

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง เพจเฟซบุ๊กที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชากร กรณีศึกษา เพจบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษากับสมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์เพื่อศึกษา

1. ศึกษาลักษณะทางประชากร ของกลุ่มสมาชิกแฟนเพจบัณฑิต อึ้งรังษี :อาจารย์ของอาจารย์ที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต

2. ศึกษาพฤติกรรมการใช้เพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี :อาจารย์ของอาจารย์ที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต

3. ศึกษาการใช้ประโยชน์เพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี :อาจารย์ของอาจารย์ที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต

4. ศึกษาเพจเฟซบุ๊กที่มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต

ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 กลุ่มตัวอย่าง และใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัย ประกอบกับใช้สถิติวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างตัวแปร 2 ตัวที่เป็นอิสระต่อกัน ด้วยค่า Independent-Samples T-test การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างตัวแปรมากกว่า 2 ตัวแปร ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (ANOVA) F-test และใช้ค่าสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation) ทั้งนี้สามารถสรุปผลและอภิปรายผลของการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

### สรุปผลการวิจัย

#### ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรศาสตร์

สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 244 คน คิดเป็นร้อยละ 61.00 และเป็นเพศชาย จำนวน 156 คน คิดเป็นร้อยละ 39.00 มีอายุ 36-45 ปี จำนวน 176 คน คิดเป็นร้อยละ 44.00 มีสถานภาพโสด จำนวน 210 คน คิดเป็นร้อยละ 52.50 มีอาชีพพนักงานเอกชน/ลูกจ้าง จำนวน 210 คน คิดเป็นร้อยละ 52.50 มีระดับการศึกษา

ปริญญาตรี จำนวน 272 คน คิดเป็นร้อยละ 68.00 มีรายได้ต่อเดือน 10,000-30,000 บาท จำนวน 192 คน คิดเป็นร้อยละ 48.00

## ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การใช้เพจเฟซบุ๊กและเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์

สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ส่วนใหญ่ใช้งานเพจเฟซบุ๊กผ่านอุปกรณ์โทรศัพท์มือถือ จำนวน 398 คน คิดเป็นร้อยละ 46.00 มีความบ่อยครั้งในการใช้งานเพจเฟซบุ๊กทุกวัน จำนวน 341 คน คิดเป็นร้อยละ 85.20 มีความถี่ในการใช้งานเพจเฟซบุ๊กต่อวัน 7 ครั้งขึ้นไป จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 58.70 ใช้งานเพจเฟซบุ๊ก บ่อยที่สุดช่วงเวลา 18.01-21.00 น. จำนวน 156 คน คิดเป็นร้อยละ 39.00 มีลักษณะการใช้งานเพจเฟซบุ๊กที่ทำเป็นประจำแบบติดตามความเคลื่อนไหว จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 36.00 มีเหตุผลที่เลือกเป็นแฟนเพจต่างๆ เพราะต้องการติดตามข่าวสารจากเพจ จำนวน 372 คน คิดเป็นร้อยละ 45.80 คิดว่าแฟนเพจที่ดีมีลักษณะแบบ นำเสนอข้อมูลใหม่ ๆ อย่างสม่ำเสมอ จำนวน 271 คน คิดเป็นร้อยละ 19.30 มีการติดตามเนื้อหาในเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ ในเรื่อง เนื้อหาเกี่ยวกับเคล็ดลับความสำเร็จ จำนวน 236 คน คิดเป็นร้อยละ 36.10 มีวัตถุประสงค์ในการใช้เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ เพื่อต้องการหาแรงบันดาลใจ จำนวน 234 คน คิดเป็นร้อยละ 36.10 มีความบ่อยครั้งในการเข้าใช้เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ นาน ๆ ครั้ง (เฉพาะเมื่อต้องการข้อมูล) จำนวน 268 คน คิดเป็นร้อยละ 65.20 มีความบ่อยครั้งในการได้รับข้อมูลจากเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ ผ่านกระดานข้อความน้อยกว่า 1 ครั้งต่อวัน จำนวน 215 คน คิดเป็นร้อยละ 53.80 และมีปฏิสัมพันธ์กับเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์แบบ กด like ข้อมูลที่นำเสนอ จำนวน 304 คน คิดเป็นร้อยละ 58.70

## ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การใช้ประโยชน์เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์

สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.75$ , S.D. =0.74) โดยให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์ด้านสังคมเป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.84$ , S.D. =0.81) การใช้ประโยชน์ด้านสุขภาพ เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.83$ , S.D. =0.84) การใช้ประโยชน์ด้านจิตใจ เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.75$ , S.D. =0.81) และการใช้ประโยชน์ด้านอาชีพและ

การสร้างรายได้ เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.58$ , S.D. =0.78) สามารถอธิบายรายละเอียดแต่ละด้านได้ดังนี้

**ด้านจิตใจ** โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.75$ , S.D. =0.81) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า รู้วิธีการให้กำลังใจตัวเอง เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.85$ , S.D. =0.88) เริ่มมองทุกอย่างในแง่บวกมากขึ้น เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.82$ , S.D. =0.91) มองว่าเพจนี้เป็นที่พึงพอใจในยามทุกข์ เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.69$ , S.D. = 0.89) และหายจากความกังวลใจ เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.62$ , S.D. =0.86)

**ด้านอาชีพและการสร้างรายได้** โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.58$ , S.D. =0.78) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า เริ่มศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมและรู้จักวิธีการออมเงินมากขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.68$ , S.D. =0.92) และ ( $\bar{X} = 3.72$ , S.D. =0.90) เริ่มมองหาอาชีพเสริมเพื่อสร้างความสำเร็จ มีไอเดียในการสร้างอาชีพและรายได้ และสนใจศึกษาเรื่องช่องทางทำมาหากิน มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.62$ , S.D. =0.90), ( $\bar{X} = 3.62$ , S.D. =0.84) และ ( $\bar{X} = 3.62$ , S.D. =0.83) เห็นแนวโน้มในการสร้างความสำเร็จให้กับตัวเอง เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.61$ , S.D. =0.78) เริ่มศึกษาเรื่องการลงทุนมากขึ้น เป็นอันดับที่ 4 ( $\bar{X} = 3.59$ , S.D. =0.87) เริ่มสนทนาและศึกษาเรื่องราวของผู้ประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น เป็นอันดับที่ 5 ( $\bar{X} = 3.54$ , S.D. =0.88) และสนใจลงสมัครคอร์สเรียนต่างๆ เพื่อเพิ่มศักยภาพ เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.27$ , S.D. =1.04)

**ด้านสังคม** โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.84$ , S.D. =0.81) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า เริ่มหันกลับมาพิจารณาตัวเองและหันมาเอาใจใส่คู่ครอง หรือคนรักมากขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.91$ , S.D. =0.86) และ ( $\bar{X} = 3.91$ , S.D. =0.91) รู้จักการรักและการให้ภัยและเริ่มมีน้ำใจไม่ตรีต่อคนรอบข้างมากขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.88$ , S.D. =0.89) และ ( $\bar{X} = 3.88$ , S.D. =0.86) เริ่มมองความรักเป็นสิ่งสวยงาม เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.84$ , S.D. =0.97) รู้สึกอยากอยู่ใกล้ชิดกับคนรักหรือคู่ครองมากขึ้น เป็นอันดับที่ 4 ( $\bar{X} = 3.83$ , S.D. =0.94) เริ่มมองคนรอบข้างเป็นมิตร เป็นอันดับที่ 5 ( $\bar{X} = 3.82$ , S.D. =0.86) เริ่มโทษสังคมและคนอื่นน้อยลง เป็นอันดับที่ 6 ( $\bar{X} = 3.79$ , S.D. =0.89) และเริ่มลดการกระทบกระทั่งหรือมีปากเสียงกับคู่ครองหรือคนรัก เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.74$ , S.D. =0.89)

**ด้านสุขภาพ** โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.83$ , S.D. =0.84) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า เริ่มรู้สึกว่าสุขภาพที่ดีเป็นสิ่งจำเป็น เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 4.09$ , S.D. =0.94) เริ่มอยากมีรูปร่างที่สมส่วน เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.99$ , S.D. =0.92) เริ่มสรรหาเครื่องกำลัใจหรือสถานที่

ออกกำลังกาย เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.74$ , S.D. =0.92) ศึกษาวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้องมากขึ้น เป็นอันดับที่ 4 ( $\bar{X} = 3.73$ , S.D. =0.95) และเริ่มชักชวนคนในครอบครัวไปออกกำลังกาย เป็นอันดับที่ 5 ( $\bar{X} = 3.72$ , S.D. =0.91) และเริ่มเข้ากลุ่มที่ชักชวนกันออกกำลังกาย เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.68$ , S.D. =0.96)

#### ส่วนที่ 4 ผลการวิเคราะห์เพจเฟซบุ๊กที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของประชากร

สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.69$ , S.D. =0.72) โดยให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของประชากรด้านสังคม เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.80$ , S.D. =0.76) คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.76$ , S.D. =0.76) คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้ เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.67$ , S.D. =0.79) และคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.57$ , S.D. =0.81) สามารถอธิบายรายละเอียดแต่ละด้านได้ดังนี้

**ด้านกายภาพ** โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.57$ , S.D. =0.81) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า มีสุขภาพแข็งแรงขึ้น เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.69$ , S.D. =0.89) นำความรู้ที่ได้ไปแนะนำผู้อื่นได้ ( $\bar{X} = 3.55$ , S.D. =0.88) ปฏิบัติตามคำแนะนำในเพจที่มีเนื้อหาด้านการออกกำลังกาย และให้มีรูปร่างที่ดีขึ้น เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.52$ , S.D. =0.87) และ ( $\bar{X} = 3.52$ , S.D. =0.89)

