

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลของการวิเคราะห์ข้อมูล จะนำเสนอตามลำดับดังนี้ คือ ส่วนที่ 1 เป็นคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนที่ 2 เป็นผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับอาการไม่สุขสบายระหว่างตั้งครรภ์ และส่วนที่ 3 เป็นผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และการคลอด

#### 1. ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นหญิงมีครรภ์ตั้งครรภ์แรกอายุระหว่าง 20 – 35 ปี อายุครรภ์ 26 – 30 สัปดาห์ ไม่มีโรคแทรกซ้อนใดๆ ระหว่างตั้งครรภ์ มีส่วนสูงตั้งแต่ 140 เซนติเมตรขึ้นไป เป็นผู้คลอดสามัญมาฝากครรภ์และคลอดที่โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จำนวนรวมทั้งสิ้น 101 คน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 34, 32 และ 35 คน ตามลำดับ ซึ่งมีคุณลักษณะทั่วไปดังต่อไปนี้

หญิงมีครรภ์ในกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20 - 24 ปี คิดเป็นร้อยละ 50.0, 46.9 และ 42.9 ตามลำดับ มีส่วนสูงส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 150 – 159 เซนติเมตร คิดเป็นร้อยละ 67.7, 65.6 และ 65.7 ตามลำดับ และมีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นตลอดการตั้งครรภ์ ส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 16 - 20 กิโลกรัม คิดเป็นร้อยละ 52.9, 53.1 และ 51.4 ตามลำดับ มีการศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 38.2, 28.1 และ 40.0 ตามลำดับ ลักษณะการทำงานอาชีพของกลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มทดลอง 2 ส่วนใหญ่นั่งทำงาน คิดเป็นร้อยละ 50.0 เท่ากัน ส่วนกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ยืนทำงานคิดเป็นร้อยละ 45.7 การใช้แรงงานในงานอาชีพของกลุ่มทดลอง 1 ส่วนใหญ่ทำงานในลักษณะใช้แรงงาน คิดเป็นร้อยละ 55.9 ส่วนกลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่ทำงานในลักษณะไม่ใช้แรงงาน คิดเป็นร้อยละ 56.3 และ 62.9 ตามลำดับ ลักษณะการทำงานบ้านของกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่ไม่มีผู้ช่วย ต้องทำงานบ้านเองคิดเป็นร้อยละ 88.2, 96.9 และ 97.1 ตามลำดับ ในส่วนของรายได้ต่อเดือนของกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่า 10,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 76.5, 56.3 และ 85.7 ตามลำดับ (ดังรายละเอียดในตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณลักษณะทั่วไป

| คุณลักษณะประชากร               | กลุ่มทดลอง 1 |        | กลุ่มทดลอง 2 |        | กลุ่มควบคุม |        | p-value |
|--------------------------------|--------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|---------|
|                                | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ |         |
| <b>อายุ (ปี)</b>               |              |        |              |        |             |        |         |
| 20 – 24                        | 17           | 50.0   | 15           | 46.9   | 15          | 42.9   |         |
| 25 – 29                        | 11           | 32.3   | 12           | 37.5   | 15          | 42.9   |         |
| 30 – 34                        | 6            | 17.7   | 5            | 15.6   | 5           | 14.3   |         |
| รวม                            | 31           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  | 0.936   |
| <b>ส่วนสูง (ซม.)</b>           |              |        |              |        |             |        |         |
| 140-149                        | 6            | 17.6   | 6            | 18.8   | 8           | 22.8   |         |
| 150-159                        | 23           | 67.7   | 21           | 65.6   | 23          | 65.7   |         |
| 160-169                        | 4            | 11.8   | 5            | 15.6   | 4           | 11.5   |         |
| 170-179                        | 1            | 2.9    | 0            | 0      | 0           | 0      |         |
| รวม                            | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  | 0.123   |
| <b>น้ำหนักตัวที่เพิ่ม(กก.)</b> |              |        |              |        |             |        |         |
| 10-15                          | 15           | 44.2   | 14           | 43.8   | 15          | 42.9   |         |
| 16-20                          | 18           | 52.9   | 17           | 53.1   | 18          | 51.4   |         |
| 21-25                          | 1            | 2.9    | 1            | 3.1    | 2           | 5.7    |         |
| รวม                            | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  | 0.927   |
| <b>การศึกษา</b>                |              |        |              |        |             |        |         |
| ประถมศึกษา                     | 13           | 38.2   | 9            | 28.1   | 14          | 40.0   |         |
| มัธยมศึกษา                     | 12           | 35.3   | 9            | 28.1   | 10          | 28.6   |         |
| ปวช. / ปวส.                    | 5            | 14.7   | 5            | 15.6   | 9           | 25.7   |         |
| ปริญญาตรีขึ้นไป                | 4            | 11.8   | 9            | 28.1   | 2           | 5.7    |         |
| รวม                            | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  | 0.2.6   |

ตารางที่ 1 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณลักษณะทั่วไป

| คุณลักษณะทั่วไป               | กลุ่มทดลอง 1 |        | กลุ่มทดลอง 2 |        | กลุ่มควบคุม |        | p-value |
|-------------------------------|--------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|---------|
|                               | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ |         |
| <b>ลักษณะการทำงานอาชีพ</b>    |              |        |              |        |             |        |         |
| นั่งเป็นส่วนใหญ่              | 17           | 50.0   | 16           | 50.0   | 10          | 28.6   | 0.126   |
| ยืนเป็นส่วนใหญ่               | 7            | 20.6   | 7            | 21.9   | 16          | 45.7   |         |
| เดินเป็นส่วนใหญ่              | 10           | 29.4   | 9            | 28.1   | 9           | 25.7   |         |
| รวม                           | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| <b>การใช้แรงงานในงานอาชีพ</b> |              |        |              |        |             |        |         |
| ไม่ใช้แรงงาน                  | 15           | 44.1   | 18           | 56.3   | 22          | 62.9   | 0.286   |
| ใช้แรงงาน                     | 19           | 55.9   | 14           | 43.8   | 13          | 37.1   |         |
| รวม                           | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| <b>ลักษณะการทำงานบ้าน</b>     |              |        |              |        |             |        |         |
| มีผู้ช่วย                     | 4            | 11.8   | 1            | 3.1    | 1           | 2.9    | 0.211   |
| ไม่มีผู้ช่วย                  | 30           | 88.2   | 31           | 96.9   | 34          | 97.1   |         |
| รวม                           | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| <b>รายได้ต่อเดือน</b>         |              |        |              |        |             |        |         |
| น้อยกว่า 10,000 บาท           | 26           | 76.5   | 18           | 56.3   | 30          | 85.7   | 0.022 * |
| มากกว่า 10,000 บาท            | 8            | 23.5   | 14           | 43.8   | 5           | 14.3   |         |
| รวม                           | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |

\*  $P < 0.05$

จากตารางที่ 1 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ค่าสถิติไค-สแควร์ ( $\chi^2$ ) พบว่าประชากรตัวอย่างของกลุ่มศึกษาทั้ง 3 กลุ่มมีคุณลักษณะทั่วไปคล้ายคลึงกัน ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นรายได้ต่อเดือนที่มีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่ม ( $P < 0.05$ ) ซึ่งเมื่อทดสอบต่อไปพบว่าไม่มีผลต่อวิธีคลอด

## 2. ข้อมูลเกี่ยวกับอาการไม่สุขสบายระหว่างตั้งครรภ์

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามลักษณะอาการปวดหลังปวดเอว

| อาการปวด                 | กลุ่มทดลอง 1 |        | กลุ่มทดลอง 2 |        | กลุ่มควบคุม |        | p-value |
|--------------------------|--------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|---------|
|                          | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ |         |
| อาการเมื่อแรกเข้าโครงการ |              |        |              |        |             |        |         |
| ไม่มีอาการปวด            | 2            | 5.9    | 1            | 3.1    | 1           | 2.9    | 0.778   |
| มีอาการปวด               | 32           | 94.1   | 31           | 96.9   | 34          | 97.1   |         |
| รวม                      | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| ตำแหน่งที่ปวด            |              |        |              |        |             |        |         |
| หลังส่วนบน               | 1            | 3.1    | 0            | 0      | 1           | 2.9    |         |
| บั้นเอว-หลังส่วนล่าง     | 21           | 65.6   | 23           | 74.2   | 24          | 70.6   | 0.859   |
| สะโพก-ก้นกบ-ต้นขา        | 10           | 31.3   | 8            | 25.8   | 9           | 26.5   |         |
| รวม                      | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| อาการปวดหลังฝึก          |              |        |              |        |             |        |         |
| ไม่มีอาการปวด            | 1            | 2.9    | 1            | 3.1    | 0           | 0      |         |
| อาการคงเดิม              | 9            | 26.5   | 1            | 3.1    | 2           | 5.7    |         |
| อาการดีขึ้น              | 15           | 44.1   | 29           | 90.6   | 0           | 0      | 0.000*  |
| อาการปวดมากขึ้น          | 9            | 26.5   | 1            | 3.1    | 33          | 94.3   |         |
| รวม                      | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |

\*  $p < 0.05$

จากตารางที่ 2 จากการสัมภาษณ์เมื่อแรกเข้าโครงการก่อนดำเนินการฝึกตามโปรแกรม พบว่ากลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่มีอาการปวดหลังปวดเอว คิดเป็น ร้อยละ 94.1, 96.9 และ 97.1 ตามลำดับ ส่วนใหญ่จะมีอาการปวดที่บริเวณบั้นเอวหรือหลังส่วนล่าง คิดเป็นร้อยละ 65.6, 74.2 และ 70.6 ตามลำดับ และเมื่อสัมภาษณ์อีกครั้งหลังจากฝึกครบ 8 สัปดาห์ หรือในระยะใกล้คลอด พบว่าผู้ที่เคยมีอาการปวดหลังปวดเอว ในกลุ่มทดลองที่ 2 มีอาการดีขึ้นมากที่สุดถึงร้อยละ 90.6 ในกลุ่มทดลอง 1 มีอาการดีขึ้นร้อยละ 44.1 ส่วนในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอาการปวดมากขึ้นคิดเป็นร้อยละ 94.3 และไม่มีผู้ที่มีอาการดีขึ้นเลย เมื่อเปรียบเทียบจำนวนหญิงมีครรภ์จำแนกตามลักษณะอาการปวดหลังปวดเอวในระยะใกล้คลอดที่มีอาการดีขึ้น โดยใช้ค่าสถิติไค-สแควร์ ( $\chi^2$ ) พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )

**ตารางที่ 3** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้สึกปวดหลังปวดเอว หลังฝึก 8 สัปดาห์ จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

| กลุ่มตัวอย่าง | N  | $\bar{X}$ | SD.  | SE.  | 95%CI |      |
|---------------|----|-----------|------|------|-------|------|
|               |    |           |      |      | L     | U    |
| กลุ่มทดลอง 1  | 34 | 5.59      | 1.97 | 0.34 | 4.90  | 6.28 |
| กลุ่มทดลอง 2  | 32 | 2.03      | 1.00 | 0.18 | 1.67  | 2.39 |
| กลุ่มควบคุม   | 35 | 7.49      | 1.02 | 0.17 | 7.17  | 7.83 |

จากตารางที่ 3 พบว่ากลุ่มทดลอง 2 มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกปวดหลังปวดเอว น้อยที่สุดคือ 2.03 และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกปวดหลังปวดเอวมากที่สุด คือ 7.49

**ตารางที่ 4** ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกปวดหลังปวดเอว หลังฝึก 8 สัปดาห์ ของกลุ่มตัวอย่าง

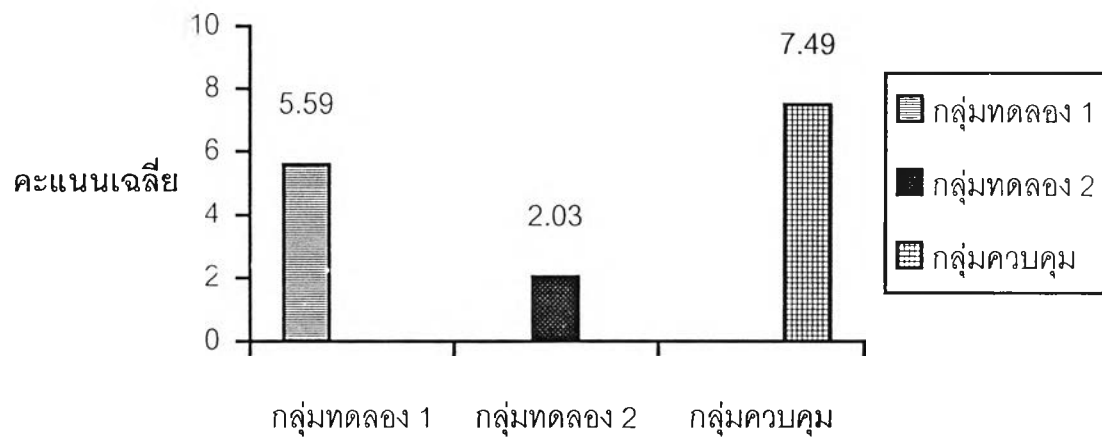
| แหล่งความแปรปรวน | df  | SS     | MS     | F      | Sig    |
|------------------|-----|--------|--------|--------|--------|
| ระหว่างกลุ่ม     | 2   | 508.63 | 254.31 | 128.50 | 0.000* |
| ภายในกลุ่ม       | 98  | 193.95 | 1.98   |        |        |
| รวม              | 100 | 702.57 |        |        |        |

\*  $p < 0.05$

จากตารางที่ 4 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกปวดหลังปวดเอวโดยใช้ค่าสถิติ ANOVA พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกปวดหลังปวดเอวของกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ )



ภาพที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกปวดหลัง  
ปวดเอว จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง



ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกปวดหลังปวดเอว ของกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $P < 0.05$ )

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้

| อาการปวด                 | กลุ่มทดลอง1 |        | กลุ่มทดลอง2 |        | กลุ่มควบคุม |        | p-value |
|--------------------------|-------------|--------|-------------|--------|-------------|--------|---------|
|                          | จำนวน       | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ |         |
| อาการเมื่อแรกเข้าโครงการ |             |        |             |        |             |        |         |
| ไม่มีอาการ               | 23          | 67.6   | 20          | 62.5   | 17          | 48.6   | 0.248   |
| มีอาการ                  | 11          | 32.4   | 12          | 37.5   | 18          | 51.4   |         |
| รวม                      | 34          | 100.0  | 32          | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| อาการหลังฝึก / ใกล้เคียง |             |        |             |        |             |        |         |
| ไม่มีอาการ               | 23          | 67.6   | 19          | 59.4   | 14          | 40.0   | 0.000*  |
| อาการคงเดิม              | 5           | 14.7   | 0           | 0      | 17          | 48.6   |         |
| อาการดีขึ้น              | 6           | 17.6   | 12          | 37.5   | 0           | 0      |         |
| อาการแย่ลง               | 0           | 0      | 1           | 3.1    | 4           | 11.4   |         |
| รวม                      | 34          | 100.0  | 32          | 100.0  | 35          | 100.0  |         |

\*  $p < 0.05$

จากตารางที่ 5 จากการสัมภาษณ์เมื่อแรกเข้าโครงการ พบว่ากลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มทดลอง 2 ส่วนใหญ่ไม่มีอาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้ คิดเป็นร้อยละ 67.6 และ 62. ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้ คิดเป็นร้อยละ 51.4 แต่เมื่อทดสอบเปรียบเทียบจำนวนหญิงมีครรภ์จำแนกตามอาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้ โดยใช้ค่าสถิติไค-สแควร์ ( $\chi^2$ ) พบว่าไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ ( $p > 0.05$ ) และเมื่อกลุ่มทดลองได้ฝึกร่างกายครบ 8 สัปดาห์ ได้สัมภาษณ์ซ้ำอีกครั้ง พบว่ากลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มทดลอง 2 ส่วนใหญ่ยังคงไม่มีอาการคิดเป็นร้อยละ 67.6 และ 59.4 ตามลำดับ สำหรับผู้ที่มีอาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้หลังจากฝึกครบ 8 สัปดาห์แล้ว ในกลุ่มทดลอง 2 พบว่ามีอาการดีขึ้นทุกคนคิดเป็นร้อยละ 37.5 ในกลุ่มทดลอง 1 พบว่ามีอาการดีขึ้นจำนวนกึ่งหนึ่งของผู้ที่เคยมีอาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้ คิดเป็นร้อยละ 17.6 ส่วนกลุ่มควบคุมพบว่าส่วนใหญ่มีอาการคงเดิมคิดเป็นร้อยละ 48.6 และจากการทดสอบเปรียบเทียบจำนวนหญิงมีครรภ์ที่มีอาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้ ดีขึ้นในระยะหลังฝึกใกล้เคียงโดยใช้ค่าสถิติไค-สแควร์ ( $\chi^2$ ) พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ )

### 3. ข้อมูลเกี่ยวกับการคลอดของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุครรภ์เมื่อคลอด

| อายุครรภ์<br>(สัปดาห์) | กลุ่มทดลอง 1     |        | กลุ่มทดลอง 2     |        | กลุ่มควบคุม      |        | p-value |
|------------------------|------------------|--------|------------------|--------|------------------|--------|---------|
|                        | จำนวน            | ร้อยละ | จำนวน            | ร้อยละ | จำนวน            | ร้อยละ |         |
| 37-37 <sup>+6</sup>    | 4                | 11.8   | 9                | 28.1   | 1                | 2.9    | 0.013*  |
| 38-38 <sup>+6</sup>    | 8                | 23.5   | 9                | 28.1   | 6                | 17.1   |         |
| 39-39 <sup>+6</sup>    | 8                | 23.5   | 6                | 18.8   | 16               | 45.7   |         |
| 40-40 <sup>+6</sup>    | 12               | 35.3   | 5                | 15.6   | 12               | 34.3   |         |
| 41-41 <sup>+6</sup>    | 2                | 5.9    | 3                | 9.4    | 0                | 0      |         |
| รวม                    | 34               | 100.0  | 32               | 100.0  | 35               | 100.0  |         |
| อายุครรภ์เฉลี่ย        | 39 <sup>+1</sup> |        | 39 <sup>+2</sup> |        | 39 <sup>+6</sup> |        | 0.017*  |

\*  $p < 0.05$

จากตารางที่ 6 พบว่ากลุ่มทดลอง 1 ส่วนใหญ่คลอดในช่วงอายุครรภ์ 40 สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 35.3 กลุ่มทดลอง 2 ส่วนใหญ่คลอดในช่วงอายุครรภ์ 37-38 สัปดาห์ คิดรวมกันเป็น ร้อยละ 56.2 และกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่คลอดในช่วงอายุครรภ์ 39 สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 45.7 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของอายุครรภ์ทั้ง 3 กลุ่มโดยใช้ค่าสถิติ ANOVA พบว่ามีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ ) เมื่อคำนวณอายุครรภ์เฉลี่ยของแต่ละกลุ่มและทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของอายุครรภ์ทั้ง 3 กลุ่ม โดยใช้ค่าสถิติ ANOVA พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ )



ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการแตกของถุงน้ำ การได้รับยาเร่งคลอด และการได้รับยาระงับปวด / ยากล่อมประสาท

| ข้อมูลการคลอด                       | กลุ่มทดลอง 1 |        | กลุ่มทดลอง 2 |        | กลุ่มควบคุม |        | p-value |
|-------------------------------------|--------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|---------|
|                                     | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ |         |
| การแตกของถุงน้ำ                     |              |        |              |        |             |        |         |
| แตกตามธรรมชาติ                      | 22           | 64.7   | 23           | 71.9   | 29          | 82.9   | 0.229   |
| เจาะถุงน้ำ                          | 12           | 35.3   | 9            | 28.1   | 6           | 17.1   |         |
| รวม                                 | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| การได้รับยาเร่งคลอด                 |              |        |              |        |             |        |         |
| ไม่ได้รับ                           | 2            | 5.9    | 4            | 12.5   | 1           | 2.9    | 0.293   |
| ได้รับ                              | 32           | 94.1   | 28           | 87.5   | 34          | 97.1   |         |
| รวม                                 | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| การได้รับยาระงับปวด / ยากล่อมประสาท |              |        |              |        |             |        |         |
| ไม่ได้รับ                           | 16           | 47.0   | 17           | 53.1   | 17          | 48.5   | 0.263   |
| ได้รับ                              | 18           | 53.0   | 15           | 46.9   | 18          | 51.5   |         |
| รวม                                 | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |

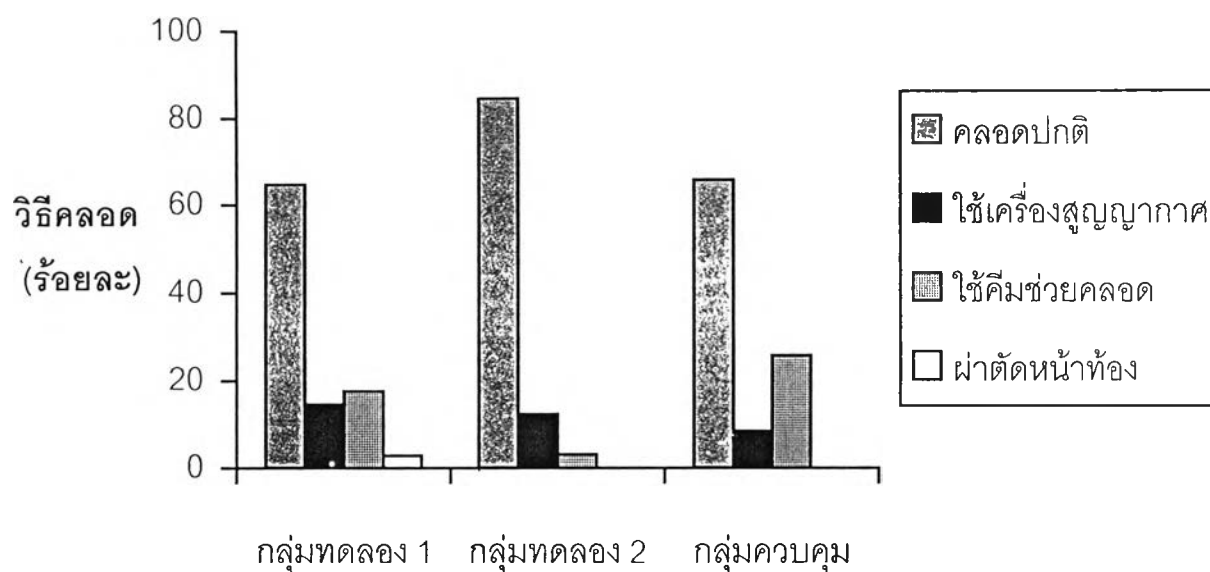
จากตารางที่ 7 พบว่าการแตกของถุงน้ำของกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีการแตกของถุงน้ำตามธรรมชาติ (spontaneous) คิดเป็นร้อยละ 64.7, 71.9 และ 82.9 ตามลำดับ ส่วนการเร่งคลอดด้วยยา พบว่า กลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มควบคุม ได้รับยาเร่งคลอดในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน คือ ร้อยละ 94.1 และ 97.1 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มทดลอง 2 ได้รับยาเร่งคลอดน้อยกว่า 2 กลุ่มแรก คิดเป็นร้อยละ 87.5 สำหรับการได้รับยาระงับปวด และ ยากล่อมประสาทในกลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่ได้รับ คิดเป็นร้อยละ 53.0 และ 51.5 ตามลำดับ แตกต่างจากกลุ่มทดลองที่ 2 ซึ่งส่วนใหญ่ไม่ได้รับ คิดเป็นร้อยละ 53.1 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของการแตกของถุงน้ำ การได้รับยาเร่งคลอด และการได้รับยาระงับปวด / ยากล่อมประสาท ด้วยค่าสถิติไค-สแควร์ ( $\chi^2$ ) พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามวิธีคลอด

| วิธีคลอด                | กลุ่มทดลอง 1 |        | กลุ่มทดลอง 2 |        | กลุ่มควบคุม |        | p-value |
|-------------------------|--------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|---------|
|                         | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ |         |
| คลอดปกติ                | 22           | 64.7   | 27           | 84.4   | 23          | 65.7   | 0.165   |
| คลอดผิดปกติ             | 12           | 35.3   | 5            | 15.6   | 12          | 35.3   |         |
| - ใช้เครื่องดูดสุญญากาศ | 5            | 14.7   | 4            | 12.5   | 3           | 8.6    |         |
| - ใช้คีมช่วยคลอด        | 6            | 17.6   | 1            | 3.1    | 9           | 25.7   |         |
| - ผ่าตัดหน้าท้อง        | 1            | 2.9    | 0            | 0      | 0           | 0      |         |
| รวม                     | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| สาเหตุของคลอดผิดปกติ    |              |        |              |        |             |        |         |
| มารดาเหนื่อยล้า         | 6            | 50.0   | 2            | 40.0   | 2           | 16.7   |         |
| การคลอดระยะที่ 2 ยาวนาน | 5            | 41.7   | 3            | 60.0   | 9           | 75.0   |         |
| ทารกอยู่ในภาวะอันตราย   | 1            | 8.3    | 0            | 0      | 1           | 8.3    |         |
| รวม                     | 12           | 100.0  | 5            | 100.0  | 12          | 100.0  |         |

จากตารางที่ 8 พบว่ากลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่มีการคลอดปกติ คิดเป็นร้อยละ 64.7, 84.4 และ 65.7 ตามลำดับ ซึ่งกลุ่มทดลอง 2 มีการคลอดปกติมากกว่ากลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มควบคุม เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของวิธีคลอด โดยใช้ค่าสถิติไค-สแควร์ ( $\chi^2$ ) พบว่าไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ ) สำหรับสาเหตุของการคลอดผิดปกติของกลุ่มทดลอง 1 พบว่าส่วนใหญ่มีสาเหตุจากมารดาเหนื่อยล้า คิดเป็นร้อยละ 50.0 ส่วนในกลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม พบว่าส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากระยะที่ 2 ของการคลอดยาวนาน คิดเป็นร้อยละ 60.0 และ 75.0 ตามลำดับ

ภาพที่ 6 แสดงร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามวิธีคลอด



กลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่มีการคลอดปกติ แต่ไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ ( $P > 0.05$ )

**ตารางที่ 9** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาในระยะคลอด (ชั่วโมง.นาที)  
จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

| ระยะคลอด / กลุ่ม | n  | $\bar{X}$ | SD.  | SE.   | 95 % CI |       |
|------------------|----|-----------|------|-------|---------|-------|
|                  |    |           |      |       | L       | U     |
| <b>ระยะที่ 1</b> |    |           |      |       |         |       |
| กลุ่มทดลอง 1     | 34 | 9.01      | 3.23 | 0.55  | 8.22    | 10.14 |
| กลุ่มทดลอง 2     | 32 | 7.07      | 2.25 | 0.39  | 6.26    | 8.22  |
| กลุ่มควบคุม      | 35 | 9.51      | 3.65 | 0.62  | 8.26    | 10.77 |
| <b>ระยะที่ 2</b> |    |           |      |       |         |       |
| กลุ่มทดลอง 1     | 34 | 0.48      | 0.57 | 0.09  | 0.24    | 0.62  |
| กลุ่มทดลอง 2     | 32 | 0.43      | 0.53 | 0.09  | 0.27    | 1.07  |
| กลุ่มควบคุม      | 35 | 1.18      | 0.78 | 0.13  | 0.51    | 1.05  |
| <b>ระยะที่ 3</b> |    |           |      |       |         |       |
| กลุ่มทดลอง 1     | 34 | 0.05      | 0.03 | 0.005 | 0.04    | 0.06  |
| กลุ่มทดลอง 2     | 32 | 0.06      | 0.02 | 0.004 | 0.05    | 0.07  |
| กลุ่มควบคุม      | 35 | 0.07      | 0.04 | 0.007 | 0.05    | 0.08  |

จากตารางที่ 9 พบว่าในระยะที่ 1 ของการคลอด กลุ่มทดลอง 2 มีค่าเฉลี่ยของเวลาน้อยกว่ากลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มควบคุม คือ 7.07, 9.01 และ 9.51 ชั่วโมง ตามลำดับ ในระยะที่ 2 ของการคลอดหรือระยะเบ่ง กลุ่มทดลอง 2 มีค่าเฉลี่ยของเวลาน้อยกว่า กลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มควบคุม คือ 0.43, 0.48 และ 1.18 ชั่วโมง ตามลำดับ ส่วนในระยะที่ 3 ของการคลอดหรือระยะคลอดรก กลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยของเวลาที่ใกล้เคียงกันมาก คือ 6, 5 และ 7 นาที ตามลำดับ

**ตารางที่ 10** ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเวลาในระยะคลอดของกลุ่มตัวอย่าง

| แหล่งความแปรปรวน | df  | SS      | MS    | F    | Sig    |
|------------------|-----|---------|-------|------|--------|
| <b>ระยะที่ 1</b> |     |         |       |      |        |
| ระหว่างกลุ่ม     | 2   | 109.67  | 54.83 | 5.63 | 0.005* |
| ภายในกลุ่ม       | 98  | 955.53  | 9.75  |      |        |
| รวม              | 100 | 1065.19 |       |      |        |
| <b>ระยะที่ 2</b> |     |         |       |      |        |
| ระหว่างกลุ่ม     | 2   | 2.49    | 1.24  | 3.03 | 0.053  |
| ภายในกลุ่ม       | 98  | 40.25   | 0.41  |      |        |
| รวม              | 100 | 42.73   |       |      |        |
| <b>ระยะที่ 3</b> |     |         |       |      |        |
| ระหว่างกลุ่ม     | 2   | 47.54   | 23.77 | 3.94 | 0.093  |
| ภายในกลุ่ม       | 98  | 590.66  | 6.03  |      |        |
| รวม              | 100 | 638.19  |       |      |        |

\*  $p < 0.05$

จากตารางที่ 10 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเวลาในระยะคลอดโดยใช้ค่าสถิติ ANOVA พบว่าค่าเฉลี่ยของเวลาในการคลอดระยะที่ 1 ของกลุ่มศึกษาทั้ง 3 กลุ่มมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ ) และในระยะที่ 2 ของการคลอด กลุ่มควบคุมแตกต่างจากทั้งกลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มทดลอง 2 แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )

**ตารางที่ 11** ทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยเวลา ในระยะที่ 1 ของการคลอด

|              | ค่าเฉลี่ย | กลุ่มทดลอง 1 | กลุ่มทดลอง 2 | กลุ่มควบคุม |
|--------------|-----------|--------------|--------------|-------------|
| กลุ่มทดลอง 1 | 9.01      |              | .013*        | .509        |
| กลุ่มทดลอง 2 | 7.07      | .013*        |              | .002*       |
| กลุ่มควบคุม  | 9.51      | .509         | .002*        |             |

\*  $p < 0.05$

จากตารางที่ 11 เมื่อทำการทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ โดยทำ multiple comparisons โดยวิธี Turkey's Least Significant Difference (LSD) พบว่าในระยะที่ 1 ของการคลอด กลุ่มทดลอง 2 ใช้เวลาน้อยกว่ากลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ ) แต่กลุ่มทดลอง 1 กับกลุ่มควบคุม ใช้เวลาคลอดไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )

**ตารางที่ 12** ทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยเวลาในระยะที่ 2 ของการคลอด

|              | ค่าเฉลี่ย | กลุ่มทดลอง 1 | กลุ่มทดลอง 2 | กลุ่มควบคุม |
|--------------|-----------|--------------|--------------|-------------|
| กลุ่มทดลอง 1 | 0.48      |              | .788         | .049*       |
| กลุ่มทดลอง 2 | 0.43      | .788         |              | .028*       |
| กลุ่มควบคุม  | 1.18      | .049*        | .028*        |             |

\*  $p < 0.05$

จากตารางที่ 12 เมื่อทำการทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ โดยทำ multiple comparisons โดยวิธี Turkey's Least Significant Difference (LSD) พบว่าในระยะที่ 2 ของการคลอด กลุ่มควบคุมใช้เวลาในระยะคลอดมากกว่ากลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มทดลอง 2 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ ) แต่กลุ่มทดลอง 1 กับกลุ่มทดลอง 2 ใช้เวลาคลอดไม่แตกต่างกันที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )

**ตารางที่ 13** จำนวนและร้อยละของทารกของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคะแนนประเมินทารก

| คะแนนประเมินทารก | กลุ่มทดลอง 1 |        | กลุ่มทดลอง 2 |        | กลุ่มควบคุม |        | p-value |
|------------------|--------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|---------|
|                  | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ |         |
| <b>1 นาที</b>    |              |        |              |        |             |        |         |
| < 7 คะแนน        | 3            | 8.8    | 1            | 3.0    | 4           | 11.5   | .487    |
| ≥ 7 คะแนน        | 31           | 91.2   | 31           | 97.0   | 31          | 88.5   |         |
| รวม              | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |
| <b>5 นาที</b>    |              |        |              |        |             |        |         |
| < 7 คะแนน        | 0            | 0      | 0            | 0      | 0           | 0      |         |
| ≥ 7 คะแนน        | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  | .707    |
| รวม              | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |         |

จากตารางที่ 13 คะแนนประเมินทารกใน 1 นาทีแรก ของทารกที่เกิดจากมารดาในกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่มีคะแนนตั้งแต่ 7 คะแนนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 91.2, 97.0 และ 88.5 ตามลำดับ ส่วนทารกที่มีคะแนนประเมินใน 1 นาทีแรก ตั้งแต่ 7 คะแนนขึ้นไป พบว่าทารกที่เกิดจากมารดาในกลุ่มทดลอง 2 มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 97.0 และทารกที่เกิดจากมารดาในกลุ่มควบคุม มีน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 88.5 แต่เมื่อทำการทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนประเมินทารกโดยใช้ค่าสถิติ ANOVA พบว่า ไม่มี ความแตกต่างทางสถิติ ( $p > 0.05$ ) สำหรับคะแนนประเมินทารกใน 5 นาที พบว่าทารกของกลุ่มตัวอย่างทุกกลุ่ม มีคะแนนตั้งแต่ 7 ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 100.0 เช่นเดียวกันทุกกลุ่ม

**ตารางที่ 14** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนประเมินทารกใน 1 นาที  
จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

| กลุ่มตัวอย่าง | n  | $\bar{X}$ | SD.  | SE. | 95%CI |      |   |
|---------------|----|-----------|------|-----|-------|------|---|
|               |    |           |      |     | L     | -    | U |
| กลุ่มทดลอง 1  | 34 | 8.72      | .73  | .13 | 8.46  | 8.98 |   |
| กลุ่มทดลอง 2  | 32 | 8.65      | .92  | .16 | 8.33  | 8.97 |   |
| กลุ่มควบคุม   | 35 | 8.43      | 1.33 | .23 | 7.97  | 8.89 |   |

จากตารางที่ 14 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนประเมินทารกใน 1 นาที ของกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยใกล้เคียงกันมาก คือ 8.72, 8.67 และ 8.43 ตามลำดับ แต่คะแนนค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุมมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมากกว่า 2 กลุ่ม คือ 1.33

**ตารางที่ 15** ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนประเมินทารกใน 1 นาที

| แหล่งความแปรปรวน | df  | SS     | MS    | F    | Sig  |
|------------------|-----|--------|-------|------|------|
| ระหว่างกลุ่ม     | 2   | 1.55   | .776  | .725 | .487 |
| ภายในกลุ่ม       | 98  | 104.81 | 1.069 |      |      |
| รวม              | 100 | 106.36 |       |      |      |

จากตารางที่ 15 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนประเมินทารกใน 1 นาที ของช่องกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม ด้วยค่าสถิติ ANOVA พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )



**ตารางที่ 16** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของน้ำหนักทารกแรกคลอด  
จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

| กลุ่มตัวอย่าง | n  | $\bar{X}$ | SD.    | SE.   | 95%CI   |         |
|---------------|----|-----------|--------|-------|---------|---------|
|               |    |           |        |       | L       | U       |
| กลุ่มทดลอง 1  | 34 | 3008.75   | 302.36 | 53.45 | 2899.74 | 3117.76 |
| กลุ่มทดลอง 2  | 32 | 3059.70   | 312.03 | 53.51 | 2950.83 | 3168.58 |
| กลุ่มควบคุม   | 35 | 3191.71   | 315.66 | 53.36 | 3083.28 | 3300.15 |

จากตารางที่ 16 พบว่ากลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของน้ำหนักทารกแรกคลอดมากที่สุดคือ 3191.71 กรัม และกลุ่มทดลอง 1 มีค่าเฉลี่ยของน้ำหนักทารกแรกคลอดน้อยที่สุดคือ 3008.75 กรัม

**ตารางที่ 17** ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของน้ำหนักทารกแรกคลอด

| แหล่งความแปรปรวน | Df  | SS        | MS        | F     | Sig   |
|------------------|-----|-----------|-----------|-------|-------|
| ระหว่างกลุ่ม     | 2   | 604507.28 | 302253.64 | 3.140 | .048* |
| ภายในกลุ่ม       | 98  | 9434744.2 | 96272.900 |       |       |
| รวม              | 100 | 10039251  |           |       |       |

\*  $p < 0.05$

จากตารางที่ 17 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของน้ำหนักทารกแรกคลอดของกลุ่มศึกษา ทั้ง 3 กลุ่ม โดยใช้ค่าสถิติ ANOVA พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ ) เมื่อทำการทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่โดยทำ Multiple Comparisons โดยวิธี Turkey's Least Significant Difference (LSD) พบว่า กลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ )

ตารางที่ 18 น้ำหนักเฉลี่ยของทารกที่คลอดเมื่ออายุครรภ์ 37 และ 38 สัปดาห์

| กลุ่มตัวอย่าง | อายุครรภ์ (สัปดาห์) |                     | Sig   |
|---------------|---------------------|---------------------|-------|
|               | 37-37 <sup>+6</sup> | 38-38 <sup>+6</sup> |       |
| กลุ่มทดลอง 1  | 2,855.6             | 3,045.6             | 0.213 |
| กลุ่มทดลอง 2  | 2,752.5             | 3,032.5             |       |
| กลุ่มควบคุม   | 2,930.0             | 3,016.7             |       |

จากตารางที่ 18 พบว่าน้ำหนักเฉลี่ยของทารกที่คลอดเมื่ออายุครรภ์ 37 และ 38 สัปดาห์ เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของน้ำหนักเฉลี่ยของทารก โดยใช้ค่าสถิติ ANOVA พบว่าไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )

ตารางที่ 19 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้สึกเจ็บปวดขณะคลอดจำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

| กลุ่มตัวอย่าง | n  | $\bar{X}$ | SD.  | SE.  | 95%CI |      |   |
|---------------|----|-----------|------|------|-------|------|---|
|               |    |           |      |      | L     | -    | U |
| กลุ่มทดลอง 1  | 34 | 2.68      | 1.39 | 0.24 | 2.19  | 3.16 |   |
| กลุ่มทดลอง 2  | 32 | 2.53      | 1.16 | 0.21 | 2.11  | 2.95 |   |
| กลุ่มควบคุม   | 35 | 7.03      | 1.22 | 0.21 | 6.61  | 7.45 |   |

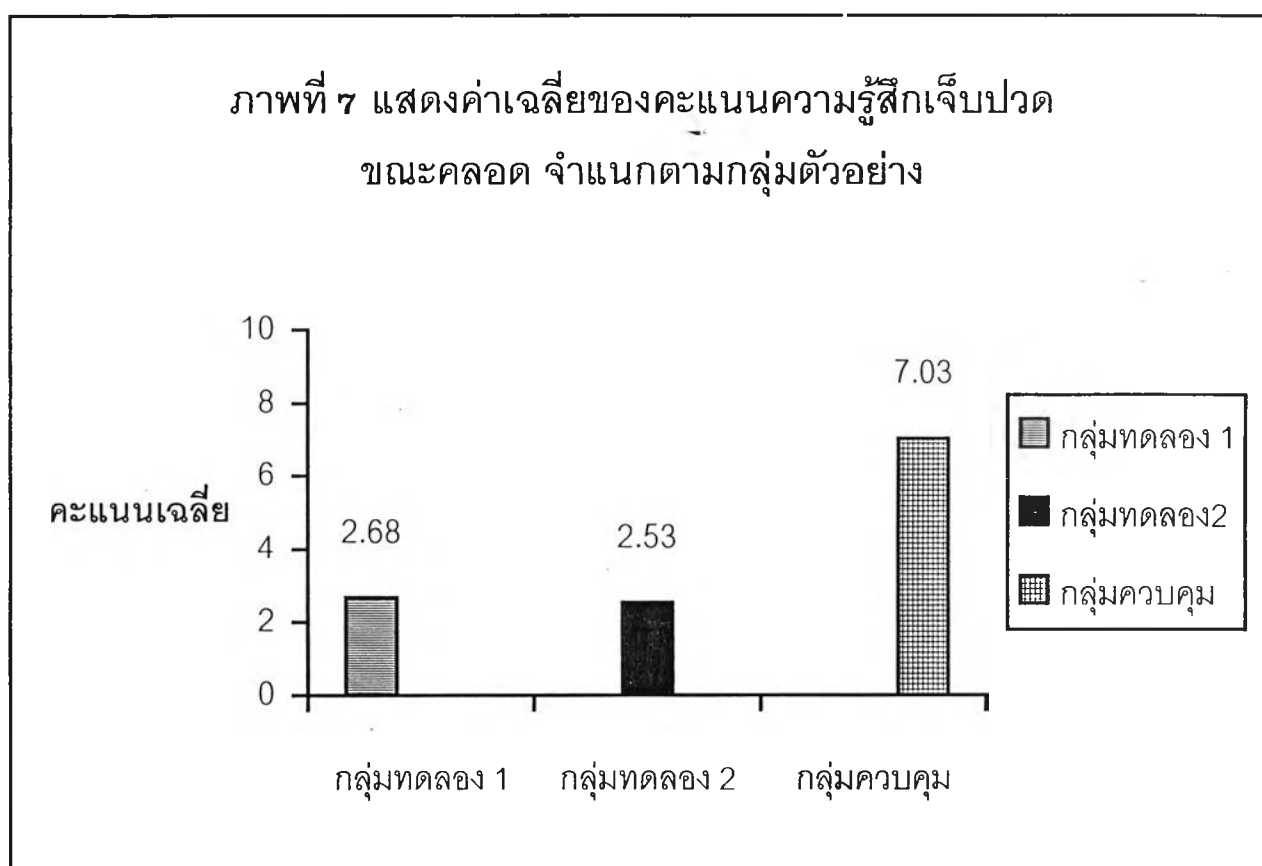
จากตารางที่ 19 พบว่ากลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเจ็บปวดขณะคลอดมากที่สุด 7.03 คะแนน และกลุ่มทดลอง 2 มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด 2.53 คะแนน ใกล้เคียงกับกลุ่มทดลอง 1 ซึ่งมีคะแนนเฉลี่ย 2.68 คะแนน

