

ผลของการผ่อนคลายกล้ามเนื้อต่อระดับความวิตกกังวลในมารดาของทารกป่วยแรกเกิด



นางสาว ดวงใจ สิงห์วิเศษ

ศูนย์วิทยพัชยากร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาการบริหารการพยาบาล

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2535


ISBN 974-579-994-7

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

018018

I 1921842

EFFECTS OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON THE ANXIETY LEVEL
OF THE SICK NEONATES' MOTHERS



Miss Duangjai Singhavised

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education
Nursing Administration Program

Graduate School

Chulalongkorn University

1992

ISBN 974-579-994-7

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการผ่อนคลายกล้ามเนื้อต่อระดับความวิตกกังวลในมารดา
ของการคลอดแรกเกิด

โดย

นางสาว ดวงใจ สิงห์วิเศษ

ภาควิชา

คณะกรรมการบริหารหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาการบริหารการพยาบาล

อาจารย์ที่ปรึกษา

รองศาสตราจารย์ ดร.พวงรัตน์ บุญญาณรงค์

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

..... *Dr. Ratan* คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรากัย)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... *Dr. Samrit* ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ สมคิด รักษาสิทธิ์)

..... *Dr. Ratan* กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.พวงรัตน์ บุญญาณรงค์)

..... *Dr. Thawit* กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ ปิตยานนท์)

ดวงใจ สິงห์วิเศษ : ผลของการผ่อนคลายกล้ามเนื้อต่อระดับความวิตกกังวลในมารดาของ
ทารกป่วยแรกเกิด (EFFECTS OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON THE
ANXIETY LEVEL OF THE SICK NEONATES' MOTHERS) อ.ที่ปรึกษา : รศ.ดร.พวงรัตน์
บุญญานันท์, 172 หน้า. ISBN 974-579-994-7

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการผ่อนคลายกล้ามเนื้อต่อ
ระดับความวิตกกังวลในมารดาของทารกป่วย กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นมารดาที่มีบุตรคนแรก ซึ่งป่วยด้วย
ภาวะเขียวตั้งแต่แรกเกิด จำนวน 40 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ด้วยวิธีการ
สุ่มเพื่อจัดกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยเครื่องมือที่ใช้ทดลอง ได้แก่ บันทึกการสอนและ
เอกสารประกอบการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์
ความวิตกกังวล และแบบสังเกตพฤติกรรมความวิตกกังวล ที่ได้ทดสอบความตรงตามเนื้อหาและความเที่ยง
แล้ว ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการทดสอบก่อนการทดลอง ขณะทดลองและหลังการทดลองผลการวิจัย
สรุปได้ดังนี้

1. มารดาของทารกป่วยที่ปฏิบัติการผ่อนคลายกล้ามเนื้อตามคำแนะนำ มีระดับความวิตกกังวล
ภายหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. มารดาของทารกป่วยที่ปฏิบัติการผ่อนคลายกล้ามเนื้อตามคำแนะนำ มีระดับความวิตกกังวล
ขณะทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. มารดาของทารกป่วยที่ปฏิบัติการผ่อนคลายกล้ามเนื้อตามคำแนะนำ มีระดับความวิตกกังวล
ลดลงได้มากกว่าที่ปฏิบัติตามคู่มือด้วยตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควิชา คณะกรรมการบริหารหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา (เดิม เป็นภาควิชาพยาบาลศึกษา)
การบริหารการพยาบาล
ปีการศึกษา 2534

ลายมือชื่อนิติ
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

C 286033 : MAJOR NURSING ADMINISTRATION

KEYWORD : MUSCLE RELAXATION/ANXIETY LEVEL/SICK NEONATES' MOTHERS

DUANGJAI SINGHAVIDED : EFFECTS OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON THE ANXIETY LEVEL OF THE SICK NEONATES' MOTHERS. THE THESIS

ADVISOR : ASSOCIATE PROF. PUANGRUT BOONYANURAK, Ed.D., 172 p.

This quasi - experimental research aimed at studying the effects of progressive muscle relaxation on the anxiety level of the sick neonates' mothers. The sample group were selected by random assignment method which were consisted of forty primipara mothers of the sick neonates and divided into the experimental and control groups. The Instruments used for conducting the experiment were lesson plan and handbook for practice muscle relaxation. The structured interview instrument for assesing anxiety level and the instrument for observing anxiety behavior of sick neonates' mothers were developed by the investigator. The instruments were tested the content validity, constructed validity and reliabiltiy. Data were collected prior, during and at the end of practice program. The major findings were as follows :

1. The sick neonates' mothers who were practice by using muscle relaxation instruction cooperated with handbook and under investigator's supervision demonstrated lower posttest mean score in anxiety level than the pre-test at the .05 level of significance.

2. The sick neonate's mothers who practiced muscle relaxation cooperated with handbook and under investigator's supervision demonstrated lower mean score in anxiety level during practice at the .05 level of significance than those who practiced by using handbook.

