



ผลของการนวดไทยและความพึงพอใจต่อการให้บริการของนักศึกษา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา

Effects of Thai massage and satisfaction with the service of health sciences and spa students

ธนพร อีสระทะ^{1*}, ณฐวรท บุญรัตน์¹, วีระพงศ์ คงเกื้อ¹, วัชรภรณ์ พัทคัน¹

¹คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จังหวัดสงขลา ประเทศไทย 90000

Thanaporn Issarata^{1*}, Nathawarot Boonrattana¹, Teerapong Kongkue¹,
Watcharaporn Pattakan¹

¹ Faculty of Science and Technology, Songkhla Rajabhat University, Songkhla Province, Thailand 90000

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการนวดไทยและความพึงพอใจต่อการให้บริการของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา โดยแบ่งขั้นตอนการวิจัยออกเป็น 2 ขั้นตอน 1) ขั้นตอนการเตรียมนักศึกษาเพื่อประเมินทักษะการนวดไทย โดยมีนักศึกษาที่ลงรายวิชาเตรียมความพร้อมสหกิจศึกษา จำนวน 4 คน ซึ่งทั้ง 4 คน ได้ผ่านเกณฑ์การประเมินของหลักสูตรทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ 2) ขั้นตอนการบริการนวดไทยในสถานประกอบการกิจการสปาจำลอง เพื่อประเมินความพึงพอใจของอาสาสมัครต่อการให้บริการนวดไทย โดยประชากรเป็นอาสาสมัครที่ลงทะเบียนจำนวน 40 คน กลุ่มตัวอย่างใช้วิธีเปิดตารางสำเร็จรูปของ Krejcie & Morgan ได้จำนวน 36 คน กำหนดให้นักศึกษาลงปฏิบัติให้บริการนวดไทยเพื่อสุขภาพ นวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ และนวดไทยแก้อาการพบว่า นักศึกษาสามารถลดระดับความปวดของอาสาสมัครหลังการรักษาได้แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้ง 3 กลุ่ม เทียบกับก่อนการรักษา เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับความปวดที่ลดลงของอาสาสมัครทั้ง 3 กลุ่ม พบว่าไม่แตกต่างกัน การศึกษาระดับความพึงพอใจของผู้มารับบริการต่อการให้บริการนวดไทย พบว่า ผู้รับบริการมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด และเมื่อพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลต่อระดับความพึงพอใจ พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กัน จะเห็นได้จากการเตรียมความพร้อมทั้งรูปแบบทฤษฎีและการให้นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติในรูปแบบสถานการณ์จริง ส่งผลให้นักศึกษาเกิดทักษะและสร้างความเชื่อมั่นก่อนออกไปปฏิบัติงานในสถานประกอบการจริง

คำสำคัญ : การนวดไทย, ความพึงพอใจ, บริการ

Abstract

This research aimed to study the effects of Thai massage and satisfaction with the service of health sciences and spa students. The research was divided into two steps: 1) Student preparation stage to evaluate Thai massage skills: 4 students enrolled in the cooperative education preparation course and passed theoretical and practical assessments. 2) Thai massage service in a simulated spa business to assess volunteers' satisfaction with Thai massage services. The population was 40 volunteers who registered. The sample size was determined using the Krejcie and Morgan table which was in 36 subjects. Students provided Thai massage, foot massage, and therapeutic massage for volunteers. It found that the students were able to reduce the pain of volunteers after treatment significantly in all three groups compared to before treatment, and compared with a mean reduction in pain in all three groups with no difference. The satisfaction of Thai massage services found that the volunteers were most satisfied. A study of the relationship between personal factors and the level of satisfaction found that there was no relationship. Therefore, preparation in theory and practice in real situations can improve Thai massage skills and build confidence before going to work.

