

## สารบัญ

## หน้า

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| กิตติกรรมประกาศ                                        | ค  |
| บทคัดย่อภาษาไทย                                        | ง  |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ                                     | ฉ  |
| สารบัญตาราง                                            | ญ  |
| สารบัญแผนภูมิ                                          | ฎ  |
| สารบัญภาพ                                              | ฏ  |
| บทที่ 1 บทนำ                                           | 1  |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา                         | 1  |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย                                | 6  |
| ขอบเขตของการวิจัย                                      | 6  |
| สมมติฐานของการวิจัย                                    | 6  |
| นิยามศัพท์เฉพาะ                                        | 7  |
| ประโยชน์ที่ได้รับ                                      | 8  |
| บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง                 | 9  |
| 1. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการณ์ส่งเสริมสุขภาพ          | 9  |
| 2. การรับรู้ความสามารถของตนเอง                         | 15 |
| 3. ความรู้ทั่วไปของผู้ใส่กายอุปกรณ์เสริมโลหะประกับหลัง | 25 |
| 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง                               | 31 |
| บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย                             | 40 |
| รูปแบบการวิจัยและแบบแผนการทดลอง                        | 40 |
| ประชากรที่ใช้ในการวิจัย                                | 40 |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย                             | 41 |
| การสร้างเครื่องมือในการวิจัย                           | 42 |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล                                    | 44 |
| การวิเคราะห์ข้อมูล                                     | 44 |

สารบัญ (ต่อ)

|                                                           | หน้า |
|-----------------------------------------------------------|------|
| บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล                              | 46   |
| บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ                      | 59   |
| สรุปผลการวิจัย                                            | 59   |
| อภิปรายผล                                                 | 62   |
| ข้อเสนอแนะ                                                | 65   |
| บรรณานุกรม                                                | 67   |
| ภาคผนวก                                                   | 73   |
| ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือและสื่อ | 74   |
| ภาคผนวก ข หนังสือขอความร่วมมือ                            | 75   |
| ภาคผนวก ค แผนการสอน                                       | 79   |
| ภาคผนวก ง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล                 | 89   |
| ภาคผนวก จ เครื่องมือในการสอนและสาธิต แผ่นพับ และ VCD      | 100  |
| ประวัติผู้เขียน                                           | 109  |

สารบัญตาราง

| ตาราง |                                                                                                                                                                            | หน้า |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1     | จำนวนร้อยละ ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ และสถานภาพสมรส และระดับการศึกษา                                                                                 | 47   |
| 2     | จำนวนร้อยละ ลักษณะทั่วไปด้านสุขภาพ จำแนกตามสาเหตุ การเจ็บป่วย และการตรวจร่างกายประจำปี                                                                                     | 49   |
| 3     | ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนความรู้ในเรื่องโรคปวดหลัง และการใส่กายอุปกรณ์เสริมโลหะประกับหลัง ก่อนและหลัง การทดลอง จำแนกตามรายข้อคำถาม                              | 50   |
| 4     | ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนความเชื่อมั่นในความสามารถ ของผู้ป่วยที่ใส่กายอุปกรณ์เสริมโลหะประกับหลังต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองก่อนและหลังการทดลอง จำแนกตามรายข้อคำถาม | 52   |
| 5     | ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์จาก การใส่กายอุปกรณ์เสริมโลหะประกับหลัง ก่อนและหลังการทดลอง จำแนกตามรายข้อคำถาม                                    | 54   |
| 6     | จำนวนร้อยละ การปฏิบัติตัวในการใส่กายอุปกรณ์เสริมโลหะประกับ หลังหลังการจัดกิจกรรม จำแนกตามรายข้อคำถาม (N=30)                                                                | 56   |

## สารบัญแผนภูมิ

| แผนภูมิ |                                                                                                   | หน้า |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1       | แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในตัวบุคคล เจื้อนไข<br>เชิงพฤติกรรมและเจื้อนไขเชิงสภาพลิ่งแวดล้อม | 16   |
| 2       | แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความคาดหวังในความสามารถของตนเอง<br>และความคาดหวังในผลของการกระทำ           | 17   |
| 3       | แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ ความสามารถของตนเอง<br>และความคาดหวังผลที่จะเกิด                  | 19   |
| 4       | แสดงลักษณะของกระบวนการการเสนอตัวแบบ                                                               | 21   |
| 5       | กรอบแนวคิดในการวิจัย                                                                              | 39   |

สารบัญภาพ

| ภาพ |                                                                   | หน้า |
|-----|-------------------------------------------------------------------|------|
| 1   | โครงสร้างของกระดูกสันหลังและเส้นประสาท (ดัดแปลงจาก Jayson)        | 27   |
| 2   | เทคนิคการใส่กายอุปกรณ์เสริมโลหะประกับหลังชนิด<br>Chair Back Brace | 104  |
| 3   | เทคนิคการใส่กายอุปกรณ์เสริม โลหะประกับหลังชนิด Jewette Brace      | 106  |
| 4   | เทคนิคการใส่กายอุปกรณ์เสริม โลหะประกับหลังชนิด Taylor Brace       | 108  |