

พฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดสุพรรณบุรี

ศักดิ์กร สุวรรณเจริญ*, พีระพันธ์ ประทุมพร*,
กฤตปภัช ดันตอมรกุล**, สุวัฒนา เกิดม่วง*, ธัชพล เมธารัฐกุล**

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนาค้นคว้าเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดสุพรรณบุรี กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 396 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เก็บข้อมูลโดยการส่งแบบสอบถามออนไลน์ด้วยแอปพลิเคชัน Google form วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติสัมพันธ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 16.78 ปี (S.D. = 1.025) กลุ่มตัวอย่างใช้โทรศัพท์มือถือเข้าสื่อสังคมออนไลน์ 3 อันดับแรก คือ Facebook, Instagram และ Youtube ส่วนใหญ่เข้าใช้งานมากกว่า 3 ชั่วโมง/วัน มีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้านความบันเทิงมากที่สุด ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์เชิงบวก ได้แก่ การทำให้รู้สึกผ่อนคลาย ลดความเครียด ช่วยค้นหาข้อมูลประกอบการเรียน ในขณะที่ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์เชิงลบ ได้แก่ ทำให้รู้สึกกลัวสายตา ปวดกระบอกตา ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อบริเวณ คอ ไหล่ ปวดข้อมือ นิ้วล็อกเมื่อใช้เป็นเวลานาน สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ พบว่า พฤติกรรมมีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.764$, $p<0.01$)

คำสำคัญ: ผลกระทบ, พฤติกรรม, สื่อสังคมออนไลน์

* วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

** คณะวิทยาศาสตร์การแพทย์ มหาวิทยาลัยพะเยา

Corresponding author: Sakdikorn Suwanchareon Email: sakdikorn@phcsuphan.ac.th

Received 09/03/2021

Revised 30/04/2021

Accepted 12/05/2021

BEHAVIORS AND EFFECTS OF USE SOCIAL MEDIA AMONG SENIOR HIGH SCHOOL STUDENTS, SUPHANBURI

Sakdikorn Suwanchareon, Peerapun Pratoomporn*,
Kritpaphat Tantiamornkul**, Suwattana Kerdmuang*, Touchchapol Mataradchakul***

ABSTRACT

This descriptive research study was to examine the relationship between behaviors and the impact of using social media among senior high school students, Suphanburi. A total of 369 high school students in the selected school, Suphanburi, were selected by simple random sampling. Data was collected by submitting online questionnaires in Google form application. The data were analyzed with the use of descriptive statistics and Pearson's correlation coefficient.

The results showed that the sample was female (68.70%). The average age was 16.78 years (S.D. = 1.025). They used their mobile phones to access social media; the top 3 popular online social media was Facebook, Instagram, and Youtube. Most of them accessed social media every day for more than 3 hours. They had the most entertainment behaviors on social media. The effects of positive social media use included relaxation, stress reduction, and help finding academic resources. Whereas its negative effects included eye strain, eye cylinder pain, muscle aches in the neck and shoulder, wrist pain, and locking fingers after prolonged use. The relationship between behaviors and the effects of using social media was statistically significance correlated to social media use ($r = 0.764$, $p < 0.01$).

Keywords: behaviors, effects, social media

* Sirindhorn College of Public Health, Suphanburi

** School of Medical Sciences, University of Phayao

ภูมิหลังและเหตุผล (Background and rationale)

