



ความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และผลการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

กชกร เพี้ยซ้าย ปร.ต.¹ สิริกร ขาวบุญมาศิริ พย.ม.²
ปนัดดา เมินธนู นศ.พย.³ ขวัญนรา ณะกาแย้ม นศ.พย.³
ณัฐชยา ทาสุข นศ.พย.³ ศุภคร อินทรลี นศ.พย.³
จิตติยา ลีภัยรัตน์ นศ.พย.³

(วันรับบทความ: 28 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2568/ วันแก้ไขบทความ: 8 เมษายน พ.ศ.2568/ วันตอบรับบทความ: 21 เมษายน พ.ศ.2568)

บทคัดย่อ

ปัจจุบันมีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในชีวิตประจำวันจนเป็นการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มนักศึกษา การติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาส่งผลกระทบต่อการใช้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับคนรอบข้างและผลการเรียนของนักศึกษา การวิจัยเชิงพรรณานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและผลการเรียนของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จำนวน 395 คน เก็บข้อมูลในเดือนตุลาคม - พฤศจิกายน พ.ศ. 2567 เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย 1) แบบสอบถามการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ และ 2) แบบสอบถามการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งมีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา เท่ากับ 1 และ .99 ตามลำดับ ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ .89 และ .84 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและสถิติสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาปริญญาตรีมีการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ในภาพรวมอยู่ในระดับเสี่ยงปานกลาง ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระดับปานกลาง ผลการเรียนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์ทางลบกับการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ในระดับสูง ($r = -0.642, p < .001$) แต่การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ไม่มีความสัมพันธ์กับผลการเรียน ดังนั้น การเสพติดสื่อออนไลน์ของนักศึกษาอาจมีผลต่อปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลรอบข้างในโลกของความจริง แต่การติดสื่อสังคมออนไลน์ไม่ได้ส่งผลเสียต่อผลการเรียนของนักศึกษาแต่อย่างใด การจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียนจึงควรเพิ่มกิจกรรมให้นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นมากขึ้นแต่อาจปรับเปลี่ยนวิธีการจัดการเรียนการสอนให้มีการค้นคว้าหรือการส่งงานผ่านระบบออนไลน์จึงจะเป็นการใช้ประโยชน์จากสื่อออนไลน์ในการเรียนมากขึ้น

คำสำคัญ: การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ผลการเรียน นักศึกษาปริญญาตรี

¹หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

²อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาลจิตเวช สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

³นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2567 สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

²ผู้ประพันธ์บรรณกิจ Email: kanjana@sut.ac.th Tel: 081-3541674



The Correlations Between Social Media Addiction, Social Interaction, and Academic Performance Among Undergraduate Students

Kodchakon Piasai Ph.D.¹ Sirikon Khaobunmasiri M.N.S.²

Panadda Moentanoo NS.³ Kwannara Phakayaem NS.³

Natchaya Hasuk NS.³ Suphason Ainli NS.³

Thitiya Lipairat NS.³

(Received Date: January 28, 2025, Revised Date: April 8, 2025, Accepted Date: April 21, 2025)

Abstract

Nowadays, the use of social media has become an integral part of daily life, to the extent that it has led to social media addiction, particularly among undergraduate students. Social media addiction among undergraduate students affects their social interactions with those around them and their academic performance. This descriptive correlational research aimed to investigate the correlations between social media addiction, social interaction, and academic performance among undergraduate students of a university. The participants consisted of 395 undergraduate students, with data collection performed between October and November 2024. The instruments used in this study included: 1) The Social-Media Addiction Screening Scale (S-MASS) and 2) The Social Interaction Questionnaire (SIQ). The instruments had content validity index (CVI) values of 1 and .99, respectively, and Cronbach's alpha coefficients of .89 and .84, respectively. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's Product Moment Correlation Coefficients.

The results of the study revealed that: undergraduate students exhibited an overall level of social media addiction categorized as moderate-risk; social interaction was at a moderate level; and the students' academic performance was at a moderate level. Additionally, social media addiction was negatively correlated with social interaction at a high level ($r = -0.642, p < .001$). However, there was no correlation between social media addiction and academic performance. Thus, social media addiction among undergraduate students may affect their real-world social interactions with others, but it does not negatively impact their academic performance. Therefore, education strategies should focus on incorporating more in-class activities that encourage students to interact with others, while also promoting the use of online platforms for information searches and assignment submission, thereby maximizing the benefits of online media in learning.

Keywords: social media addiction, social interaction, academic performance, undergraduate student

¹Head of School of Pediatric and Adolescent Nursing, Suranaree University of Technology

²Lecturer of Psychiatric Nursing, Institute of Nursing, Suranaree University of Technology

³The Third-year nursing student academic year 2024, Institute of Nursing, Suranaree University of Technology

²Corresponding author, Email: kanjana@sut.ac.th Tel: 081-3541674



บทนำ

ปัจจุบันเป็นยุคดิจิทัลที่ประชาชนใช้อินเทอร์เน็ตอย่างแพร่หลาย มีรายงานว่าประชากรทั่วโลกใช้อินเทอร์เน็ต 5.35 พันล้านคน คิดเป็นร้อยละ 66 ของประชากรทั่วโลกในปี พ.ศ. 2567¹ และเพิ่มขึ้นเป็น 5.56 พันล้านคน คิดเป็นร้อยละ 67.90 ของประชากรทั่วโลกในปี พ.ศ. 2568² ในประเทศไทยมีผู้ใช้อินเทอร์เน็ตประมาณ 63.21 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 88 ของจำนวนประชากรไทย ในปี พ.ศ. 2567³ และเข้าถึงอินเทอร์เน็ตด้วยโทรศัพท์มือถือร้อยละ 94.90⁴ กลุ่มอายุที่มีการใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุดคือบุคคล ช่วงอายุ 15-24 ปี ที่ใช้อินเทอร์เน็ตร้อยละ 99.10⁵ ซึ่งเป็นช่วงวัยของนักเรียนนักศึกษา ในปี พ.ศ. 2565 – 2566 นักศึกษาระดับปริญญาตรีไทยใช้สื่อสังคมออนไลน์ร้อยละ 96.90 และ 99.80 ตามลำดับ^{6,7} โดยมีจำนวนชั่วโมงการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนและนักศึกษาเฉลี่ยต่อวันสูงที่สุดคือวันละ 12 ชั่วโมง 43 นาที และเป็นกลุ่มที่ติดสื่อสังคมออนไลน์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 95.30 ของผู้เสพติดสื่อสังคมออนไลน์⁸ ซึ่งการใช้สื่อออนไลน์มีผลกระทบต่อบุคคลทั้งข้อดีข้อเสียขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการใช้งาน ข้อดีของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ทำให้ผู้คนมีความสัมพันธ์อย่างกว้างขวางไม่จำกัดเวลาและสถานที่ โดยเฉพาะในช่วง 3-4 ปีที่ผ่านมา มีการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 ทำให้ประชาชนเกิดการการทำงานรูปแบบใหม่ที่เรียกว่าทำงานจากที่บ้าน (Work from home) รวมถึงการศึกษาต้องปรับเปลี่ยนมาเป็นการเรียนออนไลน์ การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ให้ประโยชน์ในการเพิ่มความเชื่อมโยงทางสังคม รวมทั้งสามารถแบ่งปันข้อมูลต่าง ๆ ได้อย่างอิสระ⁹ ซึ่งจะเห็นได้อย่างชัดเจนว่าสื่อสังคมออนไลน์สร้างความสะดวกสบายให้ผู้ใช้บริการเป็นอย่างมากและเป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนสังคมในยุคนี้

