การทดสอบโปรแกรมการสอนเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานต่อความรู้ ความมั่นใจและทักษะของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดกำแพงเพชร

The Testing of Basic Life Support Training Program on Knowledge, Confidence and Skills of High-school Students in Kamphaeng Phet province.

(Received: May 16,2026 ; Revised: May 23,2026 ; Accepted: May 27,2026)

ตุลนาฒ ทวนธง[1] ธัญญา พลับพลาทอง[1]
Toonlanat Thuanthong[1] Tunya Plubplathong[1]

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังการทดลอง (two-group pretest-posttest design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสอนเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานต่อความรู้ ความมั่นใจ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดกำแพงเพชร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 66 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 33 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการสอนเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน และเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 1) แบบทดสอบความรู้ 2) แบบสอบถามความมั่นใจ และ 3) แบบประเมินทักษะการปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา Paired t-test และ Independent t-test

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการได้รับโปรแกรมการสอน กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ความมั่นใจ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ความมั่นใจ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

คำสำคัญ: โปรแกรมการสอน, การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน, นักเรียนระดับมัธยมศึกษา

Abstract

This quasi-experimental research employed a two-group pretest-posttest design to investigate the effects of a basic life support (BLS) teaching program on knowledge, confidence, and basic life support skills among senior high school students in Kamphaeng Phet Province. The sample consisted of 66 senior high school students, who were equally assigned to an experimental group (n = 33) and a control group (n = 33).

The research instruments included a basic life support teaching program and data collection instruments comprising: (1) a knowledge test, (2) a confidence questionnaire, and (3) a practical skills assessment form for basic life support. Data were analyzed using descriptive statistics, paired t-test, and independent t-test.

The findings revealed that after receiving the teaching program, the experimental group demonstrated significantly higher mean scores in knowledge, confidence, and basic life support skills compared to their pre-intervention scores ($p < .001$). Furthermore, when compared with the control group, the experimental group showed significantly higher mean scores in knowledge, confidence, and basic life support skills ($p < .001$).

Keywords: Training Program, Basic Life Support, High-school Students

บทนำ

ภาวะหัวใจหยุดเต้นนอกโรงพยาบาล (Out-of-hospital cardiac arrest :OHCA) เป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญที่นำไปสู่การเสียชีวิตของประชาการทั่วโลก โดยอุบัติการณ์การเสียชีวิตในแต่ละทวีปสูงถึง 89-95.7 ต่อประชากร 100,000 คนต่อปี[1] แม้ใน

[1] อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร
Corresponding author: Toonlanat Thuanthong Email: toonlanatt@gmail.com

ประเทศไทยจะยังไม่มีตัวเลขสถิติที่ระบุไว้อย่างแน่ชัด แต่คาดการณ์ว่ามีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นสอดคล้องกับอุบัติการณ์ผู้เสียชีวิตด้วยโรคหัวใจขาดเลือดที่เพิ่มขึ้นทุกปี ในขณะที่อัตราเฉลี่ยการรอดชีวิตของผู้มีภาวะหัวใจหยุดเต้นนอกโรงพยาบาลอยู่ในระดับต่ำ โดยพบว่าในเอเชียมีอัตราการรอดชีวิตต่ำมากเมื่อเทียบกับพื้นที่อื่น[2]

