

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อย่างเดียวในมารดาทำงานนอกบ้าน

บทความวิจัย

วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ
Journal of Nursing Science & Health
ปีที่ 37 ฉบับที่ 1 (มกราคม-มีนาคม) 2557
Volume 37 No.1 (January-March) 2014

The Effect of a Planned Behavior Program on Exclusive Breastfeeding Behavior Among Working Mothers

วรสชล พิเชียรวิลโล่ พย.ม.* นิลาวรรณ ฉันทะปรีดา ปส.ด. (การพยาบาล)**
Wassachol Pichianwilai MSN* Nilawarn Chanthapreeda Ph.D. (Nursing)**

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในมารดาทำงานนอกบ้าน กลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาทำงานนอกบ้านหลังคลอดครั้งแรก คลอดบุตรทางช่องคลอดที่โรงพยาบาลศรีนครินทร์ สุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ เข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 15 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามติดตามผลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตอนทารกอายุ 3 เดือน 2 สัปดาห์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติทดสอบไค-สแควร์ และสถิติทดสอบของแมน-วิทนี

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวโดยรวมมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

คำสำคัญ: พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มารดาทำงานนอกบ้าน ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

Abstract

This research was a quasi-experimental study aimed at investigating the effect of a Planned Behavior Program on exclusive breastfeeding behavior among working mothers. The samples were composed of working mothers who gave birth to their first child via vaginal delivery at Srinagarind Hospital. The samples were selected by the systematic random sampling method and divided into experimental and control groups with 15 women in each group. The data collection instruments were monitoring questionnaire at 3 months 2 weeks. The data were then analyzed with frequency distribution, percentage, mean, standard deviation, comparing proportion by Chi-Square test and comparing breastfeeding behavior score by Mann-Whitney U test.

The findings showed that the experimental group exhibited a higher proportion of exclusive breastfeeding than the control group at a statistically significant level of .01. Also, the experimental group exhibited a greater exclusive breastfeeding behavior score than the control group at a statistically significant level of .001.

keywords : breastfeeding behavior, working mothers, the planned behavior theory

*นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

**ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นสิ่งที่ที่ดีที่สุดสำหรับทารก น้ามนแม่ประกอบด้วยสารอาหารที่มีประโยชน์ และมีคุณค่าที่นมผสมไม่สามารถเทียบเคียงได้ องค์การอนามัยโลกและองค์การกองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ มีนโยบายสนับสนุนให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยไม่ได้รับอาหารอื่นแม้แต่น้ำเป็นระยะเวลา 6 เดือนแรกหลังคลอด และให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควบคู่กับอาหารเสริมตามวัยจนกระทั่งบุตรอายุ 2 ปีหรือนานกว่านั้น¹ ประเทศไทยเข้าร่วมและน่านโยบายมาปฏิบัติ แต่อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ในปี 2549 - 2551 มีเพียงร้อยละ 14.5, 15 และ 17.9 ตามลำดับ² กระทรวงสาธารณสุขจึงดำเนินการสนับสนุนโครงการสายสัมพันธ์แม่ลูก ทำข้อตกลงกับบริษัทผู้แทนจำหน่ายนมผงที่จะไม่ประชาสัมพันธ์ลดแลกแจกแถมนมผงทารก แต่ในปี 2552 อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ก็ยังมีเพียงร้อยละ 15.1³ จากข้อมูลสถิติของโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ 2 แห่ง ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ในปี 2553 และปี 2554 พบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวลดลงในช่วงทารกอายุ 2 เดือนถึง 4 เดือนและช่วงทารกอายุ 4 เดือนถึง 6 เดือน^{4,5} จากการศึกษาสำรวจของผู้วิจัยในโรงพยาบาล 2 แห่งดังกล่าวในมารดาจำนวน 25 ราย พบว่ามี 20 ราย ที่เริ่มให้นมผสมแก่ทารกก่อนอายุ 6 เดือน โดยเหตุผลหลักที่ให้นมผสมคือ มารดาทำงานนอกบ้านจึงไม่สะดวกในการให้นมแม่ แม้ว่าจะมีการสนับสนุนนโยบายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จมาปฏิบัติ ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เกือบทั้งหมดเกิดขึ้นได้ก่อนกลับบ้าน แต่ปัญหาสภาพเศรษฐกิจและสังคมในยุคปัจจุบันทำให้ผู้หญิงส่วนใหญ่ต้องออกไปทำงานนอกบ้านขณะออกไปทำงานนอกบ้านสภาพการณ์ต่าง ๆ ไม่เอื้ออำนวยต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้มารดาหยุดให้นมแม่ในเวลาอันรวดเร็ว⁶ และการทำงานนอกบ้านเป็นปัจจัยที่ทำให้มารดาเลือกให้นมผสมเลี้ยงลูกแทนนมแม่ เหตุผลรองลงมา คือ ย้ายและครอบครัวสนับสนุนให้ใช้นมผสม ซึ่งบริบทครอบครัวไทยในภาคอีสานส่วนใหญ่จะมีปู่ ย่า ตา ยาย ช่วยเลี้ยงหลาน เมื่อมารดาลับไปทำงานย้ายจึงเป็นผู้ป้อนนมแก่ทารก