Keywords: Thai Massage, Satisfaction, Service

บทนำ

ปัจจุบันการแข่งขันตลาดแรงงานจากสถาบันการศึกษามีค่อนข้างสูง การผลิตบัณฑิตออกมาในแต่ละปีมีจำนวนมาก สถาบันการศึกษาจึงมุ่งเน้นการจัดการเรียนการสอนที่สามารถพัฒนาบัณฑิตในก้าวสู่การทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ละสถาบันการศึกษาจึงจัดการเรียนการสอนในรูปแบบที่มุ่งเน้นให้นักศึกษาสามารถปฏิบัติงานได้จริงในสถานประกอบการ สหกิจศึกษา (Co-operative Education: Co-op) เป็นหนึ่งในระบบการศึกษาที่จัดให้มีการผสมผสานระหว่างการเรียนของนักศึกษาในห้องเรียนเข้ากับการปฏิบัติจริงในสถานประกอบการอย่างมีหลักการและเป็นระบบ เพื่อให้นักศึกษาได้ประสบการณ์ตรง โดยกำหนดให้นักศึกษาออกปฏิบัติงานในสถานประกอบการเสมือนหนึ่งเป็นพนักงานชั่วคราวเต็มเวลาเป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์ เป็นระบบการศึกษาที่ผสมผสานการเรียนกับการปฏิบัติงาน (เฉลิมพร เย็นเยือก, 2561) ซึ่งนักศึกษาจะได้มีโอกาสสร้างความเข้าใจและคุ้นเคยกับโลกแห่งความเป็นจริงของการทำงานและเพื่อให้ได้มาซึ่งทักษะของงานอาชีพและทักษะด้านการพัฒนาตนเอง หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา ได้จัดให้นักศึกษาลงทะเบียนรายวิชา สหกิจศึกษาด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา ในภาคเรียนที่ 2 ของชั้นปีที่ 4 และยังเป็นรุ่นแรกของสาขาวิชา คณาจารย์จึงต้องเตรียมความพร้อมให้กับนักศึกษาก่อนที่จะออกไปปฏิบัติสหกิจ ณ สถานประกอบการ กิจกรรมสปาหรือกิจกรรมนวดเพื่อสุขภาพ ซึ่งกิจกรรมสปาเพื่อสุขภาพจะเป็นการประกอบกิจการที่ให้การดูแลและเสริมสร้างสุขภาพ โดยบริการหลักที่จัดไว้ประกอบด้วย การนวดเพื่อสุขภาพและการใช้น้ำเพื่อสุขภาพ ส่วนกิจกรรมนวดเพื่อสุขภาพจะเน้นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่ใช้ศาสตร์และศิลปะของการนวดเพื่อสุขภาพ (ประกาศกระทรวงสาธารณสุข, 2551) ซึ่งในกิจการสปาหรือกิจกรรมนวดเพื่อสุขภาพจำเป็นต้องมีการให้บริการด้านการนวดไทยเป็นหลัก ได้แก่ การนวดไทยเพื่อสุขภาพจะเน้นความผ่อนคลาย นวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพเน้นการนวดบริเวณฝ่าเท้าและขา นวดไทยแก้อาการจะเน้นการกดจุดสัญญาณเพื่อการรักษาโรค ดังนั้นทักษะการนวดไทยทั้ง 3 รูปแบบจึงมีความจำเป็นที่ผู้จะไปทำงานในสถานประกอบการกิจการสปาหรือกิจกรรมนวดเพื่อสุขภาพในฐานะผู้ให้บริการจะต้องมีองค์ความรู้ด้านการนวดไทยและสามารถปฏิบัติได้อย่างชำนาญเพื่อให้เกิดผลที่ดีต่อร่างกายภายหลังการบำบัด เช่น

ทำให้กล้ามเนื้ออ่อนคลายลดอาการปวด กระตุ้นการไหลเวียนโลหิต เพิ่มความยืดหยุ่นให้กับร่างกาย เป็นต้น ซึ่งนักศึกษาในสาขาวิชาได้ผ่านการเรียนรายวิชาที่เกี่ยวข้องกับการนวดไทยจำนวน 2 รายวิชา ได้แก่ รายวิชาพื้นฐานการนวดไทย และรายวิชาหัตถศาสตร์บำบัด ซึ่งเนื้อหาจะประกอบด้วยองค์ความรู้กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการนวดไทย หลักการนวดไทยเพื่อสุขภาพ การนวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ และการนวดไทยแก้อาการประโยชน์ของการนวดไทยต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกาย โรคหรืออาการที่สามารถทำการนวดได้ ข้อห้ามและข้อควรระวังของการนวด รวมทั้งได้มีการฝึกปฏิบัติระหว่างผู้เรียนภายในชั้นเรียน ซึ่งการเรียนและการฝึกปฏิบัติในรูปแบบนี้นั้นอาจจะยังไม่เพียงพอที่นักศึกษาจะสามารถออกไปปฏิบัติงานได้เสมือนเป็นพนักงานจริง ทางหลักสูตรจึงได้ออกแบบสถานประกอบการกิจการสปาจำลองภายในมหาวิทยาลัยและเปิดให้บริการชั่วคราวขึ้น เพื่อให้นักศึกษาได้เกิดทักษะปฏิบัติงานกับผู้ที่มารับบริการจริง ได้เรียนรู้ตั้งแต่กระบวนการซักประวัติจนได้มาซึ่งโรคหรืออาการ และทำให้มีความตระหนักถึงโรคหรืออาการระวังในขณะนวด เช่น ผู้ป่วยโรคเบาหวาน หรือโรคหรืออาการที่ไม่ควรนวด เช่น ผู้ที่มีไข้สูง เป็นต้น นอกจากนี้ยังทำให้ได้เห็นการให้บริการของนักศึกษาต่อผู้มารับบริการอีกด้วย ซึ่งกระบวนการทั้งหมดจะอยู่ภายใต้การควบคุมของอาจารย์ผู้ดูแล จากเหตุผลข้างต้นทำให้ผู้วิจัย มีความสนใจศึกษาผลของการนวดไทยและความพึงพอใจต่อการให้บริการของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปาก่อนออกไปปฏิบัติสหกิจศึกษา

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการนวดไทยของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อการให้บริการนวดไทยของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา
3. เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อการให้บริการนวดไทยของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา

นิยามศัพท์

1. นักศึกษารุ่นแรก หมายถึง นักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา รุ่นที่ 1 รหัส 624286 ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 4 คน
2. ผู้ให้บริการ หมายถึง นักศึกษาชั้นปีที่ 4 รุ่นที่ 1 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา
3. ผู้รับบริการ หมายถึง บุคคลที่มีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อซึ่งมาใช้บริการการนวดไทย

วิธีการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) โดยมีรายละเอียดขั้นตอนการวิจัยดังนี้

ขั้นตอนการวิจัย

1. ขั้นตอนเตรียมนักศึกษา
 - 1.1 อาจารย์ผู้สอนชี้แจงวัตถุประสงค์ของการฝึกปฏิบัติในสถานประกอบการสปาจำลอง
 - 1.2 อาจารย์ผู้สอนให้นักศึกษาทบทวน อภิปราย สรุปเนื้อหาการนวดไทยที่เคยได้เรียนมา
 - 1.3 นักศึกษาได้รับการทบทวนทักษะปฏิบัติการนวดไทยเพื่อสุขภาพ การนวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ และการนวดไทยแก้อาการ เป็นเวลา 2 สัปดาห์
 - 1.4 มีการสอบวัดประเมินผลทักษะการนวดไทยทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เกณฑ์ผ่านการประเมิน นักศึกษาต้องได้คะแนนเฉลี่ยร้อยละ 60 ขึ้นไป

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการนวดไทยเพื่อสุขภาพ ประยุกต์ใช้จากตำรานวดไทยเพื่อสุขภาพ 150 ชั่วโมงแบบทั่วไป ของสถาบันการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

2. โปรแกรมนวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ ประยุกต์ใช้จากตำรานวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ 60 ชั่วโมงของสถาบันการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

3. โปรแกรมการนวดไทยแก้อาการ ประยุกต์ใช้จากตำรานวดไทยเพื่อสุขภาพ 150 ชั่วโมงแบบราชสำนัก ของสถาบันการแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

4. แบบประเมินผลทักษะการนวดไทย ภาคทฤษฎีจะเป็นข้อสอบแบบปรนัยเพื่อประเมินความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการนวดไทย ภาคปฏิบัติจะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) ซึ่งนักศึกษาทั้ง 4 คน ต้องสอบภาคปฏิบัติการนวดไทยโดยอาจารย์ผู้ประเมินจะเป็นผู้ถูกนวด เพื่อให้อาจารย์ได้ประเมินลำดับสูตรการนวดตำแหน่งในการนวด ทิศทางองศาของการนวด และน้ำหนักมือของนักศึกษาทั้ง 4 คน ในการนวดทั้ง 3 รูปแบบ

2. ขั้นตอนการบริการนวดไทยในสถานประกอบการกิจการสปาจำลอง

2.1 จัดเตรียมสถานประกอบการกิจการสปาจำลองรูปแบบ Day spa

2.2 จัดแบ่งตำแหน่งหน้าที่ให้นักศึกษาเสมือนทำงานในสถานประกอบการจริง ได้แก่

2.2.1 ตำแหน่งพนักงานต้อนรับ ทำหน้าที่ดูแล ติดต่อประสานงาน ต้อนรับผู้มารับบริการ ชักประวัติ ประเมินสุขภาพผู้มารับบริการเบื้องต้น และดูภาพรวมของงานบริการ

2.2.2 ตำแหน่งนักบำบัด ทำหน้าที่จัดเตรียมอุปกรณ์ก่อนให้บริการ และให้บริการ ทรีตเมนต์ต่าง ๆ แก่ผู้มารับบริการ

2.3 เปิดรับสมัครอาสาสมัครโดยผ่านทางเพจเฟซบุ๊กหลักสูตรและสถานีวิจัยเพื่อการศึกษาของมหาวิทยาลัย โดยเปิดรับบริการการนวดไทยเพื่อสุขภาพ การนวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ และการนวดไทยแก้อาการ

2.4 ลงบันทึกตารางนัดหมาย

2.5 อาสาสมัครจะต้องถูกประเมินตามเกณฑ์การคัดเข้าและเกณฑ์คัดออกโครงการวิจัย ดังนี้

2.5.1 เกณฑ์การคัดผู้เข้าร่วมการวิจัยเข้าร่วมโครงการ (Inclusion criteria)

1) ผู้ที่มีอายุระหว่าง 18 - 60 ปี

2) มีระดับความปวดก่อนการนวดตั้งแต่ 4 คะแนนขึ้นไป

2.5.2 เกณฑ์การคัดผู้เข้าร่วมการวิจัยออกจากโครงการ (Exclusion criteria)

1) มีประวัติหอบหืดหรือโรคหอบหืด

2) มีประวัติประสบอุบัติเหตุในบริเวณที่มีอาการปวด

3) โรคไต

4) โรคหัวใจ

5) เนื้องอกหรือมะเร็ง

6) มีไข้สูงเกิน 37.5 องศาเซลเซียส

7) มีความดันโลหิตสูง เกิน 140/90 มิลลิเมตรปรอท

8) มีอาการหน้ามืด ใจสั่น

9) มีอาการปวดศีรษะ หรือคลื่นไส้อาเจียน

10) ผู้มีภาวะกระดูกพรุน

11) โรคติดเชื้อ

12) ผู้มีแผลเปิดบริเวณผิวหนัง

13) ผู้มีความผิดปกติของการแข็งตัวของเลือด มีประวัติเลือดออกผิดปกติรวมทั้งกินยาละลาย

