

การศึกษาภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักศึกษาระดับปริญญาตรี:

คุณภาพชีวิตและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง

A Study of Internet Addiction among College Student:

Quality of Life and other Factors

¹วิราพร จันทสิลป์ (Wiraporn Chanthasin)

²มฤฎ์ แก้วจินดา (Marid Kaewchinda)

³วารังคณา โสมะนันท์ (Varangkana Somanandana)

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (Kasetsart University)

Email: Wirapornchanthasin@gmail.com

Received July 10, 2020; Revised October 1, 2020; Accepted February 20, 2021

Abstract

The objectives of this research were 1) to study the relationship between the internet addiction of students and their quality of life, 2) to study the relationship between personal factors and internet addiction in students, 3) to study the relationship between the internet addiction and monthly allowance and hour of internet used per day by the students. The sample size were 400 students yielded from stratified random sampling. Research tools were a personal data questionnaire, Young's internet addiction test (YIAT20), and WHO's Quality of life evaluation form in Thai (WHOQOL-BREF-THAI). Result: Students' internet addiction had inverse correlation with quality of life ($r_{xy} = -.178$, $p = .001$). Students had mild internet addiction ($\bar{X} = 48.10$, $SD. = 12.16$). and moderate quality of life ($\bar{X} = 87.71$, $SD. = 12.30$). Students' internet addiction correlated to checking e-mail behavior, online gambling, online game, online pornography, personal video upload, and year level of study. Conclusion: Student's internet addiction correlated to year level of study, checking e-mail behavior, online gambling, online game, online pornography, personal video upload, and quality of life. The more severity internet addiction the lower quality of life but internet addiction and quality of life did not have a relationship to monthly allowance and duration of internet used per day by students.

Keywords: Internet Addiction; Quality of Life; College Student

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน และจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน ได้จากการสุ่มแบบชั้นภูมิ เครื่องมือการวิจัยคือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบทดสอบภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต และแบบประเมินคุณภาพชีวิต ผลการวิเคราะห์พบว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตแบบผกผัน ($r_{xy} = -.178, p = .001$) นักศึกษามีภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตในระดับเล็กน้อย ($\bar{X} = 48.10, SD. = 12.16$) มีคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 87.71, SD. = 12.30$) ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรับ-ส่ง E-mail พนันออนไลน์ เกมออนไลน์ เสพสื่ออนาจาร การเผยแพร่วิดีโอส่วนตัว และระดับชั้นปีของนักศึกษาสรุปภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตของนักศึกษามีความสัมพันธ์กับชั้นปี พฤติกรรมกรับ-ส่ง E-mail พนันออนไลน์ เกมออนไลน์ เสพสื่ออนาจาร การเผยแพร่วิดีโอส่วนตัว และคุณภาพชีวิต หากภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีระดับรุนแรงมากขึ้นคุณภาพชีวิตจะต่ำลง แต่ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตและคุณภาพชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่นักศึกษาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันและระยะเวลาการใช้อินเทอร์เน็ต

คำสำคัญ: ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต; คุณภาพชีวิต; นักศึกษามหาวิทยาลัย

บทนำ

อินเทอร์เน็ตกลายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของมนุษย์ในสังคมออนไลน์ ผู้คนล้วนนำอินเทอร์เน็ตเข้ามาช่วยในการทำงานหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านการศึกษา การทำธุรกิจ การหาความรู้ การสนทนา รวมถึงการหาความสุขความสนุกสนาน นอกจากนั้นยังพบว่าในปัจจุบันมักใช้อินเทอร์เน็ตเป็นแหล่งพบปะสังสรรค์เพื่อสร้างสังคมออนไลน์ (Social Network) ผ่านเว็บไซต์ต่าง ๆ เช่น Facebook, Twitter, Instagram, Line เป็นต้น อีกทั้งผู้ใช้งานสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตผ่านทางสมาร์ทโฟนที่สามารถเข้าถึงได้ง่ายและแพร่หลาย จึงทำให้จำนวนผู้ใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มมากขึ้น (Orawan Wongkaewpotong, 2011; Sarisa Jantaraumporn and Marid Kaewchinda, 2016) ถึงแม้ว่าอินเทอร์เน็ตจะมีประโยชน์ แต่หากใช้อินเทอร์เน็ตในทางที่ผิดอาจสร้างปัญหาให้กับสังคมได้อย่างมากมายเช่นกัน และผู้ใช้อินเทอร์เน็ตไม่สามารถควบคุมการใช้อินเทอร์เน็ตของตนเองได้ ไม่จำเป็นต้องเปิดเผยตัวตนที่แท้จริง และสามารถแสดงความรู้สึกแบบที่ไม่สามารถกระทำได้ในชีวิตจริง (Pairath Tapanadechopone, 2012) พฤติกรรมกรับ-ส่ง E-mail พนันออนไลน์ เสพสื่ออนาจาร การเผยแพร่วิดีโอส่วนตัว และคุณภาพชีวิต หากภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีระดับรุนแรงมากขึ้นคุณภาพชีวิตจะต่ำลง แต่ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตและคุณภาพชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่นักศึกษาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันและระยะเวลาการใช้อินเทอร์เน็ต

อินเทอร์เน็ตกลายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของมนุษย์ในสังคมออนไลน์ ผู้คนล้วนนำอินเทอร์เน็ตเข้ามาช่วยในการทำงานหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านการศึกษา การทำธุรกิจ การหาความรู้ การสนทนา รวมถึงการหาความสุขความสนุกสนาน นอกจากนั้นยังพบว่าในปัจจุบันมักใช้อินเทอร์เน็ตเป็นแหล่งพบปะสังสรรค์เพื่อสร้างสังคมออนไลน์ (Social Network) ผ่านเว็บไซต์ต่าง ๆ เช่น Facebook, Twitter, Instagram, Line เป็นต้น อีกทั้งผู้ใช้งานสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตผ่านทางสมาร์ทโฟนที่สามารถเข้าถึงได้ง่ายและแพร่หลาย จึงทำให้จำนวนผู้ใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มมากขึ้น (Orawan Wongkaewpotong, 2011; Sarisa Jantaraumporn and Marid Kaewchinda, 2016) ถึงแม้ว่าอินเทอร์เน็ตจะมีประโยชน์ แต่หากใช้อินเทอร์เน็ตในทางที่ผิดอาจสร้างปัญหาให้กับสังคมได้อย่างมากมายเช่นกัน และผู้ใช้อินเทอร์เน็ตไม่สามารถควบคุมการใช้อินเทอร์เน็ตของตนเองได้ ไม่จำเป็นต้องเปิดเผยตัวตนที่แท้จริง และสามารถแสดงความรู้สึกแบบที่ไม่สามารถกระทำได้ในชีวิตจริง (Pairath Tapanadechopone, 2012) พฤติกรรมกรับ-ส่ง E-mail พนันออนไลน์ เสพสื่ออนาจาร การเผยแพร่วิดีโอส่วนตัว และคุณภาพชีวิต หากภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีระดับรุนแรงมากขึ้นคุณภาพชีวิตจะต่ำลง แต่ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตและคุณภาพชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่นักศึกษาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันและระยะเวลาการใช้อินเทอร์เน็ต

อินเทอร์เน็ตกลายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของมนุษย์ในสังคมออนไลน์ ผู้คนล้วนนำอินเทอร์เน็ตเข้ามาช่วยในการทำงานหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านการศึกษา การทำธุรกิจ การหาความรู้ การสนทนา รวมถึงการหาความสุขความสนุกสนาน นอกจากนั้นยังพบว่าในปัจจุบันมักใช้อินเทอร์เน็ตเป็นแหล่งพบปะสังสรรค์เพื่อสร้างสังคมออนไลน์ (Social Network) ผ่านเว็บไซต์ต่าง ๆ เช่น Facebook, Twitter, Instagram, Line เป็นต้น อีกทั้งผู้ใช้งานสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตผ่านทางสมาร์ทโฟนที่สามารถเข้าถึงได้ง่ายและแพร่หลาย จึงทำให้จำนวนผู้ใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มมากขึ้น (Orawan Wongkaewpotong, 2011; Sarisa Jantaraumporn and Marid Kaewchinda, 2016) ถึงแม้ว่าอินเทอร์เน็ตจะมีประโยชน์ แต่หากใช้อินเทอร์เน็ตในทางที่ผิดอาจสร้างปัญหาให้กับสังคมได้อย่างมากมายเช่นกัน และผู้ใช้อินเทอร์เน็ตไม่สามารถควบคุมการใช้อินเทอร์เน็ตของตนเองได้ ไม่จำเป็นต้องเปิดเผยตัวตนที่แท้จริง และสามารถแสดงความรู้สึกแบบที่ไม่สามารถกระทำได้ในชีวิตจริง (Pairath Tapanadechopone, 2012) พฤติกรรมกรับ-ส่ง E-mail พนันออนไลน์ เสพสื่ออนาจาร การเผยแพร่วิดีโอส่วนตัว และคุณภาพชีวิต หากภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีระดับรุนแรงมากขึ้นคุณภาพชีวิตจะต่ำลง แต่ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตและคุณภาพชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่นักศึกษาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันและระยะเวลาการใช้อินเทอร์เน็ต

(Electronic Transactions Development Agency (Public Organization) (ETDA), 2019) รายงานว่าประชากรไทยในปัจจุบันมีประมาณ 66.4 ล้านคน ซึ่งเป็นผู้ที่ใช้อินเทอร์เน็ต 47.5 ล้านคน คิดเป็นสัดส่วนของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตทั่วประเทศ ร้อยละ 70 และมีรายงานแสดงให้เห็นสถิติผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในช่วง 9 ปี ที่ผ่านมาระหว่างปี 2552-2561 ว่า ปี 2552 มีจำนวนผู้ใช้อินเทอร์เน็ตทั่วประเทศเท่ากับ 18.3%, ปี 2553 มีจำนวนผู้ใช้เท่ากับ 19.2%, ปี 2554 เท่ากับ 21.2%, ปี 2555 เท่ากับ 23.0%, ปี 2556 เท่ากับ 26.1%, ปี 2557 เท่ากับ 27.7%, ปี 2558 เท่ากับ 39.5%, ปี 2559 เท่ากับ 43.9%, ปี 2560 เท่ากับ 45.2% และปี 2561 เท่ากับ 47.5% จากข้อมูลข้างต้นพบว่าระยะเวลา 9 ปี ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทยเพิ่มมากขึ้นถึง 150% และมีรายงานชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตของคนไทยจากปี 2556 – 2562 พบว่า ปี 2556 ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตจำนวน 4 ชั่วโมง 36 นาที, ปี 2557 จำนวน 7 ชั่วโมง 12 นาที, ปี 2558 จำนวน 6 ชั่วโมง 54 นาที, ปี 2559 จำนวน 6 ชั่วโมง 35 นาที, ปี 2561 จำนวน 10 ชั่วโมง 5 นาที และปี 2562 จำนวน 10 ชั่วโมง 22 นาที ซึ่งการใช้อินเทอร์เน็ตในปี 2562 มีปริมาณชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตของคนไทยมากกว่าปี 2561 จำนวน 17 นาที และกลุ่มผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทยมากที่สุดคือ กลุ่มนักเรียน/นักศึกษา มีจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตเท่ากับ 10 ชั่วโมง 5 นาทีต่อวัน

ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต เป็นการเสพติดทางพฤติกรรมและจิตใจของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต ส่งผลให้ผู้ใช้หมกมุ่นกับการใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไป ไม่สามารถควบคุมการใช้งานได้ในระยะเวลาที่กำหนด ทำให้ใช้อินเทอร์เน็ตหลายชั่วโมงต่อวัน และใช้มากขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อขอให้หยุดใช้จะมีพฤติกรรมต่อต้าน มีปฏิกิริยาหงุดหงิดไม่พอใจรุนแรง ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตถือว่าเป็นโรคทางจิตเวช ที่ต้องการข้อมูลจากการวิจัยเพื่อสนับสนุน และพัฒนาเกณฑ์การวินิจฉัยที่ชัดเจนและถูกต้อง โดยอาการแสดงของโรคเป็นความผิดปกติทางด้านพฤติกรรม

พฤติกรรมของภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต จะแตกต่างกันไปในแต่ละคน โดยทั่วไปการใช้อินเทอร์เน็ตที่เป็นปัญหา มีดังนี้ 1. เพลิดเพลินกับการใช้อินเทอร์เน็ตจนลืมเรื่องของการเวลาและรู้สึกหงุดหงิดเมื่อถูกขัดจังหวะ 2. รู้สึกดีหรือความพึงพอใจเมื่อได้ใช้อินเทอร์เน็ตในการทำกิจกรรม โดยเฉพาะในยามที่เครียด รู้สึกแย่ หรือเพื่อเพิ่มความตื่นตัวหรือเร้าอารมณ์ทางเพศ 3. มีความต้องการใช้มากและบ่อยจนบกรงในงานหรือหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบทั้งที่ทำงานและที่บ้าน 4. พยายามที่จะจำกัดตนเองแต่ไม่สำเร็จ รู้สึกแย่กับตนเอง หรือต้องพยายามหาข้อแก้ตัวหรือปกป้องตนเองในการเข้าใช้ 5. แยกตัวออกจากครอบครัวและกลุ่มเพื่อนเพราะใช้ชีวิตกับสังคมออนไลน์มากกว่าสังคมชีวิตจริง (Chanvit Pornnoppadol and Asara Vasupanrajit, 2015)

การใช้อินเทอร์เน็ตที่เพิ่มขึ้นทุกปี ประกอบกับผลการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับผลกระทบจากการใช้อินเทอร์เน็ตของเยาวชน สะท้อนให้เห็นถึงผลกระทบจากการใช้ที่นาเป็นห่วง และนักศึกษาระดับปริญญาตรีซึ่งถือเป็นช่วงวัยที่อยู่ในสถานศึกษาชั้นอุดมศึกษา นับว่าเป็นเรื่องที่จำเป็นและต้องให้ความสำคัญมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะการศึกษาในระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในชีวิตอย่างมาก เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตที่แตกต่างจากเดิม บางคนต้องออกมาอาศัยอยู่หอพักเพียงลำพังทำให้ต้องห่างจากบ้าน จึงมีแนวโน้มที่จะเสพติดอินเทอร์เน็ตได้ง่าย เนื่องจากการศึกษาวิจัยด้านนี้ในประเทศไทยยังมีไม่มากนัก ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตต่อคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต

3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตกับจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อวัน และจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ต

ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือนักศึกษาระดับปริญญาตรีทุกชั้นปี ที่กำลังศึกษา ในปีการศึกษา 2562 มหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ จำนวน 27,536 คน

ขอบเขตตัวแปรที่ศึกษา ประกอบด้วย ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต, พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต, ชั้นปี, จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน, จำนวนชั่วโมงที่ใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน และคุณภาพชีวิต

ทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาในเชิงปริมาณ จากหนังสือ รายงานการวิจัย เอกสารที่เกี่ยวข้องที่แสดงความสัมพันธ์ของตัวแปร ดังนี้

ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต หมายถึง การที่ผู้ใช้หมกมุ่นกับการใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไปไม่สามารถควบคุมตนเองให้ใช้ในระยะเวลาที่กำหนด ทำให้ใช้อินเทอร์เน็ตนานติดต่อกันหลายชั่วโมงต่อวัน และใช้เวลานานมากขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อถูกขอให้เลิกใช้หรือหยุดเล่นจะต่อต้านหรือมีปฏิกิริยาหงุดหงิดไม่พอใจอย่างรุนแรงและอาจถึงขั้นก้าวร้าว การใช้อินเทอร์เน็ตที่มากเกินไปจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพร่างกาย เสียหน้าที่ความรับผิดชอบ เช่น ละเลยการเรียนหรือการทำงาน ไม่สนใจดูแลตนเอง เสียสัมพันธภาพกับผู้อื่น ละเลยการเข้าสังคม หรือทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว ในบางรายอาจมีปัญหาทางจิตเวช เช่น โรคซึมเศร้า โรควิตกกังวล โรคสมาธิสั้นเกิดขึ้นร่วมด้วย หรือบางคนอาจมีปัญหาพฤติกรรมตามมา เช่น ก้าวร้าว โกหก ลักขโมย คือ ต่อต้าน (Young, 1998; Rashmi Saroj, 2004; Orawan Wongkaewpotong, 2011; Pairath Tapanadechopone, 2012; Chanvit Pornnoppadol and Asara Vasupanrajit, 2015)

สาเหตุของการเกิดภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตส่วนใหญ่มักเกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านจิตใจ ปัจจัยทางประสาทชีววิทยา และปัจจัยทางด้านสังคมสิ่งแวดล้อม อินเทอร์เน็ตสามารถเปลี่ยนแปลงอารมณ์ผู้ใช้ได้ หลายคนใช้เป็นเครื่องมือในการชอนหรือหลบหนีตัวตนและความจริง หลีกเลี่ยงการเกิดอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนา โดยเฉพาะอารมณ์เบื่อซึ่งมักเป็นจุดเริ่มของการเสพติด คนโดยส่วนมากมักหาทางหลีกเลี่ยงอารมณ์ด้านนี้ และชอบอารมณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อได้ทำการค้นหาแล้วมีความตื่นเต้น (Pairath Tapanadechopone, 2012)

ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต แบ่งเป็นประเภทใหญ่ได้ 7 กลุ่ม ตามลักษณะกิจกรรมการใช้งานและสิ่งที่ผู้เสพติด Internet Marketing ได้แก่ 1) การติดเกมออนไลน์ 2) ติดสื่อสังคมออนไลน์ เช่น ติด Facebook ติดบล็อกต่าง ๆ 3) การติดซื้อขายสินค้าออนไลน์ 4) การติดเว็บโป๊ สื่อลามกออนไลน์ 5) การติดพนันออนไลน์ 6) การติดค้นหาข้อมูล หรือเล่นอินเทอร์เน็ตไปเรื่อย ๆ และ 7) การติดชมภาพยนตร์ การ์ตูน คลิปวิดีโอ เช่น การติด YouTube

คุณภาพชีวิต คือ การดำรงชีวิตอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม มีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมที่ตนเองอยู่ได้เป็นอย่างดี ในขณะที่เดียวกันก็สามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

คุณลักษณะของคุณภาพชีวิตที่ดี

การดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี บุคคลจะต้องมีชีวิตรตามคุณลักษณะ 14 ประการ (Suparp Chatrathorn et al., 2009) ดังนี้ 1) มีสุขอนามัยดีทั้งกายและจิตใจ 2) รู้จักคิดอย่างมีจุดหมาย 3) สามารถคาดการณ์ล่วงหน้าได้ 4) สามารถดำเนินการที่ยากซับซ้อนได้ดีกว่าบุคคลที่มีคุณภาพชีวิตไม่ดี 5) ยินดีที่จะรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและสนใจงานของผู้อื่น 6) มีความรู้ความสามารถและทักษะต่าง ๆ มีความขยันหมั่นเพียร ความคิดริเริ่ม มีปฏิภาณไหวพริบและความสามารถในการสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ 7) มีความคิดเป็นอิสระของตนเอง และเป็นผู้ที่มีเหตุผลเป็นไปตามหลักความถูกต้อง 8) รู้จักคิด รู้จักตัดสินใจอย่างมีวิจารณญาณ 9) สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ 10) มีความสงบสุขทางใจไม่ถูกบังคับ 11) การมีค่านิยมที่ถูกต้องเหมาะสม 12) รับผิดชอบต่อตนเอง 13) รู้จักเอื้อเฟื้อช่วยเหลือ โดยเลือกจากตัวเลือกต่าง ๆ อาทิ รู้แนวทางที่จะทำให้อุปกรณ์มีรายได้ดีขึ้น เช่น การทำงานเพิ่มมากขึ้น การทำงานอดิเรก การออมเงิน เป็นต้น และ 14) การมีเสรีภาพในการคิด การเขียน การพูดในขอบเขตที่ควรจะมี

