

พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

พัชรีดา บำรุงศรี¹, จันจิรา ตราสุวรรณ¹, สุภาพร รัตนรัตน์¹, อภิสรา ทาระการ¹, ณัฐธิดา ชำนาญกิจ¹, ณัฐปภัทร์
พงศ์ทองเมือง¹ และ นิตยา ศรีสุข^{1*}

¹คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

*ผู้รับผิดชอบบทความ: email nittaya.sri@sru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงสำรวจนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 1-4 และลักษณะการใช้สื่อสังคมออนไลน์ พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาแต่ละชั้นปีในด้านการศึกษา ด้านการสื่อสาร ด้านการบันเทิง สภาพปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ และแนวทางการแก้ไขปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 206 ราย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับฉลากเลือกตามรหัสนักศึกษา และสุ่มเลขรหัสนักศึกษาในแต่ละชั้นปีเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยปรับงานวิจัยของกมลลักษณ์ อินเอกและจากการทบทวนวรรณกรรม แบ่งออกเป็น 5 ส่วน เก็บข้อมูลโดยใช้ Google form หาค่าความเชื่อมั่นของค่า สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคจากกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียงจำนวน 30 คน โดยได้ค่า เท่ากับ 0.93 ผลการศึกษาพบว่าลักษณะการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลทั้ง 4 ชั้นปีมีลักษณะการเลือกใช้สื่อสังคมออนไลน์ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งเป็นเพศหญิง อุปกรณ์ที่เลือกใช้มากที่สุด คือ โทรศัพท์มือถือ โดยสถานที่ที่ใช้บ่อยมักใช้ที่หอพัก นอกจากนี้ยังพบว่านักศึกษาพยาบาลมีความถี่ในการใช้งานทุกวัน ส่วนใหญ่ใช้งานมากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน โดยมีช่วงเวลาที่ใช้อายุเฉลี่ย 20-24 น. และมีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในด้านการศึกษาสูงสุดและมีการใช้ในด้านการสื่อสารต่ำสุด ปัญหาที่พบบ่อยคือใช้เป็นระยะเวลาและมีความเสี่ยงต่อปัญหาที่ไม่ควรเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไป

คำสำคัญ: นักศึกษาพยาบาล, สื่อสังคมออนไลน์, พฤติกรรม

Behavior of Online Media Use of Students of Faculty of Nursing, Suratthani Rajabhat University

Patcharida Bumrungsri^{1*}, Junjira Trasuwan¹, Supaphorn Rattanarat¹, Apisara Tarakan¹, Natthida Chamnankit¹, Natpaphat Pongtongmueang¹ and Nittaya Srisuk¹

¹Faculty of Nursing, Suratthani Rajabhat University

*corresponding author: email nittaya.sri.ac.th

Abstract

The objective of this survey research was to investigate the behavior of online media use among nursing students of Faculty of Nursing, Suratthani Rajabhat University. Five aspects of social media use involving education, communication entertainment, problems of using online media, and solutions to solve the problem of using online media were asked. Participants were 206 nursing students. Simple random method was used to draw the student according to their student ID. Then they were chose between even or odd numbers in order to participate in this study. The data was collected using Google form. The instrument was a questionnaire developed by Kamolluck In-eak. The questionnaire was divided into 5 parts. The reliability was test in the 30 participants. Cronbach's alpha was 0.93. The results of the study revealed that the online media use behavior among nursing students in each year was not different. More than half of the participants were female. The most used device was a mobile phone which was used frequently in dormitories. It was also found that nursing students had a daily frequency of use. The participants reported that they spent for more than 2 hours a day between 8PM to 12 PM. The highest proportion of the online media used was for academic purposes and the lowest proportion was for communicating. The most common problem reported was a long period of time used as well as the problem on personal security.