ลิ่มเลือด

14) ผู้ที่มีอาการอักเสบ บวม แดงร้อนบริเวณที่ทำการนวดภายในเวลา 48 ชั่วโมง

15) ผู้ที่มีแผลผ่าตัดที่ยังไม่หายสนิท

16) ผู้ที่มีการปลูกถ่ายผิวหนัง

2.5.3 เกณฑ์การยุติโครงการวิจัย (Termination of study criteria)

1) มีภาวะแทรกซ้อนอันตรายเกิดขึ้นขณะทำการวิจัย เช่น ลิ่มเลือดอุดตันในเส้นเลือด เส้นเลือดในสมองแตก เป็นต้น

2.6 อาสาสมัครที่ผ่านเกณฑ์คัดเข้า ผู้วิจัยแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนวิธีการต่าง ๆ ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลอย่างไม่ปิดบัง อาสาสมัครจะไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ และจะไม่มีค่าตอบแทน

2.7 ผู้วิจัยจะให้อาสาสมัครตัดสินใจอย่างอิสระในการเข้าร่วมงานวิจัย และจะขอความยินยอมเป็นลายลักษณ์อักษร

2.8 อาสาสมัครที่ผ่านเกณฑ์คัดเข้าจะได้รับการประเมินระดับความปวดก่อนการรักษา

2.9 อาสาสมัครจะได้รับการบริการด้วยการนวดไทยเพื่อสุขภาพหรือนวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพหรือนวดไทยแก้อาการ ซึ่งจะถูกวินิจฉัยจากการซักประวัติและตรวจร่างกายเบื้องต้น โดยผู้ให้บริการจะใช้สูตรนวดเดียวกัน และแต่ละวันผู้ให้บริการจะให้บริการนวดไม่เกิน 3 คน เพื่อควบคุมน้ำหนักมือของผู้ให้บริการให้คงที่

2.10 หลังได้รับการบริการการนวดไทยอาสาสมัครจะต้องประเมินระดับความปวดและระดับความพึงพอใจหลังรับบริการการนวดไทย

2.11 ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลในส่วนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยเท่านั้น

2.12 รวบรวมข้อมูลและลงข้อมูลในระบบคอมพิวเตอร์โดยใช้รหัสแทนตัวอาสาสมัคร

2.13 วิเคราะห์ข้อมูลและทำการสรุปผล

2.14 ผู้วิจัยจะเก็บเอกสารไว้ในแฟ้มที่ปลอดภัย และกำหนดผู้เข้าถึงข้อมูล โดยจะเก็บเอกสารไว้นาน้อย 1 ปี ภายหลังจากการวิจัยเสร็จสมบูรณ์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบประเมินความปวดก่อนและหลังการนวดไทย ใช้แบบ Numeric Pain Rating Scale ลักษณะมีระดับคะแนน 0 - 10 คะแนน 0 คือ ไม่ปวดเลย 1 - 3 คือ ปวดเล็กน้อย 4 - 6 คือ ปวดปานกลาง 7 - 10 คือ ปวดมากจนถึงมากที่สุด

2. แบบประเมินความพึงพอใจ แบ่งออกเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ รายได้

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจต่อทักษะการให้บริการนวดไทยของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา ลักษณะของแบบสอบถามมีระดับความพึงพอใจทั้งหมด 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด แล้วนำมาแปลความหมายของระดับคะแนนดังนี้ คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.80 ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด คะแนนเฉลี่ย 1.81 – 2.60 ระดับความพึงพอใจน้อย คะแนนเฉลี่ย 2.61 – 3.40 ระดับความพึงพอใจปานกลาง คะแนนเฉลี่ย 3.41 – 4.20 ระดับความพึงพอใจมาก และคะแนนเฉลี่ย 4.21 – 5.00 ระดับความพึงพอใจมากที่สุด

กลุ่มผู้ให้บริการ

ประชากร คือ นักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา ชั้นปีที่ 4 ที่ลงทะเบียนรายวิชา การเตรียมความพร้อมสหกิจศึกษาด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา จำนวนทั้ง 4 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาที่ลงทะเบียนรายวิชาการเตรียมความพร้อมสหกิจศึกษาด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา และผ่านเกณฑ์การประเมิน จำนวน 4 คน

กลุ่มผู้รับบริการ

ประชากร คือ ผู้มารับบริการที่มีอายุระหว่าง 18 - 60 ปี โดยลงทะเบียนนัดหมายเข้ารับบริการนวดไทย ในช่วงเดือนกันยายน ถึง เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2565 จำนวน 40 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้มารับบริการที่มีอายุระหว่าง 18 - 60 ปี โดยลงทะเบียนนัดหมายเข้ารับบริการนวดไทยในช่วงเดือนกันยายน ถึง เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2565 ใช้วิธีเปิดตารางสำเร็จรูปของ Krejcie & Morgan (1970) กำหนดค่าความคลาดเคลื่อน 5% ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% จึงทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 36 คน โดยกลุ่มตัวอย่างต้องผ่านเกณฑ์คัดเข้าและยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลไปวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ซึ่งขั้นตอนในการวิเคราะห์มีดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ
2. วิเคราะห์ระดับคะแนนความปวดก่อนและหลังการรักษาโดยใช้การทดสอบ paired t-test โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติไว้ที่น้อยกว่า 0.05 ($p < 0.05$)
3. เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มโดยใช้การทดสอบ independent t-test โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติไว้ที่น้อยกว่า 0.05 ($p < 0.05$)
4. ระดับความพึงพอใจใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
5. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลต่อความพึงพอใจของบริการนวดไทยโดยใช้สถิติไคสแควร์ โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติไว้ที่น้อยกว่า 0.05 ($p < 0.05$)

