

## บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) ประเภท การสำรวจ (Survey study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ประโยชน์ของการบริหารกล้ามเนื้อหลัง การรับรู้อุปสรรคของการบริหารกล้ามเนื้อหลัง การรับรู้ความสามารถของตนเองในการบริหารกล้ามเนื้อหลัง การได้รับบริการด้านการป้องกัน อากาศปวดหลัง กับพฤติกรรมการบริหารกล้ามเนื้อหลัง ของผู้ป่วยปวดหลังส่วนล่างที่ได้รับบริการ นวดแผนไทย กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาคือผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังส่วนล่างที่ได้รับบริการ นวดแผนไทย ในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแผนไทย สถาบันการแพทย์แผนไทย อายุระหว่าง 20-65 ปี ทั้งเพศหญิงและเพศชาย จำนวน 106 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน ทดสอบความสัมพันธ์ด้วยสถิติไคสแควร์

### ผลการศึกษาพบว่า

1. โดยภาพรวมกลุ่มตัวอย่าง มีการรับรู้ประโยชน์ของการบริหารกล้ามเนื้อหลังอยู่ใน ระดับสูง ร้อยละ 52.8 การรับรู้อุปสรรคของการบริหารกล้ามเนื้อหลังอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 68.9 การรับรู้ความสามารถของตนเองอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 55.7 การได้รับบริการด้านการป้องกัน อากาศปวดหลังอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 68.9 และมีพฤติกรรมการบริหารกล้ามเนื้อหลังอยู่ในระดับ ต่ำ ร้อยละ 58.5

2. ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ ลักษณะ งานที่ทำ รายได้และระยะเวลาการปวดหลัง ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริหารกล้ามเนื้อหลัง

3. การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และการได้รับบริการด้าน การป้องกันอากาศปวดหลัง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริหารกล้ามเนื้อหลังอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. การรับรู้อุปสรรคของการบริหารกล้ามเนื้อหลัง ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการ บริหารกล้ามเนื้อหลัง

### ข้อเสนอแนะ

ควรหางบประมาณดำเนินงานสำหรับพัฒนาศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแผนไทย จัดทำสื่อ ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง การประกาศเป็นนโยบายการให้บริการส่งเสริมสุขภาพโดยเน้นเรื่องการบริหาร กล้ามเนื้อของผู้รับบริการ สนับสนุนเจ้าหน้าที่เข้ารับการอบรมเสริมทักษะและควรจัดกิจกรรม ส่งเสริมพฤติกรรมของผู้รับบริการอย่างต่อเนื่อง