ประสิทธิผลโมเดลถันยาในการตรวจเต้านมด้วยตนเองในผู้สูงอายุ

คันธรส สุขกุล[1*], กิตติมา ไชยฉิม[1], พัณณิตา สายรื่น[1], นลินลักษณ์ รักษายศ [1], นิภาพร นบนอบ[1], พูนศักดิ์ บุญยัง[1], ปัทมา สุพรรณกุล[2] และ คมกริษณ์ ศรีพันธ์[3]

[1]สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี
[2]สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม
[3]สาขาวิชาเทคโนโลยีไฟฟ้าอุตสาหกรรม คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี
*kantarote.soo@sru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบบกลุ่มเดียว วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาประสิทธิผลของโมเดลถันยาในการส่งเสริมทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองของผู้สูงอายุ ประชากรเป็นผู้สูงอายุในตำบล ท่าทองใหม่ อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน 33 คน ได้มาโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1. โมเดลถันยา ที่พัฒนาขึ้น โดยทีมวิจัยเพื่อใช้ฝึกทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเอง 2. แบบประเมินทักษะ ใช้วัดทักษะการตรวจเต้านมก่อนและหลังการใช้โมเดล 3. แบบประเมินความพึงพอใจการตรวจเต้านมหลังการใช้ โมเดล วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบค่าทีแบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (Paired t-test) ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง ผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่าโมเดลถันยามีประสิทธิผลในการส่งเสริมทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองในผู้สูงอายุ

คำสำคัญ: โมเดลถันยา การตรวจเต้านมด้วยตนเอง ผู้สูงอายุ

Effectiveness of the Tunya Breast Model on Breast Self- Examination among Elderly Women

Kantarote Sookkul[1*], Kittima Chaichim[1], Pannita Sairuen [1], Nalinlak Raksayot[1],Nipaporn Nobnorb[1], Poonsak Boonyoung[1], Pattama Suphunnakul[2] and Komkit Seepan[3]

[1]Public Health, Faculty of Science and Technology, Suratthani Rajabhat University
[2]Public Health, Faculty of Science and Technology, Pibulsongkram Rajabhat University
[3]Industrial Electrical Technology, Faculty of Science and Technology, Suratthani Rajabhat University
*kantarote.soo@sru.ac.th.com

Abstract

This research was a quasi-experimental study using a one-group pretest-posttest design. The objective of this study was to examine the effectiveness of the Thanya Model in promoting breast self-examination skills among the elderly. The population consisted of 33 elderly people in Tha Thong Mai Subdistrict, Kanchanadit District, Surat Thani Province, selected by purposive sampling. The research instruments consisted of: (1) the Thanya Model developed by the research team for training breast self-examination skills, (2) a skill assessment form used to measure breast self-examination skills before and after using the model, and (3) a satisfaction questionnaire after using the model. Data were analyzed using percentage, mean, standard deviation, and paired t-test. The results showed that after the experiment, the elderly had a significantly higher mean score of breast self-examination skills than before the experiment at the 0.05 level of statistical significance. The findings indicate that the Thanya Model is effective in promoting breast self-examination skills among the elderly.

Keywords: Tunya breast model, Breast self-examination, Elderly women

1. บทนำ

โรคมะเร็งเต้านม เป็นปัญหาสุขภาพสำคัญของสตรีทั่วโลก Globocan 2018 ประมาณการอุบัติการณ์ มะเร็งเต้านมปรับมาตรฐานอายุ (Age Standardized Rate หรือ ASR) ทั่วโลก เท่ากับ 46.3 ต่อแสนประชากร อัตราการตาย 13.0 ต่อแสนประชากร [1] ข้อมูลขององค์การอนามัยโลก ปี พ.ศ. 2565 รายงานว่าพบผู้ป่วยมะเร็งรายใหม่ประมาณ 19.9 ล้านคน และมีผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็ง ประมาณ 9.7 ล้านคน ซึ่งถือเป็นหนึ่งในหกของการเสียชีวิตของประชากรทั่วโลก สำหรับประเทศไทย โรคมะเร็งเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญเช่นเดียวกับหลายประเทศทั่วโลก เนื่องจากเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งของคนไทย และมีแนวโน้มอุบัติการณ์การเกิดโรคสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ข้อมูลทะเบียนมะเร็งประเทศไทยปี พ.ศ. 2560 โดยสถาบันมะเร็งแห่งชาติรายงานผู้ป่วยมะเร็งรายใหม่ 139,206 คน โรคมะเร็งที่พบมาก 5 อันดับแรกในหญิงไทย ได้แก่ มะเร็งเต้านม มะเร็งลำไส้ใหญ่และไส้ตรง มะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งปอด และมะเร็งปากมดลูก [2]