ผลการวิจัย และอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการนวดไทยและความพึงพอใจต่อการให้บริการของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา ซึ่งได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เลขที่ HREC No. 022/2565 และเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้ผ่านการพิจารณาค่าความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน มีค่าเท่ากับ 0.95 ผลการวิจัยแบ่งออกเป็นขั้นตอนต่อไปนี้

1. ขั้นตอนการเตรียมนักศึกษา

ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาทั้งหมด 4 คน ผ่านการประเมินทั้งภาคทฤษฎีโดยใช้แบบทดสอบความรู้ และภาคปฏิบัติโดยปฏิบัติการนวดทั้ง 3 รูปแบบกับอาจารย์ผู้ประเมิน โดยมีคะแนนเฉลี่ย 79.01 ± 6.03 ซึ่งผ่านตามเกณฑ์ที่ทางหลักสูตรกำหนดไว้

2. ขั้นตอนการให้บริการนวดไทยในสถานประกอบการกิจการสปาจำลอง

ผลการศึกษาในขั้นตอนการให้บริการนวดไทยในสถานประกอบการกิจการสปาจำลอง จะเป็นปฏิบัติการทักษะการนวดไทยโดยนำไปบำบัดกับผู้มารับบริการจริง ซึ่งผลการศึกษาแบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัคร

ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัคร (ผู้มารับบริการ) พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 94.44 อายุส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 38 - 42 ปี และ 53 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 22.22 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยทำงาน ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 52.77 และประกอบอาชีพพนักงานของรัฐหรือพนักงานมหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 50 ซึ่งมักจะนั่งทำงานหน้าคอมพิวเตอร์เป็นประจำ รายได้ต่อเดือนของอาสาสมัครส่วนใหญ่มีรายได้ตั้งแต่ 25,001 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 50

ส่วนที่ 2 ผลการศึกษาทักษะการนวดไทยของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา ในการให้บริการนวดไทยในสถานประกอบการกิจการสปาจำลอง ซึ่งมีการศึกษาในประเด็นต่าง ๆ ต่อไปนี้

1. ศึกษาาระดับความปวดก่อนและหลังของอาสาสมัครที่ได้รับการนวดไทยทั้ง 3 รูปแบบภายในกลุ่มเดียวกันผลการวิจัยพบว่า ระดับความปวดในกลุ่มที่ได้รับการรักษาด้วยการนวดไทยเพื่อสุขภาพ ก่อนการรักษามีระดับความปวดเฉลี่ย 6.50 ± 1.73 และหลังการรักษามีระดับความปวดเฉลี่ย 2.25 ± 1.29 ซึ่งมีค่าลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระดับความปวดในกลุ่มที่ได้รับการรักษาด้วยการนวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ ก่อนการรักษามีระดับความปวดเฉลี่ย 6.17 ± 1.47 และหลังการรักษามีระดับความปวดเฉลี่ย 2.50 ± 1.62 ซึ่งมีค่าลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และระดับความปวดในกลุ่มที่ได้รับการรักษาด้วยการนวดไทยแก้อาการ ก่อนการรักษามีระดับความปวดเฉลี่ย 6.50 ± 1.00 และหลังการรักษามีระดับความปวดเฉลี่ย 2.42 ± 1.38 ซึ่งมีค่าลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่านักศึกษาที่มีทักษะในการนวดไทยจึงส่งผลให้สามารถบรรเทาอาการปวดหลังการรักษาในอาสาสมัครได้ดีทั้ง 3 กลุ่ม ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับความปวดก่อนและหลังรักษาด้วยการนวดไทย

ประเภทการนวด	ระดับความปวด (mean $\pm$ SD)		P-value
	ก่อนรักษา	หลังการรักษา	
นวดไทยเพื่อสุขภาพ (n=12)	6.50 $\pm$ 1.73	2.25 $\pm$ 1.29	0.000*
นวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ (n=12)	6.17 $\pm$ 1.47	2.50 $\pm$ 1.62	0.000*
นวดไทยแก้อาการ (n=12)	6.50 $\pm$ 1.00	2.42 $\pm$ 1.38	0.000*

*Statistically significant difference (P < 0.05)

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับความปวดของอาสาสมัครที่ลดลงระหว่างกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยระดับความปวดที่ลดลงหลังการรักษาในกลุ่มที่ได้รับการรักษาด้วยการนวดไทยเพื่อสุขภาพอยู่ที่ 4.25 ± 1.49 กลุ่มที่ได้รับการรักษาด้วยการนวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพอยู่ที่ 3.67 ± 0.89 และกลุ่มที่ได้รับการรักษาด้วยการนวดไทยแก้อาการอยู่ที่ 4.08 ± 1.31 ซึ่งเมื่อนำค่าเฉลี่ยของระดับความปวดที่ลดลงทั้ง 3 กลุ่มมาเปรียบเทียบกัน พบว่าไม่มีความแตกต่าง แสดงให้เห็นว่านักศึกษาสามารถใช้ทักษะการนวดไทยบรรเทาอาการปวดได้ดีทั้ง 3 รูปแบบ โดยไม่มีความแตกต่างกัน ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความปวดที่ลดลงระหว่างกลุ่ม