Keywords: nursing student, online media use, behavior

1. บทนำ

สื่อสังคมออนไลน์ (Social media) เป็นเว็บไซต์ที่บุคคลสามารถสร้างเครือข่ายการสื่อสารโดยการสร้างบัญชีรายชื่อของตนเองขึ้นมา และสามารถติดต่อกับบัญชีรายชื่อของบุคคลอื่นๆได้บนสื่อสังคมออนไลน์สามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ข้อมูลต่างๆ ประสิทธิภาพ กิจกรรม หรือความสนใจที่เหมือนกันผ่านระบบอินเทอร์เน็ตโดยการรู้จักกันเป็นทอดๆผ่านทางเว็บไซต์ (กานดา รุมนะพงศา, 2560) พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์มีความแตกต่างกันของแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับการใช้งานในด้านต่างๆ เช่น พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนและนักศึกษา Gen Z พบว่าพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของ Gen Z ใช้เวลาใช้อินเทอร์เน็ตมากเป็นอันดับ 1 และใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆไปกับความบันเทิงเป็นส่วนใหญ่ อมรรัตน์ วงศ์โสภาก, เสกสรร สายสี สด, แฉ่งน้อย ย่านวารี (2560) พบว่าผลกระทบจากการกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อนักศึกษาส่งผลต่อสุขภาพ การดำเนินชีวิตประจำวันและด้านการศึกษาตามลำดับ เช่นผลกระทบด้านสุขภาพพบว่ามีอาการปวดตา ปวดศีรษะ เมื่อยมือ ปวดไหล่ เวลาเล่นนาน ๆ เช่นเดียวกับการศึกษาในต่างประเทศ (Usher et al., 2014) พบว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์มีผลกระทบต่อชีวิตประจำวัน

ธัญมาศ ทองมูลเล็ก (2558) ศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาที่เรียนเกี่ยวกับศาสตร์ด้านสุขภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาแพทยศาสตรบัณฑิตศิริราชพยาบาล และเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับเพศ ชั้นปีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และค่าใช้จ่ายต่อเดือน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาแพทย์มีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในด้านการติดต่อสื่อสารมากที่สุด นอกจากนี้ยังพบว่าเพศต่างกันมีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้านความบันเทิงแตกต่างกัน และมีพฤติกรรมการเลือกใช้อินเทอร์เน็ตและเครื่องมือที่ใช้ในการเชื่อมต่อสื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกัน ชั้นปีต่างกันมีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ทางการศึกษาแตกต่างกัน และเลือกใช้อินเทอร์เน็ตและเครื่องมือที่ใช้ในการเชื่อมต่อสื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกัน (พรณิการ์ พุ่มจันทร์, 2558)

นักศึกษาพยาบาลเป็นผู้ที่ต้องเรียนหนักทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติและมีกิจกรรมเสริมหลักสูตรซึ่งนักศึกษาต้องมีส่วนร่วม ซึ่งทุกกิจกรรมเหล่านี้มีการใช้อินเทอร์เน็ตเข้ามาเกี่ยวข้องในการติดต่อสื่อสารหรือเก็บข้อมูล นักศึกษาพยาบาลบางคนอาจต้องเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินชีวิต เมื่อเรียนทฤษฎีเสร็จก็ต้องขึ้นฝึกในภาคปฏิบัติต้องปฏิบัติตามพยาบาลและต้องทำกรณีศึกษาที่ได้รับมอบหมายซึ่งยังต้องเกี่ยวข้องกับการใช้อินเทอร์เน็ตในการค้นคว้าหาความรู้ ต้องทราบระเบียบของการใช้สื่อในสถานพยาบาล อีกทั้งมีความคาดหวังของสังคมในการแสดงออกผ่านสื่อส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลต้องปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงและความเครียดในการเรียนสาขาวิชานี้ อีกทั้งในสถานการณ์ของโรคโควิด-19 จึงต้องจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์และมีการใช้สื่อสังคมออนไลน์เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตประจำวัน ทั้งด้านการเรียนการศึกษาเป็นหลัก ด้านติดต่อสื่อสาร ด้านความบันเทิง เป็นต้น การใช้อินเทอร์เน็ตอย่างไม่เหมาะสมทั้งทางด้านเวลา การค้นคว้า อาจทำให้เกิดผลเสียต่อตัวนักศึกษาเองหรือในกรณีที่ร้ายแรงอาจทำให้ส่งผลต่อการขึ้นฝึกภาคปฏิบัติทำให้การฝึกปฏิบัติไม่มีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามจากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่ายังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลโดยเฉพาะ

1.1 วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1-4 มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี
2. เพื่อศึกษาลักษณะการใช้อินเทอร์เน็ต พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาแต่ละชั้นปีในการศึกษา ด้านการสื่อสาร ด้านการบันเทิง สภาพปัญหาการใช้อินเทอร์เน็ต และแนวทางการแก้ไขปัญหาการใช้อินเทอร์เน็ต

2. วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อสำรวจพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1-4 มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

2.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ธานีชั้นปีที่ 1 จำนวน 107 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 109 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 107 คนและชั้นปีที่ 4 จำนวน 102 คนรวมทั้งสิ้น จำนวน 425 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ธานีรวมทั้งสิ้นจำนวน 206 คน

2.2 การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ทำการรวบรวมข้อมูลนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ทั้ง 4 ชั้นปีโดยในแต่ละชั้นปีทำการสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับสลากเลือกตามรหัสนักศึกษา และสุ่มเลขรหัสนักศึกษาในแต่ละชั้นปีระหว่างเลขคู่หรือเลขคี่จะได้กลุ่มตัวอย่างแต่ละชั้นปี ดังนี้ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 53 คน นักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 56 คน นักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 53 คน นักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 44 คนรวมกลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาทั้งหมด 206 คนทำการเก็บข้อมูลโดยใช้ Google form

2.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยทำหนังสือผ่านคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ ขออนุญาตจาก กมลลักษณ์ อินทร์เอก ซึ่งทำการวิจัยเรื่องการศึกษาพฤติกรรมการใช้โซเชียลมีเดียของนักเรียนโรงเรียนลาดทิพรสพิทยาคม อำเภอตากลี จังหวัดนครสวรรค์ (กมลลักษณ์ อินทร์เอก, 2561) โดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 5 ส่วนได้แก่ 1) ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม 2) แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ 3) แบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ 4) แบบสอบถามเกี่ยวกับแนวทางแก้ปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ 5) ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ

2.4 ความตรงและความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการสร้างวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามจากผู้ศึกษาค้นคว้า เรื่อง การศึกษาพฤติกรรมการใช้โซเชียลมีเดียของนักเรียนโรงเรียนลาดทิพรสพิทยาคม อำเภอตากลี จังหวัดนครสวรรค์ ของ กมลลักษณ์ อินทร์เอก พ.ศ. 2561 ซึ่งผู้วิจัยได้นำเครื่องมือมาปรับและทดลองใช้ ในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน โดยได้ค่า สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.92

2.5 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ทำการประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงบรรยาย เชิงความถี่ ร้อยละ (%) ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับชั้น อุปกรณ์ที่ใช้ สถานที่ ระยะเวลา โดยใช้สถิติการแจกแจงความถี่ และร้อยละ (%)

2. การวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างเหมาะสม สภาพปัญหาการใช้สื่อออนไลน์และแนวทางแก้ไขปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ โดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

2.6 ขนาดกลุ่มตัวอย่าง

ขนาดกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากสูตร Taro Yamane ได้ประชากรกลุ่มตัวอย่างจำนวน 206 คน

2.7 การเก็บรวบรวมข้อมูลและการพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตใช้เครื่องมือวิจัยหลังได้รับอนุญาตให้เก็บข้อมูลจากฝ่ายวิจัยของคณะฯแล้วผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนโดยชี้แจงขั้นตอนการเก็บข้อมูลเป็นไปด้วยความสมัครใจ ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถถอนตัวได้ตลอดเวลา

3. ผลการวิจัย

3.1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตาราง 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตัวแปร	จำนวน (n=206)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	6	2.90
หญิง	200	97.10
อายุ (ปี)		
17	1	0.49
18	12	5.82
19	34	16.50
20	61	29.61
21	44	21.35
23	13	6.31
ชั้นปี		
1	48	23.30
2	59	28.60
3	55	26.70
4	44	21.40
อุปกรณ์สื่อสารที่ใช้		
คอมพิวเตอร์	43	20.90
คอมพิวเตอร์พกพา	137	66.50
โทรศัพท์เคลื่อนที่	182	88.30
อื่นๆ	16	7.80
สถานที่ที่ใช้		
หอพัก	195	94.70
ห้องเรียน	109	52.90
ห้องสมุด	44	21.40
ห้องคอมพิวเตอร์	17	8.30
ความบ่อยในการใช้งาน		
ทุกวัน	172	83.50
4-5 วันต่อสัปดาห์	4	1.90
2-3 วันต่อสัปดาห์	7	3.40
1 วันสัปดาห์	14	6.80
นานๆ ครั้ง	9	4.40
ระยะเวลาที่ใช้		
น้อยกว่า 30 นาที	11	5.30
30 นาที -1 ชม.	28	13.60

ตัวแปร	จำนวน (n=206)	ร้อยละ
1 ชม. -1.30 ชม.	31	15.00
1-2 ชม.	36	17.50
มากกว่า 2 ชม.	100	48.50
ช่วงเวลาที่ใช้บ่อย		
06.00-12.00	5	2.40
12.00-16.00	30	14.60
16.00-20.00	43	20.90
20.00-24.00	119	57.80
24.00-06.00	9	4.40

จากตาราง 3.1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิง (ร้อยละ 97.1) มีอายุ 20 ปีมากที่สุด (ร้อยละ 29.61) อุปกรณ์ที่นักศึกษาใช้มากที่สุดคือ โทรศัพท์เคลื่อนที่ (ร้อยละ 88.30) สถานที่ที่ใช้มากที่สุดคือหอพัก (ร้อยละ 94.70) นักศึกษาร้อยละ 100 ใช้สื่อสังคมออนไลน์ทุกวัน โดยเฉพาะช่วงเวลา 20.00-24.00 น.(ร้อยละ 57.80๗

3.2 พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สภาพปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์และแนวทางการแก้ปัญหาสื่อสังคมออนไลน์

ตัวแปร	ข้อที่ได้คะแนนเฉลี่ยสูงสุด (x, SD)	ข้อที่ได้คะแนนค่าเฉลี่ยต่ำสุด (SD)	ค่าเฉลี่ยโดยรวมรายด้าน (SD)	แปลผล
1. พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์				
1.1 เพื่อการศึกษา	ท่านใช้งานเพื่อดาวน์โหลดข้อมูลต่างๆสำหรับการทำงานบ้านหรืองานที่ได้รับมอบหมาย ($\bar{x}=4.93$, $SD=0.72$)	ท่านใช้งานสื่อออนไลน์โดยใช้เกมชนิดสร้างปัญญา (3.83, 0.99)	4.26 (0.51)	ระดับมาก
1.2 เพื่อการบันเทิง	ท่านใช้สื่อออนไลน์เพื่อสนทนากับเพื่อนและบุคคลอื่น ($\bar{x}=4.46$, $SD=0.68$)	ท่านใช้สื่อออนไลน์ในการเข้าดูเว็บไซต์ที่ไม่เหมาะสมกับวัยเช่นเว็บไซต์ที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรง (เช่น ภาพสงคราม ฆาตกรรม) (3.16, 1.46)	4.03 (0.60)	ระดับมาก
1.3 เพื่อการติดต่อสื่อสาร	ท่านใช้สื่อออนไลน์ในการติดต่อเพื่อนและบุคคลอื่น (4.45, 0.68)	ท่านใช้บริการเว็บบอร์ดต่างๆในการตั้งกระทู้ต่างๆที่สนใจ (3.64, 1.15)	4.02 (0.64)	ระดับมาก
2. สภาพปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์	ท่านใช้สื่อออนไลน์แต่ละครั้งเป็นระยะเวลาสั้น (4.12,0.74)	ท่านโพสต์ข้อมูลข่าวสารที่เป็นผลกระทบต่อสังคม (2.44, 1.41)	3.05(0.87)	ระดับปานกลาง

