



สุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา 2
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2*

DIGITAL WELL-BEING OF STUDENTS AT
NAWAMINTHRACHINUTHITSATRIWITTAYA 2 SCHOOL
UNDER THE BANGKOK SECONDARY EDUCATION SERVICE AREA OFFICE 2



นันทิภา แสงทอง, สุชาดา นันทะไชย, สударัตน์ สารสว่าง
Nuntipa Sangthong, Suchada Nanthachai, Sudarat Sarnswang
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
Kasetsart University
Corresponding Author E-mail: Nuntipa.s@ku.th

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1. ศึกษาระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา 2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 2. เปรียบเทียบสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลจำแนกตามเพศ และระดับชั้น ของนักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา 2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ประชากรกลุ่มตัวอย่างที่เลือกในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา 2 ปีการศึกษา 2565 มีจำนวนทั้งหมด 2,634 คน และมีการกำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้ตาราง Krejci & Morgan ได้ทั้งสิ้น 339 คน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว

ผลการวิจัยพบว่า 1. ระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียน โดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก และ 2. ผลการเปรียบเทียบสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลจำแนกตามเพศ และระดับชั้นพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: สุขภาวะที่ดีทางดิจิทัล; นักเรียน; สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2



Abstract

This research article aimed: 1. To study the level of digital well-being of students. Nawaminthrachinuthit Satriwithaya School 2. Under The Bangkok Secondary Education Service Area Office 2 2. To Compare the digital well-being classified by sex and grade level of students of Nawaminthrachinuthit Satriwittaya 2 School, Under the Bangkok Secondary Education Service Area Office 2, conducted by the quantitative research. The population selected in this research was Nawaminthrachinuthit Satriwittaya 2 students in the academic year 2022, totaling 2,634 students, and the sample size was determined using the Krejcie and Morgan table, totaling 339 students. Statistics used for analyzing the data were frequency, percentage, mean, and standard deviation. correlation coefficient and one-way analysis of variance.

The results showed that: 1. The level of digital well-being of students, by overall, the mean was at a high level, and 2. The results of comparing digital well-being classified by sex and grade level were found to be significantly different at the 0.05 level.

Keywords: Digital Wellbeing; Student; Bangkok Secondary Educational Service Area Office 2

บทนำ

ในปัจจุบันโลกดิจิทัลเข้ามามีบทบาทกับมนุษย์ ระบบเศรษฐกิจและโลกของดิจิทัล ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของการศึกษาค้นคว้าข้อมูล การติดต่อสื่อสารกับผู้คนทั่วโลกได้อย่างสะดวก จะเป็นการพัฒนาการสร้างความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจและพัฒนาในด้านสังคมควบคู่ไปด้วย การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสารเพื่อเกิดความทันสมัย เป็นกลไกที่สำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจ การดำเนินกิจการ การค้าขาย การศึกษา การบริการ กระบวนการจัดการ การสาธารณสุข รวมทั้งเศรษฐกิจและสังคมอื่น ๆ เป็นการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม สามารถเพิ่มคุณภาพของชีวิตคนในสังคมได้ให้มีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างรูปแบบกิจกรรมทางเศรษฐกิจ และ กระบวนการทางสังคมและมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, 2559) และแผนแม่บทเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2552-2556 (กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, 2554) เพื่อให้สอดคล้องกับนโยบาย ICT 2020 ได้กำหนดวิสัยทัศน์ไว้ว่า ประเทศไทยเป็นสังคมอุดมปัญญา หมายถึง เป็นประเทศที่มีการพัฒนาโดยใช้เทคโนโลยีในการสื่อสาร โดยใช้แนวปฏิบัติตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงประชาชนมีความเฉลียวฉลาด และรอบรู้ในสารสนเทศ มีความรู้และ

ความเข้าใจในการเข้าถึงและใช้อินเทอร์เน็ต ได้อย่างมีคุณธรรมจริยธรรม และรู้เท่าทันสื่อ เพื่อเกิดประโยชน์อย่างสูงสุดแก่ตนเองและผู้อื่น

จากการรายงานสถิติของมูลนิธิกระจกเงา ในปี พ.ศ. 2559 พบว่า มีการรับแจ้งเด็กและเยาวชน 13-15 ปี จำนวน 424 คน สาเหตุส่วนใหญ่มาจากเด็กมีความสนใจที่จะหนีออกจากบ้าน และการพูดคุยผ่านทางออนไลน์ คุยกับเพื่อนหรือพูดคุยเพื่อหาคู่ (Lalimay, 2017) และจากการเปิดเผยข้อมูลของสำนักข่าวกรมประชาสัมพันธ์ (2561) ได้ข้อมูลจากการสำรวจพฤติกรรมทางโลกดิจิทัลของเด็กและเยาวชนไทยที่มีอายุ 8-12 ปี ในโครงการ The 2018 DQ Impact Study ของประเทศสิงคโปร์ ในช่วงเดือนพฤษภาคม-ธันวาคม ปี พ.ศ. 2560 มีเด็กและเยาวชนไทยเข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 1,300 คน จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 37,967 คน ทดสอบด้วยแบบวัดออนไลน์ ที่เรียกว่า DQ Time Test ชัดเดียวกันกับเด็กและเยาวชนของคนอื่น ๆ ทั่วโลก ผลการสำรวจพบว่า เด็กและเยาวชนของประเทศไทยกำลังอยู่ในภาวะเสี่ยงภัยของโลกออนไลน์สูงถึงร้อยละ 60 ในขณะที่ค่าเฉลี่ยโลกอยู่ที่ร้อยละ 56 โดยปัญหาที่ส่งผลให้เกิดภาวะเสี่ยงภัยมากที่สุดเป็นอันดับ 1 ได้แก่ การถูกกลั่นแกล้งและการให้ร้ายหรือรังแกผู้อื่นทางสังคมต่าง ๆ สูงถึงร้อยละ 49 รองลงมา คือ การเข้าถึงสื่อลามกและมีการพูดคุยเรื่องเพศกับคนแปลกหน้า ร้อยละ 19 มีการติดเกม ร้อยละ 12 และเกิดปัญหาการถูกหลอกลวงออกไปกับคนแปลกหน้าที่ได้พูดคุยกันผ่านโลกดิจิทัล ร้อยละ 12 ตามลำดับ

จากปัญหาที่เกิดขึ้นกับกลุ่มเด็กและเยาวชนของประเทศไทยข้างต้น ซึ่งสอดคล้องกับกุลนรี หาญพัฒนชัย และคณะ (2564) ที่ศึกษาเรื่องพฤติกรรมและผลกระทบจากการติดเกมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนในเขตเทศบาลนครขอนแก่น พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมไม่ติดเกมมากที่สุด ร้อยละ 44.1 ร้อยละ 17.7 เริ่มมีปัญหาติดเกม และมีพฤติกรรมติดเกม ร้อยละ 10.5 ส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาพ ร้อยละ 74.6 มีปัญหาการเรียน ร้อยละ 44.5 และมีปัญหาด้านสังคม ร้อยละ 22.7 ผลการวิเคราะห์พหุคูณลอจิสติกแบบทวิ (Binary Logistic Regression) พบว่าความถี่ในการเล่นส่งผลต่อพฤติกรรมติดเกมของนักเรียนมัธยมศึกษา 2.45 เท่า ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 และพบว่า นักเรียนที่มีพฤติกรรมติดเกมส่งผลกระทบต่อปัญหาการเรียนต่อปัญหาสุขภาพและต่อปัญหาด้านผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ และมีแนวคิดอีกอย่างหนึ่ง คือ มีการบริหารและจัดสรรเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารที่มีธรรมาภิบาล เพื่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ให้มีฐานความรู้และนวัตกรรมอย่างยั่งยืนและมั่นคง และแผนแม่บทเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2557-2559 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2557) กำหนดวิสัยทัศน์ว่า ประชาชนจะต้องได้รับโอกาสในการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีคุณภาพและคุ้มค่า ที่สูงสุด โดยการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อการศึกษา มีจุดประสงค์เพื่อยกระดับการพัฒนาคุณภาพการศึกษา ซึ่งผู้เรียนสามารถเข้าถึงแหล่งการเรียนรู้และเกิดการ



เรียนรู้ที่หลากหลายเน้นการใช้ประโยชน์จากการบูรณาการเครื่องมืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่ใช้ในชีวิตประจำวัน ให้มีความทันสมัยสามารถติดต่อสื่อสารกันได้อย่างสะดวก

จากความสำคัญและสภาพปัญหาดังกล่าว การศึกษาระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลแสดงให้เห็นถึงความรู้ของนักเรียนในการสร้างทักษะให้กับตนเอง มีการสร้างเทคนิคเพื่อให้มีความเข้าใจในรอบด้านของเทคโนโลยี รวมไปถึงการจัดเก็บข้อมูล การนำเข้าข้อมูล การทำงานต่าง ๆ ของเทคโนโลยี การทำงานผ่านแอปพลิเคชันหรือระบบคอมพิวเตอร์ การใช้โปรแกรมต่าง ๆ ให้เกิดประโยชน์ต่อการทำงานเป็นการรวบรวมการเจริญเติบโตในด้านการศึกษา และเทคโนโลยีมีการนำความรู้มาปรับใช้กับสุขภาวะทางดิจิทัลในหลายรูปแบบ เช่น ความตระหนักและความสามารถในการเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติด้านดิจิทัล เทคโนโลยีสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตดิจิทัล ผลกระทบเชิงบวกของเทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่ และผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนตามระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2
2. เพื่อเปรียบเทียบสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลจำแนกตามเพศ และระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1- 6 ปีการศึกษา 2565 ของนักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบของการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

2. ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร คือ นักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 2,634 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ คือ นักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 339 คน ได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตาราง Krejcie & Morgan (1970) โดยจำแนกตามเพศ แผนการเรียน และระดับชั้นของนักเรียน โดยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบสัดส่วนและแบบง่าย



3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้ศึกษาสุภาพะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนตามระดับชั้นโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 ปีการศึกษา 2565 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 ซึ่งเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถามแบบเลือกตอบ (Check List) และเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับเกี่ยวกับการศึกษา ระดับสุภาพะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนตามระดับชั้น

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ขอนหนังสือขอความอนุเคราะห์จากโครงการหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปยังโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2

4.2 ทำหนังสือถึงผู้ตอบแบบสอบถาม เพื่ออธิบายจุดมุ่งหมายและความสำคัญของการวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือตอบแบบสอบถาม

4.3 นำส่งหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลถึงนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ในลักษณะแบบสอบถาม เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

4.4 นำแบบสอบถามที่รับกลับคืน จำนวน 339 ฉบับ นำมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม จากนั้นจึงนำแบบสอบถามที่มีความถูกต้องครบถ้วนมาวิเคราะห์ข้อมูล

5. การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามโดยการหาค่าแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางและความเรียง

5.2 วิเคราะห์สุภาพะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนตามระดับชั้นโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 ปีการศึกษา 2565 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 2

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาระดับสุภาพะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนตามระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการศึกษาระดับสุภาพะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนตามระดับชั้น โดยภาพรวมทั้ง 4 ด้าน

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	อันดับ
1. ด้านความตระหนักและความสามารถในการเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติด้านดิจิทัล	4.02	0.53	มาก	1
2. ด้านเทคโนโลยีสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตดิจิทัล	3.99	0.57	มาก	2



ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการศึกษาระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนตามระดับชั้น โดยภาพรวมทั้ง 4 ด้าน (ต่อ)

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	อันดับ
3. ด้านผลกระทบเชิงบวกของเทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่	3.97	0.61	มาก	3
4. ด้านผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ	3.92	0.66	มาก	4
รวม	3.98	0.55	มาก	-

จากตารางที่ 1 พบว่า โดยภาพรวมทั้ง 4 ด้าน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=3.98$, S.D.=0.55) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านความตระหนักและความสามารถในการเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติด้านดิจิทัลมากเป็นอันดับสูงสุด ($\bar{X}=4.02$, S.D.=0.53) รองลงมา คือ ด้านเทคโนโลยีสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตดิจิทัล มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับ ($\bar{X}=3.99$, S.D.=0.57) ด้านผลกระทบเชิงบวกของเทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่ ($\bar{X}=3.97$, S.D.=0.61) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง เป็นอันดับต่ำสุด คือ ด้านผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ ($\bar{X}=3.92$, S.D.=0.66)

2. ผลการศึกษการเปรียบเทียบสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลจำแนกตามเพศ แผนการเรียน และระดับชั้น โดยวิเคราะห์การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA) ผู้วิจัยได้เปรียบเทียบสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลจำแนกตามระดับชั้น โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว เสนอเป็นภาพรวมและรายด้าน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของการเปรียบเทียบสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลจำแนกตามเพศโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา 2 ปีการศึกษา 2565 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2