ประเภทการนวด	ระดับความปวดหลังการนวด (mean $\pm$ SD)	P-value
นวดไทยเพื่อสุขภาพ (n=12)	4.25 $\pm$ 1.49	0.509
นวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ (n=12)	3.67 $\pm$ 0.89	
นวดไทยแก้อาการ (n=12)	4.08 $\pm$ 1.31	

Student's t-test

ส่วนที่ 3 ผลการศึกษาความพึงพอใจของผู้มารับบริการต่อการให้บริการนวดไทยของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา ซึ่งมีการศึกษาในประเด็นต่าง ๆ ต่อไปนี้

1. ศึกษาความพึงพอใจของผู้มารับบริการต่อการให้บริการนวดไทย พบว่า ผู้มารับบริการมีความพึงพอใจต่อการให้บริการนวดไทยในระดับมากที่สุดในทุกข้อ โดยมีรายละเอียดดังนี้ นักศึกษามีความรู้ในทักษะการนวดไทย ระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.78 ± 0.49 นักศึกษาให้บริการตรงตามความต้องการ ระดับความพึง

พอใจเฉลี่ย 4.86 ± 0.35 นักศึกษาซักถามอาการของท่านจนเป็นที่เข้าใจก่อนให้บริการ ระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.78 ± 0.42 นักศึกษาลงน้ำหนักได้พอดีกับความต้องการของผู้รับบริการ ระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.92 ± 0.28 นักศึกษาสามารถลำดับขั้นตอนการนวดได้อย่างลื่นไหล ระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.86 ± 0.42 นักศึกษาสามารถให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวหลังการนวดไทยได้อย่างเหมาะสม ระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.83 ± 0.45 และภายหลังการนวดสามารถทำให้ผู้รับบริการรู้สึกผ่อนคลาย/ลดอาการปวด ระดับความพึงพอใจเฉลี่ย 4.86 ± 0.42 ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับความพึงพอใจของผู้มารับบริการต่อการให้บริการนวดไทย (n=36)

หัวข้อประเมิน	ระดับความพึงพอใจ (mean±SD)	แปลผล
1. นักศึกษาผู้ให้บริการมีความรู้ในทักษะการนวดไทย	4.78 ± 0.49	มากที่สุด
2. นักศึกษาผู้ให้บริการให้บริการตรงตามความต้องการ	4.86 ± 0.35	มากที่สุด
3. นักศึกษาผู้ให้บริการซักถามอาการของท่านจนเป็นที่เข้าใจก่อนให้บริการ	4.78 ± 0.42	มากที่สุด
4. นักศึกษาผู้ให้บริการลงน้ำหนักได้พอดีกับความต้องการของผู้รับบริการ	4.92 ± 0.28	มากที่สุด
5. นักศึกษาผู้ให้บริการสามารถลำดับขั้นตอนการนวดได้อย่างลื่นไหล	4.86 ± 0.42	มากที่สุด
6. นักศึกษาผู้ให้บริการสามารถให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวหลังการนวดไทยได้อย่างเหมาะสม	4.83 ± 0.45	มากที่สุด
7. ภายหลังการนวดนักศึกษาผู้ให้บริการทำให้ผู้รับบริการรู้สึกผ่อนคลาย/ ลดอาการปวด	4.86 ± 0.42	มากที่สุด

2. ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลต่อระดับความพึงพอใจในการให้บริการนวดไทย พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล (เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้) ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อการให้บริการนวดไทย ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 แสดงให้เห็นระดับความพึงพอใจต่อการให้บริการการนวดไทยไม่ได้ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลแต่จะขึ้นอยู่กับทักษะของการให้บริการนวดไทย เริ่มตั้งแต่การซักประวัติจนกระทั่งการให้บริการนวดไทยแล้วเสร็จ ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลต่อระดับความพึงพอใจ

ปัจจัยส่วนบุคคล	χ^2	P-value
เพศ	0.193	1.00
อายุ	2.416	0.878
ระดับการศึกษา	2.177	0.824
อาชีพ	2.571	0.766
รายได้	1.818	0.874

ผลของการนวดไทยและความพึงพอใจต่อการให้บริการของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ และสเปา ในขั้นตอนการเตรียมนักศึกษา พบว่า การจัดให้มีการทบทวนทั้งองค์ความรู้และการฝึกปฏิบัตินั้น