สถานการณ์ในปัจจุบัน กลุ่มวัยรุ่นในยุคเทคโนโลยีดิจิทัลแสดงพฤติกรรมที่เป็นความเสี่ยงมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ (Cyberbullying) และนำมาซึ่งปัญหาการทะเลาะวิวาทกันในชีวิตจริง หรือแม้แต่การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) มากเกินไป ส่งผลกระทบทั้งต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต¹ สำหรับประเทศไทย มีการศึกษาพฤติกรรม และผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของวัยรุ่นและวัยรุ่น หากมีพฤติกรรมการเล่นมากเกินไปย่อมเกิดผลกระทบตามมา มีอาการปวดหัวร้อยละ 78.57 ปวดข้อมือ ร้อยละ 67.77 การเรียนแย่ลง 36.26 ประสิทธิภาพการทำงานลดลง ร้อยละ 48.26 ด้านสังคมเกิดจากพฤติกรรมก้มหน้าจากการเล่นสมาร์ทโฟน ส่งผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวลดลงร้อยละ 36.60² ด้านอุบัติเหตุมีเด็กร้อยละ 28 หกล้ม สะดุด จากการเล่นสมาร์ทโฟนโดยไม่มองทาง มีวัยรุ่นร้อยละ 34 ใช้สมาร์ทโฟนขณะขับรถทำให้เกิดอุบัติเหตุจากการเล่น^{3,4} และยังพบว่า วัยรุ่นไทยอายุ 10-19 ปี มีความเสี่ยงในการเกิดโรคซึมเศร้าจำนวนเพิ่มขึ้น สาเหตุส่วนใหญ่มาจากการใช้อินเทอร์เน็ตและสื่อออนไลน์ที่ไม่เหมาะสมจนเกิดปัญหาการติดเกมส์และพนันออนไลน์^{2,5}

ผลสำรวจของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ รายงานว่าในปี 2560

ช่วง 3 เดือนแรก พบผู้ป่วยเด็กและวัยรุ่นที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีปัญหาพฤติกรรมและอาการเสพติดเกมอยู่ในระดับปานกลางถึงรุนแรง ที่ต้องเข้ารับการบำบัดรักษาทางจิตเวชอย่างเร่งด่วน และต่อเนื่อง รวมจำนวน 53 คน มีโรคร่วมทางจิตเวชด้วย นอกจากนี้ยังพบปัญหาพฤติกรรมการโกหก ขโมยเงิน เล่นการพนัน หนีเรียนไม่ยอมไปโรงเรียน และหนีออกจากบ้าน⁶ จากผลสำรวจข้างต้น เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยีดิจิทัลทำให้สื่อสังคมออนไลน์ได้เข้ามามีบทบาทกับชีวิตมากขึ้น ส่งผลให้กลุ่มวัยรุ่นใช้ชีวิตอยู่รอบครว้น้อยลง รับรู้สิ่งแวดล้อมภายนอกเร็วขึ้น อันส่งผลต่อการใช้ชีวิต กระบวนการคิด ภาวะทางอารมณ์ การยับยั้งชั่งใจ และการตัดสินใจโดยพลการ^{7,8}

สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำรวจข้อมูลการใช้คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์มือถือ พบว่า ประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปของภาคกลาง มีข้อมูลการใช้คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์มือถือสูงที่สุดของประเทศไทย⁵ ซึ่งจังหวัดสุพรรณบุรี เป็นหนึ่งในสถิติข้อมูลการใช้คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์มือถือของภาคกลาง และจากการสำรวจข้อมูลพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กอายุ 6-18 ปี ของจังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ปัญหาหลัก คือ เด็กติดสื่อสังคมออนไลน์ ติดเกม ติดมือถือ (ความถี่ในการเล่นเกม คือ ทุกวัน) มีจำนวน 522 คน คิดเป็นร้อยละ 0.44 ของจำนวนเด็กทั้งหมด รองลงมาคือ เด็กติด

ยาเสพติด จำนวน 318 คน คิดเป็นร้อยละ 0.27 และติดเหล้าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 318 คน คิดเป็นร้อยละ 0.27 และ สถานการณ์ปัญหาของเด็ก พบว่า ปัญหาเด็ก ตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ไม่พร้อมในการเลี้ยงดูบุตรมากที่สุด จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 0.07⁹

ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจเบื้องต้น (Pilot Study) พฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี จากนักเรียนจำนวน 85 คน พบว่า สื่อสังคมออนไลน์ 3 อันดับ ที่เข้าใช้งานมากที่สุด คือ Youtube ร้อยละ 98.37 รองลงมา เป็น Facebook ร้อยละ 90.8 และ Instagram ร้อยละ 89.6 ช่วงเวลาที่ใช้งานมากที่สุด คือ 18.01 – 22.00 ร้อยละ 86.4 มีการใช้สื่อสังคมออนไลน์มากกว่า 10 ครั้งต่อวัน ร้อยละ 52.3 ระยะเวลาที่ใช้ 1-3 ชั่วโมงต่อครั้ง ร้อยละ 66.3 เครื่องมือที่ใช้ในการเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์บ่อยที่สุด คือ โทรศัพท์มือถือ/สมาร์ทโฟน ร้อยละ 94.7 กิจกรรมที่ทำในสื่อสังคมออนไลน์ สนทนากับเพื่อน / แชท ร้อยละ 93.8 ทางด้านผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตด้านกิจกรรม คือ นอนดึกขึ้น และตื่นสายกว่าเดิม ร้อยละ 85.6 รับประทานไม่เป็นเวลา / ไม่ครบ 3 มื้อ ร้อยละ 56.8 ใช้เวลาอยู่กับตัวเองมากขึ้น ร้อยละ 74.6 รู้สึกปวดตา ปวดหัว เมื่อยมือ ปวดไหล่ เวลาเล่นนาน ๆ ร้อยละ 72.3 และออกกำลังกาย

น้อยลง ร้อยละ 60.58 ทางด้านผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตด้านการศึกษา คือ นั่งเล่น Facebook, Line, Instagram ขณะเรียน หนังสือ ร้อยละ 86.7 ทำการบ้านงานที่รับมอบหมายต่าง ๆ เสรีซ้ำ ร้อยละ 56.38

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า การศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ส่วนใหญ่ จะเป็นการศึกษาถึงผลกระทบเชิงลบ²⁻⁵ ซึ่ง การศึกษาถึงผลกระทบจากพฤติกรรมการใช้ สื่อสังคมออนไลน์ที่ครอบคลุมทั้งเชิงบวก และลบ ยังมีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องไม่มากนัก การวิจัยครั้งนี้จึงศึกษาพฤติกรรมและ ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการใช้สื่อสังคม ออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลาย จังหวัดสุพรรณบุรี โดยศึกษา ผลกระทบทั้งเชิงบวกและลบเพื่อเป็นข้อมูล ให้กับโรงเรียน คณะผู้บริหารและครู ในการ กำหนดนโยบายและแนวทางในการควบคุม ป้องกันพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่ ส่งผลกระทบต่อนักเรียนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา (Objective)

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมและผลกระทบ จากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง พฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้การใช้สื่อ

สังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษา
ตอนปลาย จังหวัดสุพรรณบุรี

สมมติฐานการวิจัย (Research Hypothesis)

พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดสุพรรณบุรี

วิธีการศึกษา (Method)

รูปแบบการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 1,316 คน

กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 396 คน โดยใช้สูตรของ Krejcie & Morgan (1970)¹⁰ คัดเลือกตัวอย่างโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ด้วยวิธีการจับฉลากแบบไม่แทนที่ตามสัดส่วนของนักเรียนแต่ละชั้นปี

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ลักษณะของแบบสอบถามเป็นคำถามแบบระบุ

คำตอบที่ต้องการลงในช่องว่าง และแบบเติมคำในช่องว่าง จำนวน 11 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยประยุกต์จากการศึกษาของ Gupta (2018)¹¹ ลักษณะการวัดเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Likert Scale) 5 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำ จนถึงไม่เคยปฏิบัติ รวมทั้งหมด 20 ข้อ ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการเรียนรู้/การศึกษา 2) ด้านการเข้าสังคม 3) ด้านความบันเทิง และ 4) ด้านข้อมูลข่าวสาร