และเหตุผลต่อมาคือ น้ามนแม่น้อยไม่พอให้ทารก มารดาต้องไปทำงานนอกบ้านจึงมีระยะเวลาอยู่ใกล้ชิดลูกน้อยลง ลูกไม่สามารถดูดนมแม่ได้ตามต้องการ ปริมาณน้ามนแม่ก็ลดลง

มารดาทำงานนอกบ้านเป็นกลุ่มที่ทำให้อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน้อยกว่า 6 เดือน ไม่ประสบผลสำเร็จ แม้ว่าจะมีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดาตั้งแต่หลังคลอดที่โรงพยาบาลและแนะนำการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาทำงานนอกบ้าน แต่ยังพบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลงในช่วงที่มารดาเตรียมตัวกลับไปทำงาน แล้วเริ่มเปลี่ยนไปเลี้ยงลูกด้วยนมผสม คือ ช่วงทารกอายุ 2 เดือนและ 4 เดือนอยู่ จากเหตุผลที่มารดาไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ดังกล่าว จึงควรส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาทำงานนอกบ้าน 3 ด้าน ดังนี้ ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา ด้านการสนับสนุนของครอบครัว และด้านการรับรู้ของมารดา จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ควรให้ความรู้และสร้างทัศนคติด้านบวกให้มารดาหลังคลอด⁷ ถ้ามารดามีความเชื่อเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะทำให้มารดาสามารถประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว 6 เดือน เพิ่มขึ้น 1.055 เท่า⁸ ส่วนครอบครัว ได้แก่ ย่า/ยาย มีส่วนสำคัญในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่ครอบครัวสามารถปรับเปลี่ยนทัศนคติ และการปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัวได้ดีขึ้น⁹ นอกจากนี้มารดาหลังคลอดทุกรายควรได้รับการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถ¹⁰ การศึกษาของ Kwanjai Rungreang¹¹ พบว่า มารดาทำงานนอกบ้านที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถมีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่า กลุ่มที่ได้รับคำแนะนำตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จึงควรส่งเสริมการรับรู้ของมารดาไปด้วย

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเลือกใช้แนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของ Ajzen¹² เป็นกรอบแนวคิด โดยทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนกล่าวถึง พฤติกรรมเกิดจากการความตั้งใจที่จะกระทำ และความตั้งใจที่จะกระทำกิจกรรมใด ๆ นั้น เกิดจากการพิจารณาบนความเชื่อและ

