

## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
4.1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล..... 44
4.2	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การรับรู้ประโยชน์ของการบริหารกล้ำมเนื้อหลังของกลุ่มตัวอย่าง (N=106)..... 46
4.3	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการรับรู้ประโยชน์ของการบริหารกล้ำมเนื้อหลัง..... 48
4.4	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การรับรู้อุปสรรคของการบริหารกล้ำมเนื้อหลัง ของกลุ่มตัวอย่าง (N=106)..... 48
4.5	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการรับรู้อุปสรรคของการบริหารกล้ำมเนื้อหลัง..... 50
4.6	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การรับรู้ความสามารถของตนเองในการบริหารกล้ำมเนื้อหลังของกลุ่มตัวอย่าง (N=106)..... 50
4.7	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการบริหารกล้ำมเนื้อหลัง..... 52
4.8	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การได้รับบริการด้านการป้องกันอาการปวดหลังของกลุ่มตัวอย่าง (N=106)..... 52
4.9	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการได้รับบริการด้านการป้องกันอาการปวดหลัง..... 54
4.10	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านพฤติกรรมการบริหารกล้ำมเนื้อหลังของกลุ่มตัวอย่าง (N=106)..... 54
4.11	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับพฤติกรรมการบริหารกล้ำมเนื้อหลัง..... 56
4.12	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการบริหารกล้ำมเนื้อหลังของกลุ่มตัวอย่าง (N=106)..... 56
4.13	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการบริหารกล้ำมเนื้อหลังกับพฤติกรรมการบริหารกล้ำมเนื้อหลังของกลุ่มตัวอย่าง..... 58
4.14	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้อุปสรรคของการบริหารกล้ำมเนื้อหลังกับพฤติกรรมการบริหารกล้ำมเนื้อหลัง ของกลุ่มตัวอย่าง..... 59

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
4.15	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองในการบริหาร กล้ำเนื้อหลังกับพฤติกรรมกรรมการบริหารกล้ำเนื้อหลังของกลุ่มตัวอย่าง.....	60
4.16	ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับบริการด้านการป้องกันอาการปวดหลังกับ พฤติกรรมกรรมการบริหารกล้ำเนื้อหลัง ของกลุ่มตัวอย่าง.....	61