ในสถานการณ์จริงนั้น ส่งผลให้นักศึกษามีความพร้อมและมีความมั่นใจเพิ่มขึ้นในการให้บริการ ขั้นตอนการบริการนวดไทยในสถานประกอบการกิจการสปาจำลอง จะเห็นได้ว่านักศึกษาสามารถให้บริการนวดไทยได้ และสามารถระดับความปวดหลังการรักษได้แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้ง 3 รูปแบบของการนวด โดยการนวดไทยเพื่อสุขภาพมีระดับความปวดลดลงเฉลี่ย 4.25 ± 1.49 นวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพมีระดับความปวดลดลงเฉลี่ย 3.67 ± 0.89 และนวดไทยแก้อาการมีระดับความปวดลดลงเฉลี่ย 4.08 ± 1.31 เมื่อนำระดับความปวดเฉลี่ยที่ลดลงทั้ง 3 กลุ่มมาเปรียบเทียบกันพบว่าไม่มีความแตกต่างกัน ซึ่งการนวดทั้ง 3 รูปแบบ มีผลต่อระบบไหลเวียนโลหิต โดยมีกระตุ้นการนำส่งสารอาหารและออกซิเจนไปเลี้ยงเซลล์ต่าง ๆ เพิ่มขึ้นและนำของเสียออกจากร่างกาย ส่งผลให้การปวดลดลง อีกทั้งการนวดจะกระตุ้นใยประสาทขนาดใหญ่ระดับไขสันหลังมีผลยับยั้ง การนำกระแสประสาทที่มากระตุ้นการทำงานของเซลล์ที่ทำให้ปวดประตุนความปวด สมองจึงลดการรับรู้ความปวด (Malkin, 1994) จะเห็นว่าผู้ให้บริการนวดไทยหากได้รับการฝึกฝนที่ถูกต้อง ก่อให้เกิดความชำนาญ (ปัทมยา เรืองโค และคณะ, 2562) มีน้ำหนักมือที่ดี นวดได้ตรงจุดและแนวเส้น ย่อมส่งผลต่อประสิทธิภาพในการรักษานั้นคือ ระดับอาการปวดลดลง (นพพร ชายหอมรส, 2564) ลดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (สุภารัตน์ สุขโท และคณะ, 2563) เพิ่มองศาการเคลื่อนไหว (รัชฎาพร สุวรรณ และคณะ, 2564) ผู้รับบริการก็จะเกิดความผ่อนคลายมากขึ้น และเมื่อศึกษาระดับความพึงพอใจของผู้มารับบริการต่อการให้บริการนวดไทย พบว่า ผู้รับบริการมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด ยิ่งเป็นข้อมูลสนับสนุนให้เห็นว่านักศึกษานอกจากมีทักษะการนวดไทยแล้วทักษะในการให้บริการก็เป็นเรื่องที่สำคัญมากในทุก ๆ อาชีพของการเป็นผู้ให้บริการจะต้องมีความตระหนกอยู่เสมอ เมื่อพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลต่อระดับความ พึงพอใจ พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ซึ่งระดับความพึงพอใจของผู้มารับบริการ จะให้ความสำคัญในเรื่องของผลการบำบัดและการให้บริการมากกว่า (ศรัณย์ พงศ์ภานุมาพร, 2565)

จากการเตรียมความพร้อมทักษะการนวดไทยในครั้งนี้ส่งผลดีทั้งต่อคณาจารย์ในหลักสูตรที่จะได้ประเมินศักยภาพของนักศึกษา (ธนภณ นิธิเชาวกุล และคณะ, 2562) ก่อนส่งออกไปปฏิบัติสหกิจ สอดคล้องกับงานวิจัยของกขพร เมฆานิเมตติ (2565) ที่กล่าวว่าก่อนนักศึกษาออกปฏิบัติสหกิจศึกษานั้น ผู้รับผิดชอบควรมีการพิจารณาคัดกรองนักศึกษาและควรจัดเตรียมความพร้อมทั้งในรูปแบบวิชาและกิจกรรมเสริมทักษะวิชาชีพ นอกจากนี้การจัดการเรียนการสอนที่ทำให้ผู้เรียนได้เจอกับสถานการณ์จริงทำให้ผู้เรียนเกิดการวิเคราะห์ และการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า สอดคล้องกับงานวิจัยของอำพล บุญเพียร และคณะ (2564) ที่กล่าวว่าการพัฒนารูปแบบการสอนเพื่อเพิ่มทักษะการนวดนั้นจะต้องจัดการเรียนการสอนที่ให้นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติในสถานการณ์จริง ทำให้ผู้เรียนได้ฝึกคิดและลงมือทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง สร้างเสริมประสบการณ์และทักษะเพิ่มมากขึ้น สำหรับตัวนักศึกษาเองจะได้ประเมินตนเองทั้งด้านความรู้และความพร้อมได้เรียนรู้ตำแหน่งงานและบทบาทหน้าที่ของพนักงานในสถานประกอบการกิจการสปาหรือกิจการนวดเพื่อสุขภาพโดยเฉพาะตำแหน่งผู้ให้บริการ นอกจากนี้ นักศึกษายังได้ฝึกฝนทักษะการนวดไทยให้มากขึ้นกว่าการเรียนในชั่วโมงปฏิบัติการ ส่งเสริมความมั่นใจให้กับตัวนักศึกษาก่อนออกไปปฏิบัติงานในสถานประกอบการจริง

สรุปผลการวิจัย

ผลของการนวดไทยและความพึงพอใจต่อการให้บริการของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและสปา ทำให้อาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตรและอาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาได้มีการประเมินนักศึกษาก่อนออกไปปฏิบัติสหกิจและตัวนักศึกษาเองก็จะได้รับประสบการณ์โดยตรงในสถานประกอบการกิจการสปาจำลอง

