ถึง เดือนกันยายน พ.ศ. 2560 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด จำนวน 85 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น ของเจิตนภา แสงสว่าง บังอร ศุภวิทิตพัฒนา และพรรณพิไล ศรีอาภรณ์ แบบสอบถามอิทธิพลระหว่างบุคคลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น และแบบสอบถามอิทธิพลของสถานการณ์ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น ที่พัฒนาโดย สุภาภรณ์ นันตา พรรณพิไล ศรีอาภรณ์ และบังอร ศุภวิทิตพัฒนา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษาโดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

ผลการวิจัย พบว่า อิทธิพลระหว่างบุคคลของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 98.12$, S.D. = 12.18) อิทธิพลของสถานการณ์ของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 68.34$, S.D. = 8.82) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 150.13$, S.D. = 15.81) อิทธิพลระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับสูงกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .658$, $p < .01$) อิทธิพลของสถานการณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .466$, $p < .01$)

ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการวางแผนการพยาบาลที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น

คำสำคัญ: อิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น

*วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการผดุงครรภ์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

**นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการผดุงครรภ์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

***รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

****ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



Interpersonal Influences, Situational Influences, and Health Promoting Behaviors of Adolescent Mothers*

Supaporn Nunta M.N.S.**

Punpilai Sriarporn PhD***

Bungorn Supavititpatana PhD****

Abstract

Health promotion behaviors are important to adolescent mothers. Proper health promotion results in good health for adolescent mothers and prevent complications that may occur during the postpartum period. The purpose of this descriptive correlational research was to determine the relationship between interpersonal influences, the influence of situation and health promoting behaviors of adolescent mothers. The subjects were selected by purposive sampling including 85 postpartum adolescent mothers from the age of 13 to 19 who had a postpartum check-up at Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital, Health Promotion Hospital, Health Promotion Center Region 1, Chiang Mai, Phayao Hospital and Lamphun Hospital from April to September 2017. The research instruments consisted of Personal Data Record Form, The Health Promoting Behaviors among Adolescent Mothers Questionnaire developed by Juadnapa Sangsawang, Bungorn Supavititpatana, and Punpilai Sriarporn, The Interpersonal Influence of Adolescent Mothers Questionnaire, and The Influence of Situation of Adolescent Mothers Questionnaire developed by Supaporn Nunta, Punpilai Sriarporn, and Bungorn Supavititpatana. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's product moment correlation coefficient.

The results showed that interpersonal influences of the sample was at a high level ($\bar{X} = 98.12$, S.D. = 12.18). Situational Influences of the sample was at a high level ($\bar{X} = 68.34$, S.D. = 8.82). Health promoting behaviors of the sample were at a high level ($\bar{X} = 150.13$, S.D. = 15.81). Interpersonal influences had a high positive correlation with the health promoting behaviors of adolescent mothers at a statistically significant ($r = .658$, $p < .01$). Influence of the situation had a moderate positive correlation with the health promoting behaviors of adolescent mothers at a statistically significant ($r = .466$, $p < .01$).

The results of this study can be used as baseline data for planning effective nursing care to promote health behaviors of adolescent mothers.

Keywords: Interpersonal Influences, Situational Influences, Health Promoting Behaviors of Adolescent Mothers

*Thesis of Master of Nursing Science in Midwifery, Faculty of Nursing, Chiang Mai University.

**Student of Master of Nursing Science in Midwifery, Faculty of Nursing, Chiang Mai University.

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

****Assistant Professor, Faculty of Nursing, Chiang Mai University.



บทนำ

การเป็นมารดาวัยรุ่นเป็นการเปลี่ยนแปลงในชีวิตที่อาจก่อให้เกิดภาวะวิกฤติที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เนื่องจากวัยรุ่นเป็นช่วงต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการเจริญเติบโตที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว และพัฒนาการของวัยรุ่นที่ยัง 'ไม่สมบูรณ์' เมื่อวัยรุ่นก้าวสู่การเป็นมารดา นอกจากต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในระยะหลังคลอดแล้ว มารดาวัยรุ่นยังต้องปรับตัวเข้าสู่บทบาทการเป็นมารดา อีกทั้งยังต้องมีความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเองหลังคลอด แต่เนื่องจากวัยรุ่นยังขาดความพร้อมทางวุฒิภาวะ ขาดความรู้ และประสบการณ์ จึงส่งผลให้มารดาวัยรุ่นเกิดการตัดสินใจกระทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมภายหลังคลอดได้ ปัจจุบันพบว่า การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นยังเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นทั่วโลก พบอัตราการตั้งครรภ์และคลอดในสตรีวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 15 - 19 ปี จำนวน 16 ล้านคนต่อปี เฉลี่ยทั่วโลก 50 รายต่อสตรีวัยรุ่น 1,000 ราย¹ สำหรับประเทศไทย พบว่าในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา อัตราการตั้งครรภ์และคลอดในสตรีวัยรุ่นในปี พ.ศ. 2555 จำนวน 53.4 รายต่อสตรีวัยรุ่น 1,000 ราย และในปี พ.ศ. 2559 จำนวน 42.5 รายต่อสตรีวัยรุ่น 1,000 ราย ซึ่งแนวโน้มที่ลดลง เมื่อเทียบกับร้อยละการคลอดในสตรีวัยผู้ใหญ่ พบว่า จำนวนมารดาวัยรุ่นมีการคลอดบุตร ในปี พ.ศ. 2559 ร้อยละ 14.2 ซึ่งยังสูงกว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้ ที่ร้อยละ 10² อีกด้วย