อย่างไรก็ตามเมื่อมีการติดต่อดิจิทัลทางออนไลน์หรือใช้สื่อสังคมออนไลน์ในชีวิตประจำวันมากกว่าการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง จะก่อให้เกิดผลกระทบต่อพฤติกรรม ความรู้สึกนึกคิด การแสดงออกในด้านร่างกาย และสภาพจิตใจ ส่งผลต่อความไว้วางใจต่อบุคคลอื่นและการสื่อสารกับบุคคลอื่นโดยตรงลดลง จึงทำให้ปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างลดน้อยลง¹⁰ การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จะมีผลต่อภาวะสุขภาพ ทำให้สุขภาพร่างกายอ่อนแอ¹¹ ส่งผลกระทบให้สภาวะทางอารมณ์ไม่มั่นคง ไม่สามารถจัดการกับความเครียดได้ เมื่อมีความเครียดมากขึ้น จะส่งผลทำให้สมาธิในการเรียนลดลงและนอกจากนี้ยังเป็นสิ่งรบกวนการตัดสินใจ ความสนใจ ทำให้นักเรียนไม่ทบทวนเนื้อหาการเรียน ความสนใจในการเรียนลดลงส่งผลประสิทธิภาพในการเรียน¹⁰ การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ก่อให้เกิดผลกระทบต่อพฤติกรรมการแสดงออกทางด้านร่างกายและจิตใจ เมื่อมีการทำกิจกรรมในสังคมออนไลน์ต่อเนื่องมากขึ้น จะขัดต่อการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต ซึ่งทำให้ปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างลดน้อยลง¹⁰ และยังมีผลทำให้เกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคทางสายตา โรคเกี่ยวกับกล้ามเนื้อ¹¹ นอกจากนี้ ยังส่งผลต่อสภาวะอารมณ์ โดยเกิดภาวะเครียด วิตกกังวล¹² ไม่ชอบใครตรงกันข้าม ปัญหา ไม่สามารถปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวได้ และยังมีผลต่อสมาธิในการเรียนลดลง และยังเป็นสิ่งรบกวนการตัดสินใจ ความสนใจของนักเรียนหรือนักศึกษา ทำให้ความสนใจในการเรียนลดลง ส่งผลต่อประสิทธิภาพในการเรียน¹⁰

จากการทบทวนวรรณกรรมมีการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดจากการติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับสูงมีความเครียดมากกว่านักศึกษาที่ติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับปานกลางและระดับต่ำ¹⁰ ปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาวិชาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี¹³ และการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยขอนแก่น พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ คือ วัตถุประสงค์หลักของการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อแก้เบื่อ และทัศนคติในการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อให้เป็นที่ยอมรับในสังคม¹⁴ ส่วนปัญหาทางด้านจิตใจจากการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ พบว่า การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์สามารถทำนายความหว้าว้าว ภาวะซึมเศร้าและความวิตกกังวลของนักศึกษาได้⁶ นอกจากนี้ ในต่างประเทศมีการศึกษาผลกระทบของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ต่อปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและความผูกพันของนักศึกษาแพทย์ พบว่า การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการเข้าสังคม และความเหงา¹⁵ และการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ในนักศึกษายังมีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมทางวิชาการและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา¹⁶



จากการทบทวนวรรณกรรมทั้งหมดนี้ จึงพบว่ายังไม่มีการศึกษาความสัมพันธ์ของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและผลการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย เพื่อจะนำผลการศึกษานี้ไปเป็นแนวทางในการปรับการจัดการเรียนการสอนสำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรีเพื่อให้เหมาะสมกับลักษณะการใช้สื่อสังคมออนไลน์และเป็นการใช้ประโยชน์จากสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาเพื่อให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาที่ดีที่สุด

วัตถุประสงค์การวิจัย

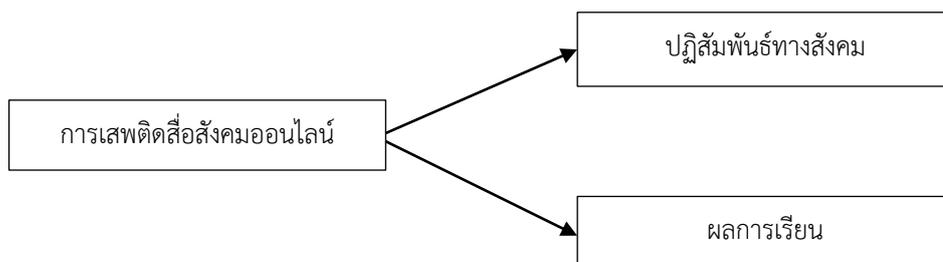
1. เพื่อศึกษาการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์การติดสื่อสังคมออนไลน์กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์การติดสื่อสังคมออนไลน์กับผลการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

คำถามการวิจัย

1. นักศึกษาระดับปริญญาตรี มีการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์หรือไม่ อย่างไร
2. การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มีความสัมพันธ์กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมหรือไม่ อย่างไร
3. การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนหรือไม่ อย่างไร

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษานี้ใช้แนวคิดการเสพติด เป็นกรอบแนวคิดของการวิจัย ซึ่งการเสพติด (Addiction) เป็นการกระทำพฤติกรรมเดิมซ้ำ ๆ โดยไม่สามารถหยุดพฤติกรรมนั้นได้ ทั้งที่รู้ว่าจะเกิดผลเสียต่อตนเองหรือบุคคลอื่น⁵ การใช้สื่อสังคมออนไลน์ (Social media use) เป็นการใช้สื่อออนไลน์สำหรับอ่าน เขียน ดู ฟัง หรือสื่อสารตอบโต้ระหว่างบุคคลโดยผ่านเว็บไซต์ (Website) หรือแอปพลิเคชัน (Application) ต่าง ๆ การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ (Social media addiction: SMA) การใช้เวลากับสื่อสังคมออนไลน์มากกว่าที่ตั้งใจไว้ ทั้งจำนวนชั่วโมงในการใช้สื่อออนไลน์ต่อวันหรือความถี่ของการเข้าใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อวัน ซึ่งปัจจัยที่ทำให้บุคคลเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ประกอบด้วย ปัจจัยภายใน (การไม่เปิดเผยตัวตนทางอินเทอร์เน็ต หรือแรงผลักดันภายในในการแสดงออกทางสื่อสังคมออนไลน์) ที่เป็นกลไกการขับเคลื่อนการมีส่วนร่วมในสังคมออนไลน์ และปัจจัยภายนอก (ลักษณะสังคม สิ่งแวดล้อม) ที่มีการใช้อินเทอร์เน็ตหรือสื่อออนไลน์ในชีวิตประจำวัน¹⁷ ของวัยรุ่นยุคดิจิทัล (iGen หรือ Generation Z) ซึ่งเป็นกลุ่มคนในวัยนักศึกษาระดับปริญญาตรีในปัจจุบัน การที่บุคคลไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมมีส่วนร่วมในสื่อสังคมออนไลน์ได้ จะส่งผลกระทบต่อบุคคลนั้นในด้านสำคัญในชีวิต ได้แก่ การทำงาน การเรียน และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทำให้บุคคลนั้นขาดปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างในชีวิตจริง¹⁸ การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ยังส่งผลให้เกิดอาการหงุดหงิดหรือไม่พอใจเมื่อไม่สามารถเข้าถึงสื่อออนไลน์ได้ และกระทบต่อความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง คือจะทำให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงความสัมพันธ์กับคนรอบข้างและให้ความสนใจกับผู้ที่อยู่ในสื่อสังคมออนไลน์มากกว่า^{19,20} นอกจากนี้การติดสื่อสังคมออนไลน์ยังส่งผลให้ผลการเรียนลดลง²¹ เนื่องจากสื่อสังคมออนไลน์จะดึงดูดความสนใจของผู้ใช้ เบี่ยงเบนในการสนใจจากการเรียนไปอยู่กับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ตลอดเวลา ซึ่งสามารถเขียนเป็นแผนภูมิได้ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยายเพื่อหาความสัมพันธ์ ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และผลการเรียนของนักศึกษาปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือน ตุลาคมถึงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2567

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีทุกชั้นปี ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2567 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จำนวน 16,041 คน คำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมการคำนวณขนาดตัวอย่างอย่างง่ายของ Taro Yamane²² โดยกำหนด ค่าความคลาดเคลื่อนของการเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ α เท่ากับ .05 และระดับความเชื่อมั่นที่ร้อยละ 95 ได้จำนวนตัวอย่าง 391 ราย คิดเป็นร้อยละ 2.43 ของนักศึกษาปริญญาตรีทั้งหมด สุ่มเก็บตัวอย่างตามสัดส่วนจำนวนนักศึกษาปริญญาตรีของแต่ละสำนักวิชา ดังนี้ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์ จำนวน 20 คน สำนักวิชาเทคโนโลยีสังคม จำนวน 19 คน สำนักวิชาเทคโนโลยีการเกษตร จำนวน 19 คน สำนักวิชาแพทยศาสตร์ จำนวน 14 คน สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 249 คน สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ จำนวน 9 คน สำนักวิชาทันตแพทยศาสตร์ จำนวน 6 คน สำนักวิชาสาธารณสุขศาสตร์ จำนวน 24 คนและสำนักวิชาศาสตร์และศิลป์ดิจิทัล จำนวน 31 คน แต่เนื่องจากเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการตอบแบบสอบถามออนไลน์จึงทำให้จำนวนตัวอย่างเกินจากที่คำนวณไว้ 4 คน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 395 ราย โดยแต่ละสำนักวิชาจะมีเกณฑ์คัดเข้า (Inclusion criteria) ดังนี้ 1) เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี 2) มีสถานภาพ กำลังศึกษา 3) ไม่อยู่ในระหว่างถูกพักการเรียน 4) มีผลการเรียนเฉลี่ยอย่างน้อย 1 ภาคการศึกษา และ 5) ยินดีเข้าร่วมโครงการวิจัย เกณฑ์การคัดออก (Exclusion criteria) คือ กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามไม่ครบทุกส่วน

จริยธรรมการวิจัยและการพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เลขที่รับรอง COE No. 125/2567 เมื่อวันที่ 15 สิงหาคม พ.ศ. 2567 ซึ่งกลุ่มตัวอย่างจะต้องให้ความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยจึงจะสามารถเข้าตอบแบบสอบถามออนไลน์ได้ และสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ หลังจากได้รับการรับรองด้านจริยธรรม ผู้วิจัยได้ดำเนินการทำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากคณบดีของแต่ละสำนักวิชา ข้อมูลที่เก็บรวบรวมจะถูกเก็บรักษาเป็นความลับอย่างเคร่งครัด ในระบบคอมพิวเตอร์ มีการใส่รหัสที่คาดเดาได้ยาก โดยมีเพียงคณะผู้วิจัยเท่านั้นที่สามารถเข้าถึงข้อมูลดังกล่าวได้ ทั้งนี้ งานวิจัยนี้นำเสนอข้อมูลในลักษณะภาพรวมและไม่ระบุเจาะจงถึงข้อมูลส่วนบุคคลของผู้เข้าร่วมการวิจัยแต่อย่างใด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถามที่เก็บรวบรวมข้อมูลผ่าน Google Form ประกอบด้วย 1. แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ สำนักวิชาที่กำลังศึกษา ชั้นปีที่กำลังศึกษาอยู่ ผลการเรียนเฉลี่ยสะสม (GPAX) ประวัติการมีผลการเรียนต่ำหรือการพ้นสภาพการเป็นนักศึกษาและกลับมาเรียนใหม่ ประวัติผลการเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์ (ได้รับระดับคะแนนตัวอักษร F) อุปกรณ์ที่ใช้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ จุดประสงค์หลักของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ระยะเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์โดยเฉลี่ยต่อวัน ชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่ใช้มากที่สุด การรับรู้ผลกระทบของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ต่อการเรียน และความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัย 2) แบบสอบถามการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media Addiction Screening Scale: S-MASS) ซึ่งผู้วิจัยได้รับอนุญาตจากศาสตราจารย์ นายแพทย์ชาญวิทย์ พรนภดลที่เป็นผู้พัฒนาแบบประเมินนี้ โดย S-MASS เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Likert Scale) จำนวน 16 ข้อ แต่ละข้อมี 4 ตัวเลือก ได้แก่ ไม่ใช่เลย (0 คะแนน) ไม่น่าใช่ (1 คะแนน) น่าจะใช่ (2 คะแนน) และใช่เลย (3 คะแนน) คะแนนรวมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์มีค่าตั้งแต่ 0-48 คะแนนโดยการแปลผลระดับของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ดังนี้



คะแนนที่ได้จากการแบบทดสอบ

0-15 คะแนน
16-30 คะแนน
31-48 คะแนน

ระดับการติดต่อสังคมออนไลน์

เสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับต่ำ
เสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับปานกลาง
เสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับสูง

และ 3) แบบสอบถามการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยได้รับอนุญาตให้แปลจากแบบสอบถามปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction Questionnaire : SIQ) ของ Dewi และคณะ²³ จำนวน 23 ข้อ แบ่งออกเป็น 6 มิติ ได้แก่ มิติของการสร้างสภาพแวดล้อมของการมีปฏิสัมพันธ์ (3 ข้อ), มิติของการสร้างบรรยากาศทางอารมณ์ (4 ข้อ), มิติของการมีจุดมุ่งหมายเฉพาะ (4 ข้อ), มิติของการดำรงอยู่ของผู้นำ (4 ข้อ), มิติของการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย (3 ข้อ) และมิติของความเห็นอกเห็นใจ (5 ข้อ) คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีค่าตั้งแต่ 23-92 คะแนน การให้คะแนนแต่ละข้อของปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เป็นมาตรฐานค่า (Rating scale) 4 ระดับ ดังนี้

กรณีเป็นคำถามทางบวก		กรณีเป็นคำถามทางลบ	
ปฏิบัติสม่ำเสมอ/เกือบทุกครั้ง	เท่ากับ 4 คะแนน	ปฏิบัติสม่ำเสมอ/เกือบทุกครั้ง	เท่ากับ 1 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	เท่ากับ 3 คะแนน	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	เท่ากับ 2 คะแนน
ปฏิบัติเป็นครั้งคราว	เท่ากับ 2 คะแนน	ปฏิบัติเป็นครั้งคราว	เท่ากับ 3 คะแนน
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	เท่ากับ 1 คะแนน	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	เท่ากับ 4 คะแนน

แปลผลคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมตั้งแต่ระดับต่ำสุดจนถึงสูงสุดโดยคะแนนต่ำหมายถึงการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมต่ำและคะแนนสูงหมายถึงการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมสูง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้แก่ จิตแพทย์ 1 ท่าน และอาจารย์พยาบาลสาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชจำนวน 2 ท่าน โดยได้ค่า content validity index ของแบบสอบถามการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ และแบบสอบถามการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เท่ากับ 1.00 และ 0.99 ตามลำดับ นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามทั้ง 2 ส่วนไปทดลองใช้กับนักศึกษาปริญญาตรีที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย และหาค่า Cronbach's alpha coefficient ของแบบสอบถามได้ค่า α เท่ากับ 0.89 และ 0.84 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยส่งหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลถึงคณบดีทุกสำนักวิชา เพื่อขอประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยและเก็บข้อมูล
2. ผู้วิจัยส่งลิ้งค์ (Link) และคิวอาร์โค้ด (QR code) สำหรับเก็บข้อมูลให้นักศึกษาทุกสำนักวิชา เพื่อทดลองใช้เครื่องมือ โดยให้อาสาสมัครที่มีลักษณะเหมือนตัวอย่างตอบแบบสอบถาม จำนวน 30 รายและคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ
3. ผู้วิจัยส่งลิ้งค์ (Link) และคิวอาร์โค้ด (QR code) สำหรับเก็บข้อมูลให้นักศึกษาทุกสำนักวิชา เพื่อเก็บข้อมูลออนไลน์แบบฟอร์มทางกูเกิ้ล (Google Form) โดยภายในลิ้งค์ (Link) สำหรับตอบแบบสอบถามจะประกอบด้วยคำชี้แจงอาสาสมัครและเอกสารแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย วัตถุประสงค์ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล และประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการวิจัยแก่อาสาสมัคร
4. หลังจากอาสาสมัครอ่านคำชี้แจงการวิจัยแล้ว หากอาสาสมัครยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย อาสาสมัครจะต้องกดยืนยันเพื่อเข้าตอบแบบสอบถาม



5. ผู้วิจัยกำหนดจำนวนตัวอย่างของอาสาสมัครแต่ละสำนักวิชาเพื่อให้ได้จำนวนอาสาสมัครของแต่ละสำนักวิชาตามที่คำนวณไว้
6. ผู้วิจัยตรวจสอบจำนวนอาสาสมัครที่เข้าร่วมโครงการวิจัย จนครบจำนวนตัวอย่าง แต่เนื่องจากเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลออนไลน์ทำให้ควบคุมจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามได้ยาก จึงมีอาสาสมัครเข้าตอบแบบสอบถามเกินจำนวนที่คำนวณขนาดตัวอย่างไว้ 6 ราย จึงมีอาสาสมัครตอบแบบสอบถามจำนวน 397 ราย แต่จากการตรวจสอบข้อมูลพบว่า อาสาสมัครจำนวน 2 รายที่ให้ข้อมูลไม่ครบ จึงตัดข้อมูลของอาสาสมัครทั้ง 2 รายออก รวมอาสาสมัครที่เข้าร่วมการวิจัยทั้งสิ้นจำนวน 395 ราย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสถิติสำเร็จรูป โดยใช้สถิติพรรณนา (Descriptive statistics) เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการหา ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นอกจากนี้ ยังใช้สถิติอ้างอิง (Inferential statistics) เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่าง การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์และปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์และผลการเรียน ด้วยสถิติ Pearson's Product Moment Correlation Coefficient โดยกำหนดค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < .05$

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างจำนวน 395 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 52.15 มีอายุเฉลี่ย 20.09 ปี (S.D.=1.28) กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 3 ร้อยละ 39.85 สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์ ร้อยละ 60 ผลการเรียนเฉลี่ยสะสม (GPAX) เฉลี่ย 2.69 (S.D.=0.69) ประวัติการมีผลการเรียนไม่ผ่านเกณฑ์ (ได้รับคะแนนตัวอักษร F) ส่วนใหญ่ไม่เคยมีประวัติได้รับคะแนนตัวอักษร F ร้อยละ 65.82 และส่วนใหญ่ไม่เคยมีประวัติกลับเข้าศึกษาใหม่ (Re ID) ร้อยละ 96.46 อุปกรณ์ที่ใช้สื่อออนไลน์ส่วนใหญ่ใช้ Smartphone ร้อยละ 43.04 จุดประสงค์หลักในการใช้สื่อออนไลน์เพื่อความบันเทิง ร้อยละ 60.51 ระยะเวลาที่ใช้สื่อต่อวันเฉลี่ย 8.06 ชั่วโมง (S.D.=3.67) โดยสื่อที่ใช้มากที่สุดคือ Instagram ร้อยละ 88.86 การรับรู้ผลกระทบของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ต่อการเรียนของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นว่าการติดสื่อสังคมออนไลน์ไม่ส่งผลกระทบต่อการศึกษา ร้อยละ 54.18 ความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัยส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมนาน ๆ ครั้ง ร้อยละ 37.72 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตัวแปร	N	Percent	Mean	S.D.
เพศ	หญิง	206	52.15	
	ชาย	153	38.74	
	LGBTQ ⁺	23	5.82	
	ไม่ต้องการระบุเพศ	13	3.29	
อายุ	ตั้งแต่ 17 – 25 ปี		20.09	1.28
สำนักวิชา	วิทยาศาสตร์	21	5.32	
	เทคโนโลยีสังคม	24	6.08	
	เทคโนโลยีการเกษตร	31	7.85	
	แพทยศาสตร์/ทันตแพทย์	19	4.81	
	วิศวกรรมศาสตร์	237	60.00	
พยาบาลศาสตร์	11	2.78		



ตัวแปร		N	Percent	Mean	S.D.	
ชั้นปีที่กำลังศึกษา	สาธารณสุขศาสตร์	29	7.34			
	ศาสตร์และศิลป์ดิจิทัล	23	5.82			
	ชั้นปีที่ 1	90	22.84			
	ชั้นปีที่ 2	106	26.90			
	ชั้นปีที่ 3	157	39.85			
	ชั้นปีที่ 4	34	8.63			
เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX)	มากกว่าชั้นปีที่ 4	7	1.78			
	ตั้งแต่ 0.97 – 4.00			2.69	0.69	
ประวัติผลการเรียนไม่ผ่านเกณฑ์ (ได้คะแนนตัวอักษร F)	ไม่เคย	260	65.82			
	เคย	136	34.28			
ประวัติกลับเข้าศึกษาใหม่ (Re ID)	ไม่เคย	381	96.46			
	เคย	14	3.54			
อุปกรณ์ที่ใช้เชื่อมต่อสังคมออนไลน์	Smartphone	170	43.04			
	iPad	21	5.32			
	หลายอุปกรณ์	204	51.64			
ระยะเวลาในการใช้สื่อ/วัน (ชั่วโมง)	ตั้งแต่ 1 – 23 ชั่วโมง			8.06	3.67	
	สื่อที่ใช้มาก 5 อันดับแรก (ตอบได้มากกว่า 1 สื่อ)	Instagram	351	88.86		
		YouTube	333	84.30		
		TikTok	309	78.23		
		Facebook	243	61.52		
		Line	228	57.72		
จุดประสงค์หลักที่ใช้สื่อ	เพื่อความบันเทิง	239	60.51			
	เพื่อการศึกษา	50	12.66			
	เพื่อติดต่อสื่อสาร	78	19.75			
	เพื่อติดตามข่าวสาร/อื่น ๆ	28	7.09			
การรับรู้ผลกระทบของการติดสื่อสังคมออนไลน์ต่อการเรียน	ส่งผลดีต่อการเรียน	132	33.42			
	ไม่ส่งผลกระทบต่อเรียน	214	54.18			
	ส่งผลเสียต่อการเรียน	49	12.41			
ความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมมหาวิทยาลัย	ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรม	17	4.30			
	เข้าร่วมกิจกรรมนาน ๆ ครั้ง	149	37.72			
	เข้าร่วมกิจกรรมบางครั้ง	132	33.42			
	เข้าร่วมกิจกรรมบ่อยครั้ง	78	19.75			
	เข้าร่วมกิจกรรมเป็นประจำ	19	4.81			



การติดสื่อสังคมออนไลน์ (SMA) การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (SI) และผลการเรียน (GPAX) พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ตั้งแต่ 0 – 48 คะแนน เฉลี่ยเท่ากับ 24.32 (S.D. = 9.16) ซึ่งเป็นการเสี่ยงต่อการติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับปานกลาง คะแนนปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอยู่ระหว่าง 32 – 92 คะแนน เฉลี่ยเท่ากับ 67.77 (S.D.=11.41) ซึ่งเป็นการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระดับปานกลาง และคะแนนเฉลี่ยสะสมระหว่าง 0.97 – 4.00 โดยมีคะแนนเฉลี่ยสะสมเฉลี่ยเท่ากับ 2.69 (S.D. = 0.69) ส่วนระดับการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์อยู่ในระดับเสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับปานกลาง ร้อยละ 39.24 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงระดับการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาปริญญาตรี

ระดับการติดสื่อสังคมออนไลน์	จำนวน	ร้อยละ
เสี่ยงต่อการติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับต่ำ (0-15)	127	32.15
เสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับปานกลาง (16-30)	155	39.24
เสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับสูง (31-48)	113	28.61
รวมทั้งหมด	395	100

ความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์กับการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม พบว่า การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์ทางลบกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .001$ แต่การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ไม่มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนของนักศึกษาปริญญาตรี ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ (SMA) กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (SI) และผลการเรียน (GPAX) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี (n=395)

ตัวแปร	SMA	SI	GPAX
การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ (SMA)	1		
ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (SI)	-0.64*	1	
เกรดเฉลี่ย (GPAX)	0.05	0.03	1

*หมายเหตุ $p < .001$

การอภิปรายผล

ข้อมูลทั่วไป กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาเพศหญิง อายุเฉลี่ย 20.09 ปี เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 เรียนในหลักสูตรของสำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์ ซึ่งสอดคล้องกับสัดส่วนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ที่สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์ มีนักศึกษาระดับปริญญาตรีร้อยละ 63.56 ของจำนวนนักศึกษาระดับปริญญาตรีทั้งหมด ส่วนใหญ่เข้าถึงการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้วยอุปกรณ์หลายชนิดทั้งโทรศัพท์ Smartphone, iPad, คอมพิวเตอร์ หรือ Notebook สอดคล้องกับลักษณะสังคมในปัจจุบันที่แต่ละบุคคลจะมีอุปกรณ์สำหรับติดต่อสื่อสารมากกว่า 1 ชนิด²⁴ ระยะเวลาที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์เฉลี่ยต่อเท่ากับ 8.06 ชั่วโมง/วัน สอดคล้องกับผลการศึกษาคำการใช้สื่อออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมปลายในเทศบาลนครหาดใหญ่ ที่พบว่านักเรียนมัธยมปลายใช้สื่อออนไลน์เฉลี่ย 8.38 ชั่วโมง/วัน²⁵ 8.51 ชั่วโมง/วัน²⁶ ใกล้เคียงกับการศึกษาของศิริกาญจน์ จันทร์วิชนี ที่พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ใช้สื่อสังคมออนไลน์ 6-10 ชั่วโมง/วัน²⁷ แต่แตกต่างกับการศึกษาในต่างประเทศที่พบว่าเด็กวัยรุ่นในประเทศตุรกี ใช้สื่อออนไลน์มากกว่า 7 ชั่วโมง/วัน²⁸ นอกจากนี้ยังพบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อความบันเทิงและคิดว่าการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ไม่ส่งผลกระทบต่อผลการเรียน ซึ่งแตกต่างกับการศึกษาในต่างประเทศที่นักศึกษาส่วนใหญ่คิดว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์มีผลเสียต่อผลการเรียนของนักศึกษา²¹ สื่อสังคมออนไลน์ที่นักศึกษาใช้มากที่สุดคือ Instagram



รองลงมาคือ YouTube และ TikTok สัมพันธ์กับการศึกษาการเสพติดสื่อออนไลน์ในนักเรียนมัธยมปลายที่ใช้ Instagram มากที่สุด²⁸ แต่แตกต่างกับผลการศึกษาในต่างประเทศที่เด็กวัยรุ่นจะใช้ WhatsApp มากที่สุด^{16,29,30} ในขณะที่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นใช้สื่อ Facebook มากที่สุด³¹ อย่างไรก็ตามการใช้สื่อสังคมออนไลน์มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เพราะในปัจจุบันสื่อสังคมออนไลน์มีบทบาทและความสำคัญในชีวิตประจำวันมากขึ้น และยังช่วยอำนวยความสะดวกในการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลอีกด้วย

ผลการศึกษาก่อนเกี่ยวกับการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีการติดสื่อสังคมออนไลน์ในระดับเสี่ยงต่อการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ปานกลาง ร้อยละ 39.24 สอดคล้องกับผลการศึกษาคือการติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยในภาคตะวันออก ที่พบว่า นักศึกษาปริญญาตรีส่วนใหญ่ติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับปานกลาง¹⁰ และผลการศึกษาของ ธีระ กุลสวัสดิ์ และปิยะ นาควัชร³² ที่พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรีในภาคตะวันออกมีพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ในระดับคลั่งไคล้ ซึ่งเทียบได้กับการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับเสี่ยงปานกลางของแบบประเมิน SMASS

ผลการศึกษาคือความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี พบว่า การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์เชิงลบกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในระดับสูง ($r = -.64, p < .001$) นั่นหมายถึงหากนักศึกษามีการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ในระดับเสี่ยงสูง จะส่งผลให้นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับคนรอบข้างลดลง ทั้งนี้เนื่องจากมหาวิทยาลัยมีนโยบายให้อิสระกับนักศึกษาในการเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมของส่วนรวมหรือกิจกรรมของมหาวิทยาลัย จึงทำให้นักศึกษาส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมและมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่นน้อย ร่วมกับการจัดการเรียนการสอนของรายวิชาหรือของสำนักวิชามีทั้งแบบเรียนในชั้นเรียนปกติ (Onsite) เรียนออนไลน์ (Online) หรือเรียนแบบผสมผสานทั้งในชั้นเรียนและออนไลน์ในเวลาเดียวกัน (Hybride) และมีการเรียนในรูปแบบ E-courseware ที่จัดการศึกษาทั้งการเรียนการสอน การวัดและประเมินผลผ่านระบบออนไลน์ทั้งหมดจึงอาจทำให้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักศึกษากับคนรอบข้างลดลงด้วย สอดคล้องกับการศึกษาของ Sutikno และ Basit³³ ที่พบว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์ช่วยให้นักศึกษาติดต่อสื่อสารกับเพื่อน ๆ ได้สะดวก ทำให้การใช้สื่อสังคมออนไลน์ช่วยส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ทางออนไลน์กับบุคคลอื่น แต่ทำให้การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับคนรอบข้างลดลง³³ ซึ่งมีผลการศึกษาที่สนับสนุนผลการวิจัยนี้คือ การใช้เวลากับสื่อสังคมออนไลน์มาก ๆ จะทำให้บุคคลแยกตัวออกจากสังคมปกติมากขึ้น³⁴ นอกจากนี้ ยังมีผลการวิจัยที่ระบุว่า การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ในวัยรุ่นจะส่งผลให้เกิดความขัดแย้งกับบิดามารดาและมีปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัวลดลง³⁵ ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์กับผลการเรียน พบว่า การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนในระดับต่ำมากและไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.053, p = 0.298$) อาจเนื่องมาจากนักศึกษามีการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์เพียงระดับปานกลาง จึงไม่มีความสัมพันธ์กับผลการเรียน สอดคล้องกับการศึกษาผลการศึกษาในประเทศตุรกี³⁶ ที่พบว่าการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีอยู่ในระดับปานกลาง และการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ไม่สามารถทำนายผลการเรียนของนักศึกษาได้ ดังนั้นการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์จึงไม่ส่งผลเสียต่อการเรียนของนักศึกษา อย่างไรก็ตามผลการศึกษาอื่นที่พบว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์ส่งผลให้ นักศึกษาในมหาวิทยาลัยมีความเชื่อมั่นในศักยภาพทางการเรียน ทักษะการแก้ปัญหา ความพึงพอใจในชีวิต ส่งผลให้ผลการเรียนเพิ่มมากขึ้น³⁷ แต่อย่างไรก็ตามการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ที่มากเกินไปก็ส่งผลกระทบต่อผลการเรียนของนักศึกษา ทำให้ความสนใจในการเรียนและระยะเวลาการพักผ่อนลดลง โอกาสในการทบทวนเนื้อหาของการเรียน การเตรียมตัวสำหรับการสอบและสมาธิในการเรียนลดลง ทำให้ประสิทธิภาพในการเรียนรู้ลดลง และส่งผลให้ผลการเรียนลดลงตามลำดับ¹⁸ นอกจากนี้การแจ้งเตือนของสื่อสังคมออนไลน์ ยังส่งผลให้แรงจูงใจในการเรียนลดลง จึงอาจสรุปได้ว่าระดับการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ที่เพิ่มขึ้นจะส่งผลให้ผลการเรียนของนักศึกษาลดลง²¹

การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ไม่มีความสัมพันธ์กับผลการเรียน ($r = 0.031, p = 0.527$) เนื่องจาก การจัดการเรียนการสอนของมหาวิทยาลัยแห่งนี้เน้นให้นักศึกษาเรียนรู้แบบ Adults learning มุ่งเน้นให้นักศึกษาค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมด้วย Self-learning นักศึกษาจึงคุ้นเคยกับการใช้อินเทอร์เน็ตหรือสื่อออนไลน์ในการเรียน ดังนั้นการใช้สื่อสังคมออนไลน์มาก ๆ จึงไม่มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนของนักศึกษา แตกต่างจากผลการศึกษาของ เรวัต สุขสีกาญจน์³⁷ ที่พบว่ากิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน ส่งเสริมให้นักศึกษามีคะแนนสูงขึ้น นักศึกษามีพัฒนาการทางการเรียนและมีผลการเรียนดีขึ้น



ซึ่งกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นการจัดให้นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนในชั้นเรียนจึงทำให้ผลการเรียนของนักศึกษาดีขึ้น และการศึกษาของ ประภัสสร ชโลธร และอัจฉราพร ฉากนครบุรี³⁸ พบว่า การมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างอาจารย์กับนักศึกษาในยุค การจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์ซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์อันดีทำให้ผลการเรียนของนักศึกษาดีขึ้น พัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ให้สูงขึ้น

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยสรุปได้ว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี มีระดับการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ระดับคลั่งไคล้การใช้สื่อสังคมออนไลน์ การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์ทางลบกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในระดับสูง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการติดสื่อสังคมออนไลน์มาก ๆ จะทำให้การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในโลกของความจริงน้อยลง อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยมีความขัดแย้งการศึกษา ก่อนหน้านี้ คือ การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ไม่มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนของนักศึกษา เนื่องจากในสังคมปัจจุบันมีการใช้สื่อออนไลน์ต่าง ๆ มาส่งเสริมการเรียนรู้ของนักศึกษามากขึ้น นักศึกษาจึงมีความเคยชินกับการสืบค้นหรือหาความรู้ในเรื่องต่าง ๆ จากสื่อออนไลน์ รวมทั้งทัศนคติของนักศึกษาเกี่ยวกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่นักศึกษาส่วนใหญ่คิดว่าไม่มีผลเสียต่อผลการเรียน ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาจะส่งผลดีหรือผลเสียต่อผลการเรียนนั้น ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์และรูปแบบการใช้งาน โดยนักศึกษาคควรมีการจัดการเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างเหมาะสม เพื่อสร้างสมดุลระหว่างการเรียน การสื่อสาร และการพักผ่อน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในทุกด้าน

ข้อจำกัดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เก็บข้อมูลจากนักศึกษาระดับปริญญาตรีเพียง 1 มหาวิทยาลัย และเก็บรวบรวมข้อมูลแบบออนไลน์ด้วยแบบฟอร์มทางกูเกิ้ล (Google form) จึงทำให้สัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างจากแต่ละสำนักวิชาไม่เป็นไปตามที่คำนวณไว้ในครั้งแรก แต่สัดส่วนของตัวอย่างแตกต่างจากการคำนวณเพียงเล็กน้อย

ข้อเสนอแนะ

การนำไปใช้ ควรใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ของนักศึกษา เช่น การมอบหมายให้นักศึกษาค้นคว้าจากสื่อออนไลน์ การเลือกหลักฐานเชิงประจักษ์ที่น่าเชื่อถือ การวิเคราะห์ข้อมูลหรือข่าวสารจากสื่อออนไลน์ หรือการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ คิดค้นนวัตกรรมเกี่ยวกับการเรียนการสอนที่ใช้ผ่านสื่อออนไลน์ เพื่อช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ของนักศึกษา หรือการใช้สื่อออนไลน์ในการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพ

การวิจัย ควรศึกษาปัจจัยต่าง ๆ เช่น ปัจจัยส่วนบุคคล สำนักวิชา หรือชั้นปีที่กำลังศึกษา มาวิเคราะห์เปรียบเทียบหรือหาความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและผลการเรียนของนักศึกษา

ควรศึกษาการใช้หรือการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ในกลุ่มเด็กนักเรียนหรือวัยรุ่น ซึ่งเป็นกลุ่มที่อายุน้อยกว่านักศึกษาระดับปริญญาตรี และเป็นกลุ่มที่มีความยับยั้งชั่งใจหรือความคุมการใช้สื่อออนไลน์ได้น้อยกว่าเด็กวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณ อาสาสมัครทุกท่านที่ให้ข้อมูล และขอขอบคุณสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ที่สนับสนุนให้การวิจัยครั้งนี้สำเร็จด้วยดี

References

1. Kemp S. Digital 2024: Global overview report [Internet]. Singapore: 2024 [updated 2024 Jan 31; cited 2025 Feb 16]. Available from: <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report/>.
2. Kemp S. Digital 2025: Global overview report [Internet]. Singapore: 2025 [updated 2025 Feb 5; cited 2025 Feb 16]. Available from: <https://datareportal.com/reports/digital-2025-global-overview-report/>.



