

**EFFECTS OF CHILDBIRTH PREPARATION ON FEAR,  
LABOR PAIN COPING BEHAVIORS, AND  
CHILDBIRTH SATISFACTION  
IN PRIMIPARAS**

**KOTCHAKORN TAMPAWIBOON**

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT  
OF THE REQUIREMENTS FOR  
THE DEGREE OF MASTER OF NURSING SCIENCE  
(MATERNITY AND NEWBORN NURSING)  
FACULTY OF GRADUATE STUDIES  
MAHIDOL UNIVERSITY  
2005**

**ISBN 974-04-6497-1  
COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY**

ผลของการเตรียมตัวเพื่อคลอดต่อความกลัว พฤติกรรมการเผชิญภาวะเจ็บครรภ์และความพึงพอใจ การคลอดในสตรีครรภ์แรก (EFFECTS OF CHILDBIRTH PREPARATION ON FEAR, LABOR PAIN COPING BEHAVIORS, AND CHILDBIRTH SATISFACTION IN PRIMIPARAS)

กชกร ตัมพวิบูลย์ 4536571 RAMN/M

พย.ม. (การพยาบาลมารดาและทารกแรกเกิด)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: อรพินธ์ เจริญผล, M.Ed., ยุวดี ฤาชา, Ed.D.

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาผลของการเตรียมตัวเพื่อคลอดต่อความกลัว พฤติกรรมการเผชิญภาวะเจ็บครรภ์และความพึงพอใจการคลอด กลุ่มตัวอย่างถูกเลือกตามคุณสมบัติที่กำหนดเป็นสตรีครรภ์แรกอายุครรภ์ 34-35 สัปดาห์ที่มาฝากครรภ์และคลอดที่โรงพยาบาลสมุทรปราการ จำนวน 60 ราย จัดให้ผู้ร่วมวิจัย 30 รายแรกเป็นกลุ่มควบคุมและ 30 รายหลังเป็นกลุ่มทดลอง กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติและในกลุ่มทดลองได้รับการเตรียมตัวเพื่อคลอดโดยผู้วิจัย 3 ครั้งห่างกัน 1 สัปดาห์ ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 35-36 สัปดาห์ การเตรียมตัวเพื่อคลอดรวมถึงการฝึกออกกำลังกาย การฝึกผ่อนคลาย การฝึกหายใจและการชมห้องคลอด ผู้ร่วมวิจัยจะได้รับคู่มือและตารางบันทึก ผู้วิจัยติดตามการฝึกที่บ้านโดยให้ผู้ร่วมวิจัยบันทึกการฝึกในตารางและโทรศัพท์ถาม นอกจากนี้ผู้วิจัยติดตามการปฏิบัติตัวตลอดระยะเวลาของการเจ็บครรภ์คลอด เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและแบบสังเกตพฤติกรรมในระหว่างเดือนตุลาคม พ.ศ.2547- เมษายน พ.ศ.2548 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ Independent t- test

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเจ็บครรภ์ดีกว่าและมีความพึงพอใจการคลอดมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ แต่กลุ่มทดลองมีความกลัวการคลอดน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะว่า การเตรียมตัวเพื่อคลอดมีประโยชน์ต่อสตรีครรภ์แรกในการเรียนรู้การเผชิญความเจ็บปวดจากการที่มดลูกหดตัว บุคลากรต้องช่วยให้สตรีครรภ์แรกมีความเข้าใจการฝึกฝนเทคนิคต่างๆที่จะสนับสนุนให้มีการเผชิญภาวะเจ็บครรภ์ได้ดี และนำไปสู่การมีความพึงพอใจต่อการคลอด นอกจากนี้การประคับประคองช่วยเหลือจากบุคลากรอาจช่วยให้ผลของการเตรียมตัวเพื่อคลอดเพิ่มขึ้น

**EFFECTS OF CHILDBIRTH PREPARATION ON FEAR, LABOR PAIN COPING BEHAVIORS, AND CHILDBIRTH SATISFACTION IN PRIMIPARAS****KOTCHAKORN TAMPAWIBOON 4536571 RAMN/M****M.N.S. (MATERNITY AND NEWBORN NURSING)****THESIS ADVISORS: ORAPIN CHAREONPOL, M.Ed., YUWADEE LUECHA, Ed.D.****ABSTRACT**

The purpose of this quasi-experimental research was to determine the effects of childbirth preparation on fear, labor pain coping behaviors, and childbirth satisfaction in primiparas. Sixty primigravidas who were 34-35 weeks pregnant were recruited at an antenatal unit and gave birth at Samutprakan Hospital, Samutprakan province. They were selected by purposive sampling technique and were equally assigned into either control or experimental group. Firstly, 30 subjects in the control group received only routine care from the staff nurses, and 30 subjects in the experimental group received routine care plus childbirth preparation from the researcher. Childbirth preparation was provided in three sessions, one week apart during 35<sup>th</sup>-36<sup>th</sup> weeks of their pregnancy. Childbirth preparation included the use of exercise, a breathing technique, relaxation training and a tour of labor ward. In addition, the experimental subjects received a handbook with a record sheet for home practice, and were interviewed over the telephone concerning their practice. In addition, the researcher encouraged and supported the subjects in the over all labor process. Fear and childbirth satisfaction questionnaires given to the participants October 2004 to April 2005 on self-administrated and labor pain coping behaviors were collected. Independent t- test was used as a method of data analysis.

Results revealed that the primiparas in the experimental group had better labor pain coping behaviors and childbirth satisfaction ( $P < .05$  and  $P < .01$  respectively) than those in the control group. However, there was no significant difference in fear of childbirth between experimental and control group ( $P > .05$ ).

The findings of this research suggest that childbirth preparation was beneficial to primiparas in order to learn how to cope with labor contraction. The nurses need to help them practice all training techniques to promote effective labor, which leads to high childbirth satisfaction. In addition, support from hospital personnel may help increase the effects of childbirth preparation.

**KEY WORDS: CHILDBIRTH PREPARATION / FEAR / LABOR PAIN COPING BEHAVIORS / CHILDBIRTH SATISFACTION**

104 P.ISBN 974-04-6497-1