ระยะหลังคลอดเป็นอีกช่วงเวลาหนึ่งที่สำคัญโดยเฉพาะ 6 สัปดาห์หลังคลอด พบมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายในมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ซึ่งคล้ายคลึงกับมารดาผู้ใหญ่ แต่ในมารดาวัยรุ่น มีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนได้มากกว่า การตั้งครรภ์ในวัยผู้ใหญ่ เช่น ภาวะโลหิตจาง การตกเลือดหลังคลอด การติดเชื้อที่แผลฝีเย็บ ภาวะทุพโภชนาการ เป็นต้น^{3,4} นอกจากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ยังมีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์จิตใจ มีการปรับตัวต่อบทบาทหน้าที่ใหม่ ทำให้มีความไม่สมดุลของสภาพอารมณ์เกิดขึ้น ประกอบกับ มารดาวัยรุ่นยังมีพัฒนาการทางด้านอารมณ์จิตใจที่ไม่สมบูรณ์ ขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ และขาดประสบการณ์ ทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล และมีความรู้สึกทางลบต่อการมีบุตร มีแนวโน้มเกิดภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น⁵ อีกทั้งยังพบว่า การตั้งครรภ์ส่วนใหญ่เกิดจากความไม่พร้อม ทำให้มารดาวัยรุ่นต้องแยกออกจากกลุ่มเพื่อน

ครอบครัว เกิดความอับอาย และส่วนใหญ่ต้องลาออกจากสถานศึกษา มีโอกาสในการเลือกงานได้น้อยลง ไม่สามารถหาอาชีพที่มีรายได้ดี เกิดความไม่เพียงพอต่อการใช้จ่าย และต้องพึ่งพาบิดามารดา⁶ ได้

ดังนั้น มารดาวัยรุ่นควรมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องเพื่อให้เกิดภาวะสุขภาพที่ดี ตามแนวทางการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ เมอร์ด็อก และพาร์สัน⁷ ที่กล่าวว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เป็นการกระทำที่นำไปสู่การปรับภาวะสุขภาพเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี โดยกำหนดพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ 6 ด้าน คือ 1) ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ 2) การเคลื่อนไหวร่างกาย 3) โภชนาการ 4) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 5) การพัฒนาทางจิตวิญญาณ และ 6) การจัดการความเครียดจากการทบทวนวรรณกรรม พบปัญหาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง และส่งผลถึงสุขภาพของมารดาวัยรุ่น โดยพบว่า มารดาวัยรุ่นมีการติดเชื้อที่แผลฝีเย็บได้บ่อยที่สุดถึงร้อยละ 5⁸ มีเพศสัมพันธ์ก่อน 6 สัปดาห์หลังคลอด ร้อยละ 43⁹ และการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่มีการป้องกัน ยังส่งผลให้มีการตั้งครรภ์ซ้ำ ร้อยละ 42¹⁰ มารดาวัยรุ่นบางรายมีการจำกัดการรับประทานอาหาร เนื่องจากกลัวการเพิ่มขึ้นของน้ำหนักหลังคลอด¹¹ มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่มีการออกกำลังกายในระยะหลังคลอด ร้อยละ 62¹² บางรายประสบปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว ร้อยละ 90 ไม่สามารถหาอาชีพที่มีรายได้ที่เพียงพอ เกิดภาวะพึ่งพาบิดามารดา รวมถึงการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม จึงทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพจิต และมีโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าในระยะ 1 - 3 เดือนหลังคลอดได้ ร้อยละ 53¹⁰ จากปัญหาดังกล่าว ส่งผลกระทบต่อมารดาวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ซึ่งเป็นสิ่งที่บุคลากรทีมสุขภาพควรให้การส่งเสริม เพื่อให้มารดาวัยรุ่นมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องต่อไป

การที่บุคคลจะมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้นั้นขึ้นอยู่กับ ปัจจัยหลัก 3 ประการ⁷ ได้แก่ 1) คุณลักษณะส่วนบุคคล และประสบการณ์ของบุคคล 2) ปัจจัยด้านสติปัญญาและความรู้สึกที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรม และ 3) ปัจจัยด้านผลลัพธ์ของพฤติกรรม โดยปัจจัยที่มีความสำคัญ และสามารถสร้างแรงจูงใจที่จะนำไปสู่การปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องได้ คือ ปัจจัยด้านสติปัญญาและความรู้สึกที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรม ประกอบด้วย การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรม การรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรม การรับรู้สมรรถนะแห่งตน กิจกรรม



และความเกี่ยวเนื่องผลที่ได้ อิทธิพลระหว่างบุคคล และ อิทธิพลของสถานการณ์ ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาได้มีการศึกษาค้นคว้าน้อยและเป็นการศึกษามาเป็นระยะเวลามากกว่า 15 ปี ผลการศึกษาดังกล่าวอาจไม่สามารถนำมาใช้ในการอ้างอิงได้อย่างเหมาะสมกับบริบทของมารดาวัยรุ่นในปัจจุบัน เพื่อให้การศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นมีความครอบคลุมตามกรอบแนวคิดของ เพนเดอร์ และคณะ⁷ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา ปัจจัยอิทธิพลระหว่างบุคคล และอิทธิพลของสถานการณ์ ซึ่งเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญที่เกิดจากการงูใจจากบุคคลรอบข้าง และสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ที่อาจมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น