และได้เรียนรู้ตำแหน่งงานของตนเองเพื่อเตรียมตัวก่อนออกปฏิบัติงานในสถานประกอบการในฐานะเสมือนหนึ่ง
เป็นพนักงานชั่วคราวเต็มเวลาเป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์

ข้อเสนอแนะ

งานวิจัยผลของการนวดไทยและความพึงพอใจต่อการให้บริการของนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์
สุขภาพและสปา ทำการศึกษาในอาสาสมัครที่มีช่วงอายุค่อนข้างกว้าง คือ 18-60 ปี ซึ่งผู้ที่มีอายุมากขึ้นมักจะมี
การเปลี่ยนแปลงของร่างกายทุก ๆ ระบบไปในทางที่เสื่อมลงซึ่งจะมีผลต่อระดับความปวดได้ ดังนั้นผู้วิจัยจะต้องมี
การควบคุมช่วงอายุให้แคบลงเพื่อให้ผลการวิจัยมีความแม่นยำมากยิ่งขึ้น

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เลขที่ HREC
No. 022/2565 ตั้งแต่ 1 กันยายน 2565 ถึง 31 สิงหาคม 2566

เอกสารอ้างอิง

- กขพร เมฆานิมิตติ. (2565). การศึกษาการดำเนินงานสหกิจศึกษาของคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี. **วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี**, 2(2): 125-139.
- เฉลิมพร เย็นเยือก. (2561). การประเมินผลการดำเนินงานโครงการสหกิจศึกษา กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยรังสิต. **วารสารวิชาการบริหารธุรกิจ สมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย**, 7(1): 66-89.
- ธนภณ นิธิเชาวกุล, กীরติกร พุฒิวิญญู, และวันทนา ยั่งยืน. (2562). ศักยภาพของนิสิตสาขาการตลาดที่ออกปฏิบัติงานสหกิจศึกษา. **วารสารชุมชนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา**, 13(3): 70-80.
- นพพร ชายหอมรส. (2564). การศึกษาประสิทธิภาพการนวดไทยแบบทั่วไปกับการนวดไทยแบบราชสำนักในการลดอาการปวดบ่า ต้นคอและศีรษะของผู้มารับบริการ งานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โรงพยาบาลนครปฐม. **วารสารหมอยาไทยวิจัย**, 7(1): 67-83.
- ปัทมญา เรืองโค, สนิท เต็มเมืองชัย, และอภิธา รุณวาทย์. (2562). บทเรียนบนเว็บโดยใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์สันเพื่อส่งเสริมทักษะปฏิบัติและความคิดสร้างสรรค์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. **วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม**, 13(2): 133-141.
- ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง กำหนดสถานที่เพื่อสุขภาพหรือเพื่อเสริมสวย มาตรฐานของสถานที่ให้บริการ ผู้ให้บริการ หลักเกณฑ์ และวิธีการตรวจสอบเพื่อการรับรองให้เป็นไปตามมาตรฐานสำหรับสถานที่เพื่อสุขภาพหรือเพื่อเสริมสวยตามพระราชบัญญัติสถานบริการ พ.ศ. 2509. (2551, 14 พฤศจิกายน). ราชกิจจานุเบกษา. เล่มที่ 125 ตอนพิเศษ 176ง. หน้า 19.
- รัชฎาพร สุวรรณ, กิตติพร เนาว์สุวรรณ, และนภชา สิงห์วีระธรรม. (2564). ผลของการกดจุดบำบัดต่อคะแนนความปวดและองค์การเคลื่อนไหวคอในผู้ป่วยไมเกรน. **วารสารวิจัยและนวัตกรรมทางสุขภาพ**, 4(2): 65-76.
- ศรัณย์ พงศ์ภาณุมาพร, ศุภะลักษณ์ พิกคำ, ธัญญะ พรหมศร, และสรวิเชียร. (2565). ผลของการนวดไทยแบบราชสำนักและนวดแผนจีน (ทุยหนา) เพื่อบรรเทาอาการปวดหลังส่วนล่างและปัจจัยส่งเสริมการเข้ารับบริการที่คลินิกการแพทย์แผนไทย-จีน. **วารสารหมอยาไทยวิจัย**, 8(1): 33-46.
- สุภารัตน์ สุขโท, ปรียาภัทร สิงห์ทอง, ภกวัต ไชยชิต, และวาสนา หลงชิน. (2563). ผลระยะสั้นของการนวดไทยแบบราชสำนักในผู้ที่มีอาการของโรคลมปลายปัตตาตสัณญาณ 4 หลัง. **วารสารหมอยาไทยวิจัย**, 6(1): 1-20.
- อำพล บุญเพียร, ปฐมา จันทพล, และปัทมา ทองธรรมชาติ. (2564). การพัฒนารูปแบบการสอนเพื่อเพิ่มทักษะการนวดสำหรับนักศึกษาแพทย์แผนไทย. **วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร**, 23(1): 373-383.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. **Educational and psychological measurement**, 30(3): 607-610.
- Malkin K. (1994). Use of massage in clinical practice. **British Journal of Nursing**, 3(6): 292-294.