ปัจจัยสำคัญส่งผลต่อการรอดชีวิตคือระยะเวลาในการเข้าช่วยเหลือ[3,4,5] ผู้รอดชีวิตส่วนใหญ่จะได้รับการช่วยเหลือจากหน่วยบริการการแพทย์ฉุกเฉิน (Emergency Medical Service: EMS) ซึ่งหากได้รับตอบสนองที่รวดเร็วจากหน่วยบริการการแพทย์ฉุกเฉินหรือผู้พบเห็นเหตุการณ์ด้วยการกดหน้าอก (Cardiopulmonary resuscitation: CPR) และการใช้เครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติ (AED) อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้อัตราการรอดชีวิตสูงขึ้น แต่อย่างไรก็ตามทีมหน่วยบริการการแพทย์ฉุกเฉินส่วนใหญ่อยู่ในพื้นที่เขตเมือง หากเป็นชุมชนที่อยู่นอกเขตเมืองอาจต้องใช้เวลาในการเข้าช่วยเหลือผู้ป่วย ในขณะที่ผู้พบเห็นเหตุการณ์ส่วนใหญ่เป็นประชาชนที่อยู่ในชุมชน หากผู้ป่วยได้รับการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน โดยผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ (Bystander) อย่างมีประสิทธิภาพตามขั้นตอนของห่วงโซ่แห่งการรอดชีวิต (Chain of survival) ทั้ง 5 ขั้นตอน ซึ่งเป็นการช่วยเหลือขั้นต้นที่ช่วยให้ระบบไหลเวียนของร่างกายผู้ป่วยกลับมาทำงานได้ก่อนที่ทีมผู้ช่วยเหลือจะมาถึง จะทำให้มีโอกาสรอดชีวิตเพิ่มขึ้นถึง 2-3 เท่า[6] จึงมีความจำเป็นที่ในพื้นที่ชุมชนควรมีผู้ที่มีความรู้ความสามารถที่พร้อมช่วยเหลือผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุได้อย่างทันท่วงที[3]

ประเทศไทยมีการรณรงค์เผยแพร่ความรู้การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน โดยกลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่เป็นบุคลากรทางการแพทย์ เช่น แพทย์ พยาบาล นักศึกษาพยาบาล เจ้าหน้าที่กู้ภัย รวมถึงอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เป็นต้น แต่จากสถานการณ์การเจ็บป่วยและเสียชีวิตด้วยภาวะหัวใจหยุดเต้นเกิดได้ทุกเวลาและทุกสถานที่ ประชาชนทั่วไปควรมีความรู้และทักษะเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน เมื่อพบเห็นเหตุการณ์จะสามารถให้การช่วยเหลือและช่วยเพิ่มโอกาสรอดชีวิตของผู้ป่วยได้ ปัจจุบันได้มีการให้ความรู้ให้กับกลุ่มประชาชนทั่วไปและในกลุ่มนักเรียนนักศึกษาเพิ่มมากขึ้น แต่ส่วนใหญ่ยังคงจำกัดอยู่ในเมืองใหญ่ ไม่ครอบคลุมทุกพื้นที่ตามชุมชนนอกเขตเมือง สำหรับในโรงเรียนถึงแม้มีการจัดการเรียนการสอนเรื่องความรู้พื้นฐานการช่วยชีวิตเบื้องต้นให้กับนักเรียนในรายวิชาสุขศึกษาแต่เป็นรูปแบบการบรรยายเพียงอย่างเดียว[7] ไม่ได้เน้นเทคนิคสำคัญและลงมือปฏิบัติจริง จากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของประชาชนทั่วไป คือ รู้สึกกลัว ไม่มีความมั่นใจในการช่วยเหลือผู้ป่วยหากพบเห็นผู้ที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้น[8] หากผู้ช่วยเหลือมีความรู้ ความมั่นใจและทักษะในการช่วยเหลือจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานได้

จากความสำคัญดังที่กล่าวมาข้างต้น จึงสนใจศึกษาการให้โปรแกรมความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของนักเรียนในโรงเรียนพื้นที่จังหวัดกำแพงเพชร ระดับมัธยมศึกษาซึ่งถือเป็นช่วงวัยที่มีความพร้อมและศักยภาพทางด้านร่างกาย สติปัญญาและอารมณ์[3,9,10] เป็นวัยที่มีความเหมาะสมในการเรียนรู้และฝึกทักษะที่มีความเฉพาะทางและเหมาะสมในการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน[7] จึงควรส่งเสริมให้มีความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ เพื่อเพิ่มจำนวนผู้ให้การช่วยเหลือผู้ป่วยภาวะหัวใจหยุดเต้นส่งผลให้อัตราการรอดชีวิตของผู้ที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้นในชุมชนสูงขึ้น สร้างความเข้มแข็งอย่างยั่งยืนในระบบสุขภาพในระดับพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ภายในกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสอนเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ระหว่าง

กลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมการสอนเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานและกลุ่มควบคุม

สมมุติฐานการวิจัย

1. คะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานหลังได้รับโปรแกรมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม

2. กลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสูงกว่ากลุ่มควบคุม

วิธีการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยกึ่งทดลองแบบ 2 กลุ่มวัดก่อน-หลัง (Quasi Experimental Research: Two group pretest-posttest design) การศึกษาครั้งนี้ใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bloom (1956)[11] กล่าวถึงการเรียนรู้ซึ่งเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเดิมไปสู่พฤติกรรมใหม่อย่างถาวร เป็นผลจากการฝึกฝน โดยเกิดการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ เป็นความสามารถในการรับรู้ข้อมูล มีความเข้าใจและนำความรู้ไปใช้แก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสม ด้านทัศนคติเป็นความรู้สึก ความมั่นใจ หากบุคคลเกิดการเรียนรู้ มีความเข้าใจ และมั่นใจจะสามารถนำความรู้ไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 676 คน

กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดกำแพงเพชร คำนวณโดยใช้โปรแกรม G* Power Analysis[12] ใช้ Test family เลือก t-tests, Statistical test เลือก Means: Differences between two independent means (Two groups) เลือก two-tailed กำหนดค่าอิทธิพล 0.8 ค่าความคลาดเคลื่อน .05 และค่า Power 0.85[13] ได้กลุ่มตัวอย่าง 60 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 10 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 66 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 33 คน และกลุ่มควบคุม 33 คน

เกณฑ์การคัดเข้า

1. ไม่เคยได้รับการอบรมทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานมาก่อน

2. ได้รับความยินยอมจากนักเรียน ผู้ปกครอง

3. กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษา

4. ไม่มีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคซึ่งอาจทำให้อาการกำเริบได้ในขั้นตอนการฝึกทักษะภายใต้โปรแกรมการสอน เช่น โรคหัวใจ หอบหืด เป็นต้น

5. มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ สามารถพูดและสื่อสารด้วยภาษาไทยได้เข้าใจ

เกณฑ์การคัดออก

1. อยู่ระหว่างลาหรือพักการศึกษา

2. มีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคซึ่งอาจกำเริบได้ในขั้นตอนการฝึกทักษะภายใต้โปรแกรมการสอน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการให้ความรู้และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน ประกอบด้วย

1.1 คู่มือประกอบการสอนเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน ประกอบด้วยเนื้อหาการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (Basic Life Support: BLS) วิธีปฏิบัติในแต่ละขั้นตอนและการใช้เครื่องกระตุกหัวใจอัตโนมัติ (AED)

1.2 สื่อวีดิทัศน์เรื่องภาวะหัวใจหยุดเต้นและการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน

1.3 หุ่นจำลองฝึกทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับผู้เรียนฝึกทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

2. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งเป็น 3 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ระดับชั้นเรียน ประสบการณ์พบเห็นเหตุการณ์ช่วยเหลือผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ประสบการณ์การช่วยเหลือผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น

ตอนที่ 2 ความรู้เรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน เป็นแบบทดสอบความรู้ ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ แบบปรนัย 4 ตัวเลือก คำตอบที่ถูกต้อง 1 ข้อเท่ากับ 1 คะแนน ตอบผิดเท่ากับ 0 คะแนน

ตอนที่ 3 ความมั่นใจในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง มีข้อคำถาม 10 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ

ตอนที่ 4 ทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยดัดแปลงเนื้อหามาจากขั้นตอนการช่วยชีวิตฉุกเฉินของสถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ[14] คะแนนรวมเต็ม 15 คะแนน การให้คะแนนมี 3 ระดับ คือ ปฏิบัติถูกต้องและครบถ้วน ให้ 2 คะแนน ปฏิบัติถูกต้องแต่ไม่ครบถ้วน ให้ 1 คะแนน ปฏิบัติไม่ถูกต้องหรือไม่ปฏิบัติให้ 0 คะแนน

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) แบบวัดความรู้เรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน และแบบประเมินทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน ผ่านการตรวจสอบคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการช่วยฟื้นคืนชีพและผ่านการอบรม BLS instructor 1 คน อาจารย์พยาบาลเชี่ยวชาญการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพ 1 คนและอาจารย์เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต 1 คน เพื่อหาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (IOC) หลังจากผู้ทรงคุณวุฒิให้ข้อเสนอแนะเพื่อผู้วิจัยได้นำมาปรับแก้ไขตามคำแนะนำ พบว่ามีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.6-1.0

2. การหาความเชื่อมั่น (Reliability) นำเครื่องมือที่ผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาไปทดลองกับกลุ่มนักเรียนที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน แบบทดสอบความรู้ได้ค่า KR-20 เท่ากับ 0.85 แบบสอบถามความมั่นใจและแบบประเมินทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพหาความเชื่อมั่นโดยวิธี Cronbach's alpha ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น 0.80 และ 0.81 ตามลำดับ

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเข้าเก็บรวบรวมข้อมูล ติดต่อประสานงานกับครูประจำชั้นและครูพยาบาลเพื่อแนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย คุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างและระยะเวลาการดำเนินการวิจัย พิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง โดยแนะนำตนเองกับกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงสิทธิ์และความสมัครใจในการเข้าร่วมวิจัย โดยระบุชัดเจนว่าการเข้าร่วมหรือถอนตัวไม่มีผลต่อคะแนนการเรียน การเข้าร่วมวิจัยต้องได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง เตรียมอุปกรณ์ สื่อการสอนและหุ่นจำลองฝึกทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ

2. ขั้นเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรมในชั่วโมงกิจกรรมหรือเวลาที่ไม่มีการจัดการเรียนการสอนปกติ เพื่อไม่ให้กระทบต่อการเรียนของนักเรียน ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย ให้ทำแบบทดสอบวัดความรู้เรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน แบบวัดความมั่นใจในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน และประเมินทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (Pretest) โดยผู้วิจัยเป็นผู้ให้คะแนน

กิจกรรมที่ 1 ผู้วิจัยบรรยายให้ความรู้เรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน มีคู่มือประกอบการบรรยายเนื้อหา ใช้เวลา 30 นาที จากนั้นเปิดสื่อวิดีทัศน์สถานการณ์จำลองและการสาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องกระตุกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ สรุปเนื้อหาสำคัญ ใช้เวลา 30 นาที

กิจกรรมที่ 2 ผู้วิจัยสาธิตและสาธิตย้อนกลับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานในแต่ละขั้นให้กลุ่มตัวอย่างได้รับชมสื่อโดยแบ่งกลุ่มละ 8-9 คนเพื่อให้ทุกคนได้ฝึกทักษะและสาธิตย้อนกลับใน 4 ขั้นตอนหลัก ได้แก่ การประเมินสถานที่เกิดเหตุ การประเมินสภาพผู้ป่วย การกดหน้าอก (CPR) และการใช้เครื่อง AED โดยมีผู้วิจัยดูแล ให้คำแนะนำและให้ข้อมูลป้อนกลับอย่างใกล้ชิด สรุปเนื้อหาสำคัญ และเปิดโอกาสให้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง

หลังได้รับโปรแกรม ผู้วิจัยประเมินความรู้ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (Post-test) ผู้ที่มีคะแนนทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้น

พื้นฐานยังไม่ผ่านเกณฑ์ ผู้วิจัยให้คำแนะนำเพิ่มเติมและเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างได้ซักถามข้อสงสัยจนเกิดความมั่นใจและเข้ารับการประเมินทักษะอีกครั้ง

สำหรับกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยจัดให้อยู่ในอีกห้องที่ไม่สามารถมองเห็นกันได้ แนะนำสื่อเรื่องวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานจาก youtube และ website ที่น่าสนใจ โดยจัดอุปกรณ์หุ่นจำลองการช่วยฟื้นคืนชีพและเครื่อง AED ให้กับกลุ่มควบคุมได้ฝึกปฏิบัติ โดยใช้เวลารวม 2 ชั่วโมง จากนั้นทำการประเมินความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

หลังเสร็จสิ้นการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยดำเนินการให้ความรู้ความเข้าใจเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน โดยวิธีการบรรยาย ศึกษาวีดิทัศน์สถานการณ์จำลองและการสาธิตและสาธิตย้อนกลับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องกระตุกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ สรุปเนื้อหาสำคัญให้กับกลุ่มควบคุมทุกคน

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลส่วนบุคคล คะแนนความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน ใช้สถิติความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อบรรยายข้อมูลเชิงพรรณนา ใช้สถิติ Chi-square test และ Fisher's Exact Test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของข้อมูลส่วนบุคคลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังได้รับโปรแกรม ใช้สถิติ Paired t-test ทั้งนี้ได้ตรวจสอบการแจกแจงของข้อมูลด้วยสถิติ Shapiro-Wilk Test พบว่าข้อมูลมีการแจกแจงแบบปกติ ($p > .05$)

3. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมใช้สถิติ Independent t-test

จริยธรรมการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผ่านคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร COA No. 013/2023 REC No. 068/65 วันที่ 4 กรกฎาคม 2566

ผลการวิจัย

ข้อมูลส่วนบุคคล พบว่า กลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 60.61 กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 57.58 ไม่เคยพบเห็นผู้ที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้นและไม่เคยเห็นการช่วยฟื้นคืนชีพ ร้อยละ 96.97 สำหรับกลุ่มควบคุมพบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 57.58 กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 60.60 ไม่เคยพบเห็นผู้ที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้นและไม่เคยเห็นการช่วยฟื้นคืนชีพ ร้อยละ 96.97 พบว่า ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับชั้น ประสบการณ์พบเห็นผู้ที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้น และประสบการณ์พบเห็นการช่วยฟื้นคืนชีพ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานในกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับโปรแกรม ด้วยสถิติ Paired t-test

ตัวแปร	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	df	*p* value
	M	SD	*M*	SD			
ความรู้	4.44	0.89	7.94	1.08	23.69	32	<.001
ความมั่นใจ	4.47	0.89	7.91	1.01	24.44	32	<.001
ทักษะ	7.23	1.18	12.13	1.02	30.71	32	<.001

จากตาราง 2 พบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ $p < 0.001$

ตาราง 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยหลังได้รับโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ Independent t-test

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	*p* value
	M	SD	*M*	SD		
ความรู้	7.94	1.08	6.05	1.05	10.05	<.001
ความมั่นใจ	7.91	1.02	6.09	1.14	9.49	<.001
ทักษะ	12.13	1.02	9.91	0.73	14.20	<.001

จากตาราง 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานและกลุ่มควบคุม

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ (M =7.94, SD = 1.08) สูงกว่ากลุ่มควบคุม (M = 6.05, SD = 1.05) มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $p < .001$ คะแนนเฉลี่ยความมั่นใจของกลุ่มทดลอง (M = 7.91, SD = 1.02) สูงกว่ากลุ่มควบคุม (M = 6.09, SD = 1.14) มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .001$ และคะแนนเฉลี่ยทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของกลุ่มทดลอง (M = 12.13, SD = 1.02) สูงกว่ากลุ่มควบคุม (M = 9.91, SD = 0.73) มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .001$