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยประยุกต์จากการศึกษาของ Abbas & et al (2019)¹² ลักษณะการวัดเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Likert Scale) 5 ระดับ ได้แก่ มีผลกระทบเป็นประจำ จนถึงไม่มีผลกระทบ จำนวน 18 ข้อ ประกอบด้วย 2 ด้าน ได้แก่ 1) ผลกระทบเชิงบวก และ 2) ผลกระทบเชิงลบ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามทั้ง 3 ส่วน และคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) พบว่ามีค่าระหว่าง .67 ถึง 1.00 จากนั้นนำแบบสอบถามในส่วนที่ 2 และส่วนที่ 3 ไปทดสอบความเชื่อมั่น ด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha

coefficient) มีค่าเท่ากับ .891 และ .918 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้อำนวยการโรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี กับกลุ่มตัวอย่างที่กำหนด โดยการส่งแบบสอบถามออนไลน์ด้วยแอปพลิเคชัน Google form มีนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่ตอบกลับ จำนวน 396 คิดอัตราการตอบแบบสอบถาม (Response Rate) ได้ร้อยละ 100

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

การวิจัยเรื่องนี้ได้ดำเนินการขอจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี เอกสารรับรองเลขที่ PHCSP-S 2563/039 เมื่อวันที่ 15 ธันวาคม 2563 โดยในแบบสอบถาม Google form จะมีคำชี้แจงรายละเอียดอย่างชัดเจน หากกลุ่มตัวอย่างไม่ยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัย มีสิทธิ์ที่ตอบปฏิเสธได้ สำหรับผู้ที่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัยสามารถที่จะสิ้นสุดการตอบแบบสอบถามได้ตลอดเวลา ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาจะถูกเก็บเป็นความลับ และนำเสนอเฉพาะภาพรวมเท่านั้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ข้อมูลพฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับ

ผลกระทบต่อการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายวิเคราะห์โดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) ภายหลังการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้น 5 ข้อ ได้แก่ 1) คู่ของตัวแปรมีความเกี่ยวข้องกัน (Related Pairs) 2) ลักษณะของตัวแปร (Scale of Measurement) 3) ตัวแปรมีการแจกแจงแบบปกติ (Normality) 4) ข้อมูลมีความสัมพันธ์เชิงเส้น (Linearity) และ 5) มีความสม่ำเสมอของความแปรปรวนข้อมูล (Homoscedasticity)¹³ โดยเกณฑ์การแบ่งคะแนนความสัมพันธ์ของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) ตามเกณฑ์ของ Cohen (1988)¹⁴ ดังนี้ 1) $r > 0.50$ ขึ้นไป มีความสัมพันธ์ระดับสูง 2) r ระหว่าง 0.30-0.49 มีความสัมพันธ์ระดับปานกลาง และ 3) r ระหว่าง 0.10-0.29 มีความสัมพันธ์ระดับน้อย

ผลการศึกษา (Results)

ผลการศึกษาแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งเป็นเพศหญิง ร้อยละ 68.70 มีอายุเฉลี่ย 16.76 ปี (S.D. = 1.025) กำลังศึกษาอยู่แผนการเรียนวิทย์-คณิต ร้อยละ 72.00 ส่วนใหญ่ นักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเสียค่าชำระค่าบริการอินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อเดือน อยู่ระหว่าง 100-

500 บาท ร้อยละ 48.70 (S.D.=322.90) เกือบทั้งหมดใช้โทรศัพท์มือถือ/สมาร์ทโฟน เข้าใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ ร้อยละ 92.70 สื่อสังคมออนไลน์ที่นิยม 3 อันดับแรก คือ Facebook ร้อยละ 30.30 รองลงมา Instagram ร้อยละ 25.00 และ Youtube ร้อยละ 15.70 ส่วนใหญ่เข้าใช้งานทุกวัน ร้อยละ 96.50 โดยระยะเวลาในการเข้าใช้งานสื่อสังคมออนไลน์มากกว่า 3 ชั่วโมง ร้อยละ 75.00 ส่วนใหญ่เข้าใช้สื่อสังคมออนไลน์ ช่วงเวลา 17.01–21.00 น. มากที่สุด ร้อยละ 28.00 สถานที่ที่ชอบใช้ส่วนใหญ่ คือ ที่บ้าน มากที่สุด ร้อยละ 91.80 รองลงมาคือโรงเรียน ร้อยละ 84.84 และห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 31.81 ตามลำดับ