ทัศนคติของตนเอง ของสังคม และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมนั้น ซึ่งอธิบายตามตัวแปร 3 ตัว คือ 1) ทัศนคติต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยการปรับเปลี่ยนความเชื่อของมารดาให้มีทัศนคติและความเชื่อที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง โดยการส่งเสริมกลุ่มอ้างอิง ได้แก่ ยา/ยาย ให้ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดา และ 3) การรับรู้การควบคุมพฤติกรรม โดยส่งเสริมการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา ซึ่งส่งเสริมผ่านการรับรู้ความสามารถของตนเอง 4 วิธี ได้แก่ การใช้คำพูดชักจูง การเรียนรู้ผ่านตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น การมีประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง และการกระตุ้นทางร่างกายและทางอารมณ์¹³ โดยเชื่อว่าถ้าส่งเสริมตามตัวแปรดังกล่าวแล้ว จะส่งผลให้มารดาเกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และนำไปสู่พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนะทำงานนอกบ้านตามมา ซึ่งประกอบด้วยพฤติกรรมรายด้าน 5 ด้าน ได้แก่ 1) วิธีการในการให้นมแม่ที่ถูกต้อง 2) การแก้ไขปัญหาก็เกี่ยวกับการให้นมแม่ 3) การให้นมแม่เมื่อกลับไปทำงานนอกบ้าน 4) การบีบน้ำนมและการเก็บรักษาน้ำนม และ 5) การมีส่วนร่วมของครอบครัว

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในมารดาทำงานนอกบ้านภายหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในมารดาทำงานนอกบ้านภายหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
3. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในมารดาทำงานนอกบ้านภายหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

สมมติฐานของการวิจัย

1. กลุ่มทดลองมีสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนมากกว่ากลุ่มควบคุม

2. กลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนโดยรวมมากกว่ากลุ่มควบคุม

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่มวัดหลังการทดลอง ประชากรเป็นมารดาทำงานนอกบ้าน หลังคลอดครั้งแรก คลอดบุตรทางช่องคลอด ไม่เกิน 90 วัน ส่วนกลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาทำงานนอกบ้าน หลังคลอดครั้งแรก คลอดบุตรทางช่องคลอดที่โรงพยาบาลศรีนครินทร์ จังหวัดขอนแก่น ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบได้กลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติจำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 15 คน ผู้วิจัยจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุมจนครบ 15 คนก่อน หลังจากได้เก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มควบคุมจนครบจึงจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองจนครบ 15 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของเนื้อหา และภาษาจากผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน โปรแกรมประกอบด้วย 1) การส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อภิปรายถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สาธิตและฝึกทำทางการบีบเก็บน้ำนมแก่ทารก การซักถามและตอบปัญหา จัดอยู่ในการสอนและการให้คำแนะนำหลังคลอด 1 วัน การติดตามเยี่ยมบ้านหลังคลอด 10 วัน การโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมเมื่อทารกอายุ 1 เดือน และการให้คำแนะนำล่วงหน้าเมื่อทารกอายุ 1 เดือน 2 สัปดาห์ 2) ส่งเสริมการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ได้แก่ ยา/ยาย ให้ความรู้สาธิต แลกเปลี่ยนประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ฝึกทักษะของยา/ยาย และนำมามีส่วนร่วมช่วยส่งเสริมความตั้งใจของมารดา จัดอยู่ในการสอนและการให้คำแนะนำหลังคลอด 1 วัน และกิจกรรมกลุ่มที่โรงพยาบาลหลังคลอด 2 วัน และ 3) ส่งเสริมการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผ่านกระบวนการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง เน้นส่งเสริมการ

รับรู้ปัจจัยภายในและภายนอกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จัดอยู่ในกิจกรรมกลุ่มที่โรงพยาบาลหลังคลอด 2 วัน การติดตามเยี่ยมบ้านหลังคลอด 10 วัน การให้คำแนะนำล่วงหน้าเมื่อทารกอายุ 1 เดือน 2 สัปดาห์ และการโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมเมื่อทารกอายุ 2 เดือน

ดังนั้นกลุ่มทดลองจึงได้รับโปรแกรมจำนวน 6 ครั้ง คือ ครั้งที่ 1 การสอนและให้คำแนะนำหลังคลอด 1 วัน ครั้งที่ 2 กิจกรรมกลุ่มหลังคลอด 2 วัน ครั้งที่ 3 การติดตามเยี่ยมบ้านหลังคลอด 10 วัน ครั้งที่ 4 การโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมเมื่อทารกอายุ 1 เดือน ครั้งที่ 5 การให้คำแนะนำล่วงหน้าเมื่อทารกอายุ 1 เดือน 2 สัปดาห์ และครั้งที่ 6 การโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมเมื่อทารกอายุ 2 เดือน ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติจากทางโรงพยาบาล เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลมี 2 ชุด คือ 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาและครอบครัว และ 2) แบบสอบถามติดตามผลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตอนทารกอายุ 3 เดือน 2 สัปดาห์ ประกอบด้วยแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบสอบถามการลาคลอดจริงและระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงและขออนุญาตนำแบบสอบถามมาใช้จากแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของ พรวิมล ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา มีค่าความเชื่อมั่น .79 แบบสอบถามผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและความเที่ยง คำนวณสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคได้เท่ากับ 0.83 ประกอบด้วยคำถาม 32 ข้อ ประเมินพฤติกรรมเป็นมาตรประเมินค่า 4 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ บ่อยครั้ง บางครั้ง และไม่ได้ปฏิบัติเลย มีคะแนนรวมสูงสุด 128 คะแนน และคะแนนรวมต่ำสุด 32 คะแนน การแปลผลคะแนนรวมแบ่งพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยเกณฑ์ 5 ระดับ คือ คะแนนรวมอยู่ในช่วง 32.0 - 51.2 หมายถึง พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควรปรับปรุง 51.3 - 70.4 หมายถึง พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พอใช้ 70.5 - 89.6 หมายถึง พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ปานกลาง 89.7 - 108.8 หมายถึง พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดี และ 108.9 - 128 หมายถึง พฤติกรรมการเลี้ยง

ลูกด้วยนมแม่ดีมาก ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่หลังคลอดจนกระทั่งทารกอายุ 3 เดือน 2 สัปดาห์ เนื่องจากเป็นช่วงที่มารดากลับไปทำงานนอกบ้านหลังครบกำหนดลาคลอดไม่เกิน 3 เดือนแล้ว และเป็นการติดตามต่อเนื่องในช่วงที่มารดาเตรียมตัวจะกลับไปทำงาน จนถึงช่วงทำงานนอกบ้าน

วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในมารดาทำงานนอกบ้านระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองหลังการทดลอง ด้วยสถิติทดสอบไค-สแควร์ และเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวโดยรวมหลังทดลอง ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยสถิติทดสอบของ แมน-วิทนีย ทั้งนี้ผู้วิจัยคำนึงถึงการพิทักษ์สิทธิและจริยธรรมการวิจัย การชี้แจงรายละเอียดให้กลุ่มตัวอย่าง ได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ก่อนการดำเนินการ

ผลการศึกษา

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาและครอบครัว ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีลักษณะทั่วไปใกล้เคียงกัน โดยกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 26 - 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 53.3 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 31 - 35 ปี คิดเป็นร้อยละ 46.7 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือเทียบเท่า กลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชน ร้อยละ 46.7 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอาชีพรับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจร้อยละ 46.7 กลุ่มทดลองให้ญาติได้แก่ ย่า ยาย ช่วยเลี้ยงดูบุตรแทนมารดาหลังจากมารดากลับไปทำงานนอกบ้านร้อยละ 100 ส่วนกลุ่มควบคุมให้ ย่า ยาย ช่วยเลี้ยงดูบุตรแทนมารดา ร้อยละ 86.7 รองลงมา คือ สามี และฝากเลี้ยงที่สถานรับเลี้ยงเด็ก กลุ่มทดลองมีระยะเวลาลาคลอดจริง 3 เดือน ร้อยละ 80 และกลุ่มควบคุมมีระยะเวลาลาคลอดจริง 3 เดือน ร้อยละ 73.3

2. เปรียบเทียบสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนอกบ้านหลังทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่มทดลองมีระยะเวลาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวก่อน 3 เดือน 2 สัปดาห์ จำนวน 14 คน ส่วน

กลุ่มควบคุมมีจำนวน 5 คน ผลการเปรียบเทียบสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนอกบ้านหลังทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 (ดังแสดงในตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนอกบ้านหลังทดลองระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	เลี้ยงลูกด้วยนมแม่			ไม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่			df	Chi-Square	p - value
	จำนวน	ร้อยละ	สัดส่วน	จำนวน	ร้อยละ	สัดส่วน			
กลุ่มทดลอง (n=15)	14	93.3	14/15	1	6.7	1/15	1	11.627	.001**
กลุ่มควบคุม (n=15)	5	33.3	5/15	10	66.7	10/15			

** p - value < 0.01

3. ระดับพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวก่อนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับดีมากร้อยละ 93.3 และอยู่ในระดับดีร้อยละ 6.7 ส่วนกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับดีมากร้อยละ 40 อยู่ในระดับดีร้อยละ 40 และอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 20

4. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวก่อนโดยรวมในมารดาทำงานนอกบ้านหลังทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

มารดาทำงานนอกบ้านกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวก่อนโดยรวมมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 (ดังแสดงในตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวก่อนโดยรวมในมารดาทำงานนอกบ้านระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	p - value
กลุ่มทดลอง	15	21.93	329	-4.011	.000***
กลุ่มควบคุม	15	9.07	136		

***p - value < 0.001

การอภิปรายผล

จากสมมติฐานที่ 1 ผลการศึกษาสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ กลุ่มทดลองมีสัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 อธิบายได้ว่าการนำแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนมาเป็นแนวทางการจัดโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้มารดามีพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยิ่งขึ้น โดยส่งเสริมมารดา ดังนี้ 1) ทศนคติต่อพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การปรับเปลี่ยนความเชื่อของมารดาให้มีความเชื่อและความเชื่อที่ดีเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กิจกรรมการสอนและให้คำแนะนำหลังคลอด 1 วัน ได้ให้ความรู้โดยแผนการสอนชี้ให้มารดาเห็นประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และข้อเสียของนมผสม มีการติดตามเยี่ยมบ้านหลังคลอด 10 วัน สามีและฝึกทำทางนรีเวชให้น้ำนม ให้มารดาซักถามและผู้วิจัยตอบปัญหา จึงช่วยลดความเครียดและความวิตกกังวลของมารดา นอกจากนี้ยังมีการโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมเมื่ออายุ 1 เดือน สอบถามปัญหาในการให้นมแม่แนะนำแนวทางแก้ไขและกล่าวสนับสนุนให้กำลังใจ และให้คำแนะนำล่วงหน้าเมื่อทารกอายุ 1 เดือน 2 สัปดาห์ โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกิดปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มารดาที่ได้รับโปรแกรมจึงมีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ได้แก่ ยา/ยาย โปรแกรมช่วยส่งเสริมให้มารดาได้เห็นหรือรับรู้ว่าคุณค่าที่มีความสำคัญต่อเขาส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่า ยา/ยายสามารถช่วยมารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ โดยน่านมแม่ในตู้เย็นมาให้ทารกขณะมารดาทำงานนอกบ้าน และ 3) การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยส่งเสริมให้มารดารับรู้ว่าคุณค่าทำงานนอกบ้าน ก็สามารถควบคุมตนเองให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยิ่งขึ้น มีวางแผนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขณะทำงานนอกบ้าน ร่วมกับมารดา การสนับสนุนด้านร่างกายและจิตใจ การประเมินด้านมารดาและช่วยเหลือให้มารดารู้สึกผ่อนคลาย ช่วยให้มารดาบิบบ้วนน้ำนมด้วยตนเองได้จนสำเร็จ แนะนำให้มารดาทราบแหล่งประโยชน์กรณีมีปัญหาเรื่อง