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณโดยใช้วิธีการสำรวจ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และแบบวัดที่ได้รับอนุญาตจากเจ้าของลิขสิทธิ์ ประกอบด้วย 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นข้อมูลส่วนบุคคลเพื่อเก็บข้อมูลทางประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย เพศ รายได้ จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน ลักษณะของการใช้งานอินเทอร์เน็ต โดยเป็นลักษณะการตอบเป็นแบบเติมข้อความและตรวจรายการ (Checklist)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเสพติดอินเทอร์เน็ต (Internet Addiction Test, IAT) โดยผู้วิจัยได้ทำการซื้อลิขสิทธิ์การแปลมาจากบริษัท Stoelting ประเทศสหรัฐอเมริกา ที่สร้างโดย Young (1998) ผู้วิจัยได้ทำการแปลแบบสอบถามให้เหมาะกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีการตรวจสอบความถูกต้องของการแปล โดยผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาอังกฤษและจิตวิทยา จำนวน 4 ท่าน และบริษัทเจ้าของลิขสิทธิ์ได้ตรวจสอบความถูกต้องของการแปลแบบสอบถาม บริษัทได้อนุมัติการแปล และการพิมพ์แบบสอบถามซ้ำภายใต้ลิขสิทธิ์ของบริษัท Stoelting ณ วันที่ 26 พฤษภาคม 2562 ผู้วิจัยทำการทดสอบความเข้าใจทางภาษากับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน และทดสอบหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยการทดลองใช้กับนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของ Conbach's alpha 0.89 โดยลักษณะคำตอบเป็นแบบ Rating Scale แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ นาน ๆ ครั้ง, บางครั้ง, บ่อยครั้ง, เสมอ และตลอดเวลา

ส่วนที่ 3 แบบวัดคุณภาพชีวิต (World Health Organization's Quality of Life Instrument-Short Version-Thai version: WHOQOL-BREF-THAI) มีจำนวนข้อคำถาม 26 ข้อ นำมาหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยมีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ 0.8406 ค่าความเที่ยงตรง เท่ากับ 0.6515 โดยลักษณะคำตอบเป็นแบบ Rating Scale แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ ไม่เลย, เล็กน้อย, ปานกลาง, มาก และมากที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยขอความร่วมมือกับกลุ่มตัวอย่าง และอธิบายให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและอธิบายถึงวิธีการตอบคำถาม และเปิดโอกาสให้ซักถาม หลังจากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองและรวบรวมแบบสอบถามคืนทันที

การวิเคราะห์ข้อมูล

- สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ประกอบด้วย การแจกแจงความถี่ (Frequencies) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
- ทดสอบค่าการกระจายของข้อมูลโดย การหาค่าความเบ้ (Skewness) และค่าความโด่ง (Kurtosis) เพื่อตรวจสอบข้อมูลว่ามีการแจกแจงเป็นปกติที่สามารถนำไปหาค่า Pearson Product Moment Correlation Coefficient
- ทดสอบสหสัมพันธ์ของตัวแปรค่าในระดับไม่ต่อเนื่อง (Discrete Data) ได้แก่ ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต ชั้นปี วิเคราะห์ข้อมูล Pearson Chi-Square Test และ Cramer's V ส่วนข้อมูลแบบต่อเนื่อง (Continuous Data) คือ จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน จำนวนชั่วโมงที่ใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน คุณภาพชีวิต วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่า Pearson Product Moment Correlation Coefficient โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลประชากรศาสตร์ของนักศึกษาพบว่า มีนักศึกษาเพศชาย จำนวน 147 คน นักศึกษาเพศหญิง จำนวน 253 คน รวม 400 คน ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1 จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือนเฉลี่ย 7,416.42 บาท จำนวนชั่วโมงที่ใช้อินเทอร์เน็ตต่อวันเฉลี่ย 8.51 ชั่วโมง นักศึกษาส่วนใหญ่จากกลุ่มตัวอย่างใช้อินเทอร์เน็ตในการค้นหาข้อมูลทั่วไปผ่านอินเทอร์เน็ต การเสฟลือบนึงออนไลน์ เช่น ดูหนัง ฟังเพลง เป็นต้น

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต และคุณภาพชีวิต

ตารางที่ 1 ผลการทดสอบภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต

ผลการทดสอบภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ค่าคะแนน		
การใช้อินเทอร์เน็ตในระดับปกติ (0-30)	22	5.50
ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตเล็กน้อย (31-49)	219	54.75
ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตปานกลาง (50-79)	153	38.25
ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตรุนแรง (80-100)	6	1.50
ผลการทดสอบคุณภาพชีวิต		
ค่าคะแนน		
คุณภาพชีวิตที่ไม่ดี (26-60)	6	1.50
คุณภาพชีวิตปานกลาง (61-95)	283	70.75
คุณภาพชีวิตที่ดี (96-130)	111	27.75

ตารางที่ 1 แสดงถึงผลการวิเคราะห์ภาวะเสถียรของอินเทอร์เน็ตด้วยแบบทดสอบภาวะเสถียรของอินเทอร์เน็ตพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีภาวะเสถียรของอินเทอร์เน็ตเล็กน้อย รองลงมาคือ เสถียรปานกลาง และเสถียรอินเทอร์เน็ตรุนแรง นักศึกษาที่ใช้อินเทอร์เน็ตปกติมี จำนวน 22 คน และผลการทดสอบคุณภาพชีวิตด้วยแบบทดสอบคุณภาพชีวิตพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง รองลงมาคือ คุณภาพชีวิตระดับที่ดี และคุณภาพชีวิตระดับไม่ดี

ผลการวิเคราะห์การกระจายของข้อมูลโดยการหาค่าความเบ้ (Skewness) และค่าความโด่ง (Kurtosis)

ตารางที่ 2 การตรวจสอบลักษณะการแจกแจงข้อมูล

ตัวแปร (Variables)	ความเบ้ (Skewness)	ความโด่ง (Kurtosis)	ข้อมูลปกติ (Normal Distribution)
ภาวะเสถียรของอินเทอร์เน็ต	0.622	0.350	✓
คุณภาพชีวิต	-0.065	-0.015	✓
จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน	1.801	5.405	✓
จำนวนชั่วโมงใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน	1.343	1.942	✓

ตารางที่ 2 แสดงถึงผลการทดสอบความเบ้ ความโด่ง Kline (2005.) ให้เกณฑ์ค่าสัมบูรณ์ของความเบ้ไม่เกิน 3 และค่าความโด่งไม่เกิน 8 แสดงว่าข้อมูลมีความการกระจายปกติ ผลการทดสอบ พบว่า ภาวะเสถียรของอินเทอร์เน็ตมีค่าความเบ้เท่ากับ 0.622 ค่าความโด่งเท่ากับ 0.350 คุณภาพชีวิตมีค่าความเบ้เท่ากับ -0.065 ค่าความโด่งเท่ากับ -0.015 จำนวนเงินสำหรับใช้จ่ายต่อเดือนมีค่าความเบ้เท่ากับ 1.801 ค่าความโด่งเท่ากับ 5.405 และจำนวนชั่วโมงใช้อินเทอร์เน็ตต่อวันมีค่าความเบ้เท่ากับ 1.343 ค่าความโด่งเท่ากับ 1.942 สรุปได้ว่า ตัวแปรทุกทั้ง 4 ตัว มีการแจกแจงของข้อมูลปกติ ซึ่งสามารถนำตัวแปรทั้ง 4 ตัวไปทำการศึกษาด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สัมพันธ์ของตัวแปรภาวะภาวะเสถียรของอินเทอร์เน็ตกับ เพศ พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต และชั้นปี คุณภาพชีวิต จำนวนรายได้ที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อวัน และจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ต