2. ข้อมูลพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมปฏิบัติเป็นประจำถึงบ่อยครั้งในทุกด้าน โดยด้านความบันเทิง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.56 (S.D.=0.51) ด้านการเรียน/การศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.10 ด้านข้อมูลข่าวสาร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 (S.D.=0.51) (S.D.=0.59) และด้านการเข้าสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.99 (S.D.=0.64) ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี (n = 396)

พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์	ร้อยละ					$\bar{x}$	S.D.
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เกือบบ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่เคย		
1. ด้านความบันเทิง	64.00	29.50	5.40	1.10	0.00	4.56	0.51
2. ด้านการเรียน/การศึกษา	38.70	39.90	14.70	6.10	0.50	4.10	0.59
3. ด้านข้อมูลข่าวสาร	35.30	38.80	17.30	8.60	0.10	4.00	0.73
4. ด้านการเข้าสังคม	34.90	40.00	15.70	8.90	0.50	3.99	0.64

3. ข้อมูลผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีผลกระทบเป็นประจำถึงบ่อยครั้ง สำหรับผลกระทบเชิงบวก พบว่า มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.15 (S.D. = 0.61) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ สามารถรับรู้ข้อมูล ข่าวสาร จากสื่อสังคมออนไลน์มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.44 (S.D.=0.67) รองลงมาคือ สื่อสังคมออนไลน์ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย ลดความเครียด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.43 (S.D.=0.76) และสื่อสังคมออนไลน์ช่วยให้สามารถค้นหาข้อมูล ความรู้ เพื่อใช้ในการ

ประกอบการเรียน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.36 (S.D.=0.72) ตามลำดับ

สำหรับผลกระทบเชิงลบ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.06 (S.D.=0.83) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นเวลา มากกว่า 3 ชั่วโมง/วัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.27 (S.D.=1.03) รองลงมาคือ ในช่วงวันหยุด เสาร์-อาทิตย์ ใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.97 (S.D.=1.01) รู้สึกล้าส่ายตา ปวดกระบอกตา ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อบริเวณ คอ ไหล่ ปวดข้อมือ นิ้วล็อก เมื่อใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นเวลานาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.31 (S.D.=1.23) ตามลำดับ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี (n = 396)

ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์	ร้อยละ					$\bar{x}$	S.D.
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เกือบบ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่มี		
1.ผลกระทบเชิงบวก	41.60	39.10	13.70	4.40	1.30	4.15	0.61
1.1 สามารถรับรู้ข้อมูล ข่าวสาร จากสื่อสังคมออนไลน์	53.50	38.90	6.10	1.50	0.00	4.44	0.67
1.2 สื่อสังคมออนไลน์ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย ลดความเครียด	58.10	30.60	8.60	2.80	0.00	4.43	0.76

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดสุพรรณบุรี (n = 396) (ต่อ)

ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์	ร้อยละ					$\bar{x}$	S.D.
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เกือบบ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่มี		
1.3 สื่อสังคมออนไลน์ช่วยให้สามารถค้นหาข้อมูล ความรู้ เพื่อใช้ในการประกอบการเรียน	50.50	36.90	11.60	1.00	0.00	4.36	0.72
2. ผลกระทบเชิงลบ	21.80	20.50	17.90	22.00	17.80	3.06	0.83
2.1 ใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นเวลามากกว่า 3 ชั่วโมง/วัน	58.10	22.70	9.30	8.30	1.50	4.27	1.03
2.2 ในช่วงวันหยุดใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับการใช้สื่อสังคมออนไลน์	38.10	32.30	20.50	7.30	1.80	3.97	1.01
2.3 รู้สึกล้าสายนปวดกระบอกตา ปวดคอ ไหล่ ปวดข้อมือ นิ้วล็อค เมื่อใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นเวลานาน	21.20	25.80	23.70	21.70	7.60	3.31	1.23