สุขภาวะที่ดีทางดิจิทัล	เพศ						F	Sig.
	ชาย		หญิง		ทางเลือก			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านความตระหนักและ ความสามารถในการเปลี่ยนแนว ทางปฏิบัติด้านดิจิทัล	3.97	0.54	4.07	0.53	3.72	0.43	5.416	0.00*
ด้านเทคโนโลยีสามารถปรับปรุง คุณภาพชีวิตดิจิทัล	3.87	0.58	4.06	0.57	3.94	0.48	3.784	0.02*
ด้านผลกระทบเชิงบวกของ เทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่	3.86	0.62	4.03	0.60	3.89	0.53	3.065	0.04*
ด้านผลกระทบด้านลบของ เทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ	3.77	0.65	4.00	0.66	3.93	0.67	4.048	0.01*
รวม	3.87	0.55	4.04	0.55	3.86	0.45	3.839	0.02*

*Sig.< 0.05

จากตารางที่ 2 พบว่า ระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนที่มีเพศต่างกัน ทั้งเพศชาย เพศหญิง และเพศทางเลือก โดยภาพรวมพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านทั้ง 4 ด้าน คือ ด้าน

ความตระหนักและความสามารถในการเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติด้านดิจิทัล ด้านเทคโนโลยีสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตดิจิทัล ด้านผลกระทบเชิงบวกของเทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่ และด้านผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของการเปรียบเทียบสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลจำแนกตามระดับชั้นโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา 2 ปีการศึกษา 2565 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2

สุขภาวะที่ดีทางดิจิทัล	ระดับชั้น						F	Sig.
	ม.1	ม.2	ม.3	ม.4	ม.5	ม.6		
	$\bar{X}$	$\bar{X}$	$\bar{X}$	$\bar{X}$	$\bar{X}$	$\bar{X}$		
ด้านความตระหนักและความสามารถในการเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติด้านดิจิทัล	3.89	4.20	3.86	4.00	4.23	3.95	5.336	0.00*
ด้านเทคโนโลยีสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตดิจิทัล	3.82	4.18	3.87	3.93	4.21	3.97	4.766	0.00*
ด้านผลกระทบเชิงบวกของเทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่	3.76	4.18	3.83	3.90	4.20	3.94	5.379	0.00*
ด้านผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ	3.73	4.13	3.77	3.88	4.16	3.89	4.489	0.01*
รวม	3.80	4.18	3.83	3.93	4.20	3.94	5.786	0.00*

*Sig.< 0.05

จากตารางที่ 3 พบว่า นักเรียนที่มีระดับชั้นที่ต่างกัน มีระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลโดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหากพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ทุกด้านทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านความตระหนักและความสามารถในการเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติด้านดิจิทัล ด้านเทคโนโลยีสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตดิจิทัล ด้านผลกระทบเชิงบวกของเทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่ และด้านผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ นักเรียนที่ระดับชั้นต่างกัน มีสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่า ระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา 2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 จำแนกตามเพศส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ เพศหญิงมีความสนใจในการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมากกว่าเพศอื่น ๆ ซึ่งเพศหญิงเป็นเพศที่มีความใส่ใจละเอียดอ่อน มีความระมัดระวังในการใช้เทคโนโลยี และในปัจจุบันอัตราการเกิดของเพศหญิงมีมากกว่า จึงทำให้มีการตอบแบบสอบถามมากกว่า ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Lyons (2012) ที่ศึกษา



เรื่อง ตรวจสอบพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล ในเพศและชั้นเรียนที่แตกต่างกัน โดยศึกษาในเด็กนักเรียนระดับ Grade 5 7 9 11 พบว่า เพศและระดับชั้นเรียนที่แตกต่างกันมีพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลที่ต่างกันอย่างน้อยในบางมิติทางสถิติ ยิ่งเรียนชั้นสูงขึ้น ความปลอดภัยส่วนบุคคลมีความเสี่ยง มีการใช้งานสื่อดิจิทัลที่ไม่เหมาะสม และมีการกลั่นแกล้งกันเพิ่มมากขึ้น