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจึงส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่งเสริมการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ได้แก่ ยา/ยาย และส่งเสริมการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งเป็นการส่งเสริมตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน แตกต่างจากการศึกษาของ Kanitta Mekkamol, Jarunya Deejapo and Chayada Netgrajang¹⁴ ที่ศึกษาพบว่า ความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดและครอบครัว ก่อนกับหลังได้รับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยเน้นครอบครัวเป็นศูนย์กลาง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้เพื่อให้มารดาได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง ควรมีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยการเยี่ยมบ้าน¹⁵ เนื่องจากการติดตามตั้งแต่หลังคลอด การเยี่ยมบ้าน ติดตามขณะมาตรวจหลังคลอด และโทรศัพท์เยี่ยม ทำให้มารดาได้รับคำแนะนำ ช่วยให้มารดาทำงานนอกบ้านสามารถแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้

จากสมมติฐานที่ 2 ผลการศึกษาสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ กลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยิ่งกว่ามารดาทำงานนอกบ้านกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 อธิบายได้ว่าโปรแกรมส่งเสริมให้มารดาปฏิบัติพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในด้านต่าง ๆ 5 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านวิธีการในการให้นมแม่ที่ถูกต้อง มีการสอนวิธีการให้นมแม่และติดตามอย่างต่อเนื่องตั้งแต่การสอนและให้คำแนะนำหลังคลอด 1 วัน ให้ความรู้เรื่องวิธีการให้นมแม่อย่างถูกต้อง สามีและฝึกทำทางนรีเวชในการให้นมแม่ จากนั้นทบทวนทำทางการให้นมแม่ในกิจกรรมกลุ่มหลังคลอด 2 วัน และทบทวนอีกครั้งตอนติดตามเยี่ยมบ้าน มารดากลุ่มทดลองจึงสามารถให้นมแม่ได้ถูกต้องและดีขึ้น 2) ด้านการแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวกับการให้นมแม่ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ของมารดาให้ทราบปัญหาและอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โทรศัพท์ติดตามเยี่ยม สอบถามปัญหาเมื่อทารกอายุ 1 เดือนและ 2 เดือน ให้คำแนะนำและแนวทางแก้ไขปัญหา กลุ่มทดลองจึงทราบวิธีแก้ไขปัญหาและแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการให้นมแม่

ได้อย่างถูกต้อง 3) ด้านการให้นมแม่เมื่อมารดากลับไปทำงานนอกบ้าน พบว่า โปรแกรมให้ความรู้โดยแผนการสอน “การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อมารดาทำงานนอกบ้าน” ทำให้มารดารับรู้ว่าจะทำงานนอกบ้านก็สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ มีการวางแผนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับมารดาล่วงหน้าก่อนกลับไปทำงานนอกบ้าน ทำให้มารดาได้รับความรู้และเตรียมความพร้อมก่อนกลับไปทำงาน จึงสามารถให้นมแม่ขณะทำงานนอกบ้านได้ 4) ด้านการบีบน้ำนมและการเก็บรักษาน้ำนม สอนการบีบเก็บน้ำนมขณะเย็บบ้านช่วงหลังคลอด 10 วัน ติดตามทบทวนการบีบเก็บน้ำนมเมื่อทารกอายุ 1 เดือน 2 สัปดาห์ และโทรศัพท์สอบถามการบีบเก็บน้ำนมเมื่อทารกอายุ 2 เดือน การได้ฝึกบีบเก็บน้ำนมทำให้มารดาทำงานนอกบ้านสามารถนำไปปฏิบัติ และทำให้มีระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ควบคู่ไปกับการทำงานนอกบ้านได้ระยะเวลานานตามความต้องการของลูก¹⁶ และ 5) ด้านการมีส่วนร่วมของครอบครัว การนำย่า/ยายเข้าร่วมเน้นความสำคัญและบทบาทของย่า/ยายในการสนับสนุนมารดานั้น พบว่า ย่ายายสามารถดูแลทารกแทนมารดา และเป็นผู้ที่ให้นมแม่ที่มารดาบีบเก็บไว้มาป้อนให้ทารกได้ จึงทำให้มารดากลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยโดยรวมมากกว่ามารดากลุ่มควบคุม ผลการศึกษาสอดคล้องกับ Pornwimon Palakawong na ayuthaya¹⁷ ที่ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนเป็นกรอบแนวคิดเช่นเดียวกัน นำมารดาที่มีความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่แล้วมาให้โปรแกรม มีการทำกิจกรรมและเก็บข้อมูลในกลุ่มทดลองรวมทั้งสิ้น 13 ครั้ง พบว่า มารดากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยรวมดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .05$) แม้ว่าผลการศึกษาจะสอดคล้องกัน แต่มีความต่างกันที่ผู้วิจัยให้โปรแกรมส่งเสริมให้มารดามีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่งเสริมกลุ่มอ้างอิง ได้แก่ ย่า/ยาย ให้สนับสนุนมารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และส่งเสริมการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้มารดาเกิดความตั้งใจ นำไปสู่พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยตามมา นอกจากนี้มีการทำกิจกรรมและเก็บข้อมูลในกลุ่มทดลองเพียง 7 ครั้ง

สรุป

พยาบาลควรส่งเสริมให้มารดามีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่งเสริมกลุ่มอ้างอิง ได้แก่ ย่า/ยาย และส่งเสริมการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมของมารดา เพราะการส่งเสริมดังกล่าว ทำให้มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ประกอบด้วยพฤติกรรม 5 ด้าน คือ ด้านวิธีการในการให้นมแม่ที่ถูกต้อง ด้านการแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวกับการให้นมแม่ ด้านการให้นมแม่เมื่อกลับไปทำงานนอกบ้าน ด้านการบีบน้ำนม และการเก็บรักษาน้ำนม และด้านการมีส่วนร่วมของครอบครัว นอกจากนี้ควรมีการติดตามมารดาอย่างต่อเนื่อง ทั้งการเย็บบ้าน และโทรศัพท์เยี่ยม เพื่อให้มีการดูแลต่อเนื่องจนกระทั่งมารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล พยาบาลควรส่งเสริมมารดาให้มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นำย่า/ยายเข้ามามีส่วนร่วม และควรติดตามมารดาตั้งแต่วางคลอดต่อเนื่องจนกระทั่งมารดาไปทำงานนอกบ้าน
2. ด้านการศึกษา การจัดการเรียนการสอนสำหรับนักศึกษาพยาบาลและพยาบาลวิชาชีพ ควรสอนให้เข้าใจทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน และนำมาเป็นแนวทางในการสอนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดา
3. ด้านการศึกษาวิจัย ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลครั้งนี้มีจำกัดจึงศึกษาถึงทารกอายุ 3 เดือน 2 สัปดาห์ ควรมีการศึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาทำงานนอกบ้านให้ต่อเนื่องตั้งแต่ทารกแรกเกิดจนกระทั่งทารกอายุ 6 เดือน และแม้ว่าผู้วิจัยจะนำย่ายายเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมจำนวน 2 ครั้ง แต่ยังพบว่าย่าป้อนนมผสมและน้ำแก่ทารกอยู่ การศึกษาวิจัยครั้งต่อไปจึงควรเพิ่มการทำกิจกรรมในผู้สนับสนุนมารดาให้มากขึ้น และกิจกรรมควรสอดคล้องกับสิ่งที่ย่า/ยาย ยังทำไม่เหมาะสม