** นำเสนอเฉพาะข้อที่มีค่าเฉลี่ย 3 อันดับแรก

4. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้การใช้อีสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแห่งหนึ่ง

จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันมีค่าตั้งแต่ 0.177–0.663 โดยพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ได้แก่ ด้านการเรียน การศึกษา ด้านการเข้า

สังคม ด้านความบันเทิง ด้านข้อมูลข่าวสาร มีความสัมพันธ์ต่อผลจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ทั้งเชิงบวกและเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า พฤติกรรมด้านการเข้าสังคม ($r = 0.663$) พฤติกรรมด้านการเรียน/การศึกษา ($r = 0.616$) พฤติกรรมด้านข้อมูลข่าวสาร ($r = 0.567$) และพฤติกรรมด้านความ

บันเทิง ($r = 0.524$) มีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับผลกระทบเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) ในทางตรงกันข้าม พฤติกรรมด้านการเข้าสังคม ($r = 0.380$) ด้านการเรียน/การศึกษา ($r = 0.276$) ด้านข้อมูลข่าวสาร ($r = 0.225$) และด้านความบันเทิง ($r = 0.177$) มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำกับผลกระทบเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$)

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์และผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ($n = 396$)

ตัวแปร	ผลกระทบเชิงบวก		ผลกระทบเชิงลบ	
	r	ระดับความสัมพันธ์	r	ระดับความสัมพันธ์
1. ด้านการเรียน / การศึกษา	0.616*	สูง	0.276*	ต่ำ
2. ด้านการเข้าสังคม	0.663*	สูง	0.380*	ปานกลาง
3. ด้านความบันเทิง	0.524*	สูง	0.177*	ต่ำ
4. ด้านข้อมูลข่าวสาร	0.567*	สูง	0.225*	ต่ำ
รวม	0.764*	สูง	0.356*	ปานกลาง

* $p < 0.01$

วิจารณ์ (Discussions)

การทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) พบว่า พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ได้แก่ ด้านการเรียน การศึกษา ด้านการเข้าสังคม ด้านความบันเทิง ด้านข้อมูลข่าวสาร มี

ความสัมพันธ์ต่อผลจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ทั้งเชิงบวกและเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย สามารถเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ได้ง่ายผ่านทางโทรศัพท์มือถือ/สมาร์ตโฟน จึงสามารถส่งผลกระทบได้ทั้งเชิงบวกและลบ เช่น ด้านสุขภาพ ใช้ในการ

ประกอบการเรียน การหาข้อมูลในการงาน การแสดงออกถึงตัวตน การติดต่อสื่อสารระหว่างกัน การรับชมสื่อสังคมออนไลน์เพื่อความบันเทิง เป็นต้น¹⁻⁶ อีกทั้งกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษากำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่กำลังให้ความสนใจในการใช้อินเตอร์เน็ตที่อยู่ในกระแสความนิยมในปัจจุบัน ซึ่งหากใครไม่มีเครือข่ายสังคมออนไลน์นี้อาจถือได้ว่าไม่ทันสมัย โดยเฉพาะ กลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย⁵ ซึ่งสามารถอธิบายเป็นรายด้านได้ว่า พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้านการเรียน/การศึกษา มีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับผลกระทบเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) สอดคล้องกับ Kaya, Bicen (2016)¹⁵ ที่พบว่า นักเรียนสามารถสื่อสารผ่าน Facebook เพื่อขอคำปรึกษาครูหลังเลิกเรียน และสอดคล้องกับ Gupta (2018)¹¹ ที่พบว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนในอินเดียสามารถแบ่งออกเป็น 4 ปัจจัย ได้แก่ ด้านวิชาการ การเข้าสังคม ความบันเทิงและข้อมูลข่าวสาร ซึ่งในด้านวิชาการ นักเรียนใช้เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลทำงาน/โครงการที่ได้รับมอบหมาย สอดคล้องกับ Abbas et al. (2019)¹² ที่พบว่า นักศึกษาจากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในปากีสถานมีพฤติกรรมการใช้โซเชียลมีเดียในเชิงบวกด้านการศึกษา เช่น การรับข้อมูล ช่วยให้ค้นหาข้อมูล ความรู้ เพื่อใช้ในการประกอบการเรียน และลดค่าใช้จ่ายในการซื้อหนังสือ อีกทั้งยัง สอดคล้องกับ

Rattanathamrongpun et al. (2015)¹⁶ ที่พบว่า นักเรียนและนักศึกษาในอำเภอแกลง จังหวัดระยอง มีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้านวิชาการ และด้านการสื่อสาร

พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้านการเข้าสังคม มีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับผลกระทบเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) ผลการวิจัยสอดคล้องกับ Abbas et al. (2019)¹² ที่พบว่า นักศึกษาจากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในปากีสถาน มีพฤติกรรมการใช้โซเชียลมีเดียในเชิงบวกด้านการเข้าสังคม เช่น ช่วยปรับปรุงบุคคลในการเข้าสังคม และทักษะการสื่อสาร และสอดคล้องกับ Meşe, Gökçe (2019)¹⁷ ที่พบว่า นักศึกษาในระดับปริญญาตรี ใช้ WhatsApp และ Instagram เพื่อความบันเทิงและการติดต่อสื่อสาร สำหรับพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้านความบันเทิง มีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับผลกระทบเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) พบว่าผลการวิจัยสอดคล้องกับ Mustafa, Ibrahim (2016)¹⁸ ที่นักเรียนในซาอุดีอาระเบีย มีพฤติกรรมการใช้เครือข่ายทางสังคมในเชิงบวก ได้แก่ การแบ่งปันความเพลิดเพลิน และความบันเทิง และสอดคล้องกับ Abbas et al. (2019)¹² ที่พบว่านักศึกษาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในปากีสถาน มีพฤติกรรมการใช้โซเชียลมีเดียในเชิงบวกด้านความบันเทิง เช่น ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย ลดความเครียด

ในส่วนของการพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้านข้อมูลข่าวสาร มีความสัมพันธ์ในระดับสูงกับผลกระทบเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) พบว่าผลการวิจัยสอดคล้องกับ Hamin, Wijitthamaroj (2014)¹⁹ ที่ประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร อายุ 15-44 ปี ส่วนใหญ่ใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อติดตามข่าวสาร/งาน ทำให้ทราบข่าวสารรวดเร็วมากที่สุด และยังสอดคล้องกับ Suparakornsakul (2017)²⁰ ที่ศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาในรายวิชาปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับคอมพิวเตอร์ พบว่าข้อดีของผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ คือรับรู้ข้อมูลข่าวสารที่ทันต่อเหตุการณ์ไม่ตกข่าว

ข้อยุติ (Conclusions)

ผลการศึกษาด้านพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการใช้เพื่อความบันเทิง ($\bar{X} = 4.56$; S.D. = 0.51) และเกิดผลกระทบเชิงบวกจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์มากกว่าเชิงลบ สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้สื่อสังคม

ออนไลน์ พบว่าพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.764$, $p < 0.01$)

ข้อเสนอแนะ (Recommendations)

ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อให้ทราบถึงความคิดเห็นในด้านผลกระทบทั้งในเชิงบวกและเชิงลบในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียน และควรขยายผลการศึกษาพฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในกลุ่มอื่น ๆ เช่น กลุ่มนักศึกษา กลุ่มคนวัยทำงาน หรือกลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น

สถานะองค์ความรู้ (Body of knowledge)

พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในกลุ่มนักเรียนส่งผลทั้งทางบวกและทางลบ การศึกษาครั้งนี้พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อความบันเทิงมากที่สุด ผู้ปกครองครูผู้สอน ควรมีการดูแลและให้คำแนะนำในการเข้าใช้สื่อสังคมออนไลน์ให้สอดคล้องสภาพแวดล้อมและเท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของสังคม

เอกสารอ้างอิง (References)

1. Wonganantnont P. Excessive internet usage behavioral in adolescents.

Journal of the Royal Thai Army Nurses 2014; 15(2): 173-178. [in Thai].