3. แนวทางแก้ไขปัญหาการใช้สื่อออนไลน์	ไม่ควรเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไป เช่น จะไปที่อยู่ที่ไหนเกี่ยวกับใคร บ้านอยู่เลขที่อะไร เบอร์โทรศัพท์อะไร (4.45, 0.76)	มีการจำกัดเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ตและการใช้สื่อออนไลน์ (4.06, 0.85)	4.31 (0.58)	ระดับมาก
--------------------------------------	--	---	----------------	----------

จากตารางที่ 3.2 พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สภาพปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์และแนวทางการแก้ปัญหาสื่อสังคมออนไลน์พบว่านักศึกษาใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อศึกษามากที่สุด ($\bar{x}=4.93, SD=0.72$) สภาพปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์พบว่านักศึกษาใช้สื่อเป็นระยะเวลานานอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=4.12, SD=0.74$) ด้านแนวทางแก้ไขปัญหาการใช้สื่อออนไลน์พบว่าไม่ควรเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไปอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=4.45, SD=0.76$)

4. ผลการวิจัยและอภิปรายผล

ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปพบว่าลักษณะการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลมีลักษณะการเลือกใช้สื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกัน อุปกรณ์ที่เลือกใช้มากที่สุด คือ โทรศัพท์มือถือ เนื่องจากปัจจุบันโทรศัพท์มือถือเป็นสิ่งจำเป็น ส่วนใหญ่นักศึกษาระดับปริญญาตรีจะมีโทรศัพท์มือถือเป็นของตนเอง ซึ่งปัจจุบันพบว่าโทรศัพท์มือถือมีบทบาทที่สำคัญเกี่ยวกับชีวิตประจำวันของนักศึกษาทั้งด้านการศึกษา การเข้าร่วมกิจกรรมและการใช้เวลาว่างเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารด้านต่างๆ โดยสถานที่ที่ใช้บ่อยมักใช้ที่หอพัก นอกจากนี้ยังพบว่านักศึกษาพยาบาลมีความถี่ในการใช้งานทุกวัน ส่วนใหญ่ใช้งานมากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน โดยมีช่วงเวลาที่ใช้อยู่เวลา 20-24 น. รวมประมาณ 4 ชม. ซึ่งเป็นเวลาหลังเลิกจากการเรียนการสอนและต้องทำงานที่ได้รับมอบหมายจากอาจารย์ผู้สอน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษางานวิจัยของ อพัชชา ช่างขวัญยืน (2561) ที่พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยนเรศวรมีพฤติกรรมใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่บ้าน/หอพักซึ่งมีประสบการณ์ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ โดยนิสิตเข้าใช้งานสื่อสังคมออนไลน์โดยเฉลี่ย 1-3 ชั่วโมงต่อครั้งและมีการใช้งานทุกวัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จักรศ เมตตะธำรงค์, ธัญญา พากเพียร และ ปาณิสรา ประจตุทศรี (2563) พบว่าโดยส่วนมากแล้วเยาวชนไทยใช้งานอินเทอร์เน็ตทุกวัน มีการใช้งานอินเทอร์เน็ตต่อครั้งจะใช้เวลานานกว่า 3 ชั่วโมง

