

ความสัมพันธ์ของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ต่อภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษา
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี
THE RELATIONSHIP OF SOCIAL MEDIA ADDICTION ON ADHD AMONG COLLEGE
STUDENTS SIRINDHORN PUBLIC HEALTH SUPHANBURI

ปิยะ ทองบาง¹
Piya Thongbang¹
ทำวิจัยเมื่อ พ.ศ. 2564

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อศึกษาภาวะสมาธิสั้น และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์และเปรียบเทียบพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 181 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ และแบบคัดกรองโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ฉบับภาษาไทย Adult ADHD Self-Report Scale (ASRS) Screener V1.1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ t-test และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) ผลการวิจัยปรากฏว่า

1. ผลการศึกษาพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ของนักศึกษา พบว่า มีพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์อยู่ในระดับคลั่งสื่อสังคมออนไลน์
2. ผลการศึกษาภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษา พบว่า ข้อบ่งชี้อาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ของนักศึกษา ส่วนใหญ่ไม่มีอาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่
3. ผลการศึกษาความสัมพันธ์และเปรียบเทียบพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษา พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ ระดับชั้นปีการศึกษา การทะเลาะวิวาท และ ค่าใช้จ่ายในการใช้บริการ Social network โดยเฉลี่ยต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อเปรียบเทียบพฤติกรรม พบว่า ความแตกต่างระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์

คำสำคัญ : 1. การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ 2. สมาธิสั้น 3. วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร

¹ ปร.ด. อาจารย์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

Ph.d. Lecturer of Sirindhorn College of Public Suphanburi

Corresponding author; Email: Ya.slimgold@gmail.com)

(Received: 23 March 2021; Revised: 7 May 2021; Accepted: 5 October 2021)

ABSTRACT

This research aimed to study the behavior of social media addiction. To study ADHD And to study relationships and compare social media addiction behaviors Classified by personal factors Samples used in the research Is a student of Sirindhorn College of Public Health Suphanburi Province, number 181 people. The tools used were the Thai version of the Social Media Addiction Questionnaire and the Adult ADHD Self-Report Scale (ASRS) Screener V1. 1, analyzed using t-test statistics and one-way variance analysis. (One way ANOWA) The research results show that.

1. The results of the study of social media addiction behavior among students showed that the social media addiction behavior was at the level of social media frenzy.

2. The results of the students' ADHD study found that an indication of ADHD symptoms in adults, most of the students had no symptoms of ADHD in adults.

3. The results of a correlation study and comparison of social media addiction behaviors By personal factors and ADHD among students, it was found that the relationship between sex, level, school year The controversy and the average monthly cost of using the social network It is associated with ADHD in adults. Was statistically significant at the 0.05 level, and when comparing behavior, it was found that the difference between personal factors It has no effect on social media addiction behaviors.

Keyword : 1. Social media addiction 2. Attention Deficit Hyperactivity Disorder
3. Sirindhorn College of Public Health

1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

สื่อสังคมออนไลน์ได้เข้ามามีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตประจำวันอย่างมาก เป็นรูปแบบของการสื่อสารทางอิเล็กทรอนิกส์ที่ผู้ใช้งานสามารถสร้าง ชุมชนออนไลน์เพื่อแบ่งปันสารสนเทศ ความคิด ข้อความส่วนบุคคล และเนื้อหาอื่น ๆ โดยเป็นช่องทางที่ช่วยให้คนสามารถ เชื่อมโยงกับผู้อื่นได้ผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ทำให้ผู้ใช้งานสามารถแพร่กระจายสารสนเทศแก่ผู้อื่นได้อย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดการแบ่งปันสารสนเทศระหว่างกันและนำไปใช้ประโยชน์ในวงกว้าง เนื่องจากสารสนเทศที่แพร่กระจายอยู่บนสื่อสังคมออนไลน์ มีหลากหลายประเภท ทั้งข้อความ เสียง ภาพถ่าย วิดีทัศน์ แผนที่ (White, 2011) และคาดการณ์ว่าภายในปีค.ศ. 2020 จำนวนคนที่เชื่อมต่อกับ อินเทอร์เน็ตจะพุ่งขึ้นสูงถึง 26 พันล้านคน ผลจากการวิจัยพบว่ากิจกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ที่ได้รับความนิยมใน

ประเทศไทยมากที่สุดได้แก่ YouTube คิดเป็นร้อยละ 97.3 Facebook ร้อยละ 94.8 และ Line ร้อยละ 94.6 โดยในปี 2560 มีการใช้ Facebook ร้อยละ 96.6 และ line ร้อยละ 95.8 (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2559)

พฤติกรรมการใช้อินเตอร์เน็ตของคนไทยในปี 2560 พบว่าคนไทยใช้อินเตอร์เน็ตในด้านทำงาน เรียนหนังสือ เฉลี่ย 6 ชั่วโมง 30 นาทีต่อวัน กิจกรรมที่ทำมากที่สุดคือ Social Media โดยใช้เวลาราว 3 ชั่วโมง 30 นาทีต่อวัน ตามมาด้วยการดูทีวี ดูหนัง ฟังเพลงออนไลน์ เล่นเกมออนไลน์ และอ่านหนังสือ ด้านการใช้อินเตอร์เน็ตในวันหยุด เฉลี่ย 6 ชั่วโมง 48 นาทีต่อวัน กิจกรรมที่ทำมากที่สุดคือ โซเชียลมีเดีย (Social Media) 3 ชั่วโมง 36 นาทีต่อวัน ตามมาด้วยการดูทีวี ดูหนัง ฟังเพลงออนไลน์ เล่นเกม ออนไลน์และอ่านหนังสือ ทั้งนี้ สถานที่ที่ใช้อินเตอร์เน็ตหลัก ๆ ยังเป็นที่บ้าน ที่พักอาศัย ตามมาด้วยที่ทำงาน ระหว่างเดินทาง ที่สาธารณะ โรงเรียน มหาวิทยาลัย และอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ แพลตฟอร์มที่คนไทยใช้งานมากที่สุดคือ YouTube 97.1 เปอร์เซ็นต์ ตามมาด้วย Facebook, Line, Instagram, Pantip, Twitter, และ WhatsApp (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2559)

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี มีบทบาท ทางการศึกษาที่สำคัญคือ การจัดการศึกษาระดับปริญญาตรีทางด้านสาธารณสุข ให้เป็นไปตาม มาตรฐานการจัดการศึกษาระดับอุดมศึกษาและระดับต่ำกว่าปริญญาตรีทางด้านสาธารณสุขให้ เป็นไปตามมาตรฐานการอาชีวศึกษา ดำเนินการจัดการเรียนการสอนภายใต้แนวคิดการจัดการศึกษาแบบบูรณาการจากสภาพจริง ประกอบด้วย 3 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน สาขาวิชาทันตสาธารณสุข และสาขาวิชาเทคนิคเภสัชกรรม ซึ่งทั้ง 3 สาขาวิชา เป็นนักศึกษาที่อยู่ในช่วงกลุ่มอายุ 15 – 24 ปี เป็นวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่อยู่ในกลุ่มของการใช้สื่อออนไลน์สูง อาจพบความชุกของโรคสมาธิสั้นได้มาก และการเรียนในระดับที่สูงขึ้นในระดับวิทยาลัย เป็นสถานการณ์ที่เรื่องของการมีสมาธิต่อเนื่องมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งอาการขาดสมาธิจากโรคสมาธิสั้นนั้นส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและการเรียนรู้ในช่วงผู้ใหญ่ตอนต้นได้

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ต่อภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้จะทำให้ได้ข้อมูลถึงความสัมพันธ์ของโรคสมาธิสั้นมิได้เป็นเพียงปัญหาทางสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นในวัยเด็กเท่านั้น หากแต่ส่งผลกระทบต่อเนื่องมาจนถึงวัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ได้เช่นเดียวกัน เป็นแนวทางในการวางแผนด้านพฤติกรรมในการส่งเสริม ป้องกัน และแก้ไขปัญหาพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นส่งผลให้เด็กวัยรุ่นที่มีภาวะโรคสมาธิสั้นมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

2.2 เพื่อศึกษาภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

2.3 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และเปรียบเทียบพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

3. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

3.1 ทำให้ทราบถึงพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

3.2 ทำให้ทราบถึงผลกระทบของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์กับภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

3.3 ได้ข้อมูลให้แก่ผู้สนใจ นำไปเป็นข้อมูลในการวางแผนด้านพฤติกรรมของวัยรุ่นต่อไป

4. วิธีการดำเนินการวิจัย

4.1 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน ทันตสาธารณสุข และเทคนิคเภสัชกรรม ปีการศึกษา 2563 จำนวน 323 คน กลุ่มตัวอย่างที่ได้เท่ากับ 181 คน โดยใช้ตารางสำเร็จรูปของเครซีและมอร์แกน ซึ่งสุ่มแบบแบ่งชั้น โดยสุ่มอย่างง่าย ด้วยวิธีการจับสลากสาขาวิชา และพิจารณาจากเกณฑ์การคัดเข้าและคัดออก

4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม โดยผู้วิจัยปรับปรุงและพัฒนาจากรายงานการวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อการใช้เวลากับครอบครัว ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตประเทศกรุงเทพมหานคร” (ต้นติกร ชื่นเกษม 2562, หน้า 91-92) แบบคัดกรองโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ฉบับภาษาไทย Adult ADHD Self-Report Scale (ASRS) Screener V1.1 ซึ่งมีค่าความไว (sensitivity) และค่าอำนาจการทำนายเชิงลบ (NPV) ก่อนข้างสูงคือร้อยละ 93.9 และ 96.0 ตามลำดับ ส่วนค่าความจำเพาะเท่ากับร้อยละ 71.61

4.3 การเก็บข้อมูล ผู้วิจัยทำหนังสือถึงผู้อำนวยการวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลในการวิจัย ผู้วิจัยแนะนำตัวเองและผู้ช่วยวิจัย พร้อมชี้แจงวัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย รวมถึงขอความร่วมมือหรือความสมัครใจ

เพื่อดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 20 นาที ผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้อง และมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปต่อไป

4.4 การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยวิเคราะห์โดยใช้สถิติ การแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าสถิติร้อยละ (Percentage) การวิเคราะห์ข้อมูลด้านการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ใช้การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และวิเคราะห์สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Analysis) ใช้สถิติ t-test และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOWA)

4.5 การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการพิจารณาจาก คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ก่อนการขอความร่วมมือจากผู้เข้าร่วมการวิจัย

5. ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อศึกษาภาวะสมาธิสั้น และเปรียบเทียบพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล กับภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี โดยผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มตัวอย่าง ($n = 181$)	
	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	28	15.50
หญิง	153	84.50
ระดับชั้นปี		
ชั้นปีที่ 1	41	22.70
ชั้นปีที่ 2	66	36.50
ชั้นปีที่ 3	33	18.20
ชั้นปีที่ 4	41	22.70
สาขาวิชา		
สาธารณสุขชุมชน	72	39.80
ทันตสาธารณสุข	75	41.40
เทคนิคเภสัชกรรม	34	18.80

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มตัวอย่าง ($n = 181$)	
	จำนวน	ร้อยละ
ระดับผลการเรียน (เกรดเฉลี่ย)		
3.50-4.00	11	6.10
3.00-3.49	67	37.00
2.50-2.99	83	45.90
2.00-2.49	20	11.00
การทำผิดกฎจราจร		
ไม่สวมหมวกนิรภัย	85	47.00
ไม่มีใบขับขี่	38	21.00
ขับรถเร็วเกินกำหนด	7	3.90
ฝ่าสัญญาณไฟ	4	2.20
ดื่มแอลกอฮอล์	5	2.80
อื่น ๆ	42	23.20
การทะเลาะวิวาท		
เคย	19	10.50
ไม่เคย	162	89.50
สถานภาพสมรสของบิดามารดา		
อยู่ด้วยกัน	130	71.80
แยกกันอยู่	22	12.20
หย่าร้าง	19	10.50
บิดาเสียชีวิต	9	5.00
มารดาเสียชีวิต	1	0.60
เศรษฐกิจในครอบครัว		
ไม่เกิน 10,000 บาท	20	11.00
10,001 – 20,000 บาท	70	38.70
20,001 – 30,000 บาท	47	26.00

วารสารสถาบันวิจัยญาณสังวร ปีที่ 12 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม – ธันวาคม 2564) 7

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มตัวอย่าง ($n = 181$)	
	จำนวน	ร้อยละ
30,001 – 40,000 บาท	15	8.30
40,001 – 50,000 บาท	13	7.20
50,001 บาทขึ้นไป	16	8.80
ลักษณะครอบครัว		
มีพ่อแม่ลูก	98	54.10
มีเฉพาะพ่อ	7	3.90
มีเฉพาะแม่	19	10.50
มีญาติของพ่อแม่	10	5.50
มีพ่อแม่ลูก และปู่ ย่า ตา ยาย	47	26.00
การเจ็บป่วยทางจิตของบิดามารดาหรือผู้ดูแล		
ไม่มีประวัติเจ็บป่วย	165	91.20
กำลังรักษาอยู่	6	3.30
เคยรักษา	10	5.50
การติดสุราของบิดามารดา		
บิดาดื่ม	44	24.30
บิดาไม่ดื่ม	5	2.80
มารดาดื่ม	8	4.40
มารดาไม่ดื่ม	124	68.50
การได้รับการวินิจฉัยโรคสมาธิสั้นในอดีต		
ไม่มีประวัติการวินิจฉัย	180	99.40
เคยรักษา	1	0.60
การสูบบุหรี่/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์		
สูบบุหรี่	2	1.10
ไม่สูบบุหรี่	121	66.90
ดื่ม	15	8.30

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มตัวอย่าง ($n = 181$)	
	จำนวน	ร้อยละ
ไม่เต็ม	43	23.80
Social network ที่ท่านใช้บริการบ่อยที่สุด		
Facebook	113	62.40
Twitter	4	2.20
Instagram	59	32.60
LINE	5	2.80
ระยะเวลาในการใช้บริการ Social network แต่ละครั้งของท่าน		
ต่ำกว่า 1 ชั่วโมง	8	4.40
1 – 2 ชั่วโมง	34	18.80
2 – 3 ชั่วโมง	36	19.90
3 – 4 ชั่วโมง	31	17.10
4 – 5 ชั่วโมง	20	11.00
มากกว่า 5 ชั่วโมง	52	28.70
จำนวนการใช้สื่อออนไลน์ต่อวัน		
น้อยกว่า 2 ครั้งต่อวัน	7	3.90
2 – 5 ครั้งต่อวัน	68	37.60
6 – 9 ครั้งต่อวัน	50	27.60
มากกว่า 9 ครั้งต่อวัน	56	30.90
ช่วงเวลาใดบ้างที่ท่านใช้บริการ Social net work ระหว่างวันมากที่สุด		
ช่วงเวลาเรียนหนังสือ	1	0.60
ช่วงพักทานรับประทานอาหาร	29	16.00
ช่วงเวลาเข้าห้องน้ำ	7	3.90
ช่วงเวลาก่อนเข้านอน	135	74.60
อื่น ๆ	9	5.00

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มตัวอย่าง (n = 181)	
	จำนวน	ร้อยละ
กิจกรรมที่ใช้บริการ Social network ของท่าน		
เพื่อรับข้อมูลข่าวสาร และความรู้	29	16.00
เพื่อสนทนา ติดต่อสื่อสารเชื่อมสัมพันธ์	24	13.30
เพื่อความบันเทิง	21	11.60
เพื่อแบ่งปันข้อมูล แชรรูปภาพ	74	40.90
เพื่อชม หรือเลือกซื้อสินค้าออนไลน์	33	18.20
ค่าใช้จ่ายในการใช้บริการ Social network ของท่านโดยเฉลี่ยต่อเดือน		
น้อยกว่า 500 บาท	145	80.10
500 บาทขึ้นไป	36	19.90

จากตารางที่ 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 153 คน ร้อยละ 84.50 กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 2 จำนวน 66 คน ร้อยละ 36.50 อยู่ในสาขาวิชาทันตสาธารณสุข จำนวน 75 คน ร้อยละ 41.40 มีผลการเรียนอยู่ในระดับ 2.50 – 2.99 จำนวน 83 คน ร้อยละ 45.90 โดยการทำผิดกฎจราจรส่วนใหญ่ คือไม่สวมหมวกนิรภัย จำนวน 85 จำนวน ร้อยละ 47.00 โดยไม่เคยมีพฤติกรรมในการทะเลาะวิวาทจำนวน 162 คน ร้อยละ 89.50 สถานภาพสมรสของบิดามารดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน จำนวน 130 คน ร้อยละ 71.8 ภายในครอบครัวมีรายได้อยู่ระหว่าง 10,001 – 20,000 บาท จำนวน 70 คน ร้อยละ 38.70 ลักษณะครอบครัวมีพ่อ แม่ และลูก จำนวน 98 คน ร้อยละ 54.10 ไม่มีประวัติการเจ็บป่วยทางจิตของบิดามารดาหรือผู้ดูแล จำนวน 165 คน ร้อยละ 91.20 บิดามีการติดสุรา จำนวน 44 คน ร้อยละ 24.30 ไม่มีประวัติการวินิจฉัยโรคสมาธิสั้นในอดีต จำนวน 180 คน ร้อยละ 99.40 โดยส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ จำนวน 121 คน ร้อยละ 66.90 โดยส่วนใหญ่ใช้ Social network บ่อยที่สุดคือ Facebook จำนวน 113 คน ร้อยละ 62.40 ระยะเวลาในการใช้บริการ Social network ในแต่ละครั้ง มากกว่า 5 ชั่วโมง ร้อยละ 28.70 โดยจำนวนการใช้สื่อออนไลน์ต่อวัน อยู่ระหว่าง 2 – 5 ครั้งต่อวัน จำนวน 68 คน ร้อยละ 37.60 โดยช่วงเวลาที่ใช้บริการ Social network ระหว่างวันมากที่สุด คือ ช่วงเวลาก่อนเข้านอน จำนวน 135 คน ร้อยละ 74.60 กิจกรรมที่ใช้บริการ Social network คือ เพื่อแบ่งปันข้อมูล แชรรูปภาพ จำนวน 74 คน ร้อยละ 40.90 และค่าใช้จ่ายในการใช้บริการ Social network เฉลี่ยต่อเดือนน้อยกว่า 500 บาท จำนวน 145 คน ร้อยละ 80.10

ตารางที่ 2 ผลการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี แสดงเป็นจำนวนร้อยละ

ข้อที่	การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์	N = 181	
		จำนวน	ร้อยละ
1.	ไม่ติดสื่อสังคมออนไลน์	1	0.60
2.	คลั่งไคล้สื่อสังคมออนไลน์	125	69.00
3.	ติดสื่อสังคมออนไลน์	55	30.40

จากตารางที่ 2 พบว่า การเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ส่วนใหญ่คลั่งไคล้สื่อสังคมออนไลน์ จำนวน 125 คน ร้อยละ 69.00 รองลงมาคือ ติดสื่อสังคมออนไลน์ จำนวน 55 คน ร้อยละ 30.40 และมีจำนวนน้อยที่สุดคือ ไม่ติดสื่อสังคมออนไลน์ 1 คน ร้อยละ 0.60

ตารางที่ 3 ผลภาวะสมาธิสั้น ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี แสดงเป็นจำนวนร้อยละ

ข้อที่	ข้อบ่งชี้อาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่	N = 181	
		จำนวน	ร้อยละ
1.	ไม่มีอาการ	143	79.00
2.	มีอาการ	38	21.00

จากตารางที่ 3 พบว่า ข้อบ่งชี้อาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ส่วนใหญ่ไม่มีอาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ จำนวน 143 คน ร้อยละ 79.00 และมีอาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ จำนวน 38 คน ร้อยละ 21.00

ตารางที่ 4 ความสัมพันธ์เบื้องต้นระหว่างข้อมูลทั่วไปกับผลการคัดกรองโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่

ข้อมูลทั่วไป	ผลการคัดกรองโรคสมาธิสั้น				Chi-squared P-value
	ปกติ	(%)	ผิดปกติ	(%)	
เพศ					<0.05
ชาย	18	64.30	10	35.70	
หญิง	125	81.70	28	18.30	
ระดับชั้นปี					<0.05
ชั้นปีที่ 1	34	82.90	7	17.10	
ชั้นปีที่ 2	45	68.20	21	31.80	
ชั้นปีที่ 3	26	78.80	7	21.20	
ชั้นปีที่ 4	38	92.70	3	7.30	
การทะเลาะวิวาท					<0.05
เคย	11	57.90	8	42.10	
ไม่เคย	132	81.50	30	18.50	
ค่าใช้จ่ายในการใช้บริการ Social network ของท่านโดยเฉลี่ยต่อเดือน					<0.05
น้อยกว่า 500 บาท	119	82.10	26	17.90	
500 บาทขึ้นไป	24	66.70	12	33.30	

จากตารางที่ 4 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ ระดับชั้นปีการศึกษา การทะเลาะวิวาท และ ค่าใช้จ่ายในการใช้บริการ Social network ของท่านโดยเฉลี่ยต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 5 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามเพศ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

	เพศชาย		เพศหญิง		t	sig
	MEAN	SD	MEAN	SD		
พฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์	3.22	0.73	3.06	0.58	1.04	0.30

จากตารางที่ 5 พบว่า ความแตกต่างระหว่างเพศของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ

ตารางที่ 6 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามระดับชั้นปีการศึกษา สาขาวิชา และระดับผลการเรียนของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

ระดับชั้นปีการศึกษา		SS	df	MS	F	Sig.
รวม	ระหว่างกลุ่ม	1.35	3	0.45	1.21	0.30
	ภายในกลุ่ม	65.52	177	0.37		
	รวม	66.87	180			
สาขาวิชา		SS	df	MS	F	Sig.
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.17	2	0.08	0.22	0.79
	ภายในกลุ่ม	66.70	17	0.37		
	รวม	66.87	18			
ระดับผลการเรียน		SS	df	MS	F	Sig.
รวม	ระหว่างกลุ่ม	0.05	3	0.02	0.05	0.99
	ภายในกลุ่ม	66.82	177	0.38		
	รวม	66.87	180			

จากตารางที่ 6 พบว่า ความแตกต่างระหว่าง ระดับชั้นปีการศึกษา สาขาวิชา และระดับผลการเรียน ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์

6. สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ต่อภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี สามารถสรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ผลการศึกษาพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี มีพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อนำคะแนนมาประมวลผล พบว่า นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี มีพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ อยู่ในระดับคลังเคล็ดสื่อสังคมออนไลน์

2. ผลการศึกษาภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ข้อบ่งชี้อาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ส่วนใหญ่ไม่มีอาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่

3. ผลการศึกษความสัมพันธ์และเปรียบเทียบพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

3.1 ความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ ระดับชั้นปีการศึกษา การทะเลาะวิวาท และ ค่าใช้จ่ายในการใช้บริการ Social network โดยเฉลี่ยต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3.2 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามเพศ ระดับชั้นปีการศึกษา สาขาวิชา และระดับผลการเรียน พบว่า ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์

7. อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งมีพฤติกรรมในการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์อยู่ในระดับครึ่งเคล็ดสื่อสังคมออนไลน์ โดยเฉพาะ Facebook และ Instagram ซึ่งถือเป็นสื่อหลักในปัจจุบันที่ได้รับความนิยมในหมู่ของประชาชนทั่วไป เพราะเป็นเครื่องมือสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างสะดวก รวดเร็ว สามารถส่งสารที่เป็นข้อความ ภาพ เสียง และภาพเคลื่อนไหว รวมถึงการสนทนาโต้ตอบผ่านทางการเขียนและการสนทนาผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตโดยมีต้องเสียค่าใช้จ่ายในการโทรศัพท์จึงถือเป็นโซเชียลหลักที่ได้รับความนิยมของประชาชน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (เฉลิมพล กำไพ, 2561) และ (พรพรรณ จันทรแดง, 2559) ที่พบว่า วัยรุ่นมีการใช้โซเชียลมีเดีย และติเฟชบุ๊กจำนวนมาก และมีแนวโน้มในการใช้งานโซเชียลมีเดียมากขึ้น โดยนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ใช้ระยะเวลาในการใช้งาน Social network แต่ละครั้ง ใช้เวลามากกว่า 5 ชั่วโมง และจำนวนครั้งในการใช้งาน 2 - 5 ครั้งต่อวัน ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี มีการใช้สื่อสังคมออนไลน์เมื่อมีเวลาว่าง และใช้บ่อยครั้ง และมีแนวโน้มในการใช้งานมากยิ่งขึ้นซึ่งมีผลกระทบต่อการทำงานของร่างกาย และจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับ

งานวิจัยของ (ตันติกร ชื่นเกษม, 2562) ที่พบว่า มีการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์เมื่อมีเวลาว่างทุกครั้ง ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าว เป็นสถานการณ์ที่น่ากังวล ซึ่งมีผลกระทบต่าง ๆ มากมาย

2. ผลการศึกษาภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี โดยข้อบ่งชี้อาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี ส่วนใหญ่ไม่มีอาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเด็กปกติ ที่สามารถเข้าร่วมในสังคมได้ มีความรับผิดชอบในเรื่องการของเรียน การอ่านหนังสือ การทำงานเป็นกลุ่ม รวมไปถึงสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้เวลาที่เข้าสังคม แต่นักศึกษาส่วนหนึ่งมีอาการของโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ จำนวน 38 คน ร้อยละ 21.00 ซึ่งถือว่ามีความโน้มในอนาคตว่า มีข้อบ่งชี้ที่จะเกิดโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ (เต็มหทัย นาคเทวัญ และ จตุพร แสงกุล, 2563) ที่พบว่า มีกลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ ที่มีผลการคัดกรองโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ ร้อยละ 14.80 โดยพบความชุกอยู่ในช่วงร้อยละ 10.10 – 25.10

3. ผลการศึกษาความสัมพันธ์และเปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นสื่อสังคมออนไลน์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะสมาธิสั้นของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี แสดงให้เห็นว่า ความแตกต่างระหว่างเพศ ระดับชั้นปีการศึกษา สาขาวิชา และระดับผลการศึกษา ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการเล่นสื่อสังคมออนไลน์ ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจาก ไม่ว่าจะเพศชายหรือเพศหญิงพฤติกรรมในการเล่นสื่อสังคมออนไลน์นั้นไม่ต่างกัน เพราะผู้ชายจะมีพฤติกรรมในการเล่นเกมส์ ส่วนผู้หญิงก็จะมีพฤติกรรมในการเล่นโซเชียลไม่ต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (กันยา พาณิษย์ศิริ และ เบญจพร ตันตสุติ, 2559) ที่พบว่า เพศหญิงมีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ใกล้เคียงกับผู้ชาย แต่เพศหญิงมีการติดสื่อสังคมออนไลน์มากกว่าชายประมาณ 2 เท่า โดยส่วนใหญ่เพศชายมักเป็นการเล่นเกมออนไลน์ และผู้หญิงมักพึงพอใจในการใช้งานในสื่อสังคมออนไลน์ ส่วนผลการศึกษาก็ไม่มีผลเช่นกัน เนื่องจาก นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาที่มีความรู้และรักการเรียน สามารถแบ่งเวลาในการเรียน กิจกรรม หรือเล่นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (กันยา พาณิษย์ศิริ และ เบญจพร ตันตสุติ, 2559) ที่พบว่า เด็กที่มีผลการเรียนที่ดีก็จะสามารถรับผิดชอบในการเรียน สามารถแบ่งเวลาในการเรียนกับการใช้สื่อออนไลน์ได้เป็นอย่างดี

8. ข้อเสนอแนะ

8.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

วิทยาลัยการสาธารณสุขสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี สามารถนำผลการวิจัยดังกล่าวไปวางแผนเพื่อพัฒนานักศึกษาให้ห่างไกลจากการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ให้อย่างมีประสิทธิภาพ

8.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

นักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี ควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ให้เหมาะสม และควรใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรม

8.3 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

ควรมีการศึกษาถึงอิทธิพลระหว่างเพศและบุคลิกภาพของนักศึกษา ว่ามีผลต่อพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ รวมไปถึงการพัฒนาโปรแกรมเพื่อช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักศึกษาให้ดีขึ้น

9. บรรณานุกรม

- กันยา พาณิษฐ์ศิริ และ เบญจพร ต้นตสุติ. (2559). การติดสื่อสังคมออนไลน์และภาวะสมาธิสั้นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 61(3), 191 – 204.
- เฉลิมพล กำโน, ดาราวรรณ ต๊ะปิ่นตา และสมบัติ สกุลพรรณ. (2561). ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเพชบุ๊คและภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นในสถาบันบันอุดมศึกษาของรัฐ จังหวัดเชียงใหม่. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้*, 5(2), 57-69.
- เต็มหทัย นาคเทวัญ และจตุพร แสงกุล. (2563). การตรวจคัดกรองโรคสมาธิสั้นในผู้ใหญ่และปัจจัยที่สัมพันธ์ในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, 25(1), 16 – 29.
- ต้นตกร ชื่นเกษม. (2562). *ความสัมพันธ์ของการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อการใช้เวลากับครอบครัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตประเวศ กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชายุทธศาสตร์และความมั่นคง คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พรพรรณ จันทรแดง. (2559). พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา*, 4(2), 44 – 54.
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (องค์การมหาชน). (2559). *รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเตอร์เน็ตในประเทศไทย 2559*. สืบค้นเมื่อ 2 ตุลาคม 2563. https://data.go.th/dataset/item_6aa9b49a-84b3-4c30-8821-322c165efd29.
- White, C. M. (2011). *Social media, crisis communication, and emergency management: Leveraging Web 2.0 technologies*. CRC press.

10. คำขอบคุณ

ขอขอบพระคุณคณะผู้บริหารวิทยาลัยสาธิตสุสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ที่ให้ความสำคัญกับงานวิจัยที่เกิดขึ้น และคอยให้กำลังใจและช่วยเหลือด้านการวิจัยในทุกขั้นตอน รวมไปถึง คณะผู้ทรงคุณวุฒิ ตลอดจนกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือที่ดีมาโดยตลอด