

อิทธิพลของพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี :

การทบทวนวรรณกรรม

The Influence of Smartphone Addiction on Mental Health Status Among Undergraduate Students : A Literature Review

กัญญาณัฐ พรหมมณี^{1*} นงนภัส เฉิ่งเหา² สุธิดา แซ่ลี³ คทาวุธ รัตนโกสม⁴ และชีวันนัท คุณพิทักษ์⁵

Kanyanat Prommanee¹, Nongnapat Chenghao², Sutida Saelee³, Kathawut Rattanakosom, Cheewanan Kunpitak⁵

สาขาวิชาการจัดการทรัพยากรมนุษย์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ^{1*,2,3,4,5}

Human Resource Management, Faculty of Humanities and Social Sciences, Thaksin University

E-mail: 661011265@tsu.ac.th^{1*}

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับอิทธิพลของพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาระดับปริญญาตรีในคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตสงขลา คณะผู้วิจัยได้ทำการทบทวนวรรณกรรมเพื่อให้ได้แนวทางสำหรับพัฒนาเป็นกรอบแนวคิดวิจัย โดยกระบวนการทบทวนวรรณกรรม คณะผู้วิจัยได้กำหนดเป็น 3 ประเด็นหลัก คือ 1.ทบทวนแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟน 2. ทบทวนแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับภาวะสุขภาพจิต ในด้านภาวะซึมเศร้า ภาวะโนโมโฟเบีย และภาวะสมาธิสั้น และ 3. ทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จากนั้นจึงพัฒนากรอบแนวคิดงานวิจัย และจากการศึกษา คณะผู้วิจัยได้ผลว่า ตัวแปรต้น คือ พฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟน มีองค์ประกอบ คือ 1) ระยะเวลาการใช้งานสมาร์ตโฟนต่อวัน 2) ประเภทแอปพลิเคชันที่ใช้บ่อย 3) วัตถุประสงค์ในการใช้งาน ตัวแปรตาม คือ ภาวะสุขภาพจิต มีองค์ประกอบ คือ 1) ภาวะซึมเศร้า 2) ภาวะโนโมโฟเบีย 3) ภาวะสมาธิสั้น โดยนำกรอบแนวคิดดังกล่าวไปใช้ในการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงประจักษ์ เพื่อให้ทราบถึงระดับพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนที่ส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา ซึ่งสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมการใช้สมาร์ตโฟนอย่างเหมาะสม และการวางแผนป้องกันปัญหาด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาต่อไป

คำสำคัญ: พฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟน ภาวะสุขภาพจิต นักศึกษาระดับปริญญาตรี

Abstract

This research aimed to review the literature on the influence of smartphone addiction behaviors on the mental health of undergraduate students. The participants of this study were undergraduate students in the Faculty of Humanities and Social Sciences, Thaksin University, Songkhla Campus. The researchers conducted a literature review to provide guidelines for developing a research conceptual framework. The literature review process was organized into three main aspects: (1) a review of concepts and theories related to smartphone addiction behaviors;

(2) a review of concepts and theories related to mental health, including depression, nomophobia, and attention deficit; and (3) a review of related studies. Based on the literature review, a research conceptual framework was developed.

The results of the study indicated that the independent variable was smartphone addiction behavior, which consisted of three components: (1) daily duration of smartphone use, (2) types of frequently used applications, and (3) purposes of smartphone use. The dependent variable was mental health, which comprised three components: (1) depression, (2) nomophobia, and (3) attention deficit. The conceptual framework was then applied to guide the collection and analysis of empirical data in order to identify the level of smartphone addiction behaviors that affect students' mental health. The findings can be used as guidelines for promoting appropriate smartphone use and for planning preventive measures to address mental health problems among undergraduate students in higher education institutions.

Keyword: Smartphone addiction behaviors, Mental health, Undergraduate students