ตารางที่ 3 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ของภาวะเสถียรของอินเทอร์เน็ต และเพศ

	ภาวะเสถียรของอินเทอร์เน็ต		
	χ^2	Df	Cramer's V
ชั้นปี	38.565**	9	.179
พฤติกรรมกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต			
พฤติกรรมการใช้สืบค้นข้อมูล	.348	3	
พฤติกรรมการใช้สืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับการเรียน	2.927	3	
พฤติกรรมการใช้รับ-ส่ง E-mail	8.027*	3	.142
สนทนาในห้องสนทนา (Chat rooms)	.422	3	
รับส่งข้อความสั้นๆ (SMS, Line, Facebook)	4.060	3	
การประมูลออนไลน์ (Online Auctions)	.559	3	
การซื้อขายออนไลน์	2.541	3	

ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต			
	χ^2	Df	Cramer's V
การพนันออนไลน์ (Online Gambling)	8.087*	3	.142
เกมส์ออนไลน์ (Online Gaming)	10.830*	3	.165
การซื้อขายหุ้น (Stock Trading)	.655	3	
เสฟลือบ้นเทิงออนไลน์ (ดูหนัง, ฟังเพลง)	6.481	3	
เสฟลืออนาจาร	9.803*	3	.157
ใช้เพื่อเผยแพร่วิดีโอส่วนตัว (Youtube, Instagram, Facebook, การถ่ายทอดสด)	23.487**	3	.242
อื่น ๆ	.222	3	

หมายเหตุ * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

ตารางที่ 3 แสดงถึงผลการทดสอบความสัมพันธ์ด้วยสถิติไค-สแควร์ พบว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตและชั้นปีมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2 = 38.535$, $p = .000$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และเมื่อพิจารณาหาระดับความสัมพันธ์ของตัวแปรโดยใช้สถิติ Cramer's V พบว่ามีค่าเท่ากับ .179 แสดงว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตกับชั้นปีมีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการทดสอบความสัมพันธ์ด้วยสถิติไค-สแควร์ พบว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตและชั้นปีมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2 = 38.535$, $p = .000$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และเมื่อพิจารณาหาระดับความสัมพันธ์ของตัวแปรโดยใช้สถิติ Cramer's V พบว่ามีค่าเท่ากับ .179 แสดงว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตกับชั้นปีมีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตกับคุณภาพชีวิต จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน และจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน

	ภาวะเสพติด อินเทอร์เน็ต	คุณภาพชีวิต	จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับ ใช้จ่ายต่อเดือน
ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต			
คุณภาพชีวิต	-.176**(.000)		
จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน	-.035 (.479)	.004 (.941)	
จำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน	.081 (.400)	.002 (.968)	-.005 (.917)

หมายเหตุ ** $p < .01$

ตารางที่ 4 แสดงถึงผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต กับคุณภาพชีวิต จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน และจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน พบว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับคุณภาพชีวิต ($r = -.176$, $p = .000$) โดยมีค่าความสัมพันธ์ทิศทางผกผันในระดับต่ำ ซึ่งยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้ อธิบายได้ว่าตัวแปรทั้งสองมีความเกี่ยวข้องกัน โดยเมื่อตัวแปรหนึ่งมีค่าเพิ่มขึ้นจะส่งผลให้ตัวแปรอีกหนึ่งตัวมีค่าลดลงไปในทิศทางผกผันกัน คือ นักศึกษาที่มีคะแนนภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้น และนักศึกษาจะมีคะแนนระดับคุณภาพชีวิตลดลง ทั้งนี้ การวิเคราะห์ยังพบว่าตัวแปรภาวะเสพติด

อินเทอร์เน็ตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน ($r = -.035, p = .479$) และพบว่าภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนชั่วโมงที่ใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน ($r = -.081, p = .400$) ซึ่งปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรคุณภาพชีวิตต่อจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน และจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน พบว่า ตัวแปรคุณภาพชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน ($r = -.004, p = .941$) และพบว่าคุณภาพชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนชั่วโมงที่ใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน ($r = -.002, p = .968$) ซึ่งปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

อภิปรายผล

สมมติฐานหลัก คือ ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตกับคุณภาพชีวิตมีความสัมพันธ์กัน ด้วยวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตแบบผกผัน ($r = -.178, p < .01$) หมายความว่า นักศึกษามีภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตสูงก็จะมีระดับคุณภาพชีวิตที่ต่ำลง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ จากข้อมูลจะเห็นว่านักศึกษาที่มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันมีภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตแต่ยังเป็นการเสพติดอินเทอร์เน็ตในระดับเล็กน้อยถึงปานกลาง ซึ่งไม่รุนแรงมาก สาเหตุที่เป็นเช่นนี้เป็นเพราะผู้ใช้อินเทอร์เน็ตคิดว่าพฤติกรรมนี้เป็นเรื่องธรรมดาที่บุคคลทั่วไปต่างก็ใช้อินเทอร์เน็ต และมีการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อติดตามกระแสสังคมด้านการใช้ชีวิต ความบันเทิง ดารา ภาพยนตร์ ซีรีส์ (Series) แฟชั่น กีฬา เป็นต้น และการติดอินเทอร์เน็ตในกลุ่มนักศึกษาเหล่านี้ยังไม่รุนแรงจนถึงระดับที่จะทำให้เกิดผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน คือ มีกลุ่มที่ติดอินเทอร์เน็ตในระดับรุนแรงเป็นจำนวนที่มีคุณภาพชีวิตปานกลาง 1 คน คุณภาพชีวิตที่ดี 5 คน แต่ยังเป็นกลุ่มที่มีขนาดเล็ก แต่เมื่อพิจารณากลุ่มที่มีภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตเฉลี่ยอยู่ในระดับเล็กน้อยจะเห็นว่านักศึกษาจะมีระดับคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง และภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตปานกลาง จะมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกับค่าเฉลี่ยของกลุ่มนักศึกษา ซึ่งอาจมองได้ว่ามีความคล้ายคลึงกับความคิดของบุคคลต่อการเสพติดสิ่งที่ไม่ผิดกฎหมาย เช่น การดื่มกาแฟ การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งเสพติดที่ถูกกฎหมายสามารถสร้างความพึงพอใจให้กับตนเอง มีการเข้าถึง เป็นที่นิยมของวิถีการใช้ชีวิตในปัจจุบันและทันสมัยไปกับกระแสของสังคม

ทั้งนี้ ผลการวิจัยที่พบสอดคล้องกับงานของ Chern and Huang (2018) ซึ่งพบว่านักศึกษาชาวไต้หวัน ที่มีภาวะติดอินเทอร์เน็ตมีคุณภาพชีวิตต่ำ ใน 4 องค์ประกอบ โดยที่ภาวะติดอินเทอร์เน็ต 3 ประเภท ได้แก่ Compulsivity, Interpersonal and Health Interpersonal and Health, Time Management Problem มีความเกี่ยวข้องอย่างมีนัยสำคัญกับคุณภาพชีวิตทางร่างกายที่ต่ำกว่าปกติ นอกจากนี้ compulsivity ยังเกี่ยวข้องกับการมีสุขสภาวะทางจิตใจและด้านสิ่งแวดล้อมที่ต่ำกว่าปกติอีกด้วย Interpersonal and Health Problems มีความเกี่ยวข้องอย่างมีนัยสำคัญกับคุณภาพชีวิตทางสังคมที่ต่ำ แต่ต่างกับการศึกษาของ Ragheb et al. (2018) ศึกษาภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตและคุณภาพชีวิตของนักศึกษาสถาบันพยาบาล มหาวิทยาลัยเอลแมนซูรา ประเทศอียิปต์ พบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมการทดลองมีภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับสูง มีความสัมพันธ์ในทางลบระหว่างภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตและคุณภาพชีวิต

สมมติฐานรองข้อที่ 1 ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับข้อมูลส่วนตัว คือ ชั้นปี พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน จำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน

ผลการสำรวจชั้นปี พบว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับชั้นปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ชั้นปีของนักศึกษาบ่งบอกถึงวุฒิภาวะและภาระของนักศึกษาต่อเนื้อหาวิชาที่เรียนเพิ่มมากขึ้นและยากขึ้น ยิ่งนักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีที่สูงจะมีการเรียนและกิจกรรมที่ภายในห้องเรียน และกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่ต้องรับผิดชอบมากขึ้น จึงทำให้นักศึกษาที่มีชั้นปีที่น้อยกว่าเสพติดอินเทอร์เน็ตมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่สูงกว่า สอดคล้องกับการศึกษาของ Phakasorn Uraiwan et al. (2019) เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตและภาวะซึมเศร้าของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี พบว่า พฤติกรรมการติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับชั้นปี ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของผู้วิจัยที่พบว่า ชั้นปีที่ 1 และ 2 มีผู้ติดอินเทอร์เน็ตมากกว่าชั้นปีที่สูงกว่า จะเห็นว่่านักศึกษาที่มีอายุน้อยกว่าจะมีแนวโน้มในการควบคุมและกำกับตนเองน้อยกว่าคนที่อายุมากกว่า

จากการศึกษาพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต นักศึกษามีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตในการค้นข้อมูลทั่วไป ร้อยละ 95.25 ใช้เสฟลือบันเทิงออนไลน์ ร้อยละ 85.25 ใช้สืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับการเรียน ร้อยละ 83.25 ใช้รับส่งข้อความสั้นๆ ร้อยละ 78.00 ใช้สนทนาในห้องสนทนา ร้อยละ 75.50 ใช้เล่นเกมสออนไลน์ ร้อยละ 66.25 ใช้ซื้อ-ขายของออนไลน์ ร้อยละ 58.50 ใช้สืบค้นข่าว ร้อยละ 57.25 ใช้เพื่อเผยแพร่วิดีโอส่วนตัว ร้อยละ 51.75 ใช้รับ-ส่ง E-mail ร้อยละ 49.75 ใช้เสฟลืออนาจาร ร้อยละ 15.00 ใช้ประมูลออนไลน์ ร้อยละ 10.75 ใช้ซื้อขายหุ้น ร้อยละ 6.75 ใช้เล่นพนันออนไลน์ ร้อยละ 5.25 ใช้ทำอื่น ๆ ร้อยละ 0.50 ตามลำดับ จากข้อมูลนักศึกษามีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุด คือ การสืบค้นข้อมูลทั่วไป การเสฟลือบันเทิงออนไลน์ และการสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับการเรียน สอดคล้องกับการศึกษาของ Patcharee Thoongkaew (2017) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคสื่ออินเทอร์เน็ตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ พบว่า นักศึกษานิยมบริโภคสื่อด้านการศึกษา เพื่อสืบค้นข้อมูลเพื่องานหรือการบ้านที่ได้รับมอบหมาย การติดตามข่าวสารทางวิชาการ บริโภคสื่อด้านความบันเทิง เพื่อชมละครหรือภาพยนตร์ การเชื่อมต่อเข้ากับสังคมออนไลน์ และการศึกษาของ Jompon Laorungruang (2018) เกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตและปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร พบว่า นักศึกษานิยมจุดประสงค์การใช้อินเทอร์เน็ตด้านการศึกษามากที่สุด เพื่อดันหาความรู้ในสิ่งที่สนใจ ด้านบันเทิงใช้เพื่อดูหนัง ฟังเพลง จะเห็นได้ว่านักศึกษามีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตใกล้เคียงกัน เนื่องจากนักศึกษาอยู่ในช่วงวัยเดียวกัน จึงมีความสนใจในสิ่งต่าง ๆ เหมือนกัน แต่ก็มีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตบางพฤติกรรมของนักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต

จากการศึกษาครั้งนี้มี 2 พฤติกรรม คือ การเสฟลือบันเทิงออนไลน์ และการเผยแพร่วิดีโอส่วนตัว สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้เนื่องจากพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตทั้ง 2 ชนิดเป็นพฤติกรรมที่เมื่อใช้แล้วสามารถสร้างความเพลิดเพลินให้เกิดขึ้นได้โดยทันทีอย่างง่ายดาย อีกทั้งค่านิยมของบุคคลในปัจจุบันที่ชอบที่จะแสดงออกถึงตัวตนของตนเองให้ผู้อื่นรับรู้ โดยใช้ช่องทางอินเทอร์เน็ตในด้านต่าง ๆ ของการใช้ชีวิต ไม่ว่าจะเป็นรสนิยมด้านการแต่งกาย การรับประทานอาหาร การท่องเที่ยว จะมีการเผยแพร่เป็นภาพ หรือวิดีโอส่วนตัวผ่านช่องทางออนไลน์เพื่อทำให้นตนเองได้รับความชื่นชม จึงทำให้นายต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ตในเนื้อหา จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน ไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต เนื่องจากการที่นักศึกษาได้รับการอำนวยความสะดวกในการใช้อินเทอร์เน็ตจากมหาวิทยาลัย คือ มหาวิทยาลัยมีบริการช่วยเหลือนักศึกษาให้สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ต คือ มี