การศึกษาภาระโรค (Burden of disease) ของประชากรไทยในปี พ.ศ. 2557 พบว่าการสูญเสียปีสุขภาวะของเพศหญิง คิดเป็น 6.3 ล้าน DALYs โดย โรคมะเร็งจัดอยู่ในสาเหตุหลักของการสูญเสียปีสุขภาวะ คิดเป็นร้อยละ 15 ของการสูญเสียทั้งหมด เมื่อจำแนกตามกลุ่มโรค มะเร็งเต้านมจัดอยู่ในอันดับที่ 11 คิดเป็น 83,566 DALYs ในเพศหญิง [1] แนวทางสำคัญในการป้องกันและลดความรุนแรงของโรคมะเร็งเต้านม คือการตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นประจำสม่ำเสมอ การตรวจเต้านมด้วยตัวเองเป็นการตรวจหามะเร็งเต้านมในระยะเริ่มต้น ควรจะตรวจเป็นประจำ ตั้งแต่อายุ 20 ปีขึ้นไป หากคลำได้ก้อนหรือสงสัยก็ควรจะปรึกษาแพทย์ วิธีการตรวจ ประกอบด้วย การสังเกตความผิดปกติด้วยการดูลักษณะภายนอกของเต้านม และการสังเกตความผิดปกติด้วยการคลำลักษณะภายนอกของเต้านม การคลำเต้านม จะใช้นิ้วมือ 3 นิ้ว คลำในลักษณะ คลึงวนเป็นก้นหอยเล็ก ๆ บริเวณเต้านมให้ทั่วทั้งเต้านม ในระดับความแรง 3 ระดับ คือ ระดับตื้นลงไปจากผิวหนัง เล็กน้อย ระดับที่ลึกลงไป และระดับที่ลึกถึงผนังหน้าอก โดยทิศทางในการคลำสามารถทำได้หลายวิธี และท่าที่ใช้ในการตรวจเต้านมประกอบด้วย 3 ท่า คือ 1.ท่ายืน สังเกตว่ามีการดึงรั้งของเนื้อเยื่อเกิดรอยบุ๋มหรือไม่ 2. ท่านอน คลำบริเวณเต้านมให้ทั่วโดยเริ่มจากรักแร้แลวไล ไปคลำเต้นม และ 3 ท่าตรวจขณะอาบน้ำ [1] [4]

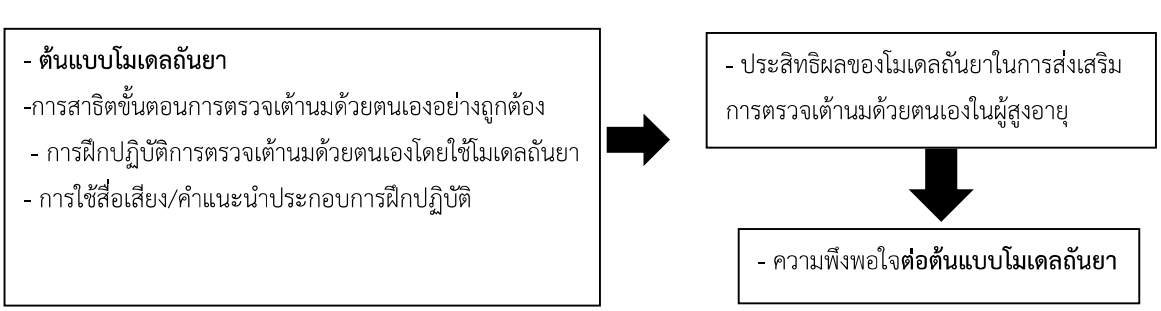
กิจกรรมการพัฒนาทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองสำหรับสตรีไทยมีงานวิจัยหลายเรื่องและจัดทำกิจกรรมหลายรูปแบบ ทั้งรูปแบบการสอนเป็นกลุ่มย่อย สอนโดยบรรยาย ดูวิดีทัศน์ สาธิตและสาธิตย้อนกลับกับโมเดลจำลองเต้านม แจกแผ่นพับ สมุดคู่มือ มีการติดตามผลหลังจบกิจกรรม [4] อย่างไรก็ตามการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถตรวจเต้านมด้วยตนเองได้อย่างถูกวิธีและมีประสิทธิภาพยังคงมีข้อจำกัด ทั้งด้านร่างกาย ความจำหรือแม้แต่ความไม่มั่นใจในตนเองของผู้สูงอายุ การจัดทำสื่อการเรียนรู้เพื่อสอนการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ที่เน้นการเรียนรู้ผ่านการสัมผัส การทดลองการลงมือทำ เป็นสื่อที่สามารถกระตุ้นการเรียนรู้เชิงปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะมีส่วนสำคัญในการส่งเสริมทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองของผู้สูงอายุ

งานวิจัยการพัฒนาโมเดลถันยาเพื่อใช้ในการส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเองในผู้สูงอายุ ผู้วิจัยจึงพัฒนาสื่อช่วยสอนโมเดลถันยา ที่มีเสียง คู่มือการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และเต้านมจำลอง ที่สามารถใช้เป็นเครื่องมือฝึกการตรวจเต้านมด้วยตัวเองได้อย่างถูกต้อง และประเมินประสิทธิภาพโมเดลถันยาเพื่อใช้ในฝึกตรวจเต้านมด้วยตนเอง ในชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าทองใหม่ อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี มุ่งหวังให้เกิดสื่อที่สามารถส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเองในผู้สูงอายุแก่ผู้สูงอายุ

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโมเดลถันยาในการส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเองในผู้สูงอายุ

3. กรอบแนวคิด



4. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pretest–Posttest Design)

4.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

4.1.1 ประชากร ประชากรที่ใช้ในวิจัยครั้งนี้คือผู้สูงอายุจำนวน80คนเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ในชมรมผู้สูงอายุ ตำบลท่าทองใหม่ อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

4.1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดจำนวน 33 คนโดยได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยโปรแกรม G power ได้ขนาดตัวอย่างเบื้องต้นเท่ากับ 30 คน และมีการปรับขนาดกลุ่มตัวอย่างเพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูล โดยใช้สูตร ดังนี้

$$N_{adj} = \frac{n}{1-R}$$

โดยที่

n = 30 (กลุ่มตัวอย่างเบื้องต้นจากโปรแกรม G power)

สมมติว่า R= 0.10 (อัตราการขาดหายของข้อมูลหรือ Dropout rate = 10%)

แทนค่าในสูตร

$$N_{adj} = \frac{30}{(1-0.10)^2} = \frac{30}{(0.90)^2} = 33.33 \approx 33$$

เกณฑ์การคัดเข้า

1. ผู้สูงอายุ ที่เพศหญิง มีอายุ 60 ปีขึ้นไป
2. ผู้สูงอายุที่อยู่ในชมรมผู้สูงอายุ ตำบลท่าทองใหม่ อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี
3. สามารถช่วยเหลือและทำกิจกรรมต่างๆได้ด้วยตนเอง โดยไม่อยู่ในภาวะพึ่งพิง,
4. ไม่มีอาการทางสมอง หรือโรคทางจิตเวช พูดคุยรู้เรื่องไม่สับสน และตอบคำถาม ได้ตรงประเด็น
5. ไม่มีภาวะเจ็บป่วยเฉียบพลัน หรือความบกพร่องทางการรับรู
6. มีประวิติป่วยด้วยโรคเรื้อรัง
7. สมัครใจเข้าร่วม พร้อมลงนามในใบยินยอม

เกณฑ์การคัดออก

1. มีอาการเจ็บป่วยเฉียบพลันขณะเข้าร่วมการวิจัย
2. ไม่สามารถปฏิบัติตามกิจกรรมตามแผนได้

4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โมเดลถันยา ที่พัฒนาขึ้นโดยทีมวิจัยเพื่อใช้ฝึก ทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเอง
2. แบบประเมินทักษะ ใช้วัดระดับทักษะการตรวจเต้านมก่อนและหลังการใช้โมเดล
3. แบบประเมินความพึงพอใจการตรวจเต้านมหลังการใช้โมเดล

การให้คะแนน: ใช้มาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ ดังนี้

0 ไม่สามารถปฏิบัติได้ 1 ปฏิบัติได้บางส่วน 2 ปฏิบัติได้ถูกต้อง

การแปลผลคะแน

การแปลผลคะแนนแบบอันตรภาคชั้น โดยใช้ช่วงคะแนนตั้งแต่ 1.00–2.00 แบ่งออกเป็น ระดับ3 ตามสูตรการหาความกว้างของช่วง (2-0)/3 = 0.67 ได้เกณฑ์การแปลผลดังนี้

ค่าเฉลี่ย 1.34 - 2.00 = ระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 0.67 – 1.33 = ระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 0.00 – 0.66 = ระดับน้อย

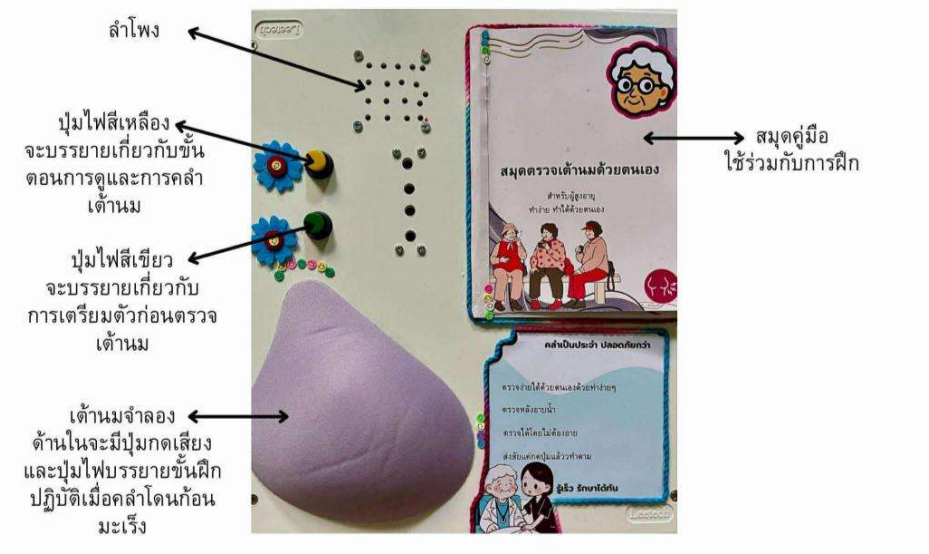
ขั้นตอนการออกแบบ และสร้างโมเดลถันยา

1. ผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาร่วมกันดำเนินการ ศึกษาเอกสาร งานวิจัย และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับต้นแบบโมเดลและสื่อการสอน จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และกำหนดแนวทางในการพัฒนาโมเดลถันยา

2. หลังจากนั้นดำเนินการ ออกแบบและพัฒนาโมเดลถันยา เพื่อใช้เป็นสื่อในการฝึกทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองสำหรับผู้สูงอายุ

3. และ นำโมเดลที่พัฒนาขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสม ความถูกต้อง และให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

4. สุดท้าย นำโมเดลถันยาไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลท่าทองใหม่ อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ให้ผู้สูงอายุฝึกปฏิบัติการตรวจเต้านมด้วยตนเองผ่านโมเดล และประเมินผลโดยใช้แบบประเมินทักษะก่อนและหลังการทดลอง รวมทั้งแบบประเมินความพึงพอใจ



ภาพที่ 1 ต้นแบบโมเดลถันยา

- เมื่อได้ต้นแบบโมเดลจึงนำโมเดลถันยาให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาและรูปแบบ
- ปรับปรุงโมเดลถันยาตามข้อเสนอแนะผู้เชี่ยวชาญก่อนนำไปใช้จริง
- เมื่อได้ต้นแบบโมเดลถันยาที่สมบูรณ์ จึงนำมาทดลองใช้ในกลุ่มผู้สูงอายุ

วิธีการใช้งานโมเดลถันยา

1. เปิดใช้งานโมเดลถันยาและเลือกหมวดการสอนตามระบบไฟที่กำหนด
2. ผู้เรียนปฏิบัติตามคำแนะนำ เสียงจากโมเดลที่ละขั้นตอน
3. ฝึกสังเกตลักษณะเต้านมจากภาพประกอบและคำอธิบาย

4. ฝึกคลำเต้านมจำลองตามท่าทางและแนวการคลำที่มีเสียงแนะนำจากโมเดล

5. ฝึกแยกแยะลักษณะก้อนปกติ และก้อนผิดปกติจากเต้านมจำลอง

6. ทำซ้ำขั้นตอนการฝึกจนเกิดความเข้าใจและความมั่นใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

4.3 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย

4.3.1 ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Contant Validly) โดยใช้วิธีหาดัชนีวัด ความสอดคล้อง (IOC Index of Item-Objective Congruence)

สูตร IOC= $\frac{\sum R}{N}$

ค่า IOC หลังจากปรับแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้วได้ค่าอยู่ในช่วง 0.66-1.00 ทุกข้อมีความสอดคล้องสามารถใช้ได้

4.*3.2* ตรวจสอบหาความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรค่าความเชื่อมั่นครอนบาค

นำไปให้ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 33 คน ไปทดลองใช้ (Tryout) กับประชากรในชมรมผู้สูงอายุจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (ronbach's Alpha Reliability Coefficient) เพื่อประเมินความสอดคล้องภายในแบบประเมินทักษะ ซึ่งครอบคลุมปัจจัย การเตรียมตัวก่อนตรวจเต้านม การสังเกตเต้านม การคลำเต้านม การคลำเต้านมในท่ายืน การแปลผลสรุปการใช้โมเดล ผลการวิเคราะห์พบว่า แบบประเมินทักษะการตรวจเต้านมมีความเชื่อมั่นของเครื่องมืออยู่ระหว่าง 0.883 มีความเชื่อมั่นสูง แสดงให้เห็นว่าแบบประเมินทักษะมีความน่าเชื่อถือ และสามารถนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้อย่างเหมาะสม

4.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยผ่านการพิจารณา และต้องผ่านการอนุมัติจาก คณะอนุกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุ ราษฎร์ธานี ตามใบรับรอง โครงการวิจัย แล้วดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยทำหนังสือขอความอนุเคราะห์และเข้าพบประสานข้อมูลกับชมรมผู้สูงอายุตำบลขุนทะเล เพื่อ ชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการวิจัย และขอความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรม และการเก็บรวบรวม ข้อมูล ในขั้นตอนที่ 1

2. ผู้วิจัยพัฒนาโมเดลถันยา ร่วมกับอาจารย์ ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้ได้สื่อที่เหมาะสมสำหรับการ ส่งเสริมการตรวจเต้านมในผู้สูงอายุ

3. ผู้วิจัยทำหนังสือขอความอนุเคราะห์เข้าทดสอบประสิทธิผลของโมเดลตุ๊กตาถันยา ในชมรมผู้สูงอายุ ตำบลท่าทองใหม่

4. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการวิจัย รายละเอียดของการดำเนินการวิจัยให้ผู้สูงอายุในชมรมที่ เข้าร่วมการวิจัยทราบ เพื่อนำไปปฏิบัติจริงจากนั้นดำเนินการเก็บข้อมูล ก่อนการทดลองโดยใช้ เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรม

5. ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง และเก็บผลวิจัยมาวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 33 คน โดยใช้โมเดลถันยา 1 ตัว เป็นระยะเวลา 7 วัน ผู้วิจัยจัดให้กลุ่มตัวอย่างทดลองใช้โมเดลผลัดกัน โดยแต่ละคนได้ทดลองใช้โมเดล วันละ 1 ครั้ง ครั้งละประมาณ 15-20 นาที ก่อนทดลองผู้วิจัยได้ทำการประเมินการตรวจเต้านมด้วยตนเองของกลุ่มตัวอย่างก่อนทดลอง หลังจากกลุ่มตัวอย่างได้ทดลองใช้โมเดลครบตามระยะเวลาที่กำหนดแล้วผู้วิจัยทำการประเมินทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองหลังทดลอง เพื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการใช้โมเดล

6. นำผลที่ได้มาปรับปรุง พัฒนาโมเดลตุ๊กตาถันยา ให้มีความเหมาะสม ต่อไป

4.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ค่าร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบียงเบนมาตรฐาน เพื่ออธิบายลักษณะ ทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และความพึงพอใจต่อโมเดลตุ๊กตาถันยา

2. สถิติเชิงอนุมาน Paired t-test เพื่อประสิทธิผลของโมเดลถันยา ระดับที่ 0.05

5. การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ดำเนินการโดยคำนึงถึงการคุ้มครองสิทธิของกลุ่มตัวอย่างเป็นสำคัญ ตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ และดำเนินการยื่นขอรับรองขั้นตอนการทดสอบประสิทธิภาพของโมเดลก่อนการเข้าร่วมวิจัย ผู้เข้าร่วมทุกคนได้รับการอธิบายวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินการ ระยะเวลา ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ รวมถึงความเสี่ยงหรือผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างครบถ้วน และเข้าร่วมการวิจัยด้วยความสมัครใจ ทั้งนี้ ผู้เข้าร่วมมีสิทธิถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่ส่งผลกระทบต่อการรับบริการด้านสุขภาพหรือสิทธิอื่นใด ข้อมูลที่ได้รับจากการวิจัยจะถูกเก็บรักษาเป็นความลับ ไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคล และนำไปใช้เพื่อวัตถุประสงค์ทางการวิจัยเท่านั้น การรายงานผลการวิจัยจะนำเสนอในลักษณะภาพรวม โดยจำกัดการเข้าถึงข้อมูลเฉพาะผู้วิจัยและคณะผู้วิจัยที่เกี่ยวข้อง

6. ผลการวิจัย

การพัฒนาโมเดลถันยาเพื่อใช้ในการส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเองในผู้สูงอายุ ตำบลท่าทองใหม่ อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังนี้

ตารางที่ 6.1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการตรวจเต้านมโดยรวม ก่อนและหลังการใช้สื่อ Paired t-test (n = 33)

ตัวชี้วัด	M	S.D	t	df	P-value
การเตรียมตัวก่อนตรวจ					
ก่อนหลังทดลอง	5.72	2.74	-5.596	32	<0.01*
หลังทดลอง	8.60	0.78			
การสังเกตเต้านม					
ก่อนทดลอง	5.61	2.53	-7.416	32	<0.01*
หลังทดลอง	8.67	0.88			
การคลำเต้านมท่านอน					
ก่อนทดลอง	12.24	7.37	-7.322	32	<0.01*
หลังทดลอง	22.06	0.99			
การคลำขณะอาบน้ำ ท่ายืนหน้ากระจก					
ก่อนทดลอง	10.63	4.37	-7.322	32	<0.01*
หลังทดลอง	13.45	1.22			
การแปลผลและการตัดสินใจ					
ก่อนทดลอง	7.18	2.48	-3.586	32	<0.01*
หลังทดลอง	8.73	0.97			

*p<0.01

จากตารางที่ 6.1 พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองด้านการเตรียมตัวก่อนตรวจ5.72 (S.D. = 2.74) ด้านการสังเกตเต้านม 5.61(S.D. = 2.53) การตรวจเต้านมท่านอน 12.24 (S.D. =7.37) การคลำเต้านมขณะอาบน้ำ ท่ายืนหน้ากระจก10.63 (S.D. =4.37) การแปลผลและการตัดสินใจ เท่ากับ 7.18 (S.D. =2.48) ภายหลังการทดลอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองเพิ่มขึ้นเป็น ด้านการเตรียมตัวก่อนตรวจ 8.60 (S.D. = 0.78*)* ด้านการสังเกตเต้านม 8.67 (S.D. = 0.88) การตรวจเต้านมท่านอน 22.06 (S.D. = 0.99) การคลำเต้านมขณะอาบน้ำ ท่ายืนหน้ากระจก 13.45 (S.D. = 0.99) การแปลผลและการตัดสินใจ เท่ากับ8.73 (S.D. =0.97) ตามลำดับ แสดงว่าคะแนนทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่า โมเดลถันยามีประสิทธิผลในการส่งเสริมทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองในผู้สูงอายุ

ตาราง 6.2 แบบประเมินความพึงพอใจต่อโมเดลถันยา

ข้อประเมินความพึงพอใจ	จำนวน (ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. รูปร่างและขนาดของโมเดลถันยามีความเหมาะสม	15 (45.5)	18 (54.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
2. ความนุ่ม แข็งของเต้านมจำลองเหมาะสมต่อการฝึกคลำ	6 (18.2)	15 (75.8)	2 (6.1)	2 (6.1)	2 (6.1)
3. โมเดลมีความแข็งแรงต่อการใช้งาน	15 (45.5)	18 (54.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
4.โมเดลมีความปลอดภัย สำหรับผู้สูงอายุ	13 (39.4)	19 (57.6)	1 (3.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
5. โมเดลถันยามีความสะดวกต่อหยิบจับและใช้งาน	11 (33.3)	18 (54.5)	4 (12.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
6. สามารถใช้งานโมเดลได้ด้วย โดยไม่ยุ่งยาก	7 (21.2)	19 (57.6)	7 (21.2)	0 (0.0)	0 (0.0)
7. การจัดตำแหน่งส่วนต่าง ๆ โมเดลเข้าใจ ง่าย	16 (48.5)	17 (51.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
8.สามารถใช้โมเดลในการฝึก เต้านมได้หลายครั้ง	9 (27.3)	20 (60.6)	4 (12.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
9. โมเดลช่วยให้ท่านรู้สึกไม่อาย เขินขณะฝึกตรวจ	20 (60.1)	8 (24.2)	5 (15.2)	0 (0.0)	0 (0.0)
10. โมเดลช่วยให้เข้าใจขั้นตอน ตรวจเต้านมได้ง่ายขึ้น	6 (18.2)	27 (81.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
11. การฝึกกับโมเดลช่วยให้ วิธีการตรวจได้ดี	14 (42.4)	19 (57.6)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
12. โมเดลช่วยให้แยกแยะ ปกติและผิดปกติได้	14 (42.4)	18 (54.5)	1 (3.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

ตาราง *6.2* แบบประเมินความพึงพอใจต่อโมเดลถันยา (ต่อ)

ข้อประเมินความพึงพอใจ	จำนวน (ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
13. โมเดลช่วยเพิ่มความมั่นใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง	19 (57.6)	11 (33.3)	3 (9.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
14. เสียงแนะนำจากโมเดลมี ชัดเจน ฟังเข้าใจ ง่าย	19 (57.6)	11 (33.3)	3 (9.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
15. ภาษาในเสียงแนะนำ เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	12 (36.4)	20 (60.6)	1 (3.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
16. ลำดับขั้นตอนในเสียงแนะนำเข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน	13 (39.4)	16 (48.5)	4 (12.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
17. เสียงจากโมเดลช่วยให้สามารถปฏิบัติตามได้จริง	16 (48.5)	17 (51.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
18. โมเดลถันยามีประโยชน์ต่อการเรียนรู้การตรวจเต้านม	17 (51.5)	16 (48.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
19. โมเดลช่วยส่งเสริมให้ตรวจเต้านมด้วยตนเองสม่ำเสมอ	10 (30.3)	22 (66.7)	1 (3.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
20. มีความพึงพอใจต่อการใช้โมเดลถันยาโดยรวม	17 (51.5)	16 (48.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
$\bar{x}$ = 4.34	S.D = 0.60	m = 3.97	max = 4.61		