ด้านพฤติกรรมการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการศึกษาพบว่าเป็นด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด โดยข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือการใช้เพื่อดาวน์โหลดข้อมูลต่างๆสำหรับการทำงานบ้านหรืองานที่ได้รับมอบหมายเนื่องจากปัจจุบันได้มีการส่งเสริมให้มีการเรียนแบบ active learning ซึ่งนักศึกษาต้องค้นคว้าข้อมูลด้วยตนเองมากขึ้นเพื่อตอบปัญหาในการเรียนออนไลน์ให้มากกว่าการเรียนในชั้นเรียน ด้านพฤติกรรมการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการบันเทิง ผลวิจัยพบว่าข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือใช้เพื่อสนทนากับเพื่อนและบุคคลอื่นมากที่สุด เนื่องจากในปัจจุบันอินเทอร์เน็ตเข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันเรามากขึ้น จึงมีการเปลี่ยนแปลงการสื่อสารระหว่างกันเป็นการสื่อสารผ่านโซเชียลมีเดียแทนการพูดคุย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรธนิการ์ พุ่มจันทร์ นุชจรรย์ หงษ์เหลี่ย และ พัชดาพรรณ อุดมเพชร (2558) พบว่าส่วนใหญ่นักศึกษาแพทย์มีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในด้านการติดต่อสื่อสารมากที่สุด เนื่องจากนักศึกษาใช้เพื่อรับทราบข่าวสาร และใช้เพื่อติดต่อสื่อสารกับอาจารย์ผู้สอน ในขณะที่ เพ็ญพอน พ่วงแพ (2559) พบว่าความคิดเห็นของนักศึกษาวิชาชีพครูที่มีต่อการใช้ประโยชน์เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media) โดยภาพรวมผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการใช้ด้านความบันเทิงมากที่สุด อาจเป็นไปได้เนื่องจากบุคคลส่วนใหญ่ใช้สื่อสังคมออนไลน์ เพื่อผ่อนคลายความเครียด ฟังเพลง ดูหนังออนไลน์ การแบ่งปันรูปภาพหรือสถานที่ท่องเที่ยวซึ่งแตกต่างกับนักศึกษาพยาบาลเนื่องจากมีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อศึกษามากที่สุด

ด้านสภาพปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ผลการวิจัยพบว่าข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือมีการใช้สื่อออนไลน์แต่ละครั้งเป็นระยะเวลานานเนื่องจากสถานการณ์ Covid-19 ในช่วงที่ผ่านมาต้องมีการกักตัวและไม่ไปในสถานที่เสี่ยง หลีกเลี่ยงพื้นที่ที่มีคนเยอะ ทำให้สถาบันการศึกษาทั่วโลกต้องปิดการเรียนการสอนในห้องเรียน มีการปรับตัวมาจัดการเรียนการสอนผ่านระบบออนไลน์เนื่องจากประสิทธิภาพของการเรียนการสอนที่ยังไม่เพียงพอซึ่งระบบการเรียนการสอนออนไลน์หรืออีเลิร์นนิง (e-learning) ยังไม่เพียงพอเทียบเท่าการเรียนในห้องเรียนซึ่งไม่มีสิ่งกระตุ้น อาจารย์จึงมีการมอบหมายงานที่เพิ่มขึ้น นักศึกษาจำเป็นต้องค้นคว้าข้อมูลเพิ่มเติมจึงทำให้มีการใช้ระยะเวลานานขึ้นในการใช้งานต่อครั้งซึ่งอาจมีผลเสียที่เกิดขึ้น เช่น ปัญหาที่เกิดกับร่างกายด้านต่างๆ

พักผ่อนไม่เพียงพอ ความทรงจำแย่งลง สมาธิสั้น หรือปัญหาต่ออารมณ์และกระบวนการคิด ซึมเศร้า ขาดปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างซึ่งการใช้งานออนไลน์อย่างต่อเนื่องนานเกิน 2 ชั่วโมงอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ใช้งาน