อิทธิพลระหว่างบุคคล เป็นการรับรู้และความรู้สึกนึกคิดของมารดาวัยรุ่นต่อความเชื่อ ทศคติ ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นที่ได้รับจาก ครอบครัว เพื่อน และเจ้าหน้าที่สุขภาพ อิทธิพลระหว่างบุคคล ประกอบด้วย 1) บรรทัดฐานทางสังคม 2) การสนับสนุนทางสังคม และ 3) การเป็นแบบอย่าง ซึ่งทั้ง 3 องค์ประกอบนี้เป็นกลยุทธ์ที่สำคัญของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยตรง⁷ ในการให้แรงจูงใจจากบุคคลรอบข้างเพื่อให้มารดาวัยรุ่นใส่ใจต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้อง ดังการศึกษาของตรีพร ชุมศรี¹³ ที่พบว่า อิทธิพลระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์วัยรุ่นภาคใต้ โดยได้รับความช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสารจากสมาชิกในครอบครัวและเจ้าหน้าที่ทางการแพทย์ และจากการศึกษาของ สุภา อินทร¹⁴ พบว่า อิทธิพลของครอบครัว ได้แก่ สามี บุตร บิดา และมารดา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ใหญ่วัยกลางคน

อิทธิพลของสถานการณ์ เป็นการรับรู้และความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับสถานการณ์หรือบริบทที่เอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรมหรือเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น อิทธิพลของสถานการณ์ ได้แก่ 1) ทางเลือกที่เหมาะสม 2) คุณลักษณะของความ ต้องการ และ 3) ลักษณะของสิ่งแวดล้อม หากบุคคลอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติสวยงามถูกใจจะส่งเสริมให้บุคคลแสดงพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ และบุคคลจะถูกชักจูงให้ปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ดี ในสถานการณ์หรือ

สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม⁷ จากการศึกษาของวรารณ โดเตมศักดิ์¹⁵ พบว่า อิทธิพลด้านสถานการณ์สามารถทำนายพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคเบาหวานได้ร้อยละ 98

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสำคัญต่อมารดาวัยรุ่นและปัจจัยที่สามารถเป็นแรงกระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นหลังคลอดปฏิบัติพฤติกรรมที่เหมาะสมได้นั้น ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย ผู้วิจัยในฐานะพยาบาลผดุงครรภ์ จึงเล็งเห็นความสำคัญในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพให้มีความเหมาะสม โดยศึกษาปัจจัย ได้แก่ อิทธิพลระหว่างบุคคล และอิทธิพลของสถานการณ์ ซึ่งเป็นปัจจัยที่สามารถจัดกระทำ และเป็นแรงจูงใจ ที่สามารถผลักดันให้มารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้อง ผลการศึกษานี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานให้พยาบาลผดุงครรภ์ นำไปใช้ในการวางแผนการปฏิบัติการพยาบาล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่ต้องต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น อิทธิพลระหว่างบุคคล และอิทธิพลของสถานการณ์
- 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาหาความสัมพันธ์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น โดยใช้กรอบแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพของ เพนเดอร์และคณะ⁷ ซึ่งผลลัพธ์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วยพฤติกรรม 6 ด้าน คือ 1) ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ 2) การเคลื่อนไหวร่างกาย 3) โภชนาการ 4) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 5) การพัฒนาทางจิตวิญญาณ และ 6) การจัดการความเครียด และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ อิทธิพลระหว่างบุคคล และอิทธิพลของสถานการณ์ โดย ปัจจัยด้านอิทธิพลระหว่างบุคคล ประกอบด้วย บรรทัดฐานทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และการเป็นแบบอย่าง ปัจจัยด้านอิทธิพลของสถานการณ์ ประกอบด้วย ทางเลือกที่เหมาะสม คุณลักษณะของความ ต้องการ



และลักษณะของสิ่งแวดล้อม ดังนั้น การที่มารดาวัยรุ่นได้รับอิทธิพลระหว่างบุคคลจากครอบครัว เพื่อน หรือบุคลากรทางสุขภาพ และได้รับอิทธิพลของสถานการณ์ที่เหมาะสมในการปฏิบัติตัวหลังคลอด น่าจะมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดได้

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาหาความสัมพันธ์ (descriptive correlational research) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก อายุระหว่าง 13 – 19 ปี ที่มาใช้บริการตรวจสุขภาพหลังคลอด 4 - 6 สัปดาห์ จำนวน 4 แห่ง คือ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ โรงพยาบาลพะเยา และโรงพยาบาลลำพูน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีการเปิดตารางตามอำนาจการวิเคราะห์ทางสถิติ (power analysis) ที่ระดับ 0.05 อำนาจการทดสอบ (level of power) เท่ากับ 0.8 และค่าอิทธิพลการทดสอบระดับกลาง (effect size) เท่ากับ 0.3 ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 85 ราย¹⁶ แบ่งตามสัดส่วนจากโรงพยาบาลทั้ง 4 แห่ง จำนวน 12 ราย 16 ราย 26 ราย และ 31 ราย ตามลำดับ

