

การประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมต่อการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่าง
ของผู้ประกอบอาชีพทำอิฐมอญ

THE APPLICATION OF SELF EFFICACY THEORY AND SOCIAL SUPPORT ON LOW BACK
PAIN PREVENTION AMONG BRICK WORKERS

นิธิตา ธารีเพียร 4936296 PHPH/M

วท.ม. (สาขารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกการพยาบาลสาธารณสุข

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: ทศนีย์ รวีวรกุล, ประ.ด., สุรินทร์ กลัมพากร, Ph.D., วงเดือน ปั่นดี, ศ.ด.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของ โปรแกรมการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเอง
ร่วมกับการสนับสนุนทางสังคม ต่อการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่าง ของผู้ประกอบอาชีพทำอิฐมอญ โดยกลุ่ม
ตัวอย่างเป็นผู้ประกอบอาชีพทำอิฐมอญเฉพาะกลุ่มที่ทำงานตั้งแต่การขึ้นรูปอิฐ ตกแต่งอิฐ เรียงอิฐ ขนย้ายอิฐเข้า
เตาเผาและเผาอิฐ ในตำบลบางเคื่อ อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 34 คน และ
กลุ่มเปรียบเทียบ 35 คน กลุ่มทดลองได้รับ โปรแกรมการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการ
สนับสนุนทางสังคม ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับคู่มือการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ประกอบอาชีพทำ
อิฐมอญ เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 1 เดือน ใช้ระยะเวลาในการศึกษาวิจัยทั้งสิ้น 8
สัปดาห์

ภายหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองในการป้องกัน
อาการปวดหลังส่วนล่าง ความคาดหวังในผลดีของการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่าง พฤติกรรมการป้องกัน
อาการปวดหลังส่วนล่างโดยเฉพาะด้านท่าทางการทำงาน และด้านการบริหารร่างกายเพื่อป้องกันอาการปวดหลัง
มากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) และมีค่าเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงการรับรู้
ความสามารถตนเองในการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่าง ($\bar{d} = 2.79$, $S.D = 4.28$) ความคาดหวังในผลดีของ
การป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่าง ($\bar{d} = 4.29$, $S.D = 3.49$) พฤติกรรมการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่าง
โดยเฉพาะด้านท่าทางการทำงาน ($\bar{d} = 2.50$, $S.D = 3.17$) และด้านการบริหารร่างกายเพื่อป้องกันอาการปวดหลัง
($\bar{d} = 1.44$, $S.D = 1.31$) มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) อย่างไรก็ตามก่อน
และหลังการทดลอง ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีคะแนนเฉลี่ยด้านการปรับสภาพแวดล้อมในการ
ทำงานไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยด้านการบริหาร
ร่างกายเพื่อป้องกันอาการปวดหลังเพิ่มขึ้นด้วย ($p\text{-value} < 0.05$)

จากผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสนับสนุนทาง
สังคม มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่างของผู้ประกอบอาชีพทำอิฐมอญ
โดยเฉพาะด้านท่าทางการทำงานและด้านการบริหารร่างกายเพื่อป้องกันอาการปวดหลัง ดังนั้น โปรแกรมการ
ประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสนับสนุนทางสังคม สามารถนำไปปรับหรือประยุกต์ใช้เป็น
แนวทางจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่างจากการทำงาน

คำสำคัญ: พฤติกรรมการป้องกันอาการปวดหลังส่วนล่าง / ผู้ประกอบอาชีพทำอิฐมอญ / ความสามารถตนเอง

THE APPLICATION OF SELF EFFICACY THEORY AND SOCIAL SUPPORT ON LOW BACK PAIN PREVENTION AMONG BRICK WORKERS

NITITA TAREEPIAN 4936296 PHPH/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJOR IN PUBLIC HEALTH NURSING

THESIS ADVISORY COMMITTEE: TASSANEE RAWIWORRAKUL, Ph.D.,
SURINTORN KALĀMPAKORN, Ph.D, WONGDYAN PANDII, Dr.P.H.

ABSTRACT

The objective of this study was to find the effects of the application of self efficacy theory and social support on low back pain prevention among brick workers. The samples were brick workers responsible for brick molding, decorating, arranging, moving to a kiln, and burning bricks in Bangdeur sub-district, Bangpahan district, Ayutthaya province, who were divided into 34 people in the experimental group and 35 people in the comparison group. The experimental group was provided with the program applying self efficacy theory and social support whereas the comparison group received the handbook regarding low back pain prevention for brick workers. The data was collected before the intervention and at 1 month after the intervention. The total study period lasted for 8 weeks.

After the intervention, it was found that the experimental group had average scores which were significantly higher regarding perceived self-efficacy on low back pain prevention, perceived positive outcome expectation of low back pain prevention, low back pain preventive behaviors, especially behaviors related to working posture and back pain prevention exercise, than those before the intervention ($P < 0.001$). The average change of scores regarding perceived self-efficacy on low back pain prevention were $\bar{d} = 2.79$, $S.D = 4.28$, perceived positive outcome expectation of low back pain prevention were $\bar{d} = 4.29$, $S.D = 3.49$, low back pain preventive behaviors especially behaviors related to working posture were $\bar{d} = 2.50$, $S.D = 3.17$ and back pain prevention exercise were $\bar{d} = 1.44$, $S.D = 1.31$ significantly higher than that the comparison group ($P < 0.05$). However, before and after the intervention, both the experimental group and comparison group had average scores of working environment modification and were not different. However, after the intervention it was also found that the average scores of back pain prevention exercise of the comparison group increased ($P < 0.05$).

The findings suggest that the program applying self efficacy theory and social support affected the behaviors of brick workers, especially with regard to working posture and back pain prevention exercise. Therefore, the program should be further applied to prevent work-related low back pain among brick workers.

KEY WORDS: LOW BACK PAIN PREVENTIVE BEHAVIORS / BRICK WORKERS/
SELF-EFFICACY

181 pages