

ความสัมพันธ์และการทำนายคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีต่อการติดอินเทอร์เน็ต ของนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี

The Relationship and Influence of Internet User's Characteristic on Internet Addiction among Undergraduate Students

ชนิษฐา วิเศษสาธิต^{1*} และ เจนจิรา จิตรไพบูลย์²

*ผู้รับผิดชอบบทความ

Khanitha Wisessathon^{1*} and Jenjira Jitpaiboon²

Email: wiessathorn@gmail.com^{1*}

*Corresponding author

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อหาความสัมพันธ์และทำนายคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต ได้แก่ อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ต ความยาวนานของการใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบัน และระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันที่มีต่อการติดอินเทอร์เน็ตของนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จำนวน 258 คน (เป็นเพศหญิง ร้อยละ 80.6 และเพศชาย ร้อยละ 19.4) มีอายุระหว่าง 18-25 ปี และเป็นผู้ที่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบสอบถาม Internet Addiction Test (IAT) ผลจากการศึกษา พบว่า อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ตและระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันมีความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_{xy} = -.131$, $p\text{-value} < .05$ และ $r_{xy} = .283$, $p\text{-value} < .01$ ตามลำดับ) โดยระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันสามารถทำนายการติดอินเทอร์เน็ตได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($\beta = .296$, $p\text{-value} < .001$) ความรู้ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ จึงเป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อการออกแบบโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมและปลูกฝังให้เกิดพฤติกรรมการใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างเหมาะสมตั้งแต่วัยเด็ก เพื่อพัฒนาไปเป็นบุคคลยุคดิจิทัลที่รู้เท่าทันเทคโนโลยี

คำสำคัญ: คุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต; การติดอินเทอร์เน็ต; นักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี

Abstract

The study aimed to investigate the relationship and predict Internet user's characteristic (i.e. age at the start using the Internet, the longevity of Internet usage from the beginning to the present, and the average internet usage time per day) that influence on Internet addiction among undergraduate students. Samples were 258 undergraduate students (80.6% females and 19.4 males) whose age ranged from 18-25 years old and they were able to connect to the Internet. All of the samples were asked to complete questionnaires including general information and Internet Addiction Test (IAT). The results revealed that 'age at the start using the Internet' and 'the average internet usage time per day' were significantly correlated with

¹รองศาสตราจารย์ นักวิชาการอิสระ

²อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

the Internet addiction ($r_{xy} = -.131$, p -value $< .05$ and $r_{xy} = .283$, p -value $< .01$, respectively). 'The average internet usage time per day' was also shown as a significant predictor of Internet addiction at the level of $.01$ ($\beta = .296$, p -value $< .001$). Our findings, hence, benefit for a practitioner to gain basic knowledge for designing health-related program emphasizing on promoting healthy Internet usage behavior since childhood. This promotion program would be able to enhance individual to grow maturely in the era of advancing technology and digital.

Keywords: Internet User's Characteristic; Internet Addiction; Undergraduate Students

