



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14
The 14th STOU National Research Conference

พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์และผลกระทบต่อนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
ในกรุงเทพมหานคร

Behavior and Impact of Social Media of Senior High School Students in Bangkok

สิทธิรักษ์ ศิลป์ประสิทธิ์ (Sittilak Silprasit)¹ กมลรัฐ อินทรทัศน์ (Kamolrat Intaratat)²

ปิยฉัตร ล้อมชวการ (Piyachat Lomchawakarn)³

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณที่มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายใน กรุงเทพมหานคร 2) ศึกษาผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายใน กรุงเทพมหานคร 3) เปรียบเทียบผลกระทบจากพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายใน กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.4 - ม.6) ที่กำลังศึกษาโรงเรียนสังกัดภาครัฐบาลใน กรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คนที่ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลคือแบบสอบถามออนไลน์ (google form) และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสถิติ ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนส่วนใหญ่ใช้โทรศัพท์มือถือเป็นอุปกรณ์หลักในการเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ โดยมีพฤติกรรมใช้งานทุกวันและนิยมใช้ Instagram มากที่สุด รองลงมาคือ TikTok, Facebook ตามลำดับ และเหตุผลหลักที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์คือ ใช้เพื่อความบันเทิงเป็นหลัก ได้แก่ ดูหนัง ฟังเพลง และติดตามข่าวสารของศิลปินและดารา รองลงมาคือ หาเพื่อนใหม่ / โพสต์ข้อความ รูปภาพ วิดีโอ / อัปเดตสถานะ / ข้อมูลส่วนตัว และเพื่อการเรียน/ การศึกษา ตามลำดับ 2) ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์พบว่า ผลกระทบโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ผลกระทบเชิงบวกมีระดับความคิดเห็นมากที่สุด ในขณะที่ผลกระทบเชิงลบ ผลกระทบทางจิตหรืออารมณ์ คือ ปัญหาสุขภาพทางกายและจิตใจ อาการปวดหัว ปัญหาการนอนหลับไม่เพียงพออยู่ในระดับปานกลาง และผลกระทบต่อการเรียนอยู่ในระดับน้อย 3) เปรียบเทียบผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ตามลักษณะต่างๆ ของนักเรียน ได้แก่ เพศ อายุ และแผนการเรียน พบว่าไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ อย่างไรก็ตาม ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกันตามช่วงเวลาและเหตุผลในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ส่วนเครื่องมือที่ใช้ ความถี่ในการใช้งาน และชนิดของสื่อที่ใช้อย่างน้อยที่สุดไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ

คำสำคัญ พฤติกรรม ผลกระทบ สื่อสังคมออนไลน์ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

¹ นักศึกษาหลักสูตร นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต แผนกวิชาการบูรณาการการสื่อสาร มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช Email sittilaksilprasit@gmail.com

² รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำสาขาวิชา นิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

³ รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำสาขาวิชา นิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14

The 14th STOU National Research Conference

Abstract

This study is a quantitative research with the objectives to: 1) study the social media usage behavior of high school students in Bangkok 2) study the impact of social media usage on high school students in Bangkok and 3) compare the behavioral impacts and effects of social media usage among high school students in Bangkok. The population consists of 400 students from grades 10-12 studying in government-affiliated schools in Bangkok. The research employs a multi-stage random sampling method. Data collection utilizes an online questionnaire (Google Form), and statistical analysis includes frequency, percentage, mean, and standard deviation. The study found 1) the majority of students used mobile phones as the primary device to access social media. They used social media daily, with Instagram being the most popular platform, followed by TikTok and Facebook, respectively. The primary reason for using social media was entertainment, namely watching movies, listening to music, and following news about artists and celebrities. Other reasons included making new friends, posting messages, photos, videos, updating status, personal information, and for learning/educational purposes. 2) The overall impact of social media use among high school students is at a moderate level. Positive impacts are noted most significantly, while negative impacts related to mental and emotional health include issues such as headaches and insufficient sleep, which are at a moderate level. The impact on academic performance is reported to be low. 3) When comparing the effects of social media use across different student demographics, such as gender, age, and academic track, no significant differences were found. However, the effects of social media varied depending on the time spent and reasons for using it. No significant differences were found in terms of the tools used, frequency of use, or the most frequently accessed types of social media.



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14

The 14th STOU National Research Conference

Keywords : Behavior, Impact, Social media, High school students

บทนำ

ในยุคปัจจุบัน อินเทอร์เน็ตได้กลายมาเป็นส่วนสำคัญในชีวิตประจำวันของประชาชนทั่วโลก ครอบคลุมทั้งด้านการศึกษา การทำงาน การติดต่อสื่อสาร และความบันเทิง โดยอินเทอร์เน็ตหมายถึงเครือข่ายคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่ที่เชื่อมโยงกันทั่วโลกผ่านเครือข่ายโทรคมนาคม ทำให้ผู้คนสามารถเข้าถึงข้อมูลและการสื่อสารได้อย่างสะดวก รวดเร็ว และง่ายดาย (วิมลพรรณ อาภาเวช, 2554) การขยายตัวของอินเทอร์เน็ตนำไปสู่การเกิดขึ้นของ สื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) ซึ่งถือเป็นเครื่องมือสำคัญในยุคดิจิทัลที่ใช้สำหรับการแลกเปลี่ยนข้อมูล ข่าวสาร และความคิดเห็นได้อย่างรวดเร็วและกว้างขวาง

สื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) คือเครื่องมือและแพลตฟอร์มต่าง ๆ ได้แก่ เฟซบุ๊ก (Facebook), เอ็กซ์ (X) หรือทวิตเตอร์ (Twitter) ชื่อเดิม, อินสตาแกรม (Instagram), และยูทูบ (YouTube) ที่เปิดโอกาสให้ผู้ใช้งานสามารถสร้างสรรค์เนื้อหา แพร่ข้อมูล และเชื่อมโยกับผู้คนได้ทั่วโลก การใช้งานสื่อเหล่านี้มีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ในทุกช่วงอายุ โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังพัฒนาทักษะทางสังคมและการเรียนรู้ สื่อสังคมออนไลน์จึงเป็นเครื่องมือที่ช่วยส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความรู้ ทักษะ และสร้างเสริมประสบการณ์ใหม่ ๆ อย่างไรก็ตาม การใช้สื่อสังคมออนไลน์ก็อาจก่อให้เกิดผลกระทบเชิงลบได้ เช่น การถูกล่อลวงจากเนื้อหาที่ไม่เหมาะสม หรือการเสียสมาธิในการเรียน (ศุภมาส, 2564)

สื่อสังคมออนไลน์เข้ามามีบทบาทสำคัญในทุกวงการทั้งชีวิตประจำวันการติดต่อสื่อสารซึ่งกันและ และถึงแม้ว่าจะมีประโยชน์มากเพียงใดก็ตามและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์ในยุคปัจจุบัน แต่โทษหรืออันตรายที่จะเกิดขึ้นในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในยุคปัจจุบันยังคงมีให้เห็นกันทั่วไปตามสื่อสิ่งพิมพ์ รายการข่าวโทรทัศน์และวิทยุ ไม่ว่าจะเป็นข่าวอาชญากรรม การขโมยข้อมูลในโลกไซเบอร์ หรือสื่อสังคมออนไลน์ การติดสื่อสังคมออนไลน์มากเกินไปจนการแอบอ้างเพื่อใช้สื่อสังคมออนไลน์ในการหลอกลวงเพื่อทำธุรกิจผิดกฎหมาย การถูกล่อลวงของนักเรียนนักศึกษาผ่านช่องทางการสื่อสารโดยใช้สื่อสังคมออนไลน์ เป็นต้น นับได้ว่าเป็นภัยคุกคามที่เกิดขึ้นในยุคปัจจุบันที่พบบ่อยที่สุด พฤติกรรมการรับข่าวสารจากสื่อสังคมออนไลน์ผ่านช่องทางการสื่อสารสังคมออนไลน์ของนักเรียนนักศึกษาที่อาจจะรู้เท่าไม่ถึงการด้วยพฤติกรรมของวัยรุ่นนักเรียนนักศึกษาที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ ความคิดและการไตร่ตรองและการตัดสินใจเพื่อรับเอาข้อมูลข่าวสารยังมีไม่เพียงพอ จึงอาจตกเป็นเหยื่อของมิจฉาชีพได้ง่าย การติดเกมออนไลน์ของนักเรียนนักศึกษาก็เป็นปัญหาสำคัญที่ไม่ควรมองข้ามและเป็นปัญหาในระดับชาติ การใช้สื่อสังคมออนไลน์บนสมาร์โฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาเป็นอย่างยิ่ง (สุภาวรรณ นวลนิล, 2563)

การเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ ของนักเรียนในกรุงเทพมหานครมีความสะดวกสบายมากขึ้น เนื่องจากการติดตั้งจุดกระจายสัญญาณอินเทอร์เน็ตไร้สาย (Wi-Fi) ทั่วทั้ง 50 เขต รวมถึงนโยบายที่ส่งเสริมการเข้าถึงเทคโนโลยีและบริการอินเทอร์เน็ตตามสถานที่สาธารณะ ทั้งนี้เพื่อตอบสนองต่อการพัฒนาให้ประเทศไทยเป็นสังคมอุดมปัญญา ซึ่งเปิดโอกาสให้นักเรียนสามารถใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อการเรียนรู้และสื่อสารได้อย่างเต็มที่ (นุชทิมา ไสภาว, 2558) อย่างไรก็ตาม การใช้งานที่ไม่เหมาะสมหรือมากเกินไปก็อาจส่งผลให้เกิดการเสพติดเทคโนโลยีหรือการถูกล่อลวงจากภัยออนไลน์ได้



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14

The 14th STOU National Research Conference

เห็นได้ว่าผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์นั้นมีมากมาย ถ้าหากไม่มีการป้องกันการใช้สื่อของกลุ่มวัยรุ่นที่ยังเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายแล้วก็อาจทำให้เกิดปัญหาหลาย ๆ อย่างตามมาจนเป็นปัญหาที่แก้ไม่ได้ของสังคมในอนาคตได้ อย่างไรก็ตามจากทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาถึงพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ และผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ทราบถึงพฤติกรรมและผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในยุคนปัจจุบัน ซึ่งจะเป็ประโยชน์ในการวางแผนในการแก้ปัญหาผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียน ซึ่งจะเป็ประโยชน์ต่อการนำไปหาแนวทางเพื่อวางแผนการการป้องกันผลกระทบการใช้สื่อสังคมออนไลน์ให้เหมาะสม มีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบันต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร
3. เปรียบเทียบผลกระทบจากพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามคุณลักษณะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายใน กรุงเทพมหานคร

สมมติฐานการวิจัย

1. ลักษณะของนักเรียน เพศ อายุ ระดับชั้นที่เรียน สถานศึกษาที่เรียน อาชีพผู้ปกครอง แผนการเรียน และการศึกษาของผู้ปกครอง ที่แตกต่างกัน ได้รับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน
2. พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่แตกต่างกัน ได้รับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกัน

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้านี้เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.4-ม.6) ที่กำลังศึกษาโรงเรียนสังกัดภาครัฐบาลใน กรุงเทพมหานคร จำนวน 111,734 คน (เว็บไซต์สารสนเทศแสดงจำนวนนักเรียนโรงเรียน สพม.กท 1-2) หาขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตาราง ของ ทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane, 1973 : 727-728) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% กำหนดค่าความคลาดเคลื่อนในการประมาณไม่เกิน 5% อ่านค่าจากตารางได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 399 คน ในที่นี้ผู้วิจัยกำหนดขนาดตัวอย่างให้มากขึ้นเล็กน้อย เป็น 400 คน ทั้งนี้เพื่อชดเชยจำนวนแบบสอบถามที่นักเรียนตอบไม่ครบสมบูรณ์ และการได้มาของกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster sampling) โดยแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม ตามโรงเรียนพื้นที่ การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร พร้อมกับสุ่มแบบโควตา (Quota sampling) ตามสัดส่วนจำนวนนักเรียนในกรุงเทพมหานคร ได้แก่



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14

The 14th STOU National Research Conference

กลุ่มที่ 1 22 เขตการปกครอง

จำนวน 53,193 คน

(ร้อยละ 48)

โรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา

กลุ่มตัวอย่าง 190 คน

กรุงเทพมหานคร เขต 1 (สพม. กท.1) ได้แก่ เขตพญาไท บางซื่อ ดุสิต สัมพันธวงศ์ ปทุมวัน ราชเทวี พระนคร ป้อมปราบศัตรูพ่าย บางแค บางขุนเทียน บางบอน ห้วยขวาง ราชบุรีบูรณะ จอมทอง ธนบุรี ภาษีเจริญ ดลิ่งชัน ทวีวัฒนา บางพลัด บางกอกน้อย บางกอกใหญ่ และเขตหนองแขม

กลุ่มที่ 2 26 เขตการปกครอง

จำนวน 58,541 คน

(ร้อยละ 52)

โรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา

กลุ่มตัวอย่าง 210 คน

กรุงเทพมหานคร เขต 2 (สพม. กท.2) ได้แก่ เขตบางรัก วัฒนา สาทร พระโขนง บางนา คลองเตย บางคอแหลม ยานนาวา ดินแดง ห้วยขวาง จตุจักร ลาดพร้าว บางเขน สายไหม บึงกุ่ม บางกะปิ วังทองหลาง ดอนเมือง หลักสี่ ลาดกระบัง สะพานสูง คันนายาว มีนบุรี คลองสามวา หนองจอก ประเวศ และเขตสวนหลวง

ขั้นตอนที่ 2 วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Sampling) ตามเขตโรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร ดังต่อไปนี้

คำนวณอัตราส่วนของแต่ละกลุ่มประชากรโรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร ตามบัญญัติไตรยางศ์ โดยหารจำนวนคนในแต่ละเขตการปกครองด้วยจำนวนคนทั้งหมดในเขตการปกครอง และคูณด้วยจำนวนแบบสอบถามที่คุณต้องการสุ่ม ดังนี้

โรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1 (สพม. กท.1)

$$\frac{53,193}{111,734} \times 400 = 190.76 \text{ คน}$$

โรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 (สพม. กท.2)

$$\frac{58,541}{111,734} \times 400 = 209.24 \text{ คน}$$

ค่าที่ได้เป็นค่าทศนิยม สามารถปัดเศษลงไปเพื่อให้ได้จำนวนประชากรที่ถูกต้อง ดังนี้:

1. โรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1 (สพม. กท.1) : 190 คน
2. โรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 (สพม. กท.2) : 210 คน



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14
The 14th STOU National Research Conference

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง โรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1 (สพม. กท.1)

ลำดับ	เขต	ประชากร(คน)	กลุ่มตัวอย่าง(คน)
1.	เขตปทุมวัน	1820	6
2.	เขตบางซื่อ	2764	10
3.	เขตดุสิต	1644	6
4.	เขตสัมพันธวงศ์	382	1
5.	เขตปทุมวัน	4389	16
6.	เขตราชเทวี	2294	8
7.	เขตพระนคร	5098	18
8.	เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย	2197	8
9.	เขตบางแค	1732	6
10.	เขตบางขุนเทียน	4180	15
11.	เขตบางบอน	1573	6
12.	เขตทุ่งครุ	1819	6
13.	เขตราชบุรีบูรณะ	1772	6
14.	เขตจอมทอง	3848	14
15.	เขตธนบุรี	2615	9
16.	เขตภาษีเจริญ	3492	12
17.	เขตตลิ่งชัน	2567	9
18.	เขตทวีวัฒนา	3370	12
19.	เขตบางพลัด	274	1
20.	เขตบางกอกน้อย	3348	12
21.	เขตบางกอกใหญ่	1654	5
22.	เขตหนองแขม	1361	4
รวม		53193	190



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14
The 14th STOU National Research Conference

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง โรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 (สพม. กท.2)

ลำดับ	เขต	ประชากร(คน)	กลุ่มตัวอย่าง(คน)
1.	เขตดินแดง	1444	5
2.	เขตบางกะปิ	3004	11
3.	เขตยานนาวา	898	3
4.	เขตลาดพร้าว	2917	10
5.	เขตสวนหลวง	2111	9
6.	เขตสะพานสูง	3682	13
7.	เขตคลองเตย	1944	7
8.	เขตคลองสามวา	2246	8
9.	เขตจตุจักร	3293	12
10.	เขตดอนเมือง	3088	11
11.	เขตดินแดง	524	2
12.	เขตบางเขน	1097	4
13.	เขตบางนา	1146	4
14.	เขตบางรัก	1169	4
15.	เขตปทุมธานี	3572	13
16.	เขตประเวศ	943	3
17.	เขตพระโขนง	2230	8
18.	เขตมีนบุรี	2452	9
19.	เขตลาดกระบัง	5159	18
20.	เขตวังทองหลาง	3070	11
21.	เขตวัฒนา	653	2
22.	เขตสาทร	2968	11
23.	เขตสายไหม	3039	11
24.	เขตหนองจอก	2973	11
25.	เขตหลักสี่	1142	4



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14

The 14th STOU National Research Conference

26.	เขตห้วยขวาง	1777	6
รวม		58,541	210

ขั้นตอนที่ 3 วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบสะดวก (Convenience Sampling) โดยใช้แบบสอบถามที่ได้เตรียมไว้ ส่งให้กลุ่มตัวอย่างผ่านช่องทางสื่อออนไลน์ (Google Form) ที่แก่นักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตโรงเรียนพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1 จำนวน 22 เขตการปกครอง และในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตโรงเรียนพื้นที่ การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานครเขต 2 จำนวน 26 เขตการปกครอง ที่กำลังศึกษาโรงเรียนสังกัดภาครัฐบาล โดยทำการ สํารวจระหว่างเดือน พฤศจิกายน – ธันวาคม พ.ศ. 2566 จนครบจำนวน 400 คน

1. เครื่องมือวิจัย ที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยใช้คำถามปลายปิด (Close-ended questions) ในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยจัดลำดับเนื้อหาของแบบสอบถามให้ครอบคลุม ข้อมูลที่ต้องการ ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับคุณลักษณะส่วนบุคคลของนักเรียน ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับชั้นที่เรียน แผนการเรียน สถานศึกษาที่เรียน อาชีพของผู้ปกครอง และการศึกษาของผู้ปกครอง โดยลักษณะเป็นคำถามปลายปิดให้เลือกตอบ ตามความเป็นจริง

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ประกอบด้วยเครื่องมือที่ใช้สื่อสังคม ออนไลน์ ความถี่ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ช่วงเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อครั้ง ประเภทสื่อที่ใช้บ่อยที่สุด และเหตุผลการใช้สื่อสังคม ออนไลน์ โดยลักษณะเป็นคำถามปลายปิดให้เลือกตอบตามความเป็นจริง

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อนักเรียนประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ 1) ผลกระทบเชิงบวก 2) ผลกระทบเชิงลบ 3) ผลกระทบทางจิตหรืออารมณ์ และ 4) ผลกระทบต่อการเรียน ลักษณะของ แบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) ตามวิธีของ เบสท์ (Best, อ้างถึงใน ปกรณ์ ประจัญบาน, 2552)

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะ

2. การวิเคราะห์ข้อมูล โดยอาศัยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) เพื่ออธิบายลักษณะทางประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นที่เรียน สถานศึกษาที่เรียน แผนการเรียน อาชีพผู้ปกครอง และการศึกษาของผู้ปกครอง โดยการแจกแจง ความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D)

สำหรับการแปลความหมายค่าเฉลี่ย สำหรับเกณฑ์ (Criteria) ในการแปลความหมาย (Interpretation) ผลการวิเคราะห์ ค่าเฉลี่ย (มัธยฐานเลขคณิต หรือ Arithmetic mean) พิจารณาเกณฑ์ใน 1 ลักษณะดังนี้



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14
The 14th STOU National Research Conference

ลักษณะที่ 1 กำหนดการให้คะแนนแบบ Likert scale 5 ระดับ

$$\begin{aligned} \text{เกณฑ์การแบ่งระดับคะแนน} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนระดับที่ต้องการ}} \\ &= \frac{5 - 1}{5} \\ &= 0.80 \end{aligned}$$

ดังนั้นการแปลความหมายของคะแนน กำหนดดังนี้

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	1.00 – 1.80	คะแนน	หมายถึง	น้อยที่สุด
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	1.81 – 2.60	คะแนน	หมายถึง	น้อย
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	2.61 – 3.40	คะแนน	หมายถึง	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	3.41 – 4.20	คะแนน	หมายถึง	มาก
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	4.21 – 5.00	คะแนน	หมายถึง	มากที่สุด

การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานอาศัยสถิติอ้างอิง (Inferential statistics) โดยการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานวิจัยด้วยสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ประกอบด้วยการทดสอบแบบที เทส (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance)

ผลการวิจัย

ผลวิจัยพฤติกรรมการใช้สื่อออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่ใช้โทรศัพท์มือถือที่เป็นเครื่องมือสำหรับใช้สื่อสารสังคมออนไลน์ ความถี่ในการใช้สื่อสารสังคมออนไลน์ต่อสัปดาห์ คือ ทุกวัน ช่วงเวลาในการใช้สื่อสารสังคมออนไลน์ 20.01 - 22.00 น. โดยพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างเป็นไปตามที่ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (2559) ได้กล่าวว่าปัจจุบันคนไทยมีการใช้สื่อสารสังคมออนไลน์ทุกวันโดยเปลี่ยนจากการใช้คอมพิวเตอร์มาเป็นสมาร์ทโฟน ชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่ใช้บ่อยที่สุดคือ Instagram ชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่สำคัญที่สุด คือ บล็อก (Blog) และเหตุผลการใช้สื่อสารสังคมออนไลน์เพื่อความบันเทิง/ ดูหนัง ฟังเพลง /ติดตามข่าวสารศิลปิน ดารา

1. พฤติกรรมการใช้สื่อออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่ใช้โทรศัพท์มือถือที่เป็นเครื่องมือสำหรับใช้สื่อสารสังคมออนไลน์ จำนวน 376 คน คิดเป็นร้อยละ 92.16 ความถี่ในการใช้สื่อสารสังคมออนไลน์ต่อสัปดาห์ คือ ทุกวัน จำนวน 345 คน คิดเป็น



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14

The 14th STOU National Research Conference

ร้อยละ 84.56 ช่วงเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ 20.01 - 22.00 น. จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 20.34 ชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่ใช้บ่อยที่สุด คือ Instagram จำนวน 202 คน คิดเป็นร้อยละ 49.51 ชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่สำคัญที่สุด คือ บล็อก (Blog) จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 46.08 และเหตุผลการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อความบันเทิง/ ดูหนัง ฟังเพลง /ติดตามข่าวสารศิลปิน ดารา จำนวน 256 คน คิดเป็นร้อยละ 62.75

2. ระดับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.02$ S.D. = 0.61) เมื่อแยกพิจารณารายด้าน พบว่า ผลกระทบเชิงบวก มีระดับความคิดเห็นมาก ($\bar{X} = 4.10$ S.D. = 0.74) ผลกระทบเชิงลบ มีระดับความคิดเห็นปานกลาง ($\bar{X} = 3.00$ S.D. = 0.89) ผลกระทบทางจิตหรืออารมณ์ มีระดับความคิดเห็นปานกลาง ($\bar{X} = 2.59$ S.D. = 0.91) และผลกระทบต่อการเรียนการ เรียน มีระดับความคิดเห็นน้อย ($\bar{X} = 2.38$ S.D. = 0.81) ตามลำดับ

ตารางที่ 3 แสดงข้อมูลผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์

ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์	$\bar{X}$	S. D.	ระดับความคิดเห็น
1. ผลกระทบเชิงบวก	4.10	0.74	มาก
2. ผลกระทบเชิงลบ	3.00	0.89	ปานกลาง
3. ผลกระทบทางจิตหรืออารมณ์	2.59	0.91	ปานกลาง
4. ผลกระทบต่อการเรียนการ เรียน	2.38	0.81	น้อย
รวม	3.02	0.61	ปานกลาง

3. ผลการเปรียบเทียบผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายใน กรุงเทพมหานคร จำแนกตามคุณลักษณะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายใน กรุงเทพมหานคร พบว่า ผลการวิจัยไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานครที่มีเพศ อายุ ระดับชั้นที่เรียน แผนการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง การศึกษาของผู้ปกครองต่างกัน มีผลกระทบในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ไม่แตกต่างกัน

4. ผลการเปรียบเทียบผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายใน กรุงเทพมหานคร จำแนกตามพฤติกรรมการใช้สื่อออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร พบว่าผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานครที่มีช่วงเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ และเหตุผลการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่างกันจะมีผลกระทบในการใช้สื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกัน ส่วนเครื่องมือสำหรับใช้สื่อสังคมออนไลน์ ความถี่ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่ใช้บ่อยที่สุด ชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่สำคัญที่สุด ต่างกัน มีผลกระทบในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ไม่แตกต่างกัน



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14

The 14th STOU National Research Conference

อภิปรายผล

พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จากการศึกษา นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครมีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่แพร่หลาย โดยเฉพาะการใช้แพลตฟอร์มอย่าง Instagram และ TikTok ที่มักใช้เพื่อการสื่อสารและแชร์เนื้อหาที่สนใจ การใช้สื่อสังคมออนไลน์ยังเป็นช่องทางที่นักเรียนสามารถเข้าถึงข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็ว ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่หลากหลายและเสริมสร้างความเข้าใจในเนื้อหาการเรียน

นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่าเวลาที่นักเรียนใช้บนแพลตฟอร์มเหล่านี้มีแนวโน้มสูงขึ้นในช่วงเวลาเย็น สะท้อนถึงการเลือกใช้สื่อที่สามารถทำได้ในเวลาที่ไม่เป็นทางการ ซึ่งการใช้สื่อในลักษณะนี้อาจส่งผลให้เกิดความรู้สึกละเลยกับกลุ่มเพื่อน และช่วยสร้างเครือข่ายทางสังคมที่สำคัญในวัยรุ่น

ในด้านผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ การใช้สื่อออนไลน์มีผลกระทบในหลายด้าน ทั้งด้านบวกและลบ ในด้านบวก นักเรียนสามารถเรียนรู้จากเนื้อหาที่สร้างสรรค์และมีคุณค่าได้ เช่น วิดีโอการศึกษาและการสนทนาในกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาการเรียนรู้อย่างไรก็ตาม ผลกระทบด้านลบที่พบคือปัญหาสุขภาพทางกายและจิตใจ ได้แก่ อาการปวดหัว และปัญหาการนอนหลับไม่เพียงพอ รวมถึงปัญหาการขาดสมาธิในการเรียน ซึ่งมีผลกระทบต่อการเรียนรู้และผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา งานวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์มีทั้งผลดีและผลเสียต่อนักเรียนมัธยมศึกษา โดยส่วนใหญ่จะใช้เพื่อความบันเทิงและเรียนรู้เพิ่มเติม แม้ว่าจะมีผลกระทบในบางด้าน เช่น ปัญหาการเรียนหรือสุขภาพ แต่ก็ไม่ถือว่ารุนแรง หากใช้อย่างเหมาะสม นักเรียนสามารถใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนเองได้

การเปรียบเทียบผลกระทบจากพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ เมื่อเปรียบเทียบผลกระทบจากพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ พบว่า นักเรียนที่ใช้สื่อออนไลน์เพื่อการศึกษาและการสื่อสารในทางบวก มีแนวโน้มที่จะมีผลทางการเรียนที่สูงกว่า ในขณะที่นักเรียนที่ใช้สื่อในทางลบ เช่น การเสพติดสื่อบันเทิงหรือการใช้เวลาสูงในการติดตามข่าวสารที่ไม่เกี่ยวข้อง มีแนวโน้มที่จะประสบปัญหาด้านการเรียนและสุขภาพ

การศึกษานี้สามารถนำไปสู่การพัฒนาแนวทางในการส่งเสริมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่มีประโยชน์ เช่น การจัดกิจกรรมที่สนับสนุนการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อการศึกษาและการสื่อสารที่มีคุณค่า นอกจากนี้ ควรมีการส่งเสริมการเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างมีความรับผิดชอบ เพื่อลดผลกระทบเชิงลบในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับผลกระทบเชิงลบในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร สูงเป็นกลุ่มที่ความถี่ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์น้อย ดังนั้น โรงเรียนหรือครูที่ปรึกษาจึงควรสร้างภูมิคุ้มกันผลกระทบให้นักเรียนที่ไม่ค่อยได้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ คือ การปรับจิตใจให้พร้อมรับข่าวสารเชิงลบ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14

The 14th STOU National Research Conference

2. การส่งเสริมให้นักเรียนใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อความบันเทิง/ ดูหนัง ฟังเพลง /ติดตามข่าวสารศิลปิน ดารา ด้วยโดยให้แบ่งเวลารับชมไม่มาก วันละไม่เกิน 30 – 60 นาที จะเป็นผลให้นักเรียนมีวินัยในการใช้สื่อสังคมออนไลน์
3. การส่งเสริมให้นักเรียนลดการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในช่วงดึก เนื่องจากหากมีผลกระทบจะส่งต่อการนอน และมีผลกระทบทางจิตหรืออารมณ์สูงกว่าช่วงเวลาอื่น
4. การส่งเสริมให้นักเรียนใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อการศึกษาจะส่งผลกระทบต่อการเรียนของนักเรียนเช่นในด้านดี ดังนั้นครูที่ปรึกษาควรส่งเสริมให้นักเรียนมีการเข้าเว็บไซต์แนะนำการศึกษาต่อ หรือการเข้าชมช่อง Youtube ที่เกี่ยวกับการสอนในวิชาเรียน เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2559). *แผนพัฒนาดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม. กรุงเทพฯ* กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร.
- กมลลักษณ์ อินทร์เอก. (2560). *พฤติกรรมการใช้โซเชียลมีเดียของนักเรียนโรงเรียนลาดทิพรสพิทยาคม อำเภอตาคลี จังหวัดนครสวรรค์ การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยนเรศวร.*
- กานดา รุณณะพงศาสายแก้ว. (2557) *โซเชียลมีเดีย. เข้าถึงได้จาก : <http://gear.kku.ac.th/krunapon/talks/socialmedia/kku-socialmedia.paf>* (วันที่คำข้อมูล : 2 เมษายน 2567).
- กิตติชาติ ไพรแสนสุข. (2557). *การเปิดรับ การใช้ประโยชน์ ความพึงพอใจ รายการสอนภาษาอังกฤษทาง โทรทัศน์วารสารปัญญาวิวัฒน์. ปีที่ 6 ฉบับที่ 1 (กรกฎาคม -ธันวาคม).*
- เกวรินทร์ ละเอียดตินันท์. (2557). *การยอมรับเทคโนโลยีและพฤติกรรมผู้บริโภคออนไลน์ที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร. (การค้นคว้าอิสระปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยกรุงเทพ*
- กันตพล บรรทัดทอง. (2557). *พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์และความพึงพอใจของกลุ่มคน ผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร การศึกษาเฉพาะบุคคลปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.*
- ชมณัฐ มิ่งศิริธรรม. (2557). *Social media อสังสรรค์เพื่อการศึกษา. เข้าถึงได้จาก : <https://fernlove399.files.wordpress.com/2013/08/book55106.pof>* (วันที่ค้นข้อมูล: 2 เมษายน 2567)
- ครองรัตน์ ตูลาพันธ์. (2561). *พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์และปัจจัยทางจิตที่พยากรณ์ภาวะโรคซึมเศร้า. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.*
- เฉลิมพล แจ่มจันทร์. (2564). *วัยรุ่นและเยาวชน กับสื่อสังคมออนไลน์ เข้าถึงได้จาก : https://www.thaihealthreport.com/th/articles_detail.php?id=64* (วันที่ค้นข้อมูล: 2 เมษายน 2567)
- ชลธิชา จุ้ยนาม. (2557). *พฤติกรรมและผลจากการใช้เครือข่ายทางสังคมออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น*



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 14
The 14th STOU National Research Conference

ในเขตอำเภอเมืองสุโขทัย จังหวัดสุโขทัย (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศิลปากร.