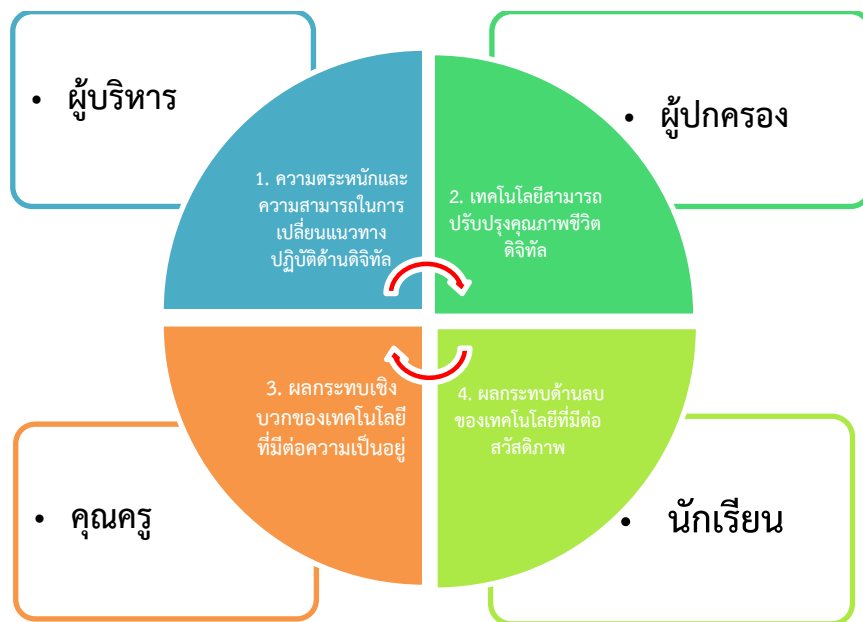
จากผลการวิจัย พบว่า ระดับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 จำแนกตามระดับชั้น ส่วนใหญ่เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักเรียนที่อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เป็นวัยที่อยู่ในช่วงที่มีความอยากรู้อยากลอง มีความสนใจในดิจิทัลมากกว่าช่วงวัยอื่น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Jisc (2020) ที่ศึกษาเรื่อง สุนัขนักเรียนที่มีความสุขและมีสุขภาพดี: ความเป็นอยู่ที่ดีทางดิจิทัลและ COVID-19 โดยมีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อรับมือกับความท้าทายใหม่ ๆ ด้านสุขภาพจิตและหลีกเลี่ยงการออนไลน์เกินพิกัด 2. เพื่อสนับสนุนสุขภาพจิตและสวัสดิภาพของนักเรียน 3. เพื่อสนับสนุนผู้เรียนในช่วงเวลาที่ตึงเครียด ผลการวิจัยพบว่า 70% ของเด็กอายุ 18 ถึง 24 ปีรู้สึกกังวลเกี่ยวกับอนาคตมากกว่าปกติ เมื่อเทียบกับ 47% ของผู้ที่มีอายุมากกว่า 75 ปี 70% ของเด็กอายุ 18 ถึง 24 ปีรู้สึกกังวลเกี่ยวกับอนาคตน้อยกว่าปกติ

จากผลการวิจัย พบว่า สุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนจำแนกตามเพศ และระดับชั้นแตกต่างกันอย่างน้อยในบางมิติทางสถิติที่ระดับ .05 จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ได้ตั้งไว้ในการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของคมกริช อุดารักษ์ (2558) ที่ได้วิจัยเรื่องพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันกลุ่มแชทของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 6 จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า พฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันกลุ่มแชทในด้านเพศ สถานภาพสมรส อายุ ประสบการณ์ในการปฏิบัติงาน ตำแหน่งหน้าที่ และกลุ่มสาระการเรียนรู้ มีพฤติกรรมใช้แอปพลิเคชันกลุ่มแชทที่มีความแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญ .05 ส่วนในด้านระดับการศึกษา มีพฤติกรรมใช้แอปพลิเคชันกลุ่มแชทไม่แตกต่างกัน ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก เพศ และระดับชั้นที่แตกต่างกัน สุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลย่อมแตกต่างกัน

องค์ความรู้จากการวิจัย

จากผลการวิจัยผู้วิจัยได้องค์ความรู้จากการวิจัย คือ สุขภาวะที่ดีทางดิจิทัล ประกอบไปด้วย 4 ด้าน ได้แก่ 1. ความตระหนักและความสามารถในการเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติด้านดิจิทัล 2. เทคโนโลยีสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตดิจิทัล 3. ผลกระทบเชิงบวกของเทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่ และ 4. ผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ ซึ่งในทุก ๆ ด้านนั้น มีความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกันกับระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ไม่ว่าจะเป็น

ผู้บริหาร ครู ผู้ปกครอง หรือนักเรียนต้องให้ความสำคัญในการใช้สภาวะที่ดีทางดิจิทัลได้อย่างเหมาะสมและปลอดภัย ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 องค์ความรู้จากการวิจัย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ผู้บริหารควรเสนอแนวทางหรือกำหนดนโยบาย ในการมีสภาวะที่ดีทางดิจิทัลของนักเรียนให้แก่ ครูหรือบุคลากรในโรงเรียน ซึ่งอาจจะเป็นการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับสภาวะที่ดีทางดิจิทัล โดยการนำบุคคลภายนอกโรงเรียนมาบรรยายเชิงปฏิบัติการ ซึ่งเป็นการอบรมให้ความรู้แก่นักเรียน ครูและบุคลากรในโรงเรียน และศึกษาและทำความเข้าใจอันตรายและผลกระทบด้านสุขภาพในแง่มุมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้าน สุขภาพกาย สุขภาพจิต โรคที่เกิดขึ้น รวมถึงความสัมพันธ์และผลกระทบต่อครู บุคลากรและนักเรียน

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

ผู้บริหาร ครูแนะแนว รวมทั้งครูที่ปรึกษา ควรมีการส่งเสริมและพัฒนานักเรียนให้มีความสำคัญทุกเพศและทุกระดับชั้น โดยมีบุคคลภายนอกผู้เชี่ยวชาญด้านสภาวะที่ดีทางดิจิทัล เข้ามาจัดกิจกรรมและการอบรมพัฒนาทักษะการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลอย่างสร้างสรรค์ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักในการใช้เทคโนโลยีได้อย่างเหมาะสมและปลอดภัยต่อตนเองและผู้อื่น



ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบ ผลกระทบเชิงบวกของเทคโนโลยีที่มีต่อความเป็นอยู่ และผลกระทบด้านลบของเทคโนโลยีที่มีต่อสวัสดิภาพ ที่สำคัญ คือ ความตระหนักและความสามารถในการเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติด้านดิจิทัล นำไปประยุกต์ใช้กับ เทคโนโลยีสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตดิจิทัล โดยควรให้ความสำคัญกับ ผลดีกับผลเสียที่เกี่ยวกับสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัล ของนักเรียน สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาวะที่ดีทางดิจิทัลของผู้บริหาร ครูผู้สอน และนักเรียนต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2554). *แผนแม่บทเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร พ.ศ. 2555-2559*. นนทบุรี: กระทรวงพาณิชย์.
- _____. (2559). *เอกสารรายงานการสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2558*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- กุลนรี หาญพัฒนชัย และคณะ. (2564). พฤติกรรมและผลกระทบจากการติดเกมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนในเขตเทศบาลนครขอนแก่น. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9 :วารสารส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม*, 15(38), 561-573.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2557). *แนวทางการปฏิบัติการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมการเกษตรแห่งประเทศไทย.
- คมกริช อุดารักษ์. 2558. พฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันกลุ่มเมฆของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษาในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 6 จังหวัดสมุทรปราการ. *วารสารวิชาการตลาดและการจัดการ: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี*, 2(2), 27-38.
- สำนักข่าวกรมประชาสัมพันธ์. (2561). *ผลการประเมินกิจกรรม ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2561*. สืบค้น 20 พฤษภาคม 2565, จาก <https://shorturl.asia/OHfnx>
- JISC. (2020). *Quick Guide-Developing Students' Digital Literacy*. Retrieved May 19, 2018, from <https://shorturl.asia/XjgTc>
- Lalimay. (2017). *Child protection card game Prevent children from being deceived with simulation games*. Retrieved December 20 , 2022, from <https://shorturl.asia/RytDP>
- Lyons, R. (2012). *Investigating Student Gender and Grade Level Differences in Digital Citizenship Behavior*. Minnesota: College of Education Walden University.



Krejcie, R. V. & D. W. Morgan. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.