บทนำ

จากสถานการณ์การใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทยพบว่ามีผู้ใช้งานมากขึ้นเรื่อย ๆ ทุกปีเช่นเดียวกับรายงานการใช้อินเทอร์เน็ตจากทั่วโลกโดยช่วงวัยที่มีรายงานการใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุดคือวัยรุ่นถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น หรือ Gen Y (อายุระหว่าง 18-32 ปี) มีชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยประมาณ 7 ชั่วโมง/วัน ทั้งในวันธรรมดาและวันหยุด ในขณะที่ Gen Z (อายุต่ำกว่า 18 ปี) มีชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยในวันธรรมดา 5 ชั่วโมง/วัน และวันหยุด 7 ชั่วโมง/วัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะวัยนี้เป็นวัยเรียน ในวันธรรมดาเด็กจึงต้องทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามแผนการเรียนการสอนของโรงเรียน และใช้เวลาในวันหยุด เพื่อทำกิจกรรมในอินเทอร์เน็ต ส่วน Gen X (อายุระหว่าง 33-47 ปี) มีชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยประมาณ 5 ชั่วโมง/วัน (The Statistics Portal, 2018) การใช้งานอินเทอร์เน็ตส่วนใหญ่ใช้สมาร์ทโฟน และพบว่าวัยรุ่นหรือวัยเรียนมีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตทำกิจกรรมออนไลน์ที่หลากหลาย แต่ส่วนใหญ่ไม่ใช่งานที่เกี่ยวข้องกับการเรียน นำไปสู่การใช้งานมากเกินไปจนรบกวนกิจวัตรประจำวันและการทำหน้าที่อื่น ๆ ของตนและเกิดเป็นปัญหาด้านพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตตามมา (Liu & Potenza, 2007, Young, 2013)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์หรือสามารถทำนายการใช้อินเทอร์เน็ตของบุคคลแบ่งได้เป็น 3 กลุ่มใหญ่ ๆ ได้แก่ 1) ปัจจัยภายในตัวบุคคล (Intrapersonal Factors) เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะของผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ต เช่น บุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ความรู้สึกโดดเดี่ยว วุฒิภาวะทางอารมณ์ การกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม รวมไปถึงกระบวนการทางจิตใจของบุคคลในการจัดการกับความเครียด ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า สมาธิสั้น และย้าคิดย้าทำ เป็นต้น (Boumostleh & Jaalouk, 2017; Chen, et. al., 2017; Choi, et. al., 2015; Demirci., Akgönül., & Akpinar, 2015; Kuss, et. al., 2013; Laconi., Tricard., & Chabrol, 2015; Wong., Yuen., & Li, 2015) 2) ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (interpersonal factors) เกี่ยวข้องกับการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับบุคคลรอบข้างที่มีผลกระทบให้บุคคลใช้งานอินเทอร์เน็ต เช่น สัมพันธภาพกับพ่อแม่และสมาชิกในครอบครัว จากรายงานการวิจัยในต่างประเทศพบว่า ครอบครัวที่มีปัญหาแตกแยก พ่อแม่แสดงอารมณ์ทางลบต่อกันให้ลูกรับรู้ การขาดการแนะนำจากพ่อแม่ การขาดการสื่อสารและกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว ส่งผลกระทบบให้ลูกใช้อินเทอร์เน็ตสูงขึ้นเพราะเป็นทางออกสำหรับการระบายความรู้สึกอัดอั้นตันใจหรือหลีกเลี่ยงอารมณ์ทางลบในชีวิตจริง (Koo & Kwon, 2014) ในขณะที่สัมพันธภาพกับเพื่อนก็ส่งผลต่อการใช้งานอินเทอร์เน็ตเช่นกัน จากรายงานการวิจัยพบว่า บุคคลที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มสูงหรือมีเพื่อนสนิทในชีวิตจริงน้อยมีแนวโน้มจะใช้งานอินเทอร์เน็ตเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในโลกเสมือนในอินเทอร์เน็ตทดแทน (Jantatam, 2003 cited in Wanajak, 2011) และ 3) ปัจจัยจากความก้าวหน้าของอินเทอร์เน็ตและเทคโนโลยี (Internet Factors) เช่น ระยะเวลาที่ใช้งานอินเทอร์เน็ต จากรายงานการวิจัยพบว่าผู้ที่ติดและไม่ติดอินเทอร์เน็ตมีระยะเวลาเฉลี่ยในการใช้งานอินเทอร์เน็ตต่อวันแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ และการใช้งานอินเทอร์เน็ตที่ยาวนาน รบกวนการทำงานที่และกิจวัตรประจำวันของบุคคล (Wisessathorn, 2015; Wong, Yuen, & Li, 2015; Young, 1996) นอกจากนี้ ประเภทของกิจกรรมออนไลน์ที่ส่งผลต่อการใช้งานอินเทอร์เน็ตของบุคคลเช่นกัน โดยกิจกรรมออนไลน์อาจแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ คือ กิจกรรมออนไลน์ที่อาศัยการสื่อสารทางเดียว เช่น การค้นหาข้อมูล การดูหนัง/ซีรี่ย์ การฟังเพลง เป็นต้น และกิจกรรมออนไลน์ที่อาศัยการสื่อสารสองทาง เช่น โซเชียลมีเดีย เกมออนไลน์ เป็นต้น

ผลจากการวิจัยพบว่ากิจกรรมออนไลน์ที่อาศัยการสื่อสารสองทางนำไปสู่ การติดอินเทอร์เน็ตได้ง่ายกว่ากิจกรรมออนไลน์ที่อาศัยการสื่อสารทางเดียว (Kuss, et. al., 2013; Young, 1996) ซึ่งปัจจัยต่าง ๆ ทั้งหมดนี้ล้วนส่งผลร่วมกัน และเป็นสาเหตุของการใช้อินเทอร์เน็ตของแต่ละบุคคล

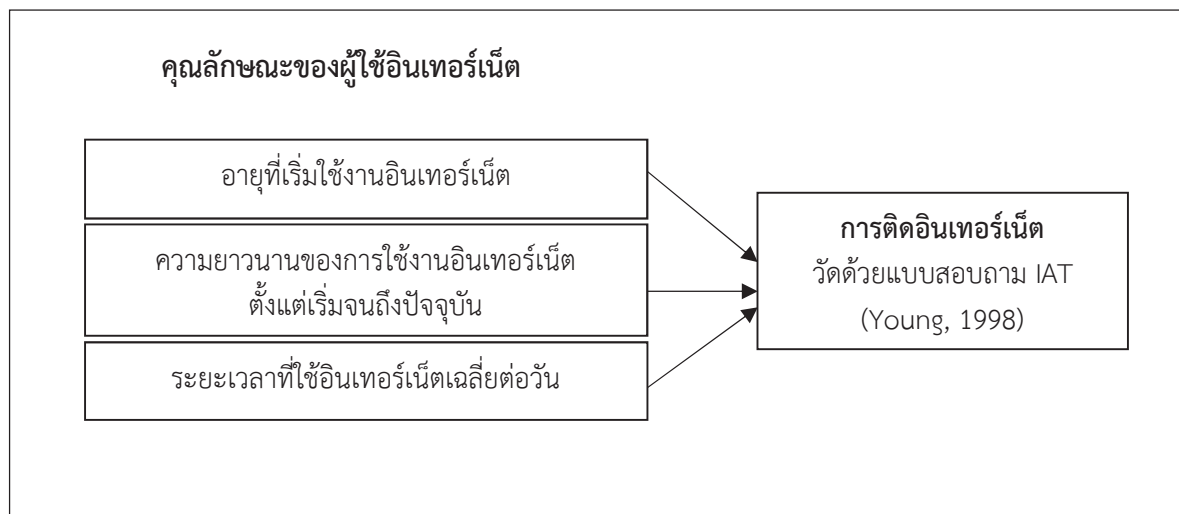
การใช้งานอินเทอร์เน็ตมากเกินไปจนนำไปสู่ “การติดอินเทอร์เน็ต หรือ Internet Addiction (IA)” ยังไม่มีเกณฑ์วินิจฉัยโรคที่เป็นสากล แต่จะอาศัยเกณฑ์การวินิจฉัยที่เทียบเคียงกับการวินิจฉัยโรคติดสารเสพติด (Substance Dependence or Substance Pathology ใน DSM-IV, DSM-IV-TR) การติดการพนัน (Pathological Gambling ใน DSM-IV/DSM-IV-TR) หรือการติดเกมออนไลน์ (Internet Gaming Disorder ใน DSM-5) โดยมีเกณฑ์ร่วมกันคือ ใช้งานอินเทอร์เน็ตมากเกินไปถึงกิจกรรมอื่น ๆ มีอาการถอน (เช่น กระวนกระวาย ขาดสมาธิ ง่วงงาม) เมื่อไม่สามารถใช้งานอินเทอร์เน็ตได้ ต้องการใช้เวลาอยู่กับอินเทอร์เน็ตนานขึ้นเรื่อย ๆ ขาดความสามารถในการควบคุมการใช้งานอินเทอร์เน็ตของตน หมกมุ่นกับการใช้งานอินเทอร์เน็ตแม้จะทราบถึงข้อเสียของการใช้งานที่มากเกินไป ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อหลีกเลี่ยงอารมณ์ทางลบ รวมไปถึงการใช้งานอินเทอร์เน็ตจนรบกวนการทำงานที่ด้านการเรียน การทำงาน การทำกิจวัตรประจำวัน หรือสัมพันธ์กับบุคลรอบข้างในชีวิตจริง (American Psychiatric Association, 1994; 2000; 2013; Cho, et. al., 2014; Wanajak, 2011; Wisessathorn, 2017) โดยแนวทางการให้ความช่วยเหลือผู้ที่ติดอินเทอร์เน็ตมีหลายวิธี เช่น การให้คำปรึกษารายบุคคล หรือกลุ่มจิตบำบัดรายบุคคล หรือกลุ่มครอบครัวบำบัด หรือการให้สุขภาพจิตศึกษา เป็นต้น

ถึงแม้จากการทบทวนวรรณกรรมข้างต้นจะพบว่า มีปัจจัยต่าง ๆ มากมายทั้งจากภายในตัวบุคคล ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และปัจจัยจากความก้าวหน้าของอินเทอร์เน็ตและเทคโนโลยีที่ล้วนส่งผลต่อการใช้งานอินเทอร์เน็ตของบุคคล อย่างไรก็ตาม การศึกษาเพื่อสร้างมุมมองเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงปัจจุบัน ยังมีผู้ศึกษาไว้ไม่มากนัก งานวิจัยส่วนใหญ่มุ่งเน้นปัจจัยภายในตัวบุคคลด้านบุคลิกภาพ การรู้คิด อารมณ์ความรู้สึก และภาวะสุขภาพจิต (Boumosleh & Jaalouk, 2017; Choi, et. al., 2015; Kuss, et. al., 2013; Laconi, Tricard, & Chabrol, 2015; Wong, Yuen, & Li, 2015) ในขณะที่การศึกษาคั้งนี้ จะนำตัวแปรเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มต้น ได้แก่ 1) อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ต 2) ความยาวนานของการใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบันและ 3) ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน มาศึกษาเพื่อหาความสัมพันธ์และทำนายการติดอินเทอร์เน็ต โดยศึกษากับกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีรายงานการใช้อินเทอร์เน็ตสูงกว่ากลุ่มอายุอื่น ๆ ความรู้ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จึงเป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อการออกแบบโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมและปลูกฝังให้เกิดพฤติกรรมการใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างเหมาะสมตั้งแต่วัยเด็ก ฝึกหัดให้เด็กสร้างสมดุลระหว่างการทำกิจกรรมในอินเทอร์เน็ตกับกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิตประจำวันช่วยให้บุคคลทำหน้าที่ของตนทั้งด้านการเรียน การเข้าสังคมและการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข เป็นบุคคลยุคดิจิทัลที่รู้เท่าทันเทคโนโลยี

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตกับการติดอินเทอร์เน็ตของนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี
2. เพื่อทำนายคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีต่อการติดอินเทอร์เน็ตของนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ในงานวิจัยครั้งนี้ เป็นงานวิจัยแบบ Cross-sectional study เก็บข้อมูลกับประชากรซึ่งเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี อายุระหว่าง 18-25 ปี ที่สามารถเข้าถึงการใช้งานอินเทอร์เน็ตได้ มีวิธีการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างและวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ขนาดกลุ่มตัวอย่าง (sample size)

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จำนวน 258 คน โดยพิจารณาขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างสำหรับงานวิจัยที่มีการเก็บข้อมูลครั้งเดียวและมีประชากรขนาดใหญ่ กำหนด confidence level = 99%, confidence interval = 10 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำ ไม่น้อยกว่า 166 คน (The Survey System, 2012)

2. การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง (sampling methods)

ใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling method) โดยระบุเกณฑ์การคัดเลือก (Inclusion criteria) ดังนี้

1. มีอายุระหว่าง 18-25 ปี
2. กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี
3. เป็นผู้ที่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้
4. ยินดีเข้าร่วมการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้เครื่องมือวิจัยที่เป็นแบบสอบถามออนไลน์ แบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 7 ข้อ ประกอบด้วยข้อความ ได้แก่ เพศ อายุ อายุที่เริ่มใช้อินเทอร์เน็ตครั้งแรก เวลาที่ใช้ในการเล่นอินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน กิจกรรมออนไลน์ที่ใช้บ่อย ๆ อุปกรณ์ที่ใช้เชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต เป็นต้น
2. แบบสอบถาม Internet Addiction Test (IAT) พัฒนาขึ้นโดย Young (1998) มีข้อความ 20 ข้อ เป็นระดับมาตรวัดลิเคิท 6 ระดับ (0 คือ ไม่เคยเลย จนถึง 5 คือ ทุกครั้ง) ในการวิจัยนี้ได้แปลข้อความเป็นฉบับภาษาไทยและตรวจสอบความถูกต้องของภาษาโดยผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยา เมื่อนำมาทดสอบกับผู้มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

จำนวน 30 คน พบว่า มีค่าความสอดคล้องภายใน (α) เป็น .904 (ระดับสูง) ทั้งนี้ เวลาที่ใช้ในการตอบแบบสอบถามออนไลน์ ทั้งฉบับประมาณ 5-10 นาที

วิธีดำเนินการวิจัย

มีขั้นตอนเป็นดังนี้

1. ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์คัดเลือก โดยกลุ่มตัวอย่างที่สนใจจะเข้าร่วมงานวิจัยจะได้รับข้อมูลเกี่ยวกับโครงการวิจัย วัตถุประสงค์การวิจัย วิธีการและขั้นตอนในการเก็บข้อมูล
2. กลุ่มตัวอย่างที่ประสงค์เข้าร่วมงานวิจัยจะได้รับ QR code หรือ URL เพื่อตอบข้อมูลในแบบสอบถามออนไลน์ โดยใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามทั้งฉบับ ประมาณ 5-10 นาที
3. ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถถอนตัวจากการตอบแบบสอบถามออนไลน์เมื่อใดก็ได้ โดยไม่ต้องแจ้งล่วงหน้า จะไม่ได้รับผลกระทบใด ๆ จากการยุติหรือถอนตัวจากงานวิจัย
4. การวิเคราะห์ข้อมูลจะทำเป็นภาพรวม ไม่มีการระบุตัวตนของผู้ตอบแบบสอบถามเป็นรายบุคคล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ดำเนินการเป็น 3 ส่วน ได้แก่

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตด้วยสถิติพรรณนา เช่น ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตกับการติดอินเทอร์เน็ตด้วยสถิติ Pearson product moment correlation
3. วิเคราะห์การทำนายและสร้างสมการทำนายคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีต่อการติดอินเทอร์เน็ตด้วยสถิติ multiple regression analysis วิธีการ forward method

ผลการศึกษา

ผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่ (1) ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (2) ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตกับการติดอินเทอร์เน็ต และ (3) การทำนายคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีต่อการติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งผลการศึกษาเป็นดังนี้

ส่วนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี ที่มีอายุระหว่าง 18-25 ปี และสามารถเข้าถึงการใช้งานอินเทอร์เน็ต จำนวน 258 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง 208 คน (ร้อยละ 80.6) มีอายุเฉลี่ย 21.38 ปี (SD = 1.94) อายุเฉลี่ยที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ตครั้งแรก 12.77 ปี (SD = 2.77) มีชั่วโมงการใช้งานอินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน 8.10 (SD = 4.20) ชั่วโมง/วัน ประเภทของกิจกรรมที่ใช้ในอินเทอร์เน็ตมากที่สุดสามอันดับแรก ได้แก่ โซเชียลมีเดีย (ร้อยละ 86) กิจกรรมบันเทิงออนไลน์ (ร้อยละ 70.5) และเกมออนไลน์ (ร้อยละ 29.8) โดยผู้เข้าร่วมวิจัยใช้งานอินเทอร์เน็ตผ่านอุปกรณ์สมาร์ทโฟนมากที่สุด (ร้อยละ 90.7) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (n = 258)

ลักษณะทั่วไป	จำนวน (ร้อยละ)
เพศ	
ชาย	50 (19.4%)
หญิง	208 (80.6%)
อายุเฉลี่ย (ปี)	21.38 (SD = 1.94); Min = 18 / Max = 25
อายุที่ใช้อินเทอร์เน็ตครั้งแรกเฉลี่ย (ปี)	12.77 (SD = 2.77); Min = 4 / Max = 22
จำนวนชั่วโมงที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน (ชม./วัน)	8.10 (SD = 4.20); Min = 1 / Max = 20
ประเภทของกิจกรรมที่ใช้ในอินเทอร์เน็ต ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ	
โซเชียลมีเดีย เช่น Facebook, Instagram, Line	222 (86.0%)
กิจกรรมบันเทิงออนไลน์ เช่น ฟังเพลง ดูภาพยนตร์ ดูซีรีส์ ฯลฯ	182 (70.5%)
เกมออนไลน์	77 (29.8%)
ค้นหาข้อมูลไปเรื่อย ๆ ไม่เฉพาะเจาะจง	64 (24.8%)
ติดตามข่าวสาร	57 (22.1%)
ค้นหาข้อมูลที่สนใจ เช่น การทำอาหาร กีฬา รถยนต์ ฯลฯ	55 (21.3%)
ค้นคว้าหาความรู้/ข้อมูลทางวิชาการ	48 (18.6%)
ติดตามความเคลื่อนไหวของดาราและคนดัง	28 (10.9%)
อ่านนิยาย/การ์ตูนออนไลน์	21 (8.1%)
ธุรกิจออนไลน์	19 (7.4%)
Email	17 (6.6%)
อื่น ๆ	7 (2.7%)
อุปกรณ์ที่ใช้ในการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ	
โทรศัพท์มือถือ/สมาร์ตโฟน	234 (90.7%)
Notebook	13 (5.0%)
เครื่องคอมพิวเตอร์แบบ PC	10 (3.9%)
Ipad	1 (0.4%)

ส่วนที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตกับการติดอินเทอร์เน็ต

ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต ได้แก่ อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ต ความยาวนานของการใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบัน และระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันกับคะแนนการติดอินเทอร์เน็ตที่วัดด้วยแบบสอบถาม IAT พบว่า (1) อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์ในระดับต่ำและทิศทางผกผันกับการติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r_{xy}) เท่ากับ $-.131$ (p -value $< .05$) แสดงว่า การเริ่มต้นใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่อายุยังน้อยมีความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ตสูง (2) ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันมีความสัมพันธ์ในระดับต่ำและทิศทางเดียวกันกับการติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r_{xy}) เท่ากับ $.283$ (p -value $< .01$) แสดงว่า ยิ่งมีระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันมาก มีความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ตมากตามไปด้วย ในขณะที่ (3) ความยาวนานของการใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบันไม่มีความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญ ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2

ความสัมพันธ์ระหว่างการติดอินเทอร์เน็ตกับคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต

ตัวแปร	(1)	(2)	(3)	(4)
(1) การติดอินเทอร์เน็ต	1	-.131*	.062	.283**
		(p = .045)	(p = .343)	(p < .001)
(2) อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ต		1	-.748**	-.158*
			(p < .001)	(p = .028)
(3) ความยาวนานของการใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบัน			1	.117
				(p = .105)
(4) ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน				1

หมายเหตุ * p-value < .05; ** p-value < .01

ส่วนที่ 3 การทำนายคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีต่อการติดอินเทอร์เน็ต

การทำนายคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ต ได้แก่ อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ต ความยาวนานของการใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบันและระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันที่มีต่อคะแนนการติดอินเทอร์เน็ตที่วัดด้วยแบบสอบถาม IAT ด้วยสถิติ multiple regression analysis วิธีการ forward method พบว่า ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันเป็นตัวแปรเดียวที่สามารถทำนายการติดอินเทอร์เน็ตได้ที่ร้อยละ 8.3 โดยพบอิทธิพลของการทำนายการติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($\beta = .296$, p-value < .001) ส่วนอายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ต และความยาวนานของการใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบันไม่สามารถทำนายการติดอินเทอร์เน็ตได้อย่างมีนัยสำคัญและไม่เข้าสู่สมการทำนายดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3

อิทธิพลและการทำนายคุณลักษณะของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีต่อการติดอินเทอร์เน็ต

ตัวแปรที่เข้าสมการทำนาย	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t-value	p-value
	B	SE	Beta		
ค่าคงที่ (Constant)	17.767	2.259	-	7.866**	<.001
ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน	1.065	.249	.296	4.283**	<.001
ตัวแปรที่ไม่เข้าสมการทำนาย					
อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ต	-.085 ^a	-	-	1.219	.224
ความยาวนานของการใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบัน	.024 ^a	-	-	.351	.726

R = .296; R² = .088; Adjusted R² = .083

หมายเหตุ * p-value < .05; ** p-value < .01

วิเคราะห์สมการ ทำนายด้วยวิธีการ forward method: ตัวแปรที่ไม่เข้าสมการทำนาย ถูกวิเคราะห์จากสมการ (ค่าคงที่) และระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน โดยมีตัวแปรตาม คือคะแนนการติดอินเทอร์เน็ตที่วัดด้วย IAT ทั้งนี้ สมการทำนายการติดอินเทอร์เน็ตในงานวิจัยครั้งนี้ เป็นดังนี้

สมการทำนายการติดอินเทอร์เน็ตแบบ unstandardized regression equation

การติดอินเทอร์เน็ต = 17.761 + 1.065 (ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน)

สมการทำนายการติดอินเทอร์เน็ตแบบ standardized regression equation

การติดอินเทอร์เน็ต = .296 (ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน)

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการศึกษาครั้งนี้ พบประเด็นการอภิปรายที่สำคัญ ได้แก่

1. ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน มีความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_{xy} = .283$, $p\text{-value} < .01$) และสามารถทำนายการติดอินเทอร์เน็ตได้ โดยคิดเป็น .296 (ระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวัน) บ่งชี้ว่าผู้ที่ใช้เวลาไปกับกิจกรรมในอินเทอร์เน็ตเป็นเวลานาน มีแนวโน้มจะเป็นผู้ที่ติดอินเทอร์เน็ต สอดคล้องกับการศึกษาทั้งในและต่างประเทศหลายฉบับที่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของระยะเวลาการใช้อินเทอร์เน็ตระหว่างผู้ที่ติดและไม่ติดอินเทอร์เน็ต จนสามารถจัดเป็นเกณฑ์หนึ่งของการติดอินเทอร์เน็ตได้ เช่น การศึกษาของ (Young, 1996) ที่พบว่า ผู้ที่ติดอินเทอร์เน็ตมีระยะเวลาการใช้งานมากกว่าผู้ที่ไม่ติดอินเทอร์เน็ตถึง 8 เท่า คือ 39 ชั่วโมง/สัปดาห์และ 5 ชั่วโมง/สัปดาห์ตามลำดับ ส่วนการศึกษาของ (Wong, Yuen, & Li, 2015) ในวัยรุ่นฮ่องกง พบว่า ผู้ที่ติดอินเทอร์เน็ตมีระยะเวลาการใช้งานที่ 30 ชั่วโมง/สัปดาห์แตกต่างจากผู้ที่ไม่ติดอินเทอร์เน็ตที่มีระยะเวลาการใช้งาน 20 ชั่วโมง/สัปดาห์ ส่วนการศึกษาในประเทศไทยของ (Wisessathorn, 2015) พบว่า ผู้ที่ติดอินเทอร์เน็ตมีระยะเวลาการใช้งานเฉลี่ยต่อวันมากเป็น 3 เท่า ของผู้ที่ไม่ติดอินเทอร์เน็ต คือ 6 ชั่วโมง/วัน และ 2 ชั่วโมง/วัน

2. อายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ต มีความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับต่ำ และทิศทางผกผัน ($r_{xy} = -.131$, $p\text{-value} < .05$) บ่งชี้ว่าผู้ที่เริ่มต้นใช้งานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่อายุยังน้อยมีความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ต แต่ยังไม่ใช่ตัวแปรที่สามารถทำนายการติดอินเทอร์เน็ตได้ โดยพบว่า กลุ่มตัวอย่างรายงานอายุที่ตนเองเริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ตอยู่ในช่วง 10 - 15 ปี และกิจกรรมที่ซุ่มมากที่สุดในช่วงอายุนั้น คือ เกมออนไลน์ กิจกรรมบันเทิงออนไลน์และโซเชียลมีเดีย ตามลำดับ ความแตกต่างของการทำกิจกรรมออนไลน์ของแต่ละช่วงอายุอาจส่งผลต่อการติดอินเทอร์เน็ตได้ชัดเจนกว่าการพิจารณาเพียงอายุที่เริ่มใช้งานประเด็นเดียว ทั้งนี้ มีการศึกษาก่อนหน้านี้ที่รายงานความสัมพันธ์ของอายุที่เริ่มใช้งานอินเทอร์เน็ตกับการติดอินเทอร์เน็ตไม่มากนักแต่มีการศึกษาของ (Xin, & et al, 2018) ที่พบว่า มีปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลต่อการติดอินเทอร์เน็ต เช่น อายุของผู้ใช้งาน (OR: 1.22, 95% CI: 1.16-1.29) ความสัมพันธ์ทางลบระหว่างพ่อแม่ (OR: 1.23, 95% CI: 1.18-1.37) ความสัมพันธ์ทางลบกับครู (OR: 1.35, 95% CI: 1.20-1.53) และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ต่ำ (OR: 1.22, 95% CI: 1.17-1.35) ในขณะที่การศึกษาของ Kuss and et al. (2013) เน้นความสำคัญของกิจกรรมออนไลน์ว่าผู้ที่เล่นเกมออนไลน์หรือโซเชียลมีเดียเป็นประจำ เป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะติดอินเทอร์เน็ตมากกว่าการทำกิจกรรมออนไลน์อื่น ๆ ถึงร้อยละ 2.6 และร้อยละ 3.2 ตามลำดับ

3. ความยาวนานของการทำงานอินเทอร์เน็ตตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบัน ไม่มีความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r_{xy} = .062$, $p\text{-value} > .05$) และไม่สามารถทำนายการติดอินเทอร์เน็ตได้ ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ Wanajak (2011) ที่พบว่า ผู้ที่มีประสบการณ์ในการทำงานอินเทอร์เน็ตติดต่อกันเกิน 5 ปี จะมีแนวโน้มเป็นผู้ที่ติดอินเทอร์เน็ตสูงกว่าผู้ที่มีประสบการณ์ใช้งานน้อย ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะการพิจารณาความยาวนานของการทำงาน

อินเทอร์เน็ตควรพิจารณาควบคู่กับความถี่ของการใช้งานและระยะเวลาการใช้งานของแต่ละครั้งด้วย อาจเป็นไปได้ว่า ผู้ที่ใช้งานอินเทอร์เน็ตมานานกว่า 5 ปี แต่ว่าในแต่ละครั้งของการใช้งานไม่ยาวนาน สามารถหยุดกิจกรรมบนอินเทอร์เน็ต เพื่อไปทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันอื่น ๆ ได้ จึงทำให้ไม่พบความสัมพันธ์กับการติดอินเทอร์เน็ต

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยครั้งนี้ ได้ให้ข้อสรุปที่สำคัญเกี่ยวกับปัจจัยภายในตัวบุคคลโดยเฉพาะคุณลักษณะของบุคคลตั้งแต่เริ่มต้นที่ส่งผลต่อการติดอินเทอร์เน็ต ความรู้จากการงานวิจัยนี้ช่วยสะท้อนให้นักจิตวิทยาหรือนักวิชาชีพที่เกี่ยวข้องมองเห็นความสำคัญและต้นตอต่อการป้องกันการเกิดพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตที่ไม่เหมาะสมตั้งแต่เริ่มแรก ในขณะที่ความรู้อื่นๆ จะถูกนำมาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการส่งเสริมป้องกัน และออกแบบโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมและปลูกฝังให้เกิดพฤติกรรมการใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างเหมาะสมตั้งแต่วัยเด็ก ได้อีกทางหนึ่งด้วย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

อย่างไรก็ตามงานวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดบางประการ ดังนั้น งานวิจัยครั้งต่อไปอาจบูรณาการและออกแบบกระบวนการวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นได้ดังนี้ (1) งานวิจัยนี้ใช้วิธีการศึกษาแบบเก็บข้อมูลครั้งเดียว (cross-sectional study) ที่รายงานผลการศึกษาในลักษณะค่าเฉลี่ยของกลุ่มมากกว่าการทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้งกับกลุ่มตัวอย่าง ดังนั้นในการออกแบบงานวิจัยครั้งต่อไปอาจใช้การออกแบบงานวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้เข้าใจสถานการณ์และคุณลักษณะที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคลที่นำไปสู่การติดอินเทอร์เน็ตได้อย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น (2) ขนาดกลุ่มตัวอย่าง แม้จะใช้หลักการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการทางสถิติที่เหมาะสม แต่การเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างจะเป็นประโยชน์ในการอ้างอิงไปสู่ประชากรได้แม่นยำยิ่งขึ้น ดังนั้น และในการออกแบบงานวิจัยครั้งต่อไปควรพิจารณาขนาดกลุ่มตัวอย่างควบคู่กับการใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างโดยอาศัยหลักความน่าจะเป็น เพื่อเพิ่มการขยายผล (generalization) และการเป็นตัวแทนที่ดีของประชากร (3) งานวิจัยนี้ใช้เครื่องมือวัดการติดอินเทอร์เน็ตด้วยแบบสอบถาม Internet Addiction Test หรือ IAT ซึ่งเป็นฉบับที่นิยมใช้ทั่วโลก แต่มีข้อจำกัดที่มีการแปลผลตามเกณฑ์ปกติของวัยรุ่นอเมริกันดังนั้นในการออกแบบงานวิจัยครั้งต่อไปอาจพิจารณาเครื่องมือวัดการติดอินเทอร์เน็ตที่พัฒนาข้อคำถามหรือมีเกณฑ์ปกติเป็นวัยรุ่นไทย เพื่อให้มีความเหมาะสมกับบริบทวัฒนธรรมของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไทยมากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: Authors.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed. Text Rev.). Washington, DC: Authors.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Boumosleh, J. M., & Jaalouk, D. (2017). Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students-A cross sectional study. *PLoS ONE*, *12*(8), e0182239.
- Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. (2017). Gender differences in factors associated with smartphone addiction: A cross-sectional study among medical college students. *BMC Psychiatry*, *17*, 341-349.

- Cho, H., Kwon, M., Choi, J. H., Lee, S. K., Choi, J. S., Choi, S. W., & Kim, D. J. (2014). Development of the Internet Addiction Scale based on the Internet Gaming Disorder criteria suggested in DSM-5. *Addictive Behaviors, 39*, 1361-1366.
- Choi, S. W., Kim, D. J., Choi, J. S., Ahn, H., Choi, E. J., Song, W. Y., Kim, S., & Youn, H. (2015). Comparison of risk and protective factors associated with smartphone addiction and Internet addiction. *Journal of Behavioral Addictions, 4*(4), 308-314.
- Demirci, K., Akgönül, M., & Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions, 4*(2), 85-92.
- Kuss, D. J., Van Rooij, A. J., Shorter, G. W., Griffiths, M. D., & Mheen, D. V. (2013). Internet addiction in adolescents: prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior, 29*, 1987-1996.
- Laconi, S., Tricard, N., & Chabrol, H. (2015). Differences between specific and generalized problematic Internet uses according to gender, age, time spent online and psychopathological symptoms. *Computers in Human Behavior, 48*, 236-244.
- Liu, T., & Potenza, M. (2007). Problematic Internet use: Clinical implications. *CNS Spectrums, 12*(6), 453-466.
- The Statistics Portal. (2018). *Number of internet users in Thailand*. Retrieved May 25, 2018, from <https://www.statista.com/statistics/553730/number-of-internet-users-thailand/>
- The Survey System. (2012). *Sample size calculation*. Retrieved May 25, 2018, from <https://www.surveysystem.com/sscalc.htm>
- Wanajak, K. (2011). *Internet use and its impact on secondary school students in Chiang Mai, Thailand*. (Ph.D. Dissertation). Edith Cowan University.
- Wisessathorn, M. (2015, 30 September-2 October). Personality, academic success and quality of life of undergraduate students with perceiving internet addiction. In *SEAAIR 2015 Conference Proceedings* (pp. 50-61). Paper presented at Internationalization and Inclusivity of Higher Education in South East Asia: Perspectives, Practices and Pragmatics. Hanoi: Labour Publishing House.
- Wissessathorn, M. (2017). The development of a Thai-Internet Dependency Scale (T-IDS) and its psychometric properties. *Journal of Institutional Research in South East Asia, 3*(15), 44-59.
- Wong, T. Y., Yuen, K. S. L., & Li, W. O. (2015). A basic need theory approach to problematic Internet use and the mediating effect of psychological distress. *Frontiers in Psychology, 5*, 1562.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W., & Hong, Z. (2018). Online activities, prevalence of Internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addictive Behaviors Reports, 7*, 14-18.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior, 1*(3), 237-244.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: how to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. NY: Wiley.
- Young, K. S. (2013). Treatment outcomes using CBT-IA with Internet-addicted patients. *Journal of Behavioral Addictions, 2*(4), 209-215.