3. Kemp S. Digital 2024: Thailand [Internet]. Singapore: 2024 [updated 2024 Feb 23; cited 2025 Feb 16]. Available from: <https://datareportal.com/reports/digital-2024-thailand>
4. National Statistical Office Ministry of Digital Economy and Society. The 2024 household survey on the use of information and communication technology (quarter 2) [Internet]. Bangkok: [publisher unknown]; 2024 [cited 2025 Feb 16] Available from: https://www.nso.go.th/nsoweb/storage/survey_detail/2024/20240828141917_61315.pdf
5. Kalayasiri R. Addiction [Internet]. Bangkok: Psychiatry Faculty of Medicine Chulalongkorn University; 2019 [cited 2025 Feb 16] Available from: [https://cads.in.th/cads/content?id=75#:~:text=\(in+Thai\)](https://cads.in.th/cads/content?id=75#:~:text=(in+Thai))
6. Chupradit PW, Chupradit S. The influences of social media addiction on mental health status among university students in Thailand. *Suthiparithat Journal*. 2022;36(3):188-207. (in Thai)
7. Mongkolmafia S. The impact of social media usage on the social relationships of students in the faculty of business administration at Rajamangala University of Technology Rattanakosin, Wang Klai Kangwon Campus. *Journal of Administrative and Management Innovation*. 2023;11(2):25-36. (in Thai)
8. Petcharavej Hospital. Social addiction [Internet]. Bangkok: [publisher unknown]; 2021 [cited 2025 Feb 16]. Available from: https://www.petcharavejhospital.com/th/Article/article_detail/Social-Addiction-Affects-Mental-Health (in Thai)
9. Kitisri N, Thapinta D, Skulphan S. Family function and internet addiction among early adolescents. *Journal of Phrapokkiao Nursing College*. 2020;31(2):1-11. (in Thai)
10. Naksiang B, Hirunratnapong P, Khammanee N, Changprachak P, Mekpanyup J, Namfah W, et al. The effect of social media addiction, five-factor personality on the stress of students in Burapha University. *CRRU Journal of Communication*. 2020;3(2):43-64. (in Thai)
11. Orprasert P, Suggaravetsiri P. Prevalence and factors associated with smartphone addiction behavior among high school students in the municipality of Muang district Kalasin province. *KKU Journal for Public Health Research*. 2019;12(4):30-9. (in Thai)
12. Srisoem C, Chopsiang L. Social media use and mental health in adolescents: Strengths, limitation, and social media addiction. *Journal of Legal Entity Management and Local Innovation*. 2020;6(6):355-70. (in Thai)
13. Thongbang P. The relationship of social media addiction on adhd among college students Sirindhorn Public Health Suphanburi. *Journal of Yanasangvorn Research Institute*. 2021;12(2):1-15. (in Thai)
14. Ruengtawee W, Nonjui P. Proportion and associated factors of risk for social media addiction in undergraduate students, Khon Kaen University. *Research and Development Health System Journal*. 2022;15(1):28-42. (in Thai)
15. Singh A, Chaudhury S, Chaudhari B. Impact of social media addiction among medical students on their social interaction, well-being, and personality: A comparative study. *Cureus*. 2024;16(9):e70526.
16. Landa-Blanco M, García YR, Landa-Blanco AL, Cortés-Ramos A, Paz-Maldonado E. Social media addiction relationship with academic engagement in university students: The mediator role of self-esteem, depression, and anxiety. *Heliyon*. 2024;10:e24384.



17. Wainner CN. Social media addiction and its implications for communication [Dissertation]. Tennessee, Knx: University of Tennessee; 2018.
18. Petcharavej Hospital. Social addiction risk of depression [Internet]. Bangkok: [publisher unknown]; 2021 [cited 2025 Feb 16] Available from: https://www.petcharavejhospital.com/th/Article/article_detail/Social-Addiction-Affects-Mental-Health (in Thai)
19. Alatawi A, Alrowili A, Alnomsi S, Albalawi M, ALSuhaimi N, Al-Habshan B, et al. The determinants of social media addiction among nursing students at University of Tabuk (UT): A cross-sectional study. *Int International Journal of Medical Research & Health Sciences*. 2024;13(7):29-43.
20. Thung-jan S, Sermsiri S, Jermjitpornchai S, Rattanametawee W, Suraphee S. A study on the effects of using social media on the risk of depression and suicidal ideation for the case study of high school students of the extra-large schools in Mueang Maha Sarakham District. *Journal of Man and Society Faculty of Humanities and Social Sciences*. 2022;8(1):149-65. (in Thai)
21. Talaue GM, ALSaad A, AlRushaidan N, AlHugail S. The impact of social media on academic performance of selected college students. *J Adv Manuf Technol*. 2018;8(4/5):27-35
22. Yamane T. *Statistics, an introductory analysis*, 2nd Ed., New York: Harper and Row; 1967.
23. Dewi R, Verawati I, Sukamton A, Hakim H, Burhaein E, Lourenco CC. The impact of basic motion activities on social interaction in elementary school students. *Int J Hum Mov Sports Sci*. 2023;11(1):143-51.
24. National Statistical Office, Ministry of Digital Economy and Society. The 2024 household survey on the use of information and communication technology (Quarter 4). [Internet]. Bangkok: [publisher unknown]; 2024 [cited 2025 Feb 16] Available from: https://www.nso.go.th/nsoweb/storage/survey_detail/2025/20250228090924_45646.pdf
25. Muanjan M, Tangwongchai S. Social media addiction and self-esteem of high school students in Hat Yai municipality, secondary educational service area office 16, Thailand. *Chulalongkorn Medical Journal*. 2022;66(4):441-8. (in Thai)
26. Chanthasin W, Kaewchinda M, Somanandana V. A study of internet addiction among college student: Quality of life and other factors. *Rajapark Journal*. 2021;15(38):108-22. (in Thai)
27. Janwitchano S. Online social media literacy skills of undergraduates in autonomous universities in Bangkok [Master of Arts]. Bangkok: Srinakharinwirot University; 2021. (in Thai)
28. Avcı A, Ünal AS. Assessment of internet and social media addiction levels in adolescents aged 12-18 years by nurses: A multicenter cross-sectional study. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs*. 2024;37(4):e70004.
29. Sarialioğlu A, Oluç T. The relationship between social media addiction and perceived stress in adolescents. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs*. 2024;37(4):e70004.
30. Abdul-Latif CA, Maabobr Kor, JA, Stephen N. Social media addiction and it's impact on University of Cape Coast distance education students' academic achievement. *J Educ Soc Behav Sci*. 2024;37(6):105-18.
31. Chanpen S, Pornnoppadol C, Vasupanrajit A, Na Ayudhya QD. An assessment of the validity and reliability of the social-media addiction screening scale (S-MASS). *Siriraj Med J*. 2023;75(3):167-80.



32. Kulsawat T, Narkwatchara P. Factors affecting social media addiction of undergraduate students in the eastern region university. *Journal of MCU Nakhondhat*. 2021;8(10):1-15. (in Thai)
33. Sutikno H, Basit A. The impact of social media use on social interaction of students of the faculty of medicine, Jenderal Soedirman University. *Int J Soc Sci Educ Commun Econ*. 2023;2(2):227-82.
34. Azzaakiyyah HK. The impact of social media use on social interaction in contemporary society. *Technol Soc Perspect*. 2023;1(1):1-9.
35. Bilgin M, Şahin I, Togay A. Social media addiction in adolescents and parent-adolescent relationship. *Educ Sci*. 2020;45:263-81.
36. Aslan I, Polat H. Investigating social media addiction and impact of social media addiction, loneliness, depression, life satisfaction and problem-solving skills on academic self-efficacy and academic success among university students. *Front Public Health*. 2024;12:1-14.
37. Suksikarn R. A study on visual arts for industrial design learning achievement of drawing by buddy learning. *J Educ*. 2017;28(1):195-207.
38. Chalothorn P, Chakhornburi A. Positive interactions between teachers and higher education students through online teaching. *Journal of MCU Palisueksabuddhaghosa Review*. 2022;8(2):132-53. (in Thai)