

ชื่อวิทยานิพนธ์

ผลของเทคนิคการผ่อนคลายต่อความพึงพอใจในการหลับในผู้ป่วย  
กระดูกขาหักที่อยู่ในเครื่องดัดถ่างกระดูก

ชื่อผู้เขียน

นำพิชญ์ ธรรมทิเวศน์

พยาบาลศาสตร์มหาบัณฑิต

สาขาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์ฉวีวรรณ	ธงชัย	ประธานกรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์วราภรณ์	เลิศพูนวิไลกุล	กรรมการ
รองศาสตราจารย์สมบัติ	ไชยวัฒน์	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประคิม	สุจฉายา	กรรมการ

#### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลัง เพื่อศึกษาผลของเทคนิคการผ่อนคลายต่อความพึงพอใจในการหลับในผู้ป่วยกระดูกขาหักที่อยู่ในเครื่องดัดถ่างกระดูก กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ป่วยกระดูกขาหักที่ได้รับการรักษาด้วยการดัดถ่างกระดูก ในแผนกอร์โทปิดิกส์ โรงพยาบาลสงขลา ระหว่างเดือน กุมภาพันธ์ ถึงเดือน กรกฎาคม 2539 โดยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 30 ราย จัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มเท่ากัน โดยให้ผู้ป่วย 15 รายแรกเป็นกลุ่มทดลอง และจับคู่กลุ่มควบคุมจากเพศ อายุ คะแนนความพึงพอใจในการหลับก่อนการศึกษา

กลุ่มทดลองได้รับเทคนิคการผ่อนคลายทุกวันเป็นเวลา 5 วัน กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติของหอผู้ป่วย เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบบันทึกความพึงพอใจในการหลับ ซึ่งเป็นมาตรวัดการประมาณค่าด้วยตนเองได้รับการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา และทดสอบความเชื่อมั่นโดยคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาตามวิธีของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.95

การวิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง นำมาแจกแจงความถี่และร้อยละ ทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สถิติทดสอบภายในกลุ่มด้วยวิธีวิลคอกซัน (Wilcoxon matched pairs signed ranks test) และทดสอบระหว่างกลุ่มด้วยวิธีแมน-วิทนี (Mann-Whitney U test)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า

1. ผลรวมอันดับที่ของคะแนนความพึงพอใจในการหลับของผู้ป่วยกลุ่มทดลอง มากขึ้น หลังได้รับเทคนิคการผ่อนคลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .005
2. ผลรวมอันดับที่ของคะแนนความพึงพอใจในการหลับหลังการศึกษา กลุ่มทดลอง มากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



Relaxation technique was provided to the experimental group everyday for 5 days, while routine care was provided to the control group. Instruments used were the Demographic Recording Form and Sleep Satisfaction Self-Report, which were developed by the researcher. Content validity was done and the reliability coefficient obtained by means of Cronbach's alpha coefficient was 0.95

Demographic data were analyzed using frequency and percentage. Hypotheses were tested using Wilcoxon matched pairs signed ranks test and Mann-Whitney U test.

The results of the study were :

1. The sum of ranks of Sleep satisfaction score of the experimental group was statistic significantly increased after providing relaxation technique. ( $p < .005$ )

2. The sum of ranks of Sleep satisfaction score after providing relaxation technique of the experimental group was statistic significantly higher than the control group. ( $p < .01$ )