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิลาวรรณ จันทะปริดา ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำและเสนอข้อคิดเห็นอันเป็นประโยชน์ในทุกขั้นตอนของการวิจัย และขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่สนับสนุนทุนอุดหนุนการค้นคว้าและวิจัยในการทำวิทยานิพนธ์ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลศรีนครินทร์ ที่ช่วยอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอบคุณผู้เข้าร่วมวิจัยทุกท่านที่เข้าร่วมวิจัยครั้งนี้

References

1. WHO, UNICEF. Global Strategy on Infant and Young Child Feeding. Geneva: World Health Organization; 2003.
2. National Statistical Office. Monitoring the situation of children and woman. Bangkok; 2010.
3. National Statistical Office. Exclusive Breastfeeding Rate in various sectors. (Internet). 2010. (Cited 2014 Jan 14). Available from: <http://www.ryt9.com/s/nso/897848>
4. Pediatric Department, Srinakagrind Hospital. (Unpublished Manuscript). Data and Statistics of Breastfeeding in 2010 – 2011. Khon Kaen: Hospital; (n.d.).
5. Pediatric Department, Khon Kaen Hospital. (Unpublished Manuscript). Data and Statistics of Breastfeeding in 2010 – 2011. Khon Kaen: Hospital; (n.d.).
6. Clifford J, McIntyre E. Who supports breastfeeding?. Breastfeeding review 2008; 16(2): 9–19.
7. Kamolkhon V, Kamolkhon S. The factor affecting the at least 6 months feeding only by milk of postnatal mother in nongbua health center, Nongkungsri district, Kalasin province. Research and development health system Journal 2009; 2(2):1–14.
8. Vongsutawee J. Factors affecting exclusive breastfeeding practice in families having 6 months old Children, Chachoengsao Province. Master of Nursing Science Thesis in Family Nursing Practitioner. Chonburi: Burapa University; 2010.
9. Seerasungnern S. Breastfeeding promotion among families with first born mothers through family-centered nursing approach. An independent study report for the Master of Nursing Science in Family Nursing. Khon Kaen: Khon Kaen University; 2011.
10. Polsan N, Anusornteerakul S. Empowerment Development Model to Perception on Maternal Role and Self Care Efficacy among Postpartum Adolescents. Journal of Nursing Science and Health 2009; 32(2): 45–54. (in Thai)
11. Rungreang K. The effect of the perceived self-efficacy promoting program on breastfeeding behavior of working mothers. Journal of Nursing Science Chulalongkorn University 2007; 19(3): 126–37. (in Thai)
12. Ajzen. Perceived Behavioral Control, Self Efficacy, Local of control, and the Theory of Planned Behavior. J Appl Soc Psychol 2002; 32: 1–20.
13. Bandura A. Self efficacy: The exercise of control. New York: W.H. Freeman and company; 1997.
14. Mekkamol K, Deejapo J, Netgrajang C. Effect of breastfeeding promotion based on family-centered care on knowledge, attitude of mothers and families, and exclusive breastfeeding rate for 6 months. Journal of Phrapokklao Nursing College 2013; 24(2): 47–59.
15. Thongpanya K. Breastfeeding promotion project for family. An independent study report for the Master of Nursing Science in Family Nursing. Khon Kaen: Khon Kaen University; 2009.

16. Meyers D. Breastfeeding and Returning to work in the physician's office. *Am Fam Physician* 2003; 68: 1-4.
17. Palakawong-na-ayuthaya P. Effects of breast-feeding promoting program on duration and breastfeeding behavior of primiparous employed mothers. Master of Nursing Science Thesis in Family Nursing Practitioner. Chonburi: Burapa University; 2009.