เครื่องมือที่ใช้การวิจัย ประกอบด้วย 4 แบบสอบถาม ดังนี้ 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่น 2) แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น ผู้วิจัยนำมาจากแบบสอบถามของ เจิตนภา แสงสว่าง บังอร ศุภวิทิตพัฒนา และพรรณพิไล ศรีอารักษ์ ประกอบด้วย ข้อคำถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ 6 ด้าน ทั้งหมด 38 ข้อ 3) แบบสอบถามอิทธิพลระหว่างบุคคลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากกรอบแนวคิดของ เพนเดอร์และคณะ⁷ และจากการทบทวนวรรณกรรม ประกอบด้วย ข้อคำถามทั้งหมด 24 ข้อ แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านบรรทัดฐานทางสังคม ด้านการสนับสนุนทางสังคม และด้านการเป็นแบบอย่าง 4) แบบสอบถามอิทธิพลของสถานการณ์ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากกรอบแนวคิดของ เพนเดอร์ และคณะ⁷ และจากการทบทวนวรรณกรรม ประกอบด้วย ข้อคำถามเชิงบวกทั้งหมด 16 ข้อ

แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านทางเลือกที่เหมาะสม ด้านคุณลักษณะของความต้องการ และด้านลักษณะของสิ่งแวดล้อม โดยเครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (content validity index [CVI]) ได้เท่ากับ 1.00 ทั้ง 2 แบบสอบถาม จากนั้นนำไปทดลองใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด จำนวน 10 ราย ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค ทั้ง 2 แบบสอบถาม เท่ากับ .89 และ .89 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด ที่คลินิกวางแผนครอบครัว โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ แผนกวางแผนครอบครัว โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ แผนกผู้ป่วยนอก นรีเวชกรรม โรงพยาบาลพะเยา และแผนกตรวจหลังคลอด โรงพยาบาลลำพูน ในวันที่มีบริการตรวจหลังคลอด โดยการแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามและลงนามในเอกสารยินยอม และให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ทั้งหมด 4 แบบสอบถาม โดยใช้เวลา ใช้เวลาประมาณ 20 – 30 นาที

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ผลทางสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่น อิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น ใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2) วิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Product Correlation Coefficient) เนื่องจากข้อมูลมีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ จากการทดสอบการกระจายของข้อมูลด้วยสถิติโคลโมโกรอฟ-สเมียร์นอฟ (Kolmogorov-Smirnov Test)

จริยธรรมการวิจัย โครงการวิจัยได้รับการรับรองจากคณะกรรมการ จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และได้รับอนุมัติจากโรงพยาบาลทั้ง 4 แห่ง ได้แก่ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ โรงพยาบาลพะเยา และโรงพยาบาลลำพูน ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยผู้วิจัยเข้าพบผู้ที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการเก็บรวบรวม



ข้อมูล และตอบข้อสงสัยให้อิสระในการตอบรับหรือปฏิเสธ การเข้าร่วมการวิจัยและผู้วิจัยให้ผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่าง ที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี และกลุ่มตัวอย่างเช่นเอกสารยินยอม ในการเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยยึดหลักการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง และจัดเตรียมห้องที่เป็นสัดส่วน ไม่มีเสียงรบกวน และให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ใช้เวลาประมาณ 20-30 นาที ภายหลังจากตอบแบบสอบถามเสร็จเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง เป็นมารดา วัยรุ่นหลังคลอด จำนวน 85 ราย มีอายุระหว่าง 14-19 ปี อายุเฉลี่ยเท่ากับ 18.18 ปี (S.D. = 1.33) กลุ่มอายุที่พบมากที่สุด คือ อายุระหว่าง 18-19 ปี ร้อยละ 61.20 นับถือศาสนา พุทธ ร้อยละ 95.30 สถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 83.50 ระดับ การศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 36.50 มีอาชีพ แม่บ้าน (ดูแลบ้าน เลี้ยงดูบุตร) ร้อยละ 70.60 รายได้เฉลี่ย ของครอบครัวต่อเดือนน้อยกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท ร้อยละ 71.80 มีความเพียงพอของรายได้แต่ไม่มีเงิน เหลือเก็บ ร้อยละ 65.90 ลักษณะครอบครัวเป็นแบบ ครอบครัวขยาย ร้อยละ 64.70 ไม่มีการวางแผนการตั้งครรภ์ ร้อยละ 69.40 และบุคคลที่ให้การช่วยเหลือแนะนำ การปฏิบัติตัวหลังคลอดบุตร ส่วนใหญ่เป็นสมาชิกใน ครอบครัว (บิดา มารดา พี่ น้อง) ร้อยละ 71.80

2. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่น กลุ่ม ตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 150.13$, S.D. = 15.81) เมื่อ

พิจารณารายด้าน พบว่า มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อยู่ใน ระดับมาก ได้แก่ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ($\bar{X} = 30.67$, S.D. = 4.36) ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย ($\bar{X} = 18.63$, S.D. = 3.53) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ($\bar{X} = 27.93$, S.D. = 4.11) ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ($\bar{X} = 18.44$, S.D. = 3.36) และด้านการจัดการความเครียด ($\bar{X} = 25.18$, S.D. = 3.23) ส่วน ด้านโภชนาการ อยู่ในระดับปาน กลาง ($\bar{X} = 24.85$, S.D. = 3.46) ตามลำดับ

3. อิทธิพลระหว่างบุคคล กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ย โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 98.12$, S.D. = 12.18) เมื่อ พิจารณารายด้านทั้ง 3 ด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านบรรทัดฐานทางสังคม ($\bar{X} = 36.85$, S.D. = 4.77) ด้านการสนับสนุนทางสังคม ($\bar{X} = 36.39$, S.D. = 5.62) และ ด้านการเป็นแบบอย่าง ($\bar{X} = 24.88$, S.D. = 3.33) ตามลำดับ

4. อิทธิพลของสถานการณ์ กลุ่มตัวอย่างมีคะแนน เฉลี่ย โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 68.34$, S.D. = 8.82) เมื่อพิจารณารายด้านทั้ง 3 ด้าน พบว่าทุกด้านอยู่ในระดับ มาก ได้แก่ ด้านทางเลือกที่เหมาะสม ($\bar{X} = 24.08$, S.D. = 4.23) ด้านคุณลักษณะของความต้องการ ($\bar{X} = 22.32$, S.D. = 3.05) และด้านลักษณะของสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 21.94$, S.D. = 2.71) ตามลำดับ

5. อิทธิพลระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์ทางบวก ระดับสูงกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .658$, $p < .01$) และอิทธิพลของ สถานการณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ($r = .466$, $p < .01$) ตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันระหว่างอิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง (n=85)

ตัวแปร	อิทธิพลระหว่างบุคคล	อิทธิพลของสถานการณ์	พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ
อิทธิพลระหว่างบุคคล	1.000	-	-
อิทธิพลของสถานการณ์	.738**	1.000	-
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	.658**	.466**	1.000

หมายเหตุ. ** $p < .01$



การอภิปรายผล

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดโดยรวม อยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ในระยะ 4-6 สัปดาห์หลังคลอดที่เหมาะสม มีการปฏิบัติกิจกรรมที่มีผลดีต่อสุขภาพในระยะหลังคลอดจนเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิต ดังที่เพนเดอร์และคณะ⁷ กล่าวว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เป็นการกระทำที่นำไปสู่การปรับภาวะสุขภาพ เพื่อให้มีสุขภาพที่ดีทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีอายุระหว่าง 18-19 ปี ร้อยละ 61.20 ซึ่งเป็นวัยรุ่นตอนปลาย เป็นช่วงวัยที่มีความเจริญเติบโตของเซลล์สมองอย่างเต็มที่ มีพัฒนาการด้านสติปัญญา และทักษะด้านความคิดพัฒนาเพิ่มมากขึ้น สามารถคิดวิเคราะห์ และการแก้ไขปัญหาได้ตามแนวคิดทฤษฎีของเพียเจท์¹⁷ ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ของวัยรุ่นอยู่ในช่วงที่เรียกว่า การคิดขั้นปฏิบัติการ วัยรุ่นจะมีความคิดในสิ่งที่เป็นามธรรม มีพื้นฐานการคิดใกล้เคียงกับวัยผู้ใหญ่ ประกอบกับกลุ่มตัวอย่างมีระดับการศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นขึ้นไป ร้อยละ 76.50 ทำให้กลุ่มตัวอย่างได้รับความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพตามโครงสร้างหลักสูตรจากสถานศึกษา ส่งผลให้เกิดการพัฒนาความรู้ทักษะในการคิดอ่านอย่างมีเหตุผล และรู้จักแสวงหาข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ที่มีอยู่⁵ ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีกระบวนการคิดและการตัดสินใจในการเลือกปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เพื่อก่อให้เกิดผลดีต่อตนเองและบุตร

จากการพิจารณาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นรายด้าน ทั้ง 6 ด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรับผิดชอบต่อสุขภาพและการเคลื่อนไหวร่างกาย อยู่ในระดับมาก อธิบายได้ว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย (ร้อยละ 61.20) เป็นวัยที่มีการพัฒนาด้านสติปัญญา และพัฒนาการด้านอารมณ์จิตใจพร้อมเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ มีพฤติกรรมที่เอาใจใส่ต่อสุขภาพของตนเอง และเป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกายอย่างรวดเร็ว เทียบเท่ากับวัยผู้ใหญ่¹⁸ สามารถปฏิบัติกิจกรรมได้คล่องแคล่ว และมีการเคลื่อนไหวร่างกายได้ตลอดเวลา ดังนั้น การทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเอง รวมทั้งการออกกำลังกาย ในระยะหลังคลอด จึงเป็นพฤติกรรมที่มารดาวัยรุ่นสามารถทำได้ เพื่อทำให้ร่างกายฟื้นคืนสู่สภาพเดิมและป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจตามมาได้ สอดคล้องกับการศึกษาของมัลลีย์ ส้าราญจิตต์¹⁹ และ เจิตนภา แสงสว่าง²⁰ ที่พบว่า

มารดาวัยรุ่นมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านความรับผิดชอบต่ออยู่ในระดับมาก เช่นเดียวกัน ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล พบว่า มารดาวัยรุ่นมีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นตอนปลาย ที่มีการพัฒนาการทางสังคม และการปรับตัวเพื่อเตรียมความพร้อมในการเป็นผู้ใหญ่ สามารถแสดงออกทางสังคมและรักษาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลได้อย่างเหมาะสม¹⁸ นอกจากนี้แล้วกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยังมีสถานภาพสมรสอยู่ ร้อยละ 83.50 และอาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย ร้อยละ 64.70 ทำให้กลุ่มตัวอย่าง ได้รับคำชี้แนะ การสนับสนุน และการช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัว ในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอยู่ในระดับมาก นอกจากนี้แล้วยังพบว่า ด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ และด้านการจัดการความเครียดอยู่ในระดับมาก เช่นเดียวกัน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติพฤติกรรมที่แสดงถึงการมีความเชื่อ มีเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ และการปฏิบัติกิจกรรมตามหลักศาสนกิจของตน จากการที่กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีการนับถือ ศาสนาพุทธ ร้อยละ 95.30 ศาสนาคริสต์ ร้อยละ 3.50 และศาสนาอิสลาม ร้อยละ 1.20 ซึ่งความเชื่อทางศาสนา ทำให้บุคคลมีที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ มีความหวังและมีกำลังใจในการดูแลสุขภาพของตนเอง หากมารดาวัยรุ่นได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านจิตวิญญาณ จะทำให้วัยรุ่นเข้าใจบทบาทการดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย แม้ว่ามารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีโอกาสดเกิดความเครียด และความวิตกกังวลได้ จากการขาดความรู้ และประสบการณ์ แต่พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ได้รับการสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว (ร้อยละ 64.70) จากคู่สมรส (ร้อยละ 83.50) และบุคลากรทางสุขภาพ (ร้อยละ 23.50) ทำให้กลุ่มตัวอย่าง มีการระบายความรู้สึกด้วยการพูดคุย ฟ่อนคลายจิตใจ และจากพัฒนาการด้านสติปัญญาของวัยรุ่นที่มีความสามารถในการคิดและการใช้เหตุผลเพิ่มมากขึ้น ทำให้มารดาวัยรุ่นสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีมากขึ้น และสามารถจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้นได้

แต่สำหรับด้านโภชนาการ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง อธิบายได้ว่ากลุ่มตัวอย่างขาดความระมัดระวัง ในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และขาดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับโภชนาการภายหลังคลอดที่ไม่ถูกต้อง การมีความ



เชื่อเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวหลังคลอด เช่น การจำกัดอาหาร บางชนิดขณะอยู่ไฟ หรือรับประทานผัก ผลไม้ และไข่ เป็นต้น¹² ประกอบกับวัยรุ่นเป็นช่วงแห่งการเรียนรู้ การเลียนแบบ และอยากลองทำตามค่านิยม และสื่ออินเทอร์เน็ต เช่น การรับประทานอาหารจานด่วนแบบตะวันตก ได้แก่ แฮมเบอร์เกอร์ หรือขนมขบเคี้ยว¹¹ มารดาวัยรุ่นบางรายมีการจำกัดการรับประทานอาหาร เนื่องจากกลัวการเพิ่มขึ้นของน้ำหนักหลังคลอด นอกจากนี้วัยรุ่นมักจะเน้นรับประทานอาหารประเภทที่มีไขมันและน้ำตาลสูง เช่น อาหารจานด่วน น้ำอัดลม น้ำหวาน เป็นต้น เพราะเป็นอาหารที่หาได้ง่ายและมีราคาถูก¹¹ ส่งผลทำให้มารดาวัยรุ่นมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะทุพโภชนาการได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ เจิตนภา แสงสว่าง²⁰ ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านโภชนาการอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน

อิทธิพลระหว่างบุคคล โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยอิทธิพลระหว่างบุคคลรายด้าน พบว่าทุกด้านอยู่ในระดับมากเช่นกัน อธิบายได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้และมีความรู้สึกนึกคิดต่อความเชื่อ ทศนคติที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพจากครอบครัว เพื่อน และบุคลากรทางสุขภาพ ซึ่งเป็นบรรทัดฐานทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และการเป็นแบบอย่างในการสนับสนุนการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ⁷ อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 61.20 เป็นวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งต้องมีการปรับตัวเพื่อเตรียมความพร้อมเป็นผู้ใหญ่ที่ต้องพึ่งตนเอง และการดูแลตนเอง ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน แต่เนื่องจากเป็นช่วงระยะระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ ทำให้วัยรุ่นยังคงต้องพึ่งพาพ่อแม่ โดยเฉพาะที่อยู่อาศัย ด้านการเงิน และคำแนะนำจากพ่อแม่จะช่วยสร้างความมั่นใจให้กับวัยรุ่นมากขึ้น¹⁸ ร่วมกับกลุ่มตัวอย่างมีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 83.50 และอาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย ร้อยละ 64.70 ซึ่งมารดาวัยรุ่นที่อาศัยอยู่กับสามีจะได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากสามี สอดคล้องกับการศึกษาของ ไชยาไรและคณะ²¹ ที่พบว่า มารดาหลังคลอดที่มีสถานภาพสมรสคู่ มีแนวโน้มที่จะมีการแสวงหาวิธีการส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากได้รับกำลังใจจากคู่สมรส และการที่กลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่กับมารดา ย่อมที่จะได้รับการช่วยเหลือจากมารดาได้เป็นอย่างดี และจะเห็นแบบอย่างจากมารดาของตนเอง ดังการศึกษาของ มาลัย สารณูจิตต์¹⁹ ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมมาจาก

สามี รองลงมา ได้แก่ สมาชิกในครอบครัว และญาติพี่น้อง และการศึกษาของตรีพร ชุมศรี¹³ พบว่า หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นได้รับอิทธิพลระหว่างบุคคล ในด้านการได้รับความช่วยเหลือ ในระยะตั้งครรภ์ การได้รับความรู้จากสมาชิกในครอบครัว และเจ้าหน้าที่ทางการแพทย์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าบรรทัดฐานทางสังคม การได้รับความช่วยเหลือด้านอุปกรณ์และการได้รับกำลังใจจากคนในครอบครัว กลุ่มเพื่อน และบุคลากรทางสุขภาพ รวมถึงการได้เรียนรู้แบบอย่างจากบุคคลอื่น เป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ของมารดาวัยรุ่นเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระยะหลังคลอด

อิทธิพลของสถานการณ์ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาคะแนนอิทธิพลของสถานการณ์รายด้าน พบว่าทุกด้านอยู่ในระดับมาก เช่นกัน อธิบายได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้และมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับสถานการณ์หรือบริบทที่เอื้ออำนวยให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 61.20 เป็นวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งมีทักษะด้านความคิดค่อนข้างเป็นไปในแบบผู้ใหญ่ มีความสามารถในการรับรู้ มีจุดมุ่งหมายในชีวิต¹ ส่งผลทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ถึงทางเลือก หรือความต้องการของตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ในสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมได้ในระยะหลังคลอด และยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่ในบริบทที่เอื้อต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ จากการอาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย ร้อยละ 64.70 และมีบุคคลที่ให้การช่วยเหลือแนะนำการปฏิบัติตัวหลังคลอดบุตร ส่วนใหญ่เป็นสมาชิกในครอบครัว ได้แก่ บิดา มารดา พี่ และน้อง ร้อยละ 71.80 จึงมีโอกาที่จะได้รับความช่วยเหลือในการแบ่งเบาภาระในการเลี้ยงบุตร สอดคล้องกับ เพนเดอร์ และคณะ⁷ ได้กล่าวไว้ว่า ลักษณะของสิ่งแวดล้อมที่ดีหรือสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวจะช่วยสนับสนุนให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ดี

อิทธิพลระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับสูงกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .658, p < .01$) อธิบายได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้และมีความรู้สึกนึกคิดต่อความเชื่อ ทศนคติที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพจากครอบครัว เพื่อน และบุคลากรทางสุขภาพ การมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม ทำให้บุคคลได้รับการสนับสนุนด้านต่างๆ เช่น ข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำ และการตอบ สนองด้านอารมณ์ ทำให้รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าเป็นที่ต้องการ ซึ่งช่วยให้บุคคลมี



ความพร้อมในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ⁷ จากการทบทวนวรรณกรรม ยังไม่พบว่ามีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสองตัวแปรนี้โดยตรง แต่ผลการศึกษาครั้งนี้ ได้ผลเช่นเดียวกับการศึกษาของ ตรีพร ชุมศรี¹³ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้ความสามารถของตนเอง และอิทธิพลระหว่างบุคคลกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นภาคใต้ พบว่า อิทธิพลระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นภาคใต้ ($r = .55, p < .01$) และการศึกษาของ สุภา อินทร¹⁴ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับพฤติกรรมออกกำลังกายของผู้ใหญ่วัยกลางคน พบว่า อิทธิพลของครอบครัว ได้แก่ สามี บุตร บิดาและมารดา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมออกกำลังกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อิทธิพลของสถานการณ์ มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .466, p < .01$) จากการทบทวนวรรณกรรม ยังไม่พบว่ามีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสองตัวแปรนี้โดยตรง แต่พบการศึกษาในกลุ่มอื่นดังการศึกษาของ ธิรารัตน์ ทราญทอง²² ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลสถานการณ์ อิทธิพลระหว่างบุคคล ความมุ่งมั่นต่อการออกกำลังกาย และพฤติกรรมออกกำลังกายของกลุ่มออกกำลังกายในจังหวัดพังงา พบว่า อิทธิพลของสถานการณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความมุ่งมั่นต่อการออกกำลังกายพฤติกรรมออกกำลังกายของสมาชิกกลุ่มออกกำลังกาย ในจังหวัดพังงา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .248, p < .001$) การที่มารดาวัยรุ่นมีการรับรู้และความรู้สึกนึกคิดต่อสถานการณ์หรือบริบทที่เอื้ออำนวยความสะดวก การได้รับการสนับสนุน และการอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีความปลอดภัยและเหมาะสม จะสามารถเป็นแรงจูงใจให้มารดาวัยรุ่นเลือกปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้อย่างเหมาะสม

การศึกษาครั้งนี้สรุปได้ว่า มารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมาก รวมถึงปัจจัยที่ศึกษา ได้แก่ อิทธิพลระหว่างบุคคลและอิทธิพลของสถานการณ์ของมารดาวัยรุ่น อยู่ในระดับมากเช่นกัน และอิทธิพลระหว่างบุคคล อิทธิพลของสถานการณ์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีความสอดคล้องเป็นไปตามแนวคิด

การส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์และคณะ⁷ ที่นำมาใช้เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา ดังนั้น อิทธิพลระหว่างบุคคล และอิทธิพลของสถานการณ์ จึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นได้

ข้อเสนอแนะ

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมีความสำคัญต่อมารดาวัยรุ่น แม้ว่าคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นอยู่ในระดับมาก แต่พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมจะส่งผลให้มารดาวัยรุ่นมีภาวะสุขภาพดี และป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้ควรมีการส่งเสริมเพิ่มมากขึ้นในมารดาวัยรุ่นกลุ่มอื่นๆ เช่น มารดาวัยรุ่นที่ไม่ได้มาฝากครรภ์ หรือฝากครรภ์ไม่ครบตามเกณฑ์ มารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่มีภาวะแทรกซ้อนทางสูติกรรม อายุรกรรม และมารดาวัยรุ่นที่บุตรมีภาวะแทรกซ้อน เป็นต้น และควรมีการศึกษาหาปัจจัยเชิงทำนายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

วิจัยในครั้งนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์สาขาวิชาการผดุงครรภ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ กราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการ หัวหน้าแผนกวางแผนครอบครัว ตลอดจนเจ้าหน้าที่ทุกท่านในโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ โรงพยาบาลลำพูน และโรงพยาบาลพะเยา และขอขอบคุณมารดาวัยรุ่นทุกท่านที่กรุณาให้ความร่วมมือเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้

References

1. Kliegman RM, Stanton BM, Geme JS, Schor NF. Nelson Textbook of Pediatrics 2-Volume Set 20th ed. Philadelphia Saunders Elsevier ; 2015.
2. World Health Organization. World health statistics 2015. [Internet]. 2015 [cited 2017 Jan 10]. Available from: http://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2015/en/
3. Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL, Spong CY, Dashe JS, Hoffman BL, et al. Williams



- obstetrics 24th ed. New York: McGraw-Hill; 2014.
4. Kammeeon S, Rujiraprasert N. Relationship between Maternal Age, Gestational Age, Number of Pregnancies and Fears Associated with Pregnancy and Childbirth in Pregnant Women. *Journal of Nursing and Health Care* 2016; 34(2): 77-86.
 5. Easterbrooks MA, Chaudhuri JH, Bartlett JD, Copeman A. Resilience in parenting among young mothers: Family and ecological risks and opportunities. *Children and Youth Services Review* 2011; 33(1): 42-50.
 6. Khoonphet C. Lifestyles of First-Time Adolescent Mothers [dissertation]. Songkla: Prince of Songkla University; 2014.
 7. Pender NJ, Murdaugh CL, Parsons MA. Health promotion in nursing practice 7th ed. Stamford Connecticut: A Simson & Schuster; 2015.
 8. Pruthwiraj S, Laxmi MR, Shailaja G, Sujata D, Bodhare T, Ipsita M. Outcomes of teenage pregnancy. *Perspectives in Medical Research* [Internet]. 2014 [cited 2016 Dec 1]; 2(1): 11-7. Available from: <https://pimr.org.in/original2.pdf>
 9. Wang RH, Wang HH, Hus MT. Factors Associated with adolescent pregnancy - a sample of Taiwanese female adolescents. *Public Health Nurse* [Internet]. 2003 [cited 2016 Sep 5]; 20: 33-41. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12492823>
 10. Raneri LG, Wiemann CM. Social ecological predictors of repeat adolescent pregnancy. *Pacific Society for Reproductive Health* 2007; 39: 39-47. doi: 10.1363/3903907
 11. Adams L. Health promotion for adolescent mothers. Nutrition and the Pregnant Adolescent—A Practical Reference Guide. Minneapolis, Minnesota: Division of Epidemiology, School of Public Health [Internet]. 2000 [cited 2016 Sep 25]; 213-220. Available from: http://www.epi.umn.edu/let/pubs/img/NMPA_preface.pdf
 12. Sukimanin U. The relationships between self-care practice and health status of the adolescent mothers in their postpartum period [dissertation]. Khon kaen: Khon kaen University; 1998.
 13. Chumsri T. Relationships between personal factors, perceived benefits, perceived barriers, perceived self-efficacy, Interpersonal influences and health promoting behaviors of southern pregnant adolescents [dissertation]. Bangkok: Chulalongkorn University; 2005.
 14. Intorn S. Relationships between selected factors and exercise behaviors of middle aged adult in Nakorn sawan province [dissertation]. Bangkok: Chulalongkorn University; 2003.
 15. Totemsuck V. The study of perceived benefits and situational influences to exercise behavior in the elderly with diabetes mellitus [dissertation]. Nakhon Pathom: Mahidol University; 1999.
 16. Polit DF, Lake E. Statistics and data analysis for nursing research. Boston: Pearson; 2010
 17. Piaget J. The theory of stages in cognitive development. In Steinberg L. *Adolescence* 11th ed. New York: McGraw-Hill; 2017.
 18. Steinberg L. *Adolescence* 11th ed. New York: McGraw-Hill; 2017.
 19. Sumranjit M. Social support and health-promoting behaviors of adolescent in postpartum mothers [dissertation]. Nakhon Pathom: Mahidol University; 1997.
 20. Sangsawang J. Factors related to health promoting behaviors among adolescent mothers [dissertation]. Chiang mai: Chiang mai University; 2016.
 21. Dibari JN, Yu SM, Chao SM, Lu MC. Use of postpartum care: Predictors and barriers. *Journal Pregnancy*. 2014; 1: 1-8. doi.org/10.1155/2014/530769
 22. Saithong T. Relationships among Situational Influences, Interpersonal Influences, Commitment to Exercise and Exercise Behavior of Exercise Group Members in Phang-nga Province [dissertation]. Songkla: Prince of Songkla University; 2004.