สรุปและอภิปรายผล

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสามารถส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ด้านความรู้ ผลการศึกษาพบว่าภายหลังเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและสูงกว่ากลุ่มควบคุม สะท้อนให้เห็นว่าการจัดการเรียนรู้ด้วยกิจกรรมที่หลากหลาย ได้แก่ การบรรยายให้ข้อมูลพร้อมคู่มือประกอบการเรียนรู้ รับชมวีดิทัศน์ที่มีทั้งภาพและเสียง การสาธิตและการสาธิตย้อนกลับ ช่วยกระตุ้นความสนใจในการเรียนรู้ ทำให้ผู้เรียนเข้าใจและจดจำเนื้อหาได้มากขึ้น [15,16] สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bloom[11] ที่อธิบายว่าการเรียนรู้เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยเกิดจากประสบการณ์และการฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง รวมถึงการได้รับชมวีดิทัศน์ ซึ่งมีทั้งภาพและเสียงยังช่วยเสริมการเรียนรู้และเพิ่มประสิทธิภาพในการจดจำเนื้อหาได้ดียิ่งขึ้น รวมถึงการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าการให้โปรแกรมการช่วยฟื้นคืนชีพช่วยเพิ่มระดับความรู้ของผู้เรียนได้อย่างมีนัยสำคัญ[3,7]

ด้านความมั่นใจ ผลการศึกษาพบว่าผู้เรียนที่ได้รับโปรแกรมมีความมั่นใจในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานเพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนทดลองและเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม ซึ่งอธิบายได้ว่าการได้รับความรู้จนเข้าใจร่วมกับการฝึกทักษะภายใต้สถานการณ์ที่มีการจัดสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกับความเป็นจริง ผู้เรียนได้แสดงบทบาทและมีปฏิสัมพันธ์ตามสถานการณ์ที่เสมือนจริง ได้เรียนรู้และทดลองใช้อุปกรณ์จริงจนคุ้นเคยส่งผลให้ลดความกลัวและเพิ่มความมั่นใจในการลงมือปฏิบัติ การอบรมการช่วยฟื้นคืนชีพที่ประกอบด้วยการฝึกปฏิบัติจริงช่วยทำให้ผู้เรียนมีระดับความมั่นใจเพิ่มขึ้นอย่างมากในการตัดสินใจช่วยเหลือผู้ป่วยหากต้องเผชิญสถานการณ์จริง [17] อีกทั้งขณะฝึกปฏิบัติผู้เรียนได้รับคำแนะนำ คำชื่นชมเมื่อปฏิบัติได้ถูกต้อง และข้อมูลป้อนกลับทำให้เกิดความมั่นใจมากขึ้นว่าจะสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง [18,19] ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้กลุ่มทดลองได้รับข้อเสนอแนะที่ถูกต้องระหว่างการฝึกปฏิบัติเมื่อปฏิบัติได้ถูกต้องจะได้รับคำชมเชยเป็นระยะ ส่งผลให้มีคะแนนเฉลี่ยความมั่นใจสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ด้านทักษะ ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพสูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาของ ศศิธร ตันติเอกรัตน์[7] ที่พบว่ากลุ่มทดลองภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานมีคะแนนทักษะสูงกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่าการได้ฝึกปฏิบัติจริงมีประสิทธิภาพมากกว่าการบรรยายเพียงอย่างเดียว นอกจากนี้ผู้เรียนได้เรียนรู้การปฏิบัติที่ถูกต้องจากต้นแบบ (Modeling) จากการชมวีดิทัศน์ที่ประกอบด้วยเนื้อหาขั้นตอนในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน รวมถึงได้ลงมือฝึกทักษะเป็นลำดับขั้นตอนในสถานการณ์ใกล้เคียงกับความเป็นจริงกรณีพบเห็นผู้ที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้นในชุมชน รวมถึงมีผู้สอนคอยให้คำแนะนำ ให้ข้อมูลป้อนกลับ ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจในตนเอง นำไปสู่การปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง [20] นอกจากนี้การฝึกปฏิบัติกับหุ่นจำลองที่สามารถแสดงผลป้อนกลับของประสิทธิภาพในการปฏิบัติช่วยฟื้นคืนชีพ ภายใต้สถานการณ์จำลองที่กำหนดไว้ ทำให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และปรับปรุงการฝึกปฏิบัติ ส่งเสริมให้เกิดกระบวนการคิดวิเคราะห์การตัดสินใจแก้ไขปัญหา [18,21] จนสามารถฝึกปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

การนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการสอนเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานช่วยเพิ่มระดับความรู้ ความมั่นใจและทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพให้กับนักเรียนได้ สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในระดับต่างๆ ได้แก่

1. ระดับนโยบายการศึกษา หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยนี้ไปใช้เป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ประกอบการกำหนดนโยบายหรือแนวปฏิบัติในการส่งเสริมการจัดการเรียนการสอนด้านการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานในสถานศึกษา เพื่อเตรียมความพร้อมให้นักเรียนสามารถให้ความช่วยเหลือเบื้องต้นแก่ผู้ที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้นได้อย่างเหมาะสม

2. สถานศึกษา สามารถนำโปรแกรมการสอนไปบูรณาการกับรายวิชาที่เกี่ยวข้อง เช่น สุขศึกษา หรือกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนได้รับการพัฒนาความรู้ ความมั่นใจ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

3. ครูผู้สอน ครูผู้สอนสามารถนำกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอน เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของกระบวนการเรียนรู้และส่งเสริมผลลัพธ์ด้านความรู้ ความมั่นใจ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของผู้เรียน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาติดตามผลระยะยาวของโปรแกรม เช่น การคงอยู่ของความรู้ ความมั่นใจ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานภายหลังการอบรมในระยะเวลา 3–6 เดือน หรือ 1 ปี เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการจัดอบรมทบทวนความรู้และทักษะอย่างเหมาะสม

2. ควรศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมในกลุ่มเป้าหมายอื่น เช่น นักเรียนระดับประถมศึกษา นักศึกษา หรือประชาชนทั่วไป เพื่อเปรียบเทียบผลลัพธ์และขยายการประยุกต์ใช้โปรแกรมในบริบทที่หลากหลาย

เอกสารอ้างอิง

1. Awad E, Farhat H, Shami R, Gholami N, Mortada B, Rumbolt N, et al. Incidence, characteristics, and prehospital outcomes of out-of-hospital cardiac arrest in Qatar: A nationwide gender-based investigation. Int J Emerg Med. 2024;17(1):105.

2. Vazanic D, Prkacin I, Kurtovic B, Rotim C. Out-of-hospital cardiac arrest outcomes: Bystander cardiopulmonary resuscitation rate improvement. Acta Clin Croat. 2022;61(2):265–72.

3. มัตถก ศรีคล้อ, มาลินี อยู่ใจเย็น และ ธนวันต์ ศรีอมรรัตนกุล. ผลของโปรแกรมการให้ความรู้ในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานต่อความรู้และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ. 2562;35(1):239-251.

4. Fang K, Fook-Chong S, Okada Y, Siddiqui FJ, Shahidah N, Tanaka H, et al. Survival and neurological outcomes among OHCA patients in middle- and high-income countries in the Asia-Pacific. Resuscitation. 2025;211:110592.
5. Simmons KM, McIsaac SM, Ohle R. Impact of community-based interventions on out-of-hospital cardiac arrest outcomes: A systematic review and meta-analysis. Sci Rep. 2023;13(1):10231.
6. El-Zein RS, Kennedy KF, Chan PS. Out-of-hospital cardiac arrest survival when CPR is initiated by first responders. Resuscitation. 2023;190:109914.
7. ศศิธร ตันติเอกรัตน์. ประสิทธิผลของโปรแกรมการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานต่อความรู้ การรับรู้ความสามารถของตนเองและทักษะการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี. 2564;4(2):111-126.
8. Riva G, Hollenberg J. Different forms of bystander cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest. J Intern Med. 2021;290(1):57–72.
9. เกสร เกษมสุข และ อุษณีย์ บุญบรรจบ. การส่งเสริมพัฒนาการวัยผู้ใหญ่ตอนต้น: บทบาทของพยาบาล. แพทยสารทหารอากาศ. 2561;64(3):101-107.
10. ปาจรีย์ ตรีนนท์, สำเร็จ เทียนทอง, ธีราภรณ์ บุญล้อม, ชิณท์ณภัทร วันชัย, ชลธิชา บุญบรรจง, ญาสุมินทร์ พลเทพ, และคณะ. ผลของการใช้สื่อการเรียนรู้แอพพลิเคชั่นเพื่อพัฒนาความรู้ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ. 2562;37(3):98-105.
11. Bloom BS. Taxonomy of educational objectives: The cognitive domain. New York: David McKay; 1956.
12. Faul F, Erdfelder E, Lang AG, Buchner A. G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. Behav Res Methods. 2007;39(2):175–91.
13. Cohen J. Statistical power analysis for the behavioral sciences. 2nd ed. Hillsdale (NJ): Lawrence Erlbaum Associates; 1988.
14. National Institute for Emergency Medicine. Emergency first aid and basic CPR. Nonthaburi: National Institute for Emergency Medicine; 2020.
15. บัวบาน ปักการะโต, สหัศถญา สุขจำนงค์ และอนุชิต สิ้วอินท์. การพัฒนาความรู้และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน แบบ 4 ขั้นตอนของประชาชนในชุมชนตำบลหัวดง อำเภอนาดูน จังหวัดมหาสารคาม. วารสารวิชาการทางการพยาบาลและวิทยาศาสตร์สุขภาพ. 2567;4(3):47-57.
16. ยุพาวดี ใจบุญ, มิตา สูคีรีม, รอยมี่ หะยีดาโอะ, รอยฮานนะห์ แดงหนำ, รินรดา เขียวจินดา, อนีต้า เจ๊ะเล๊าะ, และคณะ.ผลของโปรแกรมการฝึกอบรมช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานต่อความรู้และทักษะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดตรัง. วารสารวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และนวัตกรรม มหาวิทยาลัยกาฬสินธุ์. 2568;4(1):16-27.
17. Ko JS, Kim SR, Cho BJ. The effect of cardiopulmonary resuscitation education on knowledge, attitudes, self-efficacy, and confidence among elementary school students. Healthcare (Basel). 2023;11(14):2047.
18. รัตติกาล เรืองฤทธิ์, ปรียา แก้วพิมล, กิตติพงศ์ เซ่งลอยเลื่อน. ความรู้ทักษะและความมั่นใจในสมรรถนะของตนในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องฟื้นคืนคลื่นหัวใจด้วยไฟฟ้าแบบอัตโนมัติ (เออีดี : AED) ของนักศึกษาพยาบาล. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์. 2564;13(2):125-141.
19. สืบตระกูล ตันตลานุกูล และพรกมล วิศว์วิสุทธิ์. ผลของโปรแกรมการเรียนรู้การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานต่อความรู้ ทักษะ และความมั่นใจของนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย จังหวัดอุตรดิตถ์. วารสารวิชาการสุขภาพภาคเหนือ. 2568;12(2):e283328.
20. พิชญา ทองโพธิ์ และกิ่งแก้ว อุดมชัยกูล. ผลของโปรแกรมอบรมการช่วยชีวิตต่อความรู้ การรับรู้สมรรถนะของตนเองในการช่วยชีวิตและความสามารถในการกดหน้าอกของนักศึกษาพยาบาล. รามาธิบดีพยาบาลสาร. 2563;26(1):107-121.
21. พิริพัฒน์ เตชะกันทา, ภูมินทร์ ดวงสุริยะ และสุชาติ เครื่องชัย. ผลของโปรแกรมการจัดการเรียนการสอนต่อความรู้และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1. วารสารวิชาการสุขภาพภาคเหนือ. 2566;10(2):179-190.