ด้านแนวทางแก้ไขปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ผลการวิจัยพบว่าข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือข้อไม่ควรเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไป เช่น จะไปที่ไหน เกี่ยวกับใคร บ้านอยู่เลขที่อะไร เบอร์โทรศัพท์อะไรเป็นจำนวนมากที่สุด สอดคล้องกับงานวิจัยของ กชกร บุญยพิทักษ์สกุล และ พิชญานี พูนพล (2562) พบว่าบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกมีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างรู้เท่าทัน ใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างมีวิจารณญาณ มีทักษะการใช้เทคโนโลยี และการได้รับอิทธิพลจากตัวแบบที่มีชื่อเสียงและการมีภูมิคุ้มกันทางจิต ตามลำดับ ซึ่งนักศึกษาพยาบาลมีพฤติกรรมการใช้สื่อส่วนใหญ่คือควรทำให้คนอื่นประทับใจในสิ่งที่คุุณโพสต์หรืออัปโหลด ควรจะโพสต์ในสิ่งที่คนอื่นเห็นว่าเป็นประโยชน์หรือพูดให้กำลังใจกับคนอื่น

การศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้านต่างๆ สภาพปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ และแนวทางการแก้ไข ในครั้งนี้ส่งเสริมการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างเหมาะสมในการจัดกิจกรรมอบรมพฤติกรรมการใช้สื่อ ทราบถึงผลกระทบจากพฤติกรรมและแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งผลการศึกษานำไปวางแผนด้านการศึกษาหรือส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสมของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานีต่อไป

4.1 ข้อเสนอแนะของงานวิจัยครั้งต่อไป

1.ควรมีการศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ โดยการเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้รับรู้ทัศนคติและความต้องการในการใช้ประโยชน์ด้านการศึกษา ทั้งในทางทฤษฎีและในทางปฏิบัติ

2.ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์และนักศึกษาสาขาวิชาอื่น

เอกสารอ้างอิง (References)

Usher, K., Woods, C., Casella, E., Glass, N., Wilson, R., Mayner, L., . . . Mather, C. (2014). Australian health professions student use of social media. *Collegian*, 21(2), 95-101.

กมลลักษณ์ อินทร์เอก. (2560). การศึกษาพฤติกรรมการใช้โซเชียลมีเดียของนักเรียนโรงเรียนลาดทิพรสพิทยาคม อำเภอตากลี จังหวัดนครสวรรค์. *พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร*.

กชกร บุญยพิทักษ์สกุล และ พิชญานี พูนพล. (2562). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างรู้เท่าทันของนักศึกษาปริญญาตรีในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

กันตพล บรรทัดทอง. (2557). พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์และความพึงพอใจของกลุ่มคน

ผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: การศึกษาเฉพาะบุคคลปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

กานดา รุณณะพงศา. (2556). สังคมออนไลน์เพื่อการศึกษา. ร้อยเอ็ด: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด.

จักรเรศ เมตตะธำรง, ธัญญา พากเพียร, ปาณิสรา ประจตุทศศรี (2563). การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตในชีวิตประจำวันของเยาวชนไทยในยุคโซเชียลมีเดีย. *วารสารวิจัย มข. สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*. 8(3), 73-86.

พรณิการ์ พุ่มจันทร์, นุชจรรย์ หงษ์เหล็ก, พชดาพรรณ อุดมเพชร (2558). พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ของนักศึกษาแพทย์ระดับปริคณิกของ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. *เวชนันทิกรศิริราช*, 8 (1), 27-35.

เพ็ญพอน พ่วงแพ. (2559). การศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media) ของนักศึกษาวิชาชีพครูคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. *Veridian E-Journal, Silpakorn University*, 946-956.

อพัชชา ช่างขวัญเย็น (2561). พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์และทักษะการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยนเรศวร. 16(1), 188-197.