

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อความเข้าใจที่ตรงกันในการแปลความหมายของผลการทดลองและการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงใช้สัญลักษณ์ต่าง ๆ ดังนี้

| | | |
|--------------|-----|---|
| X | แทน | ค่าเฉลี่ย |
| SD | แทน | ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน |
| SS | แทน | ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนแต่ละตัวยกกำลังสอง |
| MS | แทน | ค่าความแปรปรวน |
| df | แทน | ระดับขั้นความอิสระ |
| F | แทน | ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาการแจกแจงค่า F |
| * | แทน | ค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 |
| I | แทน | ระยะเวลาของการทดลอง |
| G | แทน | วิธีการทดลอง |
| $I \times G$ | แทน | ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง |

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงและการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพที่มีต่อความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับขั้นตอนต่อไปนี้

ตอนที่ 1 แสดงข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลในระลอกก่อนการทดลอง ระลอกหลังการทดลองและระยะติดตามผล กลุ่มการให้คำปรึกษามตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพ และกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 2 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

ตอนที่ 3 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของแต่ละกลุ่ม

ตอนที่ 4 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมซีฟและกลุ่มควบคุมในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง

ตอนที่ 1 แสดงข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลใน
ระยะทดลอง ระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล กลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง
กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 3 แสดงข้อมูลและคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลัง
การทดลอง ระยะติดตามผลของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง
กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพและกลุ่มควบคุม

| คนที่ | ระยะ | | | ระยะ | | | ระยะ | | |
|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|
| | ก่อนทดลอง | หลังทดลอง | ติดตามผล | ก่อนทดลอง | หลังทดลอง | ติดตามผล | ก่อนทดลอง | หลังทดลอง | ติดตามผล |
| 1 | 58 | 54 | 50 | 55 | 42 | 34 | 53 | 63 | 52 |
| 2 | 53 | 50 | 48 | 56 | 50 | 32 | 74 | 68 | 72 |
| 3 | 80 | 43 | 25 | 61 | 47 | 44 | 58 | 60 | 51 |
| 4 | 56 | 43 | 34 | 60 | 53 | 45 | 53 | 50 | 55 |
| 5 | 45 | 40 | 32 | 49 | 22 | 23 | 54 | 52 | 50 |
| 6 | 50 | 38 | 32 | 58 | 42 | 43 | 46 | 48 | 52 |
| 7 | 69 | 54 | 47 | 73 | 47 | 47 | 45 | 44 | 48 |
| รวม | 411 | 322 | 268 | 412 | 303 | 268 | 383 | 385 | 380 |
| <i>X</i> | 58.71 | 46.00 | 38.29 | 58.86 | 43.29 | 38.29 | 54.71 | 55.00 | 54.29 |
| <i>SD</i> | 12.00 | 6.61 | 9.84 | 7.38 | 10.19 | 8.83 | 9.66 | 8.77 | 8.10 |

จากตาราง 3 พบว่าพยาบาลกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง
กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองมี
คะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายเป็น 58.71, 58.86 และ 54.71 มีค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็น
12.00, 7.38 และ 9.66 ตามลำดับ ในระยะหลังการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายเป็น
46.00, 43.29 และ 55.00 ตามลำดับ มีค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็น 6.61, 10.19 และ 8.77 และใน
ระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายเป็น 38.29, 38.29 และ 54.29 มีค่าความเบี่ยงเบน
มาตรฐานเป็น 9.84, 8.83 และ 8.10 ตามลำดับ นั่นคือ ระยะก่อนการทดลองพยาบาลทุกกลุ่มมีคะแนน
เฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายใกล้เคียงกัน (58.71, 58.86 และ 54.71) ในระยะหลังการทดลองพยาบาลกลุ่ม
ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพ มี
คะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายลดลงในขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายสูงขึ้น
เล็กน้อย (46.00, 43.29 และ 55.00) แสดงว่าวิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงและวิธีการ
ฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพสามารถลดความเหนื่อยหน่ายได้ใกล้เคียงกันเช่นเดียวกับ

ในระยะติดตามผลซึ่ง 2 กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายลดลงส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายคงเดิม

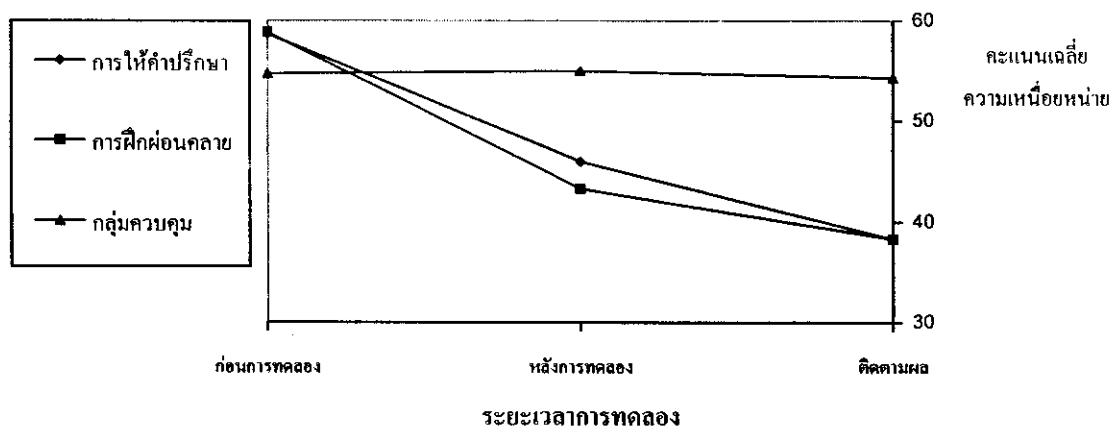
ตอนที่ 2 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