3. The sick neonate's mothers who practiced muscle relaxation cooperated with handbook and under investigator's supervision demonstrated lower mean score in anxiety level at the .05 level of significance than those who practiced by using handbook.

คณะกรรมการบริหารหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต
ภาควิชา..... ดามมือชื่อนิติ.....
(เดิม เป็นภาควิชาพยาบาลศึกษา)
สาขาวิชา การบริหารการพยาบาล..... ดามมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
ปีการศึกษา 2534..... ดามมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาเป็นอย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.พวงรัตน์ บุญญาบุรุษ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ได้กรุณาให้ข้อคิดเห็น คำแนะนำ ตลอดจนการแก้ไขข้อบกพร่อง รวมทั้งให้ความเอาใจใส่และให้กำลังใจด้วยดีตลอดมา ผู้วิจัย รู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ ปิตยานนท์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ เกี่ยวกับการใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล อาจารย์ ดร.วัลลภ ปิยะมโนธรรม ที่อนุญาตให้นำ วิธีการผ่อนคลายมาปรับปรุงเพื่อใช้ในการศึกษา และผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 15 ท่าน ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการแก้ไขปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ตลอดจนเจ้าหน้าที่และมารดาของ ทารกป่วยโรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ขอขอบคุณแพทย์หญิง สุวรรณี ตั้งวิระพรพงศ์ ที่กรุณาให้ข้อคิดเห็นซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการวิจัย และคุณสุพัฒนา คักดิษฐานันท์ ผู้ช่วยวิจัยที่ช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อ-คุณแม่ที่ให้การสนับสนุนและเป็นกำลังใจตลอดมาและขอขอบคุณคุณเสถียร คงพัฒน์ยืน ที่ให้การช่วยเหลือเป็นอย่างดี

ท้ายนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาท ความรู้และบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ทุนอุดหนุนการวิจัยในครั้งนี้

ศูนย์วิทยทรัพยากร ดวงใจ สิงห์วิเศษ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ฅ

บทที่

1	บทนำ	1
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
	วัตถุประสงค์ของการวิจัย	8
	ปัญหาของการวิจัย	8
	แนวเหตุผลและสมมติฐานของการวิจัย	9
	ขอบเขตของการวิจัย	10
	ข้อตกลงเบื้องต้น	12
	คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	12
	ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	14
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	15
3	วิธีดำเนินการวิจัย	78
	ประชากรและตัวอย่างประชากร	78
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	81
	ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย	90
	การวิเคราะห์ข้อมูล	92

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่	
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	94
5 สรุปผลและอภิปรายผลวิจัย	107
สรุปผลการวิจัย	109
อภิปรายผลการวิจัย	112
ข้อเสนอแนะ	119
รายการอ้างอิง	122
ภาคผนวก	136
ภาคผนวก ก. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	137
ภาคผนวก ข. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	142
ภาคผนวก ค. สถิติและตารางข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย	151
ประวัติผู้เขียน	172

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละของตัวอย่างประชากร จำแนกตามอายุ การศึกษา การคลอด และคะแนนแอปการ์ ของทารกป่วย	95
2	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอัตราชีพจร การหายใจ และความดันโลหิต ก่อนการทดลอง ขณะทดลอง และหลังการทดลอง ในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	97
3	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ก่อนการทดลอง ในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	98
4	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ก่อนการทดลอง และขณะทดลองในกลุ่มทดลอง	99
5	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ก่อนการทดลองและขณะทดลองในกลุ่มควบคุม	100
6	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลที่ลดลง ขณะทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	101
7	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ขณะทดลอง และหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง	102
8	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ขณะทดลอง และหลังการทดลองในกลุ่มควบคุม	103

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
9	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ในกลุ่มทดลอง	104
10	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวล ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ในกลุ่มควบคุม	105
11	เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลที่ลดลง หลังการทดลอง ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	106
12	การหาค่าความตรงตามโครงสร้างของแบบสัมภาษณ์ความวิตกกังวล	155
13	ค่าอำนาจจำแนกของแบบสัมภาษณ์ความวิตกกังวล	159
14	การหาค่าความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์ความวิตกกังวล โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา	161
15	การหาค่าความเที่ยงของแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมความวิตกกังวล โดยใช้การหาค่าความเที่ยงของการสังเกตระหว่างผู้สังเกตการณ์ตามวิธีของสกอต	163
16	จำนวนคู่ของกลุ่มตัวอย่างประชากรจำแนกตามช่วงอายุ การศึกษา การคลอด และคะแนนแอปการ์	166

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
17	คะแนนความวิตกกังวลก่อนการทดลอง ขณะทดลองและหลังการทดลอง ของตัวอย่างประชากร	168
18	คะแนนประเมินการสอน การปฏิบัติการพ่นคล้ายกล้ามเนื้อและการปฏิบัติ ซ้ำของกลุ่มตัวอย่างประชากร	169



ศูนย์วิทยพัชร์พยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย