

**การรู้เท่าทันสื่อ: พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของ
นักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี ***

**Media Literacy: Social Network Usage Behaviors of Public
Administration Majors in Prince of Songkla University
Suratthani Campus**

วัฒนา นนทชิต, รุ่งนภา ทองมี, สิริขวัญ บุญสุข, จุฬาลักษณ์ นาคภู,
ศศิณีชา ชูเขียว, อัญชนา หอมจันทร์ และวรลักษณ์ กระป๋นน้อย

Wattana Nontachit, Rungnapa Tongmee, Sirikhwan Boonsuk, Julalak Nakpoo,

Sasinicha Chukhiaw, Anchana Homchanand and Woraluk Krabinoi

หน่วยวิจัยนวัตกรรมการบริหารองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น

คณะศิลปศาสตร์และวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี

The Research Unit of Administrative Innovation in Local Administrative Organization

Faculty of Liberal Arts and Management Science

Prince of Songkla University, SuratThani Campus, Thailand

Corresponding Author, Email: Nontachit@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาทักษะการรู้เท่าทันสื่อ 2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษา 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อกับพฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษา และ 4) เพื่อศึกษาแนวทางในการป้องกันผลกระทบจาก

* ได้รับความเห็นชอบ: 13 กรกฎาคม 2563; แก้ไขบทความ: 3 ธันวาคม 2563; ตอรับตีพิมพ์: 7 มกราคม 2564



การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษา มีกลุ่มเป้าหมายเป็นนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี การวิจัยครั้งนี้เป็นรูปแบบการวิจัยเชิงปริมาณใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการศึกษา ทำการวิเคราะห์ข้อมูลและทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี มีทักษะการรู้เท่าทันสื่ออยู่ในระดับมาก มีพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในระดับมากและได้รับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับน้อยที่สุด การทดสอบสมมติฐาน พบว่า 1) พฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อได้แก่ การใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ การเข้าใจสื่อ การประเมินค่าสื่อ และการวิเคราะห์สื่อตามลำดับมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารทางบวกในระดับมาก 2) พฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อด้านการประเมินค่าของสื่อมีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการใช้ชีวิตและด้านสุขภาพทางบวกในระดับมากที่สุด

ผลการศึกษาทำให้ทราบแนวทางในการป้องกันผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาโดยการส่งเสริมการให้ความรู้เกี่ยวกับใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์เพื่อกระตุ้นการบริโภคสื่ออย่างรู้เท่าทันที่สอดคล้องในหลักสูตรการเรียนการสอนที่เน้นศักยภาพด้านความรู้ ทักษะ และ ทศนคติเพื่อสร้างความเป็นพลเมืองรุ่นใหม่ที่มีเหตุผลมีความรู้เกี่ยวกับสื่อและวิธีการบริโภคสื่อสารสนเทศรวมทั้งการผลิตสารสนเทศด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: การรู้เท่าทันสื่อ; พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์; ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

Abstract

The objectives of this research were 1) to explore media literacy and 2) to explore social networking behavior and the impact of using social networking for Public Administration majors 3) to explore relationship between media literacy and social networking behavior and the impact of using social networking for Public



Administration majors and 4) to how to prevent the effects of using social networks. The subjects of this study were the Public Administration major in Prince of Songkla University Suratthani Campus. The quantitative method with questionnaires was used to find the answers to the research questions. The findings were presented as percentages, mean scores, standard deviations and the Pearson's coefficient.

In the finding section, the subjects have the overall media literacy at a high level. They had high levels of social networking usage behavior and were least affected by their use of social networking. It was found that 1) the subjects' media literacy such as 1) making use of the media, 2) understanding the media, 3) media evaluation, 4) media analysis accordingly, all have a strong positive relationship with the social network usage behavior. Their media evaluation was proved to have a very strong positive relationship with the effects from using the social network in the area of living and health.

The results of this study provide guidelines for preventing the effects of using social networks by promoting education on how to use social networks in a creative way to ensure that the students have media literacy. Educators can incorporate learning content into the curriculum to create the citizens who have the media literacy and consume the media, especially the media in the social networks properly.

Keywords: media literacy; social networking behavior; the impact of using social networking

1. บทนำ

ในปัจจุบันเป็นยุคของเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) ที่เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของทุกเพศทุกวัย มีการติดต่อสื่อสารกันผ่านแอปพลิเคชันต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น Facebook ที่มีไว้สำหรับแชร์ โพสต์ข้อความ ข่าวสาร คลิปวิดีโอ ภาพ รวมถึงการสนทนาแบบแชท หรือ Line ที่เหมาะสำหรับการพูดคุยสนทนากัน ทั้งแบบเห็นหน้าและไม่เห็นหน้า ยิ่งไปกว่า



นั้นสามารถสื่อสารกันได้ตลอดหรือจะโทรสนทนาผ่าน Line ซึ่งเป็นการสื่อสารที่สามารถโทรหรือส่งข้อความได้โดยไม่เสียค่าบริการส่วนหนึ่งยังเป็นการแสดงการใช้ชีวิตของตนเองผ่าน Instagram แอปพลิเคชันเหล่านี้ถือเป็นเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีประโยชน์มากสำหรับชีวิตในยุคปัจจุบัน ทำให้การติดต่อสื่อสารสะดวกรวดเร็ว สามารถสนทนาแบบบุคคลระหว่างบุคคลและสนทนาแบบกลุ่มได้ สามารถสื่อสารข้อความต่าง ๆ ได้เพียงครั้งเดียวและรับทราบข้อความพร้อมกันทุกคนได้ ไม่ทำให้ใจความผิดเพี้ยนไป ถือว่ามีประสิทธิภาพอย่างมาก (พัชรภรณ์ ไกรชุมพล, 2555) โดยเฉพาะในยุคที่มี 5G สามารถทันเหตุการณ์ข่าวสารบ้านเมืองต่าง ๆ โดยไม่ต้องรอข่าวจากสื่อโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ และไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็สามารถรับรู้ข่าวสารข้อมูลต่าง ๆ อย่างทันท่วงที

เครือข่ายสังคมออนไลน์ เป็นการเชื่อมโยงกันหลายๆบุคคล มีการสร้างปฏิสัมพันธ์ในสังคม หรือกลุ่มคนที่มีกิจกรรมต่างๆและความสนใจที่คล้ายกัน มีการตอบโต้สื่อสารกันระหว่างบุคคลหรือกลุ่มบุคคลผ่านอินเทอร์เน็ต เครือข่ายสังคมออนไลน์จึงเป็นช่องทางในการติดต่อสื่อสาร การทำกิจกรรมต่างๆ การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แสดงความคิดเห็น สามารถประยุกต์ใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในชีวิตประจำวัน เช่น การสื่อสาร การศึกษา การตลาด บันเทิง สื่อสารการเมือง ตลอดจนการใช้ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต ที่มีการใช้งานอย่างแพร่หลาย หลายคนให้ความสำคัญกับเครือข่ายสังคมออนไลน์หรือโลกเสมือนจริงนี้มากจนกลายเป็นกิจวัตรประจำวันของชีวิตคนในปัจจุบัน ทำให้หลายคนไม่สามารถขาดสิ่งเหล่านี้ได้ (ปณิชา นิตีพรมงคล, 2554)

กระแสนิยมในการใช้บริการเครือข่ายสังคมออนไลน์เข้ามาเปลี่ยนแปลงลักษณะการใช้ชีวิตของแต่ละคนไม่มากนักน้อย มีบทบาทในชีวิตมากขึ้นไม่ว่าเป็นวัยรุ่น อย่างนักเรียน นักศึกษา ซึ่งได้รับอิทธิพลมากที่สุดที่เรียกว่าขาดสิ่งเหล่านี้ไม่ได้ ไม่ว่าจะเป็นตอนกิน เที่ยว นอน เรียกได้ว่าตลอดเวลา จะต้องอัปเดตการใช้ชีวิตอย่างต่อเนื่อง จากการสรุปสถิติพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ใน ชีวิตประจำวันของคนไทยในปี 2020 จากรายงาน Digital Thailand ประจำปี 2020 ได้ข้อมูลดังนี้ คือ ประเทศไทยมีผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตมากถึง 52 ล้านคนแล้ว โดยเพิ่มขึ้นจากปีที่แล้วมา 1.0 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 2.0 จำนวนผู้ใช้ Social Media ก็เพิ่มขึ้นมา 2.3 ล้านคน จากรายงานพบว่า คนไทยใช้อินเทอร์เน็ตมากถึง 9 ชั่วโมงต่อวัน โดยเทียบกับปีที่แล้วน้อยลง 10 นาที ในขณะที่มีคนรับชมโทรทัศน์ 3 ชั่วโมงต่อวันและมีการใช้เวลากับการเล่นเกมไปมากถึง 1 ชั่วโมง 43 นาที แพลตฟอร์มที่เป็นที่นิยมที่สุดสำหรับคนไทย Facebook ยังคงมาเป็นอันดับ 1



ตามมาด้วย Youtube และ LINE และแพลตฟอร์มที่มาแรงและมีผู้ใช้งานเพิ่มขึ้นทุกปี คือ TikTok (We Are Social & Hootsuite, 2563)

ผลการวิจัยของ เจตน์สุทธิ สักขพันธ์ และคณะ (2555) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบการใช้โปรแกรมสนทนาออนไลน์ในการดำเนินชีวิตของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เข้าใช้งานโปรแกรมสนทนาออนไลน์มากที่สุด คือ โปรแกรม Facebook เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผลกระทบการใช้โปรแกรมสนทนาออนไลน์ในการดำเนินชีวิตด้านการใช้ชีวิตประจำวันมีผลกระทบอยู่ในระดับมาก ส่วนด้านการศึกษามีผลกระทบอยู่ในระดับน้อย รวมถึงพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง เป็นสมาชิกเครือข่ายสังคมออนไลน์ Facebook มากที่สุดและเข้าใช้งานบ่อยที่สุด มีเหตุผลเพื่อติดต่อกับเพื่อน กิจกรรมที่กระทำในเครือข่ายสังคมออนไลน์ คือการสนทนา กลุ่มตัวอย่างมีการใช้บริการในช่วงเวลา 21.00-01.00 น. ใช้บริการทุกวัน วันละ 3 ชั่วโมงขึ้นไป (พิมพ์สุรีย์ พงษ์เสื่อ, 2555) และจากผลงานวิจัยของ อาชิรญาณ สุทัศน์ และธีรพล เป็กเขียน (2558) ได้ศึกษาเรื่องการใช้สังคมออนไลน์ที่มีผลต่อนักศึกษาปริญญาตรี พบว่า 1) นักศึกษามีการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อติดต่อกับบุคคลที่รู้จัก ค้นหาเพื่อนใหม่ เพื่อหาข้อมูล แลกเปลี่ยนข้อมูล ภาพรวมอยู่ในระดับมาก 2) ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านอารมณ์ ด้านสังคมและด้านการเรียน ภาพรวมอยู่ในระดับน้อย จากการวิเคราะห์ผลการศึกษาเบื้องต้น พบว่า นักศึกษาเป็นกลุ่มที่นิยมเปิดรับเทคโนโลยีทางการสื่อสารสมัยใหม่อยู่เสมอ ทำให้นักศึกษาเป็นกลุ่มเสี่ยงจากภัยที่เกิดจากการใช้สื่อสังคมและโรค ที่เกิดจากการใช้อินเทอร์เน็ตเป็นเวลานาน ซึ่งอาจจะส่งผลกระทบทางด้านสังคม ทางด้านอารมณ์ และทางด้านร่างกาย และหากใช้เวลาไปกับสื่อสังคมมากเกินไป จะไม่มีเวลาไปทำกิจกรรมร่วมกับคนรอบตัวน้อยลง

ดังนั้นการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่นักศึกษาควรเรียนรู้และเพิ่มพูนทักษะการรู้เท่าทันสื่อ เนื่องจากเป็นแนวคิดที่สำคัญอย่างยิ่งของการศึกษาในศตวรรษที่ 21 ซึ่งจะช่วยให้ประชาชนทั่วไปสามารถรับรู้ เข้าใจ ประเมินและสร้างสรรค์เนื้อหาสื่อโดยไม่ถูกครอบงำจากสื่อ รู้จักใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของตนเองและสังคม จึงเป็นสถานะที่เกิดจากความสามารถของบุคคลในการวิเคราะห์ความหมายของเนื้อหา และประเมินคุณค่า (Potter, 2004) และเจตนาที่สื่อนำเสนอผ่านเทคนิควิธีการต่างๆ และเป็นการพัฒนาความคิดอ่านและปัญญาที่มีเป้าหมายสูงสุด คือ การสร้างการรับรู้สื่ออย่างมีวิจารณญาณ สามารถ



แยกแยะความเห็นออกจากความจริง สามารถตัดสินใจในสิ่งที่สื่อนำเสนอได้อย่างเที่ยงตรงเป็น ผู้รับสื่อที่มีพลังอำนาจและกระตือรือร้น คือ ไม่ยอมรับอิทธิพลสื่อโดยุษฎี และไม่ตัดสินว่าสื่อ เป็นอันตราย แต่เป็นผู้รับสื่อและใช้สื่อที่มีจุดยืนทางสังคม เข้าใจตนเอง เข้าใจสังคม เข้าใจสิ่งที่ สื่อนำเสนอ สามารถมีส่วนร่วมตอบโต้หรือแสดงความคิดเห็นต่อสื่อด้วยวิธีการต่าง ๆ ที่เหมาะสม ได้ (โตมร อภิวันทนการ, 2552) ตามกรอบแนวคิดของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริม สุขภาพ (สสส.) ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ มีองค์ประกอบที่สำคัญ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการ สร้างเสริมสุขภาพ, 2558) ดังนี้ 1) การเปิดรับสื่อ คือ การรู้เท่าทันการเปิดรับสื่อของประสาธ สัมผัส หู ตา จมูก ลิ้น สัมผัสของเรา ซึ่งเมื่อเปิดรับแล้วสมองจะสั่งการให้คิดและปรุงแต่งให้เกิด อารมณ์ต่างๆตามมา 2) การวิเคราะห์สื่อ คือ การแยกแยะองค์ประกอบในการนำเสนอของสื่อว่า มีวัตถุประสงค์อะไร 3) การเข้าใจสื่อ คือ การตีความสื่อหลังจากเปิดรับสื่อไปแล้ว เพื่อทำความเข้าใจในสิ่งที่สื่อนำเสนอ ซึ่งผู้รับสารแต่ละคนก็จะมี ความเข้าใจสื่อได้ไม่เหมือนกันตีความไปคน ละแบบ ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ พื้นฐานการศึกษาคุณสมบัติในการเรียนรู้ ตลอดจนการรับรู้ ข้อมูลของแต่ละบุคคลที่ไม่เท่ากันมาก่อน 4) การประเมินค่า หลังการวิเคราะห์และทำความเข้าใจ สื่อแล้ว เราควรประเมินค่าสิ่งที่สื่อเสนอว่ามีคุณภาพและคุณค่ามากน้อยเพียงใด ไม่ว่า จะเป็นด้านเนื้อหา วิธีนำเสนอเทคนิคที่ใช้ และ 5) การใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ โดยนำสิ่งที่เรา วิเคราะห์ไปใช้ประโยชน์ เลือกรับสื่อเป็น สามารถส่งสารต่อได้ มีปฏิกิริยาตอบกลับสื่อได้ จากที่ กล่าวมาข้างต้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่กลุ่มวัยรุ่นซึ่งเป็นนักศึกษาของการวิจัยนี้จะต้องมีทักษะด้าน การรู้เท่าทันสื่อในการเพิ่มศักยภาพทั้งด้านความรู้ ทักษะ และทัศนคติอย่างต่อเนื่อง

อย่างไรก็ตาม การเรียนรู้การรู้เท่าทันสื่อจะไม่สามารถเรียนรู้ได้ตามลำพัง แต่จำเป็นต้อง ส่งเสริมโดยอาศัยกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องโดยเฉพาะในสถานศึกษา ผู้สอนจำเป็นต้อง การอาศัยสื่อการเรียนการสอนในการสร้างความรู้ความเข้าใจแก่ผู้เรียนเพื่อเป็นเพิ่มมุมมอง และรับฟังความคิดเห็นต่าง ๆ ของผู้เรียน (Livingstone, Boberand Helper, 2005) การเพิ่ม การตระหนักรู้ในกระบวนการสื่อสารโดยต้องไม่มีการกำหนดความผิดถูก แต่เน้นความเข้าใจที่ เพิ่มมากขึ้นของผู้เรียน ผู้สอนควรที่จะเลือกสรรคำถามที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถเกิดการ แลกเปลี่ยนได้ การสนทนาต้องเน้นการกระตุ้นและสร้างการมีส่วนร่วมในการเป็นผู้ฟังและผู้ ตอบสนองต่อคนอื่นเพื่อการสร้างโอกาสในการเรียนรู้ใหม่ ๆ (โครงการวัยมันส์เท่าทันสื่อ, 2552) เนื่องจากผู้เรียนแต่ละคนมีความความสนใจและความสามารถในการสื่อสารที่ต่างกัน บางคน ถนัดการพูดและถ่ายทอดได้ดี บางคนชอบฟังอย่างเดียว ในขณะที่บางคนชอบเขียน ผู้สอนจึง



จำเป็นต้องใช้สื่อในการเรียนการสอนที่หลากหลาย เช่น การจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเป็นการฝึกการฟังและการยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น การฝึกการนำเสนอผ่านการพูดหรือการเขียนเพื่อฝึกทักษะ การแสดงบทบาทสมมติเพื่อสร้างการรับรู้และเข้าใจบทบาทตนเองในฐานะผู้บริโภค การฝึกผลิตสื่อโฆษณาเพื่อเข้าใจถึงกระบวนการผลิตเบื้องหลังผลของการโฆษณา หรือเพื่อการฝึกคิดวิเคราะห์และวิพากษ์วิจารณ์งานโฆษณา นอกจากกิจกรรมเหล่านี้แล้วผู้สอนอาจต้องมีการเลือกใช้สื่อที่เป็นเอกสาร ตำรา สื่อซีดี ภาพประกอบ เพื่อเป็นการให้ความรู้ความเข้าใจถึงหลักการและวิธีการในการเรียนรู้การเท่าทันสื่อร่วมด้วย ทั้งนี้หน้าที่และบทบาทสำคัญในการให้ความรู้ความเข้าใจและการส่งเสริมกระบวนการสื่อสารเพื่อการรู้เท่าทันสื่อนั้น มิใช่หน้าที่ของผู้สอนเพียงฝ่ายเดียว แต่องค์กรทั้งหน่วยงานภาครัฐและเอกชนจึงควรมุ่งส่งเสริมและกระตุ้นให้เยาวชนและคนในสังคมตระหนักถึงความสำคัญของการรู้เท่าทันสื่อเพื่อที่จะสามารถก้าวข้ามหลุมดำแห่งข้อมูลข่าวสารได้อย่างปลอดภัย

จากข้อมูลและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น เห็นได้ว่าการรู้เท่าทันสื่อมีผลต่อพฤติกรรมการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญของการรู้เท่าทันสื่อ จึงสนใจศึกษาระดับการรู้เท่าทันสื่อ พฤติกรรมการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี เพื่อที่จะนำข้อมูลมาใช้เป็นแนวทางในการป้องกันผลกระทบที่เกิดจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ไม่เหมาะสมของนักศึกษา สาขาการจัดการรัฐกิจ ให้มีประสิทธิภาพและเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่เกี่ยวข้อง ให้ความรู้แก่นักเรียนนักศึกษา เพื่อใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาบริโภคสื่ออย่างรู้เท่าทัน เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคมให้แก่ผู้เรียนนำมาสู่การตั้งคำถามวิจัยที่ว่า “พฤติกรรม的开รับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ (รู้เท่าทันสื่อ) ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานีเป็นอย่างไร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ตลอดจนส่งผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์หรือไม่อย่างไร”



2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อกับพฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจสงขลานครินทร์มหาวิทยาลัย วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี
4. เพื่อศึกษาแนวทางในการป้องกันผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษา สาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้แนวทางการวิจัยเชิงปริมาณ พื้นที่และประชากรศึกษา คือ นักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี มีจำนวนทั้งสิ้น 394 คน ใช้เครื่องมือแบบสอบถามในการศึกษาจำนวน 4 ส่วน กล่าวคือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนที่ 2 พฤติกรรมของนักศึกษาที่มีต่อการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ส่วนที่ 3 ผลกระทบการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะ ดำเนินการทดสอบคุณภาพของแบบสอบถามโดยการทดสอบความเที่ยงตรง (Validity Test) มีค่าเท่ากับ 0.78 และ การทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability Test) มีค่าเท่ากับ 0.89 ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for window คำนวณหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยมีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05



4. สรุปผลการวิจัย

จากผลการศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 60.9 ส่วนใหญ่มีอายุ 21 ปีขึ้นไป จากการศึกษากลุ่มใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 3.50 ขึ้นไปร้อยละ 26.8 แพ็กเกจอินเทอร์เน็ตส่วนใหญ่ที่ใช้เป็นรายสัปดาห์ ร้อยละ 37.7 ระบบของโทรศัพท์ที่นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้งานจะเป็นระบบ IOS ร้อยละ 40.2

ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ต (ต่อวัน) ส่วนใหญ่จะเป็นครั้งคราว ร้อยละ 31.2 รองลงมา 5 ชั่วโมงขึ้นไป ร้อยละ 20.3 โดยแอปพลิเคชันที่นักศึกษาใช้งานบ่อย คือ Facebook ร้อยละ 21.7 รองลงมา Instagram ร้อยละ 20.3 รองลงมา คือ Line ร้อยละ 24.6 ตามลำดับ ส่วนวัตถุประสงค์ที่นักศึกษาส่วนใหญ่ที่ใช้งาน คือ การเรียน ร้อยละ 29.7 รองลงมา คือ ความบันเทิง ร้อยละ 23.9 และติดต่อสื่อสาร ร้อยละ 21.7 ตามลำดับ

สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย

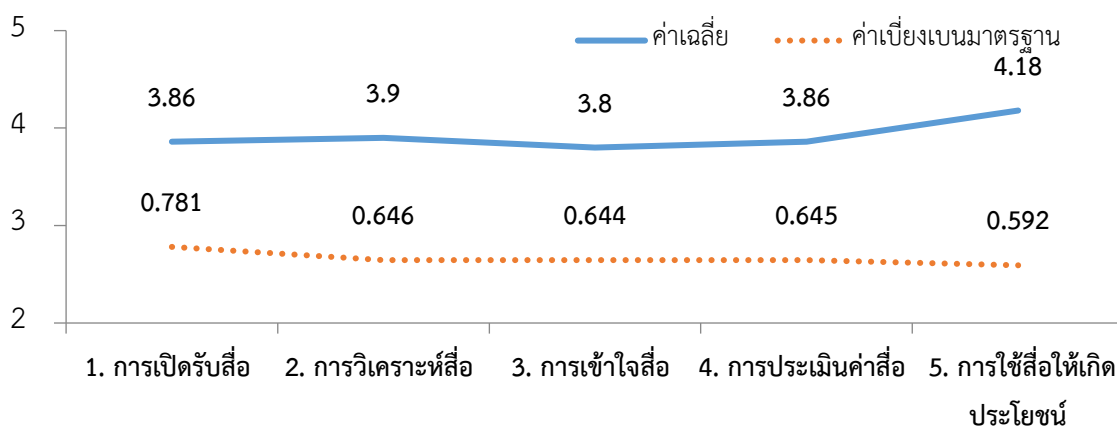
1. พฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 จากการศึกษาพฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.92$) โดยเฉพาะ ด้านการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ ($\bar{X} = 4.19$) ที่นักศึกษาสามารถใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ในด้านต่างๆ เช่น ด้านการเรียนรู้ ความบันเทิง ความสัมพันธ์ และอาชีพรองลงมา ด้านการวิเคราะห์สื่อที่สามารถใช้ความรู้หรือประสบการณ์เดิมในการวิเคราะห์สื่อเพื่อให้ทราบถึงวัตถุประสงค์กลุ่มเป้าหมายและจุดยืนของสื่อ ด้านการเปิดรับสื่อเพื่อแสวงหาความรู้หรือแสวงหาสิ่งที่ตนเองสนใจและอยากรู้ตามเวลานั้นๆ ตลอดจนสามารถประเมินค่าของสื่อได้ว่าการนำเสนอของสื่อนั้นมีกระบวนการผลิตที่มีคุณภาพหรือไม่เมื่อเปรียบเทียบกับสื่อประเภทเดียวกัน ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน พบว่าอยู่ในระดับต่ำกว่า 1 (S.D. = 0.661) แสดงว่า คำตอบด้านพฤติกรรมการเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์มีความเบี่ยงเบนออกจากการแปลความได้น้อย สามารถแสดงได้ตามตารางและแผนภาพดังนี้



ตารางที่ 1 พฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อบนเครือข่ายสังคมออนไลน์

พฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อบนเครือข่ายสังคมออนไลน์	$\bar{x}$	S.D.	การแปลความ
1. การเปิดรับสื่อ นักศึกษาเลือกเปิดรับสื่อเพื่อแสวงหาความรู้หรือแสวงหาสิ่งที่ตนเองสนใจและอยากรู้ตามเวลานั้นๆ	3.86	0.781	มาก
2. การวิเคราะห์สื่อ นักศึกษาสามารถใช้ความรู้หรือประสบการณ์เดิมในการวิเคราะห์สื่อเพื่อให้ทราบถึงวัตถุประสงค์กลุ่มเป้าหมายและจุดยืนของสื่อ	3.90	0.646	มาก
3. การเข้าใจสื่อ นักศึกษาสามารถเข้าใจในสิ่งที่สื่อนำเสนอ เช่น การเข้าใจเนื้อหาในสื่อ เข้าใจคุณค่าและมุมมองการผลิตสื่อ	3.80	0.644	มาก
4. การประเมินค่าสื่อ นักศึกษาสามารถประเมินค่าของสื่อได้ว่าการนำเสนอของสื่อ นั้นมีกระบวนการผลิตที่มีคุณภาพหรือไม่ เมื่อเปรียบเทียบกับสื่อประเภทเดียวกัน	3.86	0.645	มาก
5. การใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ นักศึกษาสามารถใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ ในด้านต่างๆได้ เช่น ด้านการเรียนรู้ ความบันเทิง ความสัมพันธ์ และอาชีพ	4.19	0.592	มาก
รวม	3.92	0.661	มาก



แผนภาพที่ 1 พฤติกรรมการเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์



2. พฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 “เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี” ปรากฏผลการศึกษา ดังนี้

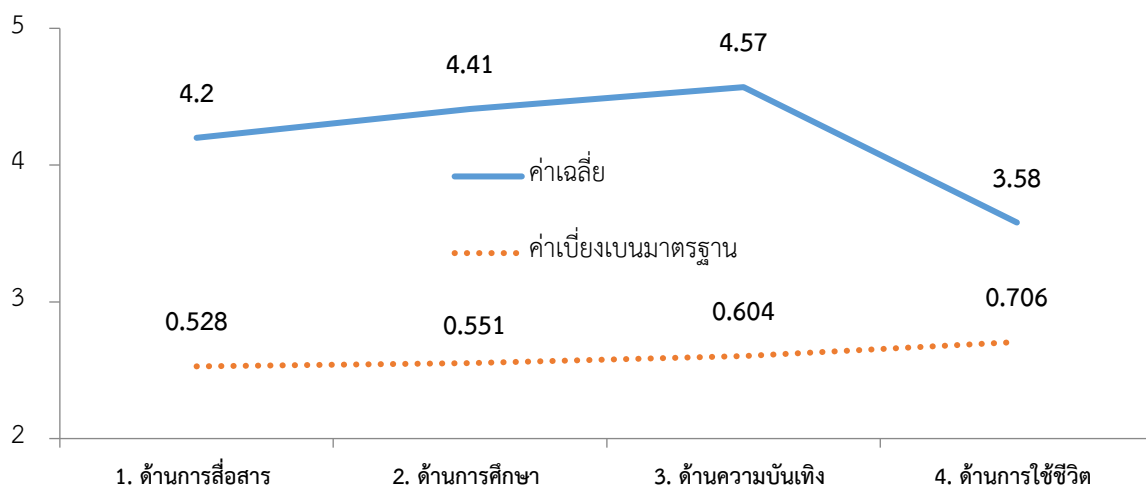
ตารางที่ 2 พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์	$\bar{X}$	S.D.	การแปลความ
1. ด้านการสื่อสาร นักศึกษาใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการสื่อสารเพื่อสร้างสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนและรับข่าวสารข้อมูลต่างๆ	4.20	0.528	มาก
2. ด้านการศึกษา นักศึกษาใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการศึกษา เพื่อการค้นคว้าหาข้อมูลและใช้เป็นสื่อในการเรียนการสอน	4.41	0.551	มากที่สุด
3. ด้านความบันเทิง นักศึกษาใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านความบันเทิง เพื่อเพื่อผ่อนคลายความเครียด	4.57	0.604	มากที่สุด
4. ด้านการใช้ชีวิต นักศึกษาใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการใช้ชีวิต เพื่อการสื่อสาร การศึกษา การตลาด และความบันเทิง	3.58	0.706	มาก
รวม	4.19	0.597	มาก

2.1 พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ จากการศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี ในภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 4.19) โดยเฉพาะด้านความบันเทิง ($\bar{X}$ = 4.57) และด้านการศึกษา ($\bar{X}$ = 4.41) ที่นักศึกษาใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านความบันเทิงเพื่อผ่อนคลายความเครียด และเพื่อการค้นคว้าหาข้อมูลและใช้เป็นสื่อในการเรียนการสอนอยู่ในระดับมากที่สุด สำหรับด้านการสื่อสารเพื่อสร้างสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนและรับข่าวสารข้อมูล



ต่างๆ และด้านการใช้ชีวิตเพื่อการสื่อสาร การศึกษา การตลาด และความบันเทิงมีพฤติกรรมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน พบว่าอยู่ในระดับต่ำกว่า 1 (S.D. = 0.597) แสดงว่า ผู้ตอบแบบสอบถามของประเด็นพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ มีความเบี่ยงเบนจากการแปลความได้น้อยสามารถแสดงได้ตามแผนภาพที่ 2 นี้



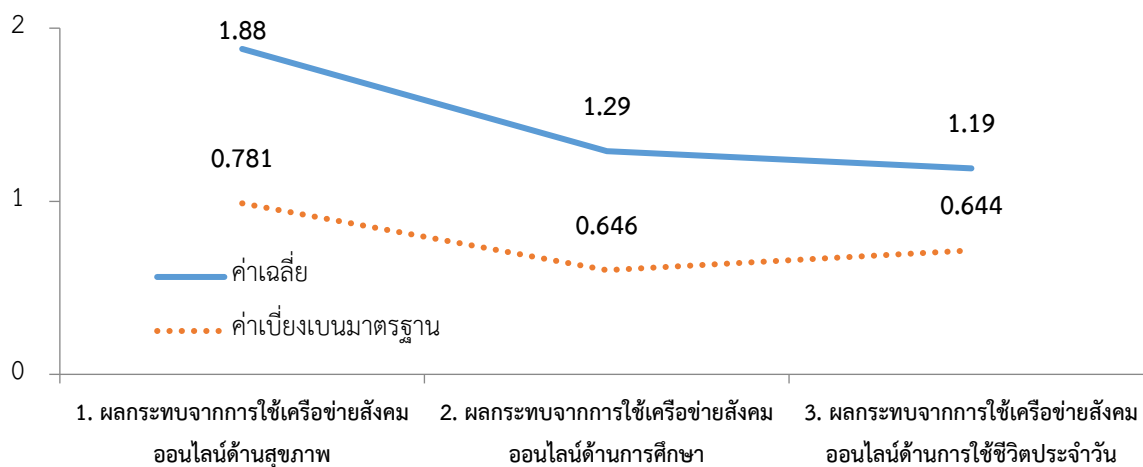
แผนภาพที่ 2 พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

2.2. ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ จากการศึกษาถึงผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี ในภาพรวมอยู่ในระดับน้อยที่สุด ($\bar{X}$ = 1.45) โดยเฉพาะผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ความสัมพันธ์กับคนใกล้ชิดลดลงที่มีผลกระทบน้อยที่สุด รองลงมาผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการศึกษา เช่น ขาดเรียน ผลการเรียนลดลง และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านสุขภาพ เช่น ปวดเมื่อยตามตัว ข้อมือ เมื่อยลำทางสายตามาลำดับ ซึ่งภาพรวมอยู่ในระดับน้อยที่สุด เมื่อพิจารณาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานพบว่าอยู่ในระดับต่ำกว่า 1 (S.D. = 0.717) แสดงว่า คำตอบของแบบสอบถามประเด็นผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มีความเบี่ยงเบนจากการแปลความได้น้อย สามารถแสดงได้ตามตารางที่ 3 และแผนภาพที่ 3 ดังนี้



ตารางที่ 3 ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์	$\bar{x}$	S.D.	การแปลความ
1. นักศึกษาได้รับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านสุขภาพ เช่น ปวดเมื่อยตามตัว ข้อมือเมื่อยล้าทางสายตา	1.88	0.988	น้อย
2. นักศึกษาได้รับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการศึกษา เช่น ขาดเรียน ผลการเรียนลดลง	1.29	0.602	น้อยที่สุด
3. นักศึกษาได้รับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ความสัมพันธ์กับคนใกล้ชิดลดลง	1.19	0.561	น้อยที่สุด
รวมเฉลี่ย	1.45	0.717	น้อยที่สุด

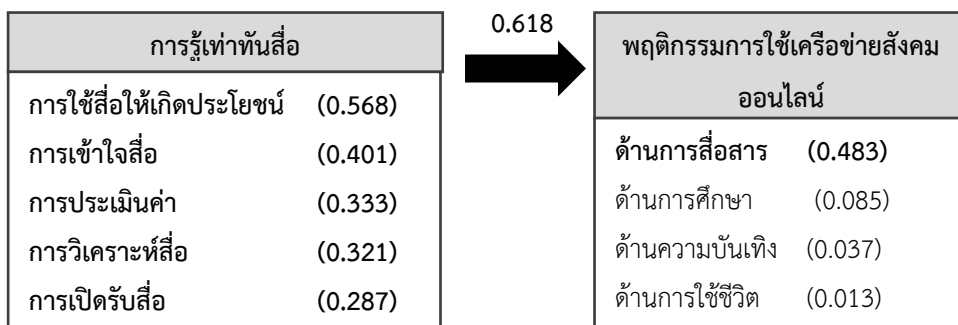


แผนภาพที่ 3 ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์



3. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อ พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 “เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อกับพฤติกรรมและผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานีปรากฏ ผลการทดสอบสมมติฐานตามรายละเอียดดังนี้

3.1 ความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อกับพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เป็นการทดสอบสมมติฐานที่ 1 ผลการศึกษา พบว่า พฤติกรรมกรู้เท่าทันสื่อมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ($r = 0.618$) อยู่ในระดับมาก มีค่านัยสำคัญอยู่ที่ระดับ 0.00 และเมื่อพิจารณาพฤติกรรมการเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้าน ต่าง ๆ พบว่า การเปิดรับสื่อ ($r = 0.287$) การวิเคราะห์สื่อ ($r = 0.321$) การเข้าใจสื่อ ($r = 0.401$) การประเมินค่า ($r = 0.333$) และการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ ($r = 0.568$) มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับมาก ส่วนพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านการสื่อสาร ($r = 0.483$) ด้านการศึกษา ($r = 0.085$) ด้านความบันเทิง ($r = 0.037$) และด้านการใช้ชีวิต ($r = 0.013$) มีความสัมพันธ์กับการรู้เท่าทันสื่อในส่วน of พฤติกรรมกรเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยความสัมพันธ์ดังกล่าวเป็นไปในเชิงบวกจึงเป็นไปในทิศทางเดียวกัน กล่าวคือ เมื่อนักศึกษามีพฤติกรรมการเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ ได้แก่ พฤติกรรมด้านการเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์สื่อ การเข้าใจสื่อ การประเมินค่า และการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ โดยสามารถคิด วิเคราะห์ สงสัย และรู้จักตั้งคำถามว่า สิ่งนั้นจริงหรือไม่จริง ใครเป็นคนให้ข้อมูลเขาต้องการสื่ออะไร หรือมีจุดมุ่งหมายแอบแฝงหรือไม่ ได้มากขึ้น จะส่งผลต่อระดับการรู้เท่าทันสื่อในส่วน of พฤติกรรมกรใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านการสื่อสาร การศึกษา ความบันเทิง และการใช้ชีวิตมากขึ้นตามไปด้วย แสดงผลการวิเคราะห์ดังนี้



แผนภาพที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อกับพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

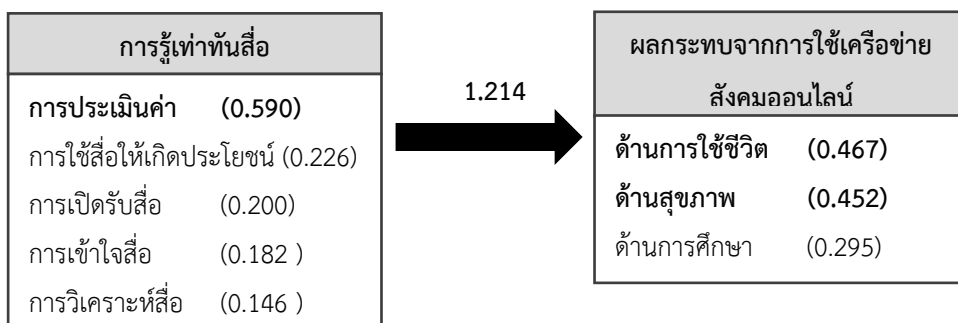
สรุปได้ว่า การรู้เท่าทันสื่อในส่วนของพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ มีผลมาจากพฤติกรรม的开รับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านการเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์สื่อ การเข้าใจสื่อ การประเมินค่า และการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ ถ้านักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี มีพฤติกรรม的开รับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านต่างๆ ดังกล่าว โดยสามารถคิด วิเคราะห์ และเข้าใจสื่อได้มากขึ้น ระดับของการรู้เท่าทันสื่อในส่วนของพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านการสื่อสาร การศึกษา ความบันเทิง และการใช้ชีวิตมากขึ้นตามไปด้วย

3.2 ความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อกับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เป็นการทดสอบสมมติฐานที่ 2 ผลการศึกษา พบว่า พฤติกรรม的开รับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ($r=1.214$) อยู่ในระดับมากที่สุด ที่มีค่านัยสำคัญอยู่ที่ระดับ 0.00 และเมื่อพิจารณาพฤติกรรม的开รับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านต่างๆ พบว่า การประเมินค่าสื่อ ($r=0.590$) เป็นพฤติกรรมที่มีความจำเป็นมากที่สุดรองลงมามีการเปิดรับสื่อ ($r=0.287$) การใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ ($r = 0.226$) การเข้าใจสื่อ ($r=0.182$) การวิเคราะห์สื่อ ($r=0.146$) และ มีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับน้อยตามลำดับ

ส่วนผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านการใช้ชีวิต ($r = 0.467$) ด้านสุขภาพ ($r = 0.452$) และด้านการศึกษา ($r = 0.295$) ตามลำดับ ภาพรวมมีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับน้อย โดยความสัมพันธ์ดังกล่าวเป็นไป



ในเชิงบวกจึงเป็นไปในทิศทางเดียวกัน กล่าวคือ เมื่อนักศึกษามีพฤติกรรม的开รับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ ได้แก่ พฤติกรรมด้านการเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์สื่อ การเข้าใจสื่อ การประเมินค่า และการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ โดยสามารถคิด วิเคราะห์ สงสัย และรู้จักตั้งคำถามว่า สิ่งนั้นจริงหรือไม่จริง ใครเป็นคนให้ข้อมูลเขาต้องการสื่ออะไร หรือมีจุดมุ่งหมายแอบแฝงหรือไม่ ได้น้อย จะส่งผลกระทบต่อระดับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์กับนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานีมากขึ้น แสดงผลการวิเคราะห์ดังแผนภาพที่ 5 ดังนี้

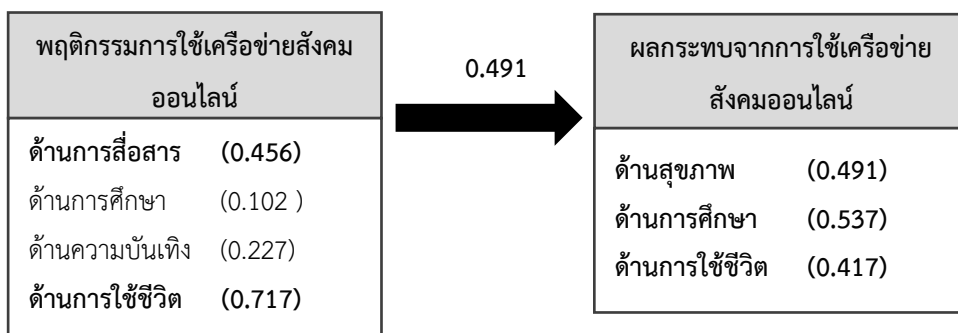


แผนภาพที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อกับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

สรุปได้ว่า ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ มีผลมาจากพฤติกรรมการเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านการเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์สื่อ การเข้าใจสื่อ การประเมินค่า และการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ ถ้านักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี มีพฤติกรรมการเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านต่างๆดังกล่าว โดยสามารถคิด วิเคราะห์ และเข้าใจสื่อได้น้อย ระดับของผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ต่อนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานีมากขึ้น



3.3 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ เป็นการทดสอบสมมติฐานที่ 3 ผลการศึกษา พบว่า พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ($r = 0.491$) อยู่ในระดับน้อย มีค่านัยสำคัญอยู่ที่ระดับ 0.00 และเมื่อพิจารณาพฤติกรรมการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านต่างๆ พบว่า ด้านการใช้ในชีวิตประจำวัน ($r = 0.717$) อยู่ในระดับมากและด้านการสื่อสาร ($r = 0.456$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง เป็นพฤติกรรมของผู้บริโภคสื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีความสัมพันธ์กับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มากที่สุด ส่วนผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านการศึกษา ($r = 0.537$) ด้านสุขภาพ ($r = 0.491$) และด้านการใช้ชีวิต ($r = 0.417$) ตามลำดับ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับปานกลาง โดยความสัมพันธ์ดังกล่าวเป็นไปในเชิงบวกจึงเป็นไปในทิศทางเดียวกัน กล่าวคือ เมื่อนักศึกษามีพฤติกรรมการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับปานกลาง จะส่งผลต่อระดับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์กับนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานีในระดับปานกลางเช่นกัน แสดงผลการวิเคราะห์ตามแผนภาพที่ 6 ดังนี้



แผนภาพที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์



สรุปได้ว่า ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ มีผลมาจากพฤติกรรม การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านการสื่อสาร การศึกษา ความบันเทิง และการใช้ชีวิต ถ้านักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี มีพฤติกรรมการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ในด้านต่าง ๆ ดังกล่าวอยู่ในระดับมาก ระดับของ ผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มากขึ้นในทิศทางเดียวกัน

จากผลการศึกษาสมมติฐาน สรุปได้ว่า สมมติฐานที่ตั้งไว้เป็นจริงในทุกกรณีแต่อาจจะ มีความสัมพันธ์ที่มากนักน้อยแตกต่างกันออกไป ดังนั้น เมื่อพิจารณาแล้วพบว่า พฤติกรรมการใช้เท่ ทันสื่อบนเครือข่ายสังคมออนไลน์และพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับมาก และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับน้อย อาจเนื่องมาจากนักศึกษา สาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี มีทักษะการรู้เท่าทัน สื่อ โดยมีพฤติกรรมการเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์สื่อ การเข้าใจสื่อ การประเมินค่า และการใช้สื่อ ให้เกิดประโยชน์อยู่ในระดับมาก อันส่งผลต่อเนื่องมาถึงระดับของพฤติกรรมการใช้เครือข่าย สังคมออนไลน์อยู่ในระดับมาก และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับน้อย ตามมาด้วย

จึงสรุปได้ว่า พฤติกรรมในการเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่ายสังคมออนไลน์มีผลต่อ พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และพฤติกรรมการเปิดรับข้อมูลข่าวสารบนเครือข่าย สังคมออนไลน์มีผลต่อผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ อีกทั้งพฤติกรรมการใช้งาน เครือข่ายสังคมออนไลน์มีผลต่อผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เช่นกัน

5. อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยในเรื่องการรู้เท่าทันสื่อ : พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของ นักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี พบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อ และการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับมาก ตลอดจนผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับน้อย อาจเนื่องมาจากนักศึกษา สาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี มีทักษะการรู้เท่าทัน สื่อ โดยมีพฤติกรรมการเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์สื่อ การเข้าใจสื่อ การประเมินค่า และการใช้สื่อ ให้เกิดประโยชน์อยู่ในระดับมาก อันส่งผลต่อเนื่องมาถึงระดับของพฤติกรรมการใช้เครือข่าย สังคมออนไลน์อยู่ในระดับมาก และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับน้อย



ตามมาด้วย เมื่อทดสอบสมมติฐานทำให้เห็นภาพความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อ พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ชัดเจนขึ้นตามรายละเอียดดังนี้

5.1 พฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ที่มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับมาก และเป็นความสัมพันธ์เชิงบวกจึงเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เมื่อพิจารณาถึงความสัมพันธ์ของแต่ละองค์ประกอบพบว่า การใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ การเข้าใจสื่อการประเมินค่าสื่อ และการวิเคราะห์สื่อซึ่งมีพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์โดยเฉพาะด้านการสื่อสารในระดับปานกลางเช่นกัน และเป็นความสัมพันธ์ในเชิงบวกสอดคล้องตามการศึกษาของรองศาสตราจารย์ ดร.อุษา บิ๊กกินส์ กล่าวถึง การรู้เท่าทันสื่อ มีนิยามว่า “เป็นความสามารถในการเปิดรับ เข้าใจ และตีความหมายของสารที่ปรากฏอยู่ในสื่อมวลชนได้อย่างมีหลักการ โดยล่วงรู้ถึง ความลึกตื้นหนาบาง อันเป็นจุดหมายที่ซ่อนเร้นอยู่นั้น” จัดเป็นการพิจารณาความรู้เท่าทันสื่อในฐานะของผู้รับสาร ซึ่งต้องคำนึงถึงความสามารถใน 4 ด้าน ได้แก่ การเข้าถึงความหมายของสาร (access) การวิเคราะห์สาร (canalization) การประเมินสาร (evaluation) และการสื่อสาร (communication) ผ่านสื่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ สิ่งเหล่านี้จะรู้เท่าทันเพียงไรขึ้นกับผู้รับสารว่ามีความตระหนักต่อกระบวนการทำงานของสื่อการแปลความหมายของสาร บทบาทหน้าที่ เทคนิคการนำเสนอสารและผลกระทบของสื่อที่มีต่อบุคคลและสังคม เนื่องจากจะส่งผลต่อทักษะความรู้เท่าทันทั้งในระดับความเข้าใจ ระดับอารมณ์ ระดับจริยธรรม และระดับสุนทรียศาสตร์ที่ก่อให้เกิด การเรียนรู้ การแสวงหาคุณค่า และความรับผิดชอบของสื่อมวลชนนั้น ๆ (อุษา บิ๊กกินส์, 2555) ด้านพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์สอดคล้องกับการวิจัยของ บุนหา ชัยสุวรรณ และ พรพรรณ ประจักษ์เนตร จากการศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อใหม่ของวัยรุ่นอายุระหว่าง 10-19 ปี พบว่ากลุ่มเป้าหมายที่มีอายุสูงกว่ามีการเปิดรับสื่อใหม่สูงกว่า โดยการค้นหาวิดีโอคลิป การ์ตูน และภาพยนตร์ ค้นหาเพลง ค้นหาข้อมูลสำหรับทำการบ้าน แหวกกับเพื่อนที่เรียนโรงเรียนเดียวกัน เล่นเกมส์ ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับงานอดิเรกและสิ่งที่ตนสนใจ (บุนหา ชัยสุวรรณ และพรพรรณ, 2557)

5.2 พฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับมากที่สุดและเป็นความสัมพันธ์เชิงบวก จึงเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เมื่อพิจารณาถึงความสัมพันธ์ของแต่ละองค์ประกอบพบว่า การประเมินค่าสื่อ



มีความสัมพันธ์กับผลกระทบด้านสุขภาพและด้านการใช้ชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง และเป็นความสัมพันธ์ในเชิงบวก ซึ่งในการเข้าถึงหรือการวิเคราะห์นั้น จำเป็นจะต้องมีการประเมินสื่อไปพร้อมๆ กัน โดยอาศัยเกณฑ์ในการประเมินต่างๆ ได้แก่ นโยบายของรัฐ ข้อกำหนด กฎหมาย ความงาม บรรทัดฐานทางการเมือง ค่านิยม อุดมคติ หรือเศรษฐกิจ แม้แต่ขอบเขตและวัตถุประสงค์ในการประเมินเองยังเป็นเรื่องที่บางครั้งค่อนข้างจะขัดแย้งกัน เพราะต้องพิจารณาให้ได้ว่า การประเมินคุณภาพสื่อจะตั้งอยู่บนหลักการประชาธิปไตยที่ส่งเสริมความอิสระเสรี ความหลากหลาย ความเท่าเทียมกัน ลดความเหลื่อมล้ำในการเป็นตัวแทนหรือสะท้อนภาพสังคม หรือการประเมินสื่อที่ยึดมั่นกับขนบธรรมเนียมแบบดั้งเดิม ที่แสดงถึงการแบ่งแยกระหว่างความดีและความชั่วอย่างชัดเจน (อุษา บิ๊กกินส์, 2555)

สำหรับผลกระทบด้านสุขภาพสอดคล้องกับการศึกษาของ Sedentary Behaviour Research Network, พบว่า การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและสื่อใหม่ติดต่อกันเกินสองชั่วโมง ถือว่าเป็นพฤติกรรมเนิ่งซึ่งสอดคล้องกับที่เครือข่ายงานวิจัยด้านพฤติกรรมเนิ่งให้คำนิยามไว้ว่า คือพฤติกรรมต่างๆ ในขณะที่นั่งหรือเอนกายที่กระทำในช่วงตื่นนอนที่ใช้พลังงานน้อยกว่า 1.5 Mets (หน่วยบอกจำนวนเท่าของการใช้พลังงานในกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง) (Sedentary Behaviour Research Network, 2012) ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวจะก่อให้เกิดปัญหาโรคอ้วนได้ (DeFleur, 2010) รัฐบาลประเทศออสเตรเลียและแคนาดา จึงมีความจำเป็นอย่างเร่งด่วนที่ต้องหาทางแก้ไขปัญหา โดยเสนอแนวทางการใช้เวลาของเด็กและเยาวชนใช้เวลากับสื่ออิเล็กทรอนิกส์สำหรับการบันเทิง เช่น คอมพิวเตอร์ เกมส์ อินเทอร์เน็ตโทรทัศน์ ไม่เกิน 2 ชั่วโมง และกระตุ้นให้ทำกิจกรรมอื่นๆ เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางสมอง เช่น การพูด การเล่นเกม การร้องเพลงและการอ่านหนังสือ (Biddle, et al., 2012)

6. องค์ความรู้จากการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อค้นคว้าแนวทางในการป้องกันผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตสุราษฎร์ธานี ในขณะเดียวกัน ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงประจักษ์ยังพบว่า การศึกษาถึงพฤติกรรมการใช้สื่อยังสอดคล้องกับทิศทางการพัฒนาคุณภาพบัณฑิตของหลักสูตรต่าง ๆ โดยเฉพาะสาขาการจัดการรัฐกิจที่มุ่งเน้นผลิตบัณฑิตรุ่นใหม่ที่มีทักษะด้านดิจิทัล

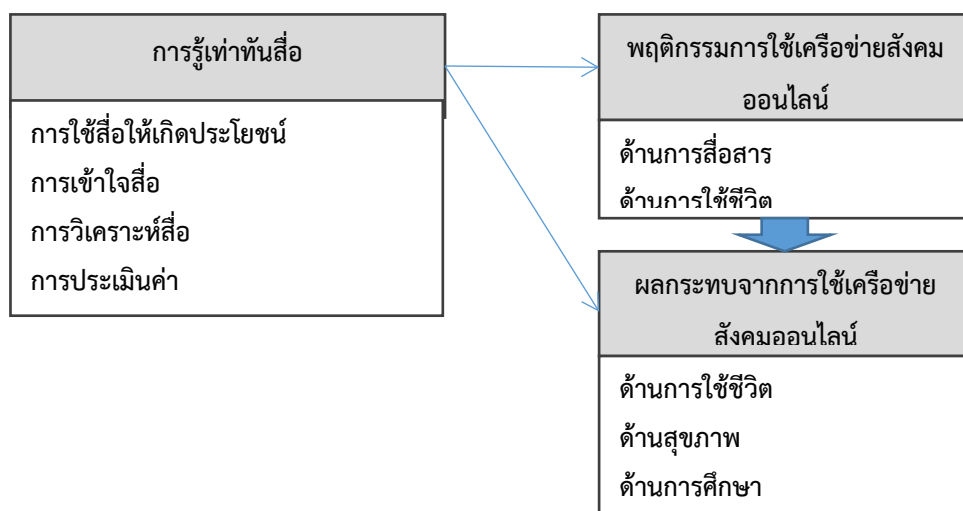


อย่างรอบด้านทั้งการใช้ชีวิตและการทำงาน โดยเฉพาะทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ผู้วิจัยสรุปองค์ความรู้เป็น 3 กรณีดังนี้

กรณีที่ 1 พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่เกิดจากการรู้เท่าทัน โดยเฉพาะด้านการสื่อสารซึ่งเป็นพฤติกรรมที่มีความสัมพันธ์กับทักษะการรู้เท่าทันสื่อ

กรณีที่ 2 ทักษะการรู้เท่าทันสื่อที่ส่งผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ โดยเฉพาะทักษะด้านการประเมินค่าสื่อที่เป็นปัจจัยสำคัญต่อการเกิดผลกระทบทั้งเชิงบวกและเชิงลบกับนักศึกษาโดยเฉพาะผลกระทบที่เกิดขึ้นกับสุขภาพของนักศึกษา ตลอดจนการประเมินค่าสื่อยังส่งผลกระทบต่อกิจกรรมการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาต่าง ๆ ที่สามารถประยุกต์องค์ความรู้จากการที่นักศึกษาทำการประเมินคุณค่าหรือการประเมินคุณภาพของสื่อต่าง ๆ เพื่อใช้ประกอบการเรียนการสอน หรือการทำรายงานในรายวิชา

กรณีที่ 3 ผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ โดยเฉพาะพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในชีวิตประจำวันที่มีปริมาณและความถี่สูงเพื่อใช้สำหรับการสื่อสารสามารถส่งผลกระทบด้านการศึกษาและด้านสุขภาพ ตลอดจนผลกระทบเกี่ยวกับการใช้ชีวิตประจำวันเช่น การตื่นสาย การขาดเรียน ตามลำดับ



แผนภาพที่ 7 สรุปองค์ความรู้จากการวิจัย



องค์ความรู้จากงานวิจัยนี้สามารถประยุกต์ใช้ในระดับหลักสูตรเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับสมรรถด้านดิจิทัลตลอดจนการประยุกต์เพื่อการออกแบบการจัดกิจกรรมในหลักสูตร คณะ หรือมหาวิทยาลัยที่เกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อหรือการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างมีประสิทธิภาพ

7. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1.1 การรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษาสาขาการจัดการรัฐกิจ พบว่า ภาพรวมมีทักษะอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ ดังนั้นหน่วยงาน มหาวิทยาลัย หรือหลักสูตรที่เกี่ยวข้อง ควรมีการสนับสนุนการนำสื่อสร้างสรรค์มาใช้ประโยชน์กับกระบวนการสื่อสาร ทั้งการเรียนการสอน การสื่อสารประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ในทุกมิติอย่างต่อเนื่องเพื่อการยกระดับคุณภาพนักศึกษาในการใช้ข้อมูลข่าวสารให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิต

1.2 ผลการศึกษาทำให้ทราบแนวทางในการป้องกันผลกระทบจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษา โดยการส่งเสริมการให้ความรู้เกี่ยวกับใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์เพื่อกระตุ้นการบริโภคสื่ออย่างรู้เท่าทันที่สอดแทรกในหลักสูตรการเรียนการสอนที่เน้นศักยภาพด้านความรู้ ทักษะ และ ทักษะคิด เพื่อสร้างความเป็นพลเมืองรุ่นใหม่ที่มีเหตุผล เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคมเป็นสิ่งจำเป็นที่นักศึกษาควรเรียนรู้และเพิ่มพูนทักษะการรู้เท่าทันสื่ออย่างต่อเนื่อง

1.3 สนับสนุนกิจกรรมการส่งเสริมองค์ความรู้เกี่ยวกับการรู้เท่าทันสื่อให้นักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับสื่อและวิธีการบริโภคสื่อสารสนเทศ รวมทั้งการผลิตสารสนเทศเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.4 สนับสนุนการบรรจุเนื้อหาองค์ความรู้เกี่ยวกับทักษะการเท่าทันสื่อในรายวิชาของหลักสูตรต่าง ๆ เพื่อพัฒนาศักยภาพผู้เรียนด้านการเท่าทันสื่ออย่างต่อเนื่องและเท่าเทียม

2. ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นการใช้สื่อประเภทอื่น เช่น กระบวนการสื่อสาร ช่องทาง และสารภายในมหาวิทยาลัย หรือวิเคราะห์สื่อประกอบการเรียนการสอน หรือสื่อที่เกี่ยวข้องกับระบบบริหารจัดการหลักสูตรหรือมหาวิทยาลัย นอกจากการ



สื่อออนไลน์โดยทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ขึ้นในระดับคณะ ระดับมหาวิทยาลัย หรือระดับอื่นๆเพื่อให้เห็นถึงผลการวิจัยที่กว้างขึ้นและครอบคลุมประเด็นของการรู้เท่าทันสื่อในปัจจุบัน

เอกสารอ้างอิง

- โครงการวัยมันส์เท่าทันสื่อ กลุ่มละครมะขามป้อม. (2552). *คู่มือการเรียนรู้เท่าทันสื่อ*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).
- เจตน์สฤณี สังข์พันธ์, เก็ดถวา บุญปรากฏ, ชุติมา หวังเบญหมัด, Kathylene Remegio และ อรุณพร อธิมาตรไมตรี. (2559). ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวที่มาใช้บริการตลาดน้ำ คลองแห อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดสงขลา. *วารสารวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*, 33(1), 25-50.
- โตมร อภิวันทนากร. (2552). *คู่มือจัดกระบวนการและกิจกรรมเพื่อพัฒนาเยาวชนรู้เท่าทันสื่อ*. กรุงเทพฯ: ปิ่นโต พับลิชชิง.
- บุหงา ชัยสุวรรณ และ พรพรรณ ประจักษ์เนตร. (2557). *พฤติกรรมการใช้สื่อใหม่ของวัยรุ่นอายุระหว่าง 10-19 ปี*. กรุงเทพฯ: สมาคมวิทยุและสื่อเพื่อเด็กและเยาวชน (สสดย.) และ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).
- ปณิชา นิตพรมงคล. (2554). เครือข่ายสังคมออนไลน์: แนวโน้ม ปรากฏการณ์ และจริยธรรม. *วารสารนักษิณ*, 30(4), 150-156.
- พัชรภรณ์ ไกรชุมพล. (2555). *ทัศนคติและพฤติกรรมการใช้สื่อออนไลน์ในการสร้างชื่อเสียงกรณีศึกษา YouTube* (รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พิมพ์สุรีย์ พงษ์เสื่อ. (2555). *พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี* (รายงานการวิจัย). สุโขทัย: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). (2558). *รู้เท่าทันสื่อ*. กรุงเทพฯ: สำนักศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ.
- อาชิรญาณ สุกทัศน์ และ ชีรพล เป็กเขียน. (2558). การใช้สังคมออนไลน์ที่มีผลต่อนักศึกษาปริญญาตรี. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธนบุรี*, 9(18), 9-13.



- อุษา บิ๊กกินส์. (2555). การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ. *วารสารสุทธิปริทัศน์*, 26(80), 147-162.
- Melvin L, D. (2010). *Mass communication theories: Explaining origins, processes, and effects*: New York: Routledge.
- Sonia, L., Magdalena, B., & Ellen, H. (2005). *Internet Literacy among Children and Young People: Findings from the UK Children Go Online project* (Research report). London: The UK Children Go Online project.
- James, P. (2004). *Theory of media literacy: A Cognitive approach*. California: Sage Publications, Inc.
- Sedentary Behaviour Research Network. (2012). Standardized use of the terms “sedentary” and “sedentary behaviours”. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 37(3), 540-542.
- Soos, I., Biddle, S., Boros-Balint, I., Sandor, I., Szabo, P., Hamar, P., & Simonek, J. (2012). Prevalence of sedentary behaviour in young people in Romania and Slovakia. *European Physical Education Review*, 18(1), 19-46.
- We Are Social & Hootsuite. (2563). *สถิติของประเทศไทย รายงาน Digital Thailand ประจำปี 2020*. สืบค้นเมื่อ 30 กันยายน 2563, จาก <https://blog.ourgreenfish.com//สถิติดิจิทัล-ของประเทศไทยจาก-digital-thailand-ประจำปี-2020>.