| Source of Variation | <i>df</i> | <i>SS</i> | <i>MS</i> | <i>F</i> | <i>p</i> |
|----------------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|
| Between Subjects | 20 | 3974.86 | | | |
| Group (G) | 2 | 780.29 | 390.14 | 2.19 | .14 |
| Ss w / in groups | 18 | 3194.57 | 177.48 | | |
| Within Subjects | 42 | 4448.00 | | | |
| Interval (I) | 2 | 2084.95 | 1042.48 | 27.90* | .00 |
| I x G | 4 | 1018.19 | 294.55 | 6.81* | .00 |
| I x Ss w / in groups | 36 | 1344.86 | 37.39 | | |
| Total | 62 | 8422.86 | | | |

* $p < .05$

จากตาราง 4 พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มการได้รับคำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสซีฟ และกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน นั่นคือ มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง เนื่องจากระยะเวลาต่างกันส่งผลให้ความเหนื่อยหน่ายต่างกัน และการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงและการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสซีฟจะส่งผลให้ความเหนื่อยหน่ายต่างจากกลุ่มควบคุม



ภาพที่ 4 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล กลุ่มการให้คำปรึกษาดมทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบ โปรเกรสซีฟ และกลุ่มควบคุมกับระยะเวลาการทดลอง

จากภาพที่ 4 พบว่าในระยะก่อนการทดลอง พยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาดมทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบ โปรเกรสซีฟและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายใกล้เคียงกัน แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลมีการเปลี่ยนแปลงของคะแนนเฉลี่ย โดยในระยะหลังการทดลอง พยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาดมทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบ โปรเกรสซีฟมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองและต่ำกว่ากลุ่มควบคุม แสดงว่าเมื่อพยาบาลได้รับการให้คำปรึกษาดมทฤษฎีเผชิญความจริงหรือได้รับการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบ โปรเกรสซีฟ จะทำให้ความเหนื่อยหน่ายลดลง และในระยะติดตามผล พยาบาลกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาดมทฤษฎีเผชิญความจริง และกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบ โปรเกรสซีฟ มีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าระยะหลังการทดลอง และต่ำกว่ากลุ่มควบคุม แสดงว่าพยาบาลทั้ง 2 กลุ่ม สามารถนำวิธีการให้คำปรึกษาดมทฤษฎีเผชิญความจริงและการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบ โปรเกรสซีฟไปใช้ได้ดีหลังจากเสร็จสิ้นการทดลองไปแล้ว จึงทำให้ความเหนื่อยหน่ายลดลงเมื่อเปรียบเทียบกับระยะหลังการทดลองไปแล้วจึงทำให้ความเหนื่อยหน่ายลดลงเมื่อเปรียบเทียบกับระยะหลังการทดลองและกลุ่มควบคุม นั่นคือวิธีการให้คำปรึกษาดมทฤษฎีเผชิญความจริง และการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ มีผลต่อความเหนื่อยหน่ายและปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

ตอนที่ 3 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ตารางที่ 5 ผลการทดสอบย่อยความเหนื่อยหน่ายของวิธีการทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง

| Source of variation | <i>df</i> | <i>SS</i> | <i>MS</i> | <i>F</i> | <i>p</i> |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|
| Between group | 2 | 77.43 | 38.71 | 0.39 | .67 |
| Within group | | 18 | 1749.71 | 97.21 | |

* $p < .05$

จากตาราง 5 พบว่าในระยะก่อนการทดลองคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมซีฟและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน นั่นคือ ในระยะก่อนการทดลอง พยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมซีฟและกลุ่มควบคุมมีความเหนื่อยหน่ายไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 6 ผลการทดสอบย่อยความเหนื่อยหน่ายของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง

| Source of Variation | <i>df</i> | <i>SS</i> | <i>MS</i> | <i>F</i> | <i>p</i> |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|
| Between group | 2 | 526.38 | 263.19 | 3.52 | .051 |
| Within group | 18 | 1347.43 | 74.86 | | |

* $p < .05$

จากตาราง 6 พบว่าในระยะหลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมซีฟและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน นั่นคือ ในระยะหลังการทดลองพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมซีฟ และกลุ่มควบคุมมีความเหนื่อยหน่ายลดลงไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 7 ผลการทดสอบย่อยความเหนี่ยวนำของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล

| Source of Variation | <i>df</i> | <i>SS</i> | <i>MS</i> | <i>F</i> | <i>p</i> |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|
| Between group | 2 | 1194.67 | 597.33 | 7.46* | .00 |
| Within group | 18 | 1442.29 | 80.13 | | |