จากตารางที่ 6.2 พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อโมเดลถันยาในระดับ มากถึงมากที่สุด ในเกือบทุกข้อ โดยเฉพาะด้านรูปแบบและขนาดของโมเดล ความแข็งแรงทนทาน ความปลอดภัยในการใช้งาน และความสะดวกในการใช้งาน

นอกจากนี้ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เห็นว่าโมเดลถันยาช่วยให้เข้าใจขั้นตอนการตรวจเต้านมได้ง่ายขึ้น ช่วยให้จดจำวิธีการตรวจได้ดี และเพิ่มความมั่นใจในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยรวมของความพึงพอใจ พบว่าอยู่ที่ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) = 4.34 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) = 0.60 ซึ่งอยู่ในระดับ มาก ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อโมเดลถันยาในระดับมาก และเห็นว่าโมเดลสามารถนำไปใช้ในการฝึกตรวจเต้านมด้วยตนเองได้อย่างเหมาะสม

7. อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุมีคะแนนทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า โมเดลถันยามีประสิทธิผลในการพัฒนาทักษะการตรวจเต้านมด้วยตนเองในผู้สูงอายุอย่างชัดเจน เนื่องจากคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Kullapungha และ Chosivakul Sumlee Saleekul [5] พัฒนาและประเมินประสิทธิผลของนวัตกรรมเต้านม เสมือนสำหรับสอนสตรีในการตรวจเต้านมด้วยตนเอง พบว่า ภายหลังการทดลองใช้นวัตกรรมเต้านมเสมือน ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนทักษะการดูและทักษะการคลำเพื่อการตรวจคัดกรองเต้านมด้วยตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < 0.05$ ทั้งนี้คะแนนเพิ่มขึ้นอาจสะท้อนว่าการเรียนรู้ผ่านการฝึกปฏิบัติจริงร่วมกับสื่อที่มีลักษณะเป็นรูปธรรม ช่วยให้ผู้สูงอายุเข้าใจขั้นตอนการตรวจได้ดีขึ้น

นอกจากนี้ การมีเสียงแนะนำเป็นลำดับขั้นตอน ทำให้ผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติตามได้ทีละขั้นตอน ลดความสับสน และเพิ่มความมั่นใจ

8. ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรนำโมเดลถันยาไปใช้เป็นสื่อการสอนในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน
2. หน่วยงานสาธารณสุขสามารถใช้โมเดลถันยาในการให้ความรู้เกี่ยวกับการตรวจเต้านมด้วยตนเอง

9. เอกสารอ้างอิง (References)

[1] National Cancer Institute. (2022). Recommendations for Appropriate Breast Cancer Screening in Thailand. https://www.nci.go.th/doc/cpg/1768965797 (In Thai)

[2] National Cancer Institute. (2024). National Cancer Control Programme (2024-2032). https://www.lpch.go.th/lpch/uploads/20241115135023558154.pdf. (In Thai)

[3] Tippharat Sancarn and Thnach knkthes, (2019). Breast Cancer Literacy in Prevention and Breast Self-Examination, EAU Heritage Journal Science and Technology, 13(3), 14 – 21. (In Thai)

[4] Sasithorn Techamuanwaiwit (2018). Enhancing BREAST SELF-EXAMINATION Skills forThai Wouman, Journal of Boromarajonani College of Nursing, Bangkok, 34(1), 157 -168. (In Thai)

[5] Kullapungha and Chosivakul Sumlee Saleekul. (2019). Development and evaluation of an innovative artificial breast for teaching women in breast self-examination, Journal of Health Science Research, 13(1), 61 – 72. (In Thai).