2. Suwancharoen S, Thamma- in S, Kerdmuang S, Pinitchan O, Chumchai P. Behaviors and effects of smartphone usage among high school students, Nonthaburi province. **NJPH** 2019; 29(3): 107-117. [in Thai].
3. Lampetch S. Behavior and impact of using social network of secondary school students in Nonthaburi province. **Suthiparithat** 2016; 30(93): 116-130. [in Thai].
4. Thongjuepong P. Factors and effects of smart phone addiction to job performance momo- phobia and conflict with others. **JISB** 2016; 2(3): 40-54. [in Thai].
5. Sukhonthamalee N, Kerdmuang S, Suwancharoen S, Chatrung C, Tangwongkit T. Game addiction and factors related to health behaviors among junior high school students in the selected school, Nonthaburi province. **Community Health Development Quarterly Khon Kaen University** 2019; 7(1): 69-87. [in Thai].
6. Wanchaitanawong W, Choopun K. A survey of internet utilization and impacts of internet utilization on students of Boromarajonnani College of Nursing, Chiang Mai. **Journal of Nursing and Education** 2017; 7(3): 124-132. [in Thai].
7. Charoenwanit S. Cyber bullying: impacts and preventions in adolescents. **Thai Science and Technology Journal** 2017; 25(4): 639-648. [in Thai].
8. Gofin R, Avitzour M. Traditional versus internet bullying in junior high school students, Mater. **Child Health J** 2012; 16: 1625-1635.
9. Chupradit S, Kienngam N, Mhahawan C. Comparison of self-esteem of upper secondary school students with different game playing behavior. **Varidian E-Journal Silpakorn University** 2018; 11(2): 1657-1671. [in Thai].
10. Krejcie RV, Morgan DW. Determining sample size for research activities. **Edu Psychol Meas** 1970; 30(3): 607-610.
11. Gupta S. Social networking usage questionnaire: development and validation in an Indian higher education context. **Turkish Online J. Distance Educ** 2018; 19(4): 214-222.
12. Abbas J, Aman J, Nurunnabi M, Bano S. The impact of social media on learning behavior for sustainable education: evidence of students from

- selected universities in Pakistan. **Sustainability** 2019; 11(6): 1-23.
13. Hair JF, Black WC, Babin BJ, Anderson RE, Tatham RL. **Multivariate data analysis**. (7th ed.). NJ, Pearson Prentice Hall; 2014.
14. Cohen J. **Statistical power analysis for the behavioral sciences**. (2nd ed.). Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc; 1988.
15. Kaya T, Bicen H. The effects of social media on students' behaviors; Facebook as a case study. **Computers in Human Behavior** 2016; 59(2016): 374-379.
16. Rattanathamrongpun T, Klinhom L, Pimdee P. A study of behavior and impact of using online social network Chulabhorn (Ladkwang) Technical College students. **Journal of Industrial Education** 2015; 14(2): 305-311. [in Thai].
17. MeSe C, Gökçe SA. The use of social networks among university students. **Educational Research and Reviews** 2019; 14(6): 190-199.
18. Mustafa E, Ibrahim AJ. Social networking, knowledge sharing, and student learning: The case of university students. **Computers & Education** 2016; 99: 14-27.
19. Hamin A, Wijitthamaroj P. Social media consumption behaviors and opinion towards results of experiencing social media in Bangkok metropolitan. **RJSH** 2014; 9-10 (16-17): 120-140. [in Thai].
20. Suparakornsakul Y. Phetchabun high school student's behaviors in using online social networks and their impact. **Humanities & Social Sciences** 2017; 8(2): 53-71. [in Thai].