บริการให้นักศึกษาสามารถยืมเครื่องคอมพิวเตอร์เคลื่อนที่แก่นักศึกษาที่มีความจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์โดยไม่มีค่าใช้จ่าย และมีบริการเครือข่ายไร้สายครอบคลุมพื้นที่มหาวิทยาลัย และบริการเชื่อมต่อเครือข่ายเสมือน (VPN) ให้บริการให้นักศึกษาเชื่อมต่อเพื่อใช้งานระบบสารสนเทศ และทรัพยากรของมหาวิทยาลัย เช่น การดาวน์โหลดเอกสารวิชาการของระบบห้องสมุด เหมือนกับใช้ในพื้นที่มหาวิทยาลัย และมีบริการ Free-Wifi ในร้านอาหาร ร้านกาแฟ รวมถึงบริการขนส่งสาธารณะที่ให้บริการ ดังนั้นไม่ว่าจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือนจะมากหรือน้อย จึงไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต จำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ต ไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต พบว่า นักศึกษาใช้งานอินเทอร์เน็ตต่อวันเฉลี่ย 8.51 ชั่วโมงต่อวัน

จากการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการจะเสพติดอินเทอร์เน็ตนั้นไม่ขึ้นอยู่กับจำนวนชั่วโมงที่นักศึกษาใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน สอดคล้องกับเกณฑ์การวินิจฉัยของ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) (American Psychiatric Association, 2013) คือ จำนวนชั่วโมงที่ใช้อินเทอร์เน็ตไม่มีผลกับภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต แต่เป็นเนื้อหาและความเข้มข้นของการใช้อินเทอร์เน็ตนั้นส่งผลให้เกิดภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต เนื่องจากปัจจุบันการดำเนินชีวิตของบุคคลมีการใช้อินเทอร์เน็ตอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นการติดต่อสื่อสาร เช่น การสนทนาผ่านช่องทาง Line, Facebook, Skype, E-mail แม้แต่การโทรศัพท์เองยังใช้ผ่านอินเทอร์เน็ต การซื้อสินค้าอุปโภค บริโภค การค้นหาความรู้ทั่วไป การค้นหาความรู้เกี่ยวกับการเรียน การติดตามกระแสสังคมต่าง ๆ จะเห็นได้ว่าอินเทอร์เน็ตอยู่ในทุกกิจกรรมในการดำเนินชีวิตของนักศึกษา จึงบ่งชี้ว่าจำนวนการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวันไม่สามารถจะบอกได้ว่าจำนวนการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวันมีสัมพันธ์กับภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต

สมมติฐานรองข้อที่ 2 คุณภาพชีวิตมีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน และจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน

ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตกับจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน และจำนวนการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน ไม่มีความสัมพันธ์ จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน นักศึกษามีแนวโน้มการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันในเรื่องความจำเป็นพื้นฐาน คือ ค่าอุปกรณ์การเรียน ค่าเครื่องแต่งกาย ค่าเดินทาง ค่าที่พัก ค่าอาหาร ค่ารักษาพยาบาล เป็นต้น จำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือนไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย เพราะสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีให้นักศึกษาเพียงพอ ทั้งด้านสุขภาพทางกาย คือ สถานพยาบาลของมหาวิทยาลัย ด้านสุขภาพจิต คือ ศูนย์สุขภาพนักศึกษา ด้านสิ่งแวดล้อม คือ มีบริการรถรางเพื่อการคมนาคมที่ครอบคลุมทั่วทั้งมหาวิทยาลัย มีร้านอาหารที่มีราคาย่อมเยาให้บริการในโรงอาหาร และสหกรณ์ของมหาวิทยาลัยที่จำหน่ายสินค้าอุปโภค บริโภค แก่นักศึกษา เป็นต้น จะเห็นได้ว่ามหาวิทยาลัยมีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครอบคลุมความต้องการพื้นฐาน ดังนั้นเรื่องจำนวนเงินที่นักศึกษาได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือนจึงไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต จำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ต ไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต เพราะการดำเนินชีวิตปัจจุบันต้องพึ่งการใช้อินเทอร์เน็ตอยู่ตลอดเวลา ประกอบกับนักศึกษาอยู่ในช่วงวัยที่ต้องสืบค้นและค้นหาสิ่งต่าง ๆ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ ประกอบกับการเรียนการสอนเน้นให้นักศึกษาค้นหาความรู้จากฐานข้อมูลต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น บทความวิชาการ หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ การสอนออนไลน์ผ่านอินเทอร์เน็ต การติดต่อสื่อสารกับอาจารย์ประจำวิชา และเพื่อนร่วมชั้นเรียนผ่านสื่อออนไลน์ อินเทอร์เน็ตมากกว่าการโทรศัพท์ นับว่านักศึกษาใช้อินเทอร์เน็ตในการดำเนินชีวิตมากขึ้น จึงส่งผลให้จำนวนการใช้อินเทอร์เน็ตไม่ว่าจะใช้มากหรือน้อยไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา

สรุป

1. ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต ชั้นปี และพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต พบว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับชั้นปี และภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต คือ พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตในพฤติกรรมการใช้รับ-ส่ง E-mail การพนันออนไลน์ เกมออนไลน์ เสพสื่ออนาจาร ผ่านออนไลน์การเผยแพร่วิดีโอส่วนตัวผ่านออนไลน์ และภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตด้านอื่น ๆ

2. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 400 คน พบว่า ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตแบบผกผัน ($r_{xy} = -.178$, $p = .000$) ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือนและจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน

3. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรคุณภาพชีวิตกับจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน และจำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน พบว่า ตัวแปรคุณภาพชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนเงินที่ได้รับสำหรับใช้จ่ายต่อเดือน ($r = -.004$, $p = .941$) และพบว่าคุณภาพชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับจำนวนชั่วโมงที่ใช้อินเทอร์เน็ตต่อวัน ($r = -.002$, $p = .968$)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ผู้บริหารมหาวิทยาลัยสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษา เนื่องจากนักศึกษาส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ควรที่จะมีการพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ควรส่งเสริมเรื่องการออกกำลังกาย ส่งเสริมนโยบายเรื่องการบินจักรยานแทนการขับขี่จักรยานยนต์, ด้านสุขภาพจิต มหาวิทยาลัยควรมีการตรวจคัดกรองสุขภาพจิตให้แก่นักศึกษาและจัดกิจกรรมเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจให้นักศึกษา, ด้านสัมพันธ์ทางสังคม ควรมีการจัดกิจกรรมที่ต้องมีการทำงานร่วมกัน เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์กัน และด้านสิ่งแวดล้อม ควรมีการจัดสถานที่ให้เอื้อต่อการดำเนินชีวิตให้มีความสะดวกสบาย ทั้งด้านสาธารณะ การคมนาคม เป็นต้น

2. มหาวิทยาลัยควรมีนโยบายการกำหนดเนื้อหาในการให้บริการเครือข่ายอินเทอร์เน็ต (FREE-WIFI) ของมหาวิทยาลัย เพื่อป้องกันนักศึกษาเข้าถึงเนื้อหาที่ไม่เหมาะสม เช่น เว็บไซต์การพนันออนไลน์ เว็บไซต์สื่อลามกอนาจาร เป็นต้น

ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

ผลการศึกษาภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตพบว่า นักศึกษามีภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมากกว่านักศึกษาที่ไม่เสพติดอินเทอร์เน็ต และมีนักศึกษาเสพติดชนิดรุนแรง 6 คน มหาวิทยาลัยควรที่จะให้การดูแลและนักศึกษาที่มีภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตเพื่อที่จะไม่ให้นักศึกษาได้รับผลกระทบจากการเสพติดอินเทอร์เน็ต และผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตอยู่ระดับปานกลาง และยังพบนักศึกษา 6 คน ที่มีคุณภาพชีวิตที่ไม่ดี ดังนั้น มหาวิทยาลัย อาจารย์ประจำคณะ และอาจารย์ที่ปรึกษา ควรที่จะต้องให้ความสนใจกับคุณภาพชีวิตของ

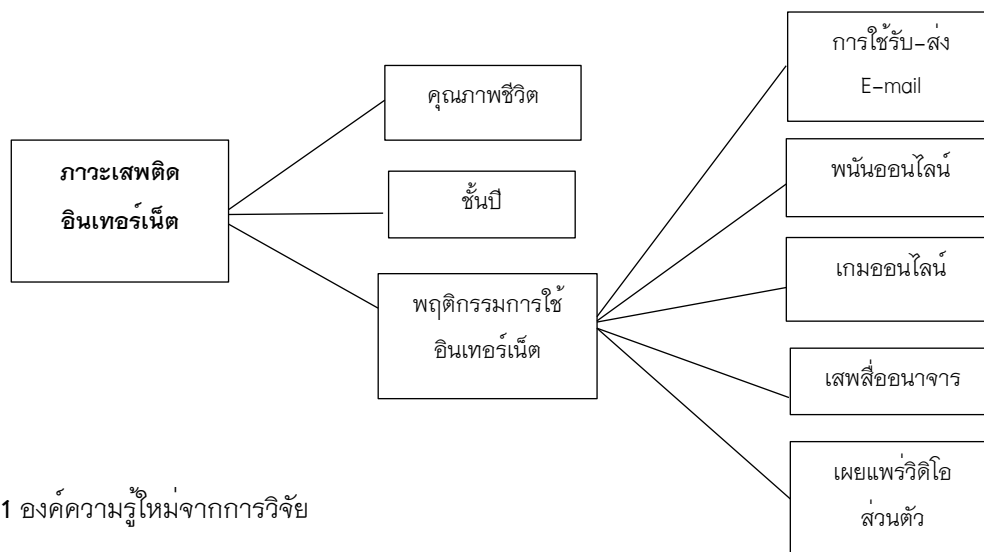
นักศึกษา ในการดูแลต้องมีการติดตามการดำเนินชีวิตของนักศึกษาว่า ประสบกับปัญหาที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษาหรือไม่

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาถึงสาเหตุของการเกิดภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ต และศึกษากลุ่มที่มีภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตรุนแรง
2. ควรศึกษาและหาแนวทางช่วยเหลือและป้องกันนักศึกษาเสพติดการใช้อินเทอร์เน็ตที่ผิดกฎหมาย

องค์ความรู้ใหม่

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่ามึผลที่สอดคล้องและขัดแย้งกับงานวิจัยก่อนหน้า ทั้งนี้ ผลการวิเคราะห์สามารถสรุปประเด็นสำคัญได้ดังนี้ 1. ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับชั้นปี และภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต คือ การรับ-ส่ง E-mail การพนันออนไลน์ เกมออนไลน์ เสพสื่ออนาจาร การเผยแพร่วิดีโอส่วนตัวผ่านออนไลน์ และ 2. ภาวะเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตแบบผกผัน แสดงดังภาพ



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

References

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Chatraphorn, S., et al. (2009). *Quality of life of college students holding part-time employment: Final research report: Kasetsart University research fund fiscal year 2008*. Bangkok: Faculty of Education Kasetsart University.

- Chern, K. C., & Huang, H. J. (2018). Internet addiction: Associated with lower health-related quality of life among college students in Taiwan, and in what aspects. *Computers in Human Behavior*, 84, 460–466. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.03.011>
- Electronic Transactions Development Agency (Public Organization) (ETDA). (2019). *Thailand Internet User Profile 2018*. Strategy Bureau, ETDA: Ministry of Digital Economy and Society.
- Jantaraumporn, S., & Kaewchinda, M. (2016). Current Situation and Enhancement of social Media Online Literacy Among Adolescents *Journal of Graduate Studies Valaya Alongkorn Rajabhat University*, 10(1), 83–93.
- Laorungruang, J. (2018). *The Internet Using Behavior and Learning Achievement A Case Study: Rajamangala University of Technology Phra Nakhon Students*. Master of Science, Information Technology Policy and Management Program. Innovation College Thammasat University.
- Pornnoppadol, C., & Vasupanrajit, A. (2015). “Internet Addiction” In Siriraj Psychiatry, DSM–5. Bangkok: Faculty of Medicine Siriraj Hospital, Mahidol University.
- Ragheb, B. M. et al. (2018). Internet Addiction and Quality of Life among Students at Technical Institute of Nursing, Mansoura University, Egypt. *International journal of Nursing Didactics*, 8(9), 11–18. <https://doi:10.15520/ijnd.v8i09.2290>
- Tapanadechopone, P. (2012). IAD: Internet Addiction Disorder. *Thammasat Medical Journal*, 12(3), 599–608.
- Tupiya, K. (2017). *Behavior on The Use of The Internet and Information Technology Among University Students in Burapha University*. Master of Public Administration Department of Public and Private Management. Burapha University.
- Saroj, R. (2004). *Classification of internet addiction groups of students Bachelor's Degree Khon Kaen University*. Master of Science. Khon Kaen University.
- Thoongkaew, P. (2017). Internet Using Behavior of Students, Faculty of Education Buriram Rajabhat University. *Naresuan Research Conference 13th: Technology and Innovation Driving Economics and Society*, 1199–1206.
- Uraiwan, P. et al. (2019). The relationships between Personal factors Internet Utilization and Depression of Nursing Students of Boromarajonani College of Nursing, Suratthani. *Journal of Health Research and Innovation*, 2(1), 12–24.

Wongkaewpotong, O. (2011). Internet addiction of online communities. *Executive Journal* 31(3), 39-42.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>