**ตารางที่ 20** ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเจ็บปวดขณะคลอด  
จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

| แหล่งความแปรปรวน | df  | SS     | MS     | F      | Sig    |
|------------------|-----|--------|--------|--------|--------|
| ระหว่างกลุ่ม     | 2   | 447.68 | 223.84 | 140.27 | 0.000* |
| ภายในกลุ่ม       | 98  | 156.38 | 1.59   |        |        |
| รวม              | 100 | 604.06 |        |        |        |

\*  $P < 0.05$

จากตารางที่ 20 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเจ็บปวดขณะคลอด โดยใช้ค่าสถิติ ANOVA พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกเจ็บปวดขณะคลอดของกลุ่มตัวอย่าง มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $P < 0.05$ )



ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกเจ็บปวดขณะคลอดของกลุ่มทดลอง กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ( $P < 0.05$ )

**ตารางที่ 21** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความพึงพอใจ  
ในการคลอบคลุมของกลุ่มตัวอย่าง

| กลุ่มตัวอย่าง | n  | $\bar{X}$ | SD.  | SE. | 95 % CI |      |
|---------------|----|-----------|------|-----|---------|------|
|               |    |           |      |     | L       | U    |
| กลุ่มทดลอง 1  | 34 | 8.68      | 1.31 | .23 | 8.22    | 9.14 |
| กลุ่มทดลอง 2  | 32 | 9.16      | 1.02 | .18 | 8.79    | 9.52 |
| กลุ่มควบคุม   | 35 | 7.37      | 1.49 | .25 | 6.86    | 7.89 |

จากตารางที่ 21 พบว่า กลุ่มทดลอง 1 กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความพึงพอใจในการคลอบคลุมในระดับค่อนข้างสูง คือ 8.68, 9.16 และ 7.37 คะแนนตามลำดับ จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน

**ตารางที่ 22** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความคิดเห็นต่อการฝึก

| ความคิดเห็น      | กลุ่มทดลอง 1 |        | กลุ่มทดลอง 2 |        | กลุ่มควบคุม |        | Sig   |
|------------------|--------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|-------|
|                  | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน        | ร้อยละ | จำนวน       | ร้อยละ |       |
| ไม่จำเป็นต้องฝึก | -            | -      | -            | -      | 1           | 2.9    | 0.386 |
| ควรฝึก           | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 34          | 97.1   |       |
| รวม              | 34           | 100.0  | 32           | 100.0  | 35          | 100.0  |       |

จากตารางที่ 22 ประชากรตัวอย่างทุกคนในกลุ่มทดลอง 1 และกลุ่มทดลอง 2 และส่วนใหญ่ในกลุ่มควบคุมให้ความเห็นว่า ควรฝึกออกกำลังกายและฝึกหายใจก่อนคลอด เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของร้อยละของความคิดเห็นโดยใช้ค่าสถิติ Fisher's exact test พบว่าไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )

ตารางที่ 23 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความคิดเห็นต่อวิธีฝึก

| ความคิดเห็น    | ฝึกหายใจ |        | ยกเชิงกราน + หายใจ |        | Sig   |
|----------------|----------|--------|--------------------|--------|-------|
|                | จำนวน    | ร้อยละ | จำนวน              | ร้อยละ |       |
| เหมาะสมแล้ว    | 32       | 94.1   | 34                 | 100.0  | 0.493 |
| ควรเพิ่มท่าฝึก | 2        | 5.9    | -                  | -      |       |
| รวม            | 34       | 100.0  | 34                 | 100.0  |       |

จากตารางที่ 23 พบว่าประชากรตัวอย่างในกลุ่มที่ฝึกหายใจเพียงวิธีเดียว ส่วนใหญ่เห็นว่าวิธีฝึกเหมาะสมแล้ว คิดเป็นร้อยละ 94.1 ส่วนน้อยเห็นว่า ควรมีการฝึกเพิ่มเติมเกี่ยวกับการ ออกกำลังกายในท่าต่างๆ ส่วนกลุ่มที่ฝึกยกเชิงกรานและฝึกหายใจทุกคนมีความเห็นว่าวิธี การฝึกเหมาะสมแล้ว คิดเป็นร้อยละ 100.0 เมื่อทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างด้วยค่าสถิติ Fisher's exact test พบว่าไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p > 0.05$ )