* $p < .05$

จากตาราง 7 พบว่า ในระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความเหนี่ยวนำของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสซีฟ และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ ในระยะติดตามผลพยาบาลกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสซีฟและกลุ่มควบคุมมีความเหนี่ยวนำแตกต่างกันจึงเปรียบเทียบเป็นรายคู่ต่อไป

ตารางที่ 8 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเหนี่ยวนำเป็นรายคู่ของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสซีฟ และกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

| \bar{X} | กลุ่มการให้คำปรึกษา | กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ | กลุ่มควบคุม |
|-----------|---------------------|-------------------------------|-------------|
| | 38.29 | 38.29 | 54.29 |
| 38.29 | - | 0.00 | 16.00* |
| 38.29 | | - | 16.00* |
| 54.29 | | | - |

* $p < .05$

จากตาราง 8 พบว่าในระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความเหนี่ยวนำของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสซีฟ แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนเฉลี่ยความเหนี่ยวนำของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง และกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสซีฟไม่แตกต่างกัน นั่นคือ ในระยะติดตามผลพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสซีฟมีความเหนี่ยวนำลด

ลงมากกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนกลุ่มการให้คำปรึกษาคามทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมซีพีมีความเหนื่อยหน่ายไม่แตกต่างกัน

ตอนที่ 4 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาคามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมซีพี และกลุ่มควบคุมในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง

ตารางที่ 9 ผลการทดสอบย่อยความเหนื่อยหน่ายของระยะเวลาในพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาคามทฤษฎีเผชิญความจริง

| Source of Variation | <i>df</i> | <i>SS</i> | <i>MS</i> | <i>F</i> | <i>p</i> |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|
| Between Subject | 6 | 828.00 | 138.00 | | |
| Interval | 2 | 1489.81 | 744.90 | 10.17* | .00 |
| Error | 12 | 878.86 | 73.24 | | |
| Total | 20 | 3196.67 | | | |

* $p < .05$

จากตาราง 9 พบว่าคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาคามทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ พยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาคามทฤษฎีเผชิญความจริงมีความเหนื่อยหน่ายในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน

ตารางที่ 10 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายเป็นรายคู่ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตาม ทฤษฎีเผชิญความจริง

| \bar{X} | ระยะติดตามผล | ระยะหลังการทดลอง | ระยะก่อนการทดลอง |
|-----------|--------------|------------------|------------------|
| | 38.29 | 46.00 | 58.71 |
| 38.29 | - | 7.71 | 20.42* |
| 46.00 | | - | 12.71* |
| 58.71 | | | - |

* $p < .05$

จากตาราง 10 พบว่าคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างจากระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน นั่นคือ พยาบาลกลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีความเหนื่อยหน่ายลดลงในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล พยาบาลมีความเหนื่อยหน่ายไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 11 ผลการทดสอบย่อยความเหนื่อยหน่ายของระยะเวลาในพยาบาลกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสตีฟ

| Source of Variation | <i>df</i> | <i>SS</i> | <i>MS</i> | <i>F</i> | <i>p</i> |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|
| Between Subjects | 6 | 1135.24 | 189.21 | | |
| Interval | 2 | 1611.52 | 805.76 | 34.23* | .00 |
| Error | 12 | 282.48 | 23.54 | | |
| Total | 20 | 3029.24 | | | |

* $p < .05$

จากตาราง 11 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสตีฟ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ พยาบาลกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสตีฟมีความเหนื่อยหน่ายในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน

ตารางที่ 12 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายเป็นรายคู่ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของพยาบาลกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพ

| \bar{X} | ระยะติดตามผล | ระยะหลังการทดลอง | ระยะก่อนการทดลอง |
|-----------|--------------|------------------|------------------|
| | 38.29 | 43.29 | 58.86 |
| 38.29 | - | 5.00 | 20.57* |
| 43.29 | | - | 15.57* |
| 58.86 | | | - |

* $p < .05$

จากตาราง 12 พบว่าคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพ ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างจากระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน นั่นคือ พยาบาลกลุ่มการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสชีพ มีความเหนื่อยหน่ายลดลง ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลเมื่อเปรียบเทียบกับระยะก่อนการทดลอง ส่วนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล พยาบาลมีความเหนื่อยหน่ายไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 13 ผลการทดสอบความเหนื่อยหน่ายของระยะเวลาในพยาบาลกลุ่มควบคุม

| Source of Variation | <i>df</i> | <i>SS</i> | <i>MS</i> | <i>F</i> | <i>p</i> |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|
| Between Subjects | 6 | 1231.33 | 205.22 | | |
| Interval | 2 | 1.81 | 0.90 | 0.05 | .94 |
| Error | 12 | 183.52 | 15.29 | | |
| Total | 20 | 1416.66 | | | |

* $p < .05$

จากตาราง 13 พบว่าคะแนนเฉลี่ยความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน นั่นคือ พยาบาลกลุ่มควบคุมมีความเหนื่อยหน่ายในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน