

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 กรอบแนวคิด	4
1.3 คำถามในการวิจัย	6
1.4 วัตถุประสงค์ในการวิจัย	6
1.5 ขอบเขตของการวิจัย	6
1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
1.7 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	7
บทที่ 2 วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม การดูแลตนเอง	9
2.2 พฤติกรรม การดูแลตนเองของหญิงหลังคลอด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	13
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	26
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	26
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	27
3.3 การรวบรวมข้อมูล	30
3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล	31
บทที่ 4 ผลการวิจัยและอภิปรายผล	32
4.1 ผลการวิจัย	32
4.2 การอภิปรายผล	54
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	66
5.1 สรุปผลการวิจัย	66
5.2 ข้อเสนอแนะ	68
เอกสารอ้างอิง	70

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก	75
ภาคผนวก ก. สูตรที่ใช้ในการวิจัย	76
ภาคผนวก ข. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	79
ภาคผนวก ค. กรอบในการสร้างเครื่องมือ	93
ภาคผนวก ง. รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ	96
ประวัติผู้เขียน	98

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะทางประชากรและสังคม	33
ตารางที่ 2	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมในแต่ละด้านของกลุ่มตัวอย่าง	36
ตารางที่ 3	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการได้รับอาหาร น้ำ และอากาศที่เพียงพอ	39
ตารางที่ 4	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรักษาไว้ซึ่งการขับถ่ายและการระบายที่เป็นปกติ	41
ตารางที่ 5	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรักษาไว้ซึ่งสมดุลระหว่างการพักผ่อน และการมีกิจกรรม	42
ตารางที่ 6	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการรักษาสมดุลระหว่างการใช้เวลาเป็นส่วนตัวกับการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น	44
ตารางที่ 7	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการป้องกันอันตรายต่าง ๆ ในระยะหลังคลอด	46
ตารางที่ 8	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการส่งเสริมหน้าที่และพัฒนาการให้ถึงขีดสูงสุด	47
ตารางที่ 9	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งภาพลักษณ์ของตนเอง	49
ตารางที่ 10	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งคุณค่าในตนเอง	50
ตารางที่ 11	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งความเป็นตนเอง	51
ตารางที่ 12	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการคงไว้ซึ่งการยอมรับบทบาท	52