**ด้านจิตใจ** โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.76$ , S.D. =0.76) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า รู้จักผิดชอบชั่วดี เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.76$ , S.D. =0.76) มีความสบายใจขึ้น เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.84$ , S.D. =0.83) มีสติมากขึ้น เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.82$ , S.D. =0.80) สามารถดับทุกข์ได้จากการเข้าไปศึกษาเพจ เป็นอันดับที่ 4 ( $\bar{X} = 3.73$ , S.D. =0.86) สามารถสร้างแรงบันดาลใจได้ เป็นอันดับที่ 5 ( $\bar{X} = 3.72$ , S.D. =0.84) นำความรู้ที่ได้ไปถ่ายทอดให้กับผู้อื่นได้ เป็นอันดับที่ 6 ( $\bar{X} = 3.71$ , S.D. =0.86) และสามารถเยียวยาหัวใจตัวเองและผู้อื่น เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.65$ , S.D. =0.85)

**ด้านสังคม** โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.80$ , S.D. =0.76) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า มีความสัมพันธ์อันดีกับคู่ครอง หรือคู่รัก เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.86$ , S.D. =0.81) สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดี เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.85$ , S.D. =0.85) มีความสัมพันธ์อันดีกับคนในครอบครัว เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.84$ , S.D. =0.85) มีความมั่นใจมากขึ้น เป็นอันดับที่ 4 ( $\bar{X} = 3.81$ , S.D. =0.85) มีความสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนร่วมงานและมีความสุขกับการใช้ชีวิตในสังคม มี

ค่าเฉลี่ยเท่ากัน เป็นอันดับที่ 5 ( $\bar{X} = 3.79$ , S.D. =0.77) และ ( $\bar{X} = 3.79$ , S.D. =0.88) แก้ไขปัญหาที่มีต่อความขัดแย้งได้ดีและดูดีขึ้นในสายตาของตัวเองและคนอื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน เป็นอันดับที่ 6 ( $\bar{X} = 3.77$ , S.D. =0.85) และ ( $\bar{X} = 3.77$ , S.D. =0.84) และสามารถแนะนำความรู้และเป็นแสงสว่างให้สังคมได้ เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.74$ , S.D. =0.84)

**ด้านอาชีพและการสร้างรายได้** โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.67$ , S.D. =0.79) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า มีความรู้เรื่องการประกอบอาชีพ เป็นอันดับที่ 1 ( $\bar{X} = 3.71$ , S.D. =0.88) ชีวิตความเป็นอยู่ของท่านดีขึ้น เป็นอันดับที่ 2 ( $\bar{X} = 3.68$ , S.D. =0.83) ค้นพบอาชีพที่เหมาะสมกับท่าน เป็นอันดับที่ 3 ( $\bar{X} = 3.67$ , S.D. =0.86) เรียนรู้กลยุทธ์การเพิ่มยอดขาย เป็นอันดับที่ 4 ( $\bar{X} = 3.64$ , S.D. =0.83) และมีรายได้มากยิ่งขึ้น เป็นอันดับสุดท้าย ( $\bar{X} = 3.71$ , S.D. =0.88)

#### ส่วนที่ 5 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐาน

**สมมติฐานที่ 1** พบว่า ลักษณะทางประชากรศาสตร์ที่ต่างกันส่งผลให้คุณภาพชีวิตของประชากรแตกต่างกัน ดังตารางที่ 5.1

ตารางที่ 5.1 สรุปผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบสมมติฐาน	
		ยอมรับ	ปฏิเสธ
<b>สมมติฐานที่ 1</b>			
1. เพศ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
	<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓
2. อายุ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
	<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	

ตารางที่ 5.1 (ต่อ)

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบ	
		ยอมรับ	ปฏิเสธ
3.สถานภาพ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓
4.อาชีพ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้		✓
<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓
5. ระดับการศึกษา	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้		✓
<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓
6. รายได้ต่อเดือน	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้		✓
<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓

ที่มา : ผลการวิจัย



คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**สมมติฐานที่ 2** พฤติกรรมการใช้เพจเฟซบุ๊กและเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์แตกต่างกันส่งผลให้คุณภาพชีวิตของประชากรแตกต่างกัน ดังตารางที่ 5.2

**ตารางที่ 5.2**      สรุปผลการทดสอบสมมติฐานที่ 2

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบสมมติฐาน	
		ยอมรับ	ปฏิเสธ
<b>สมมติฐานที่ 2</b>			
1. ความบ่อยครั้งในการใช้งานเพจเฟซบุ๊ก	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้		✓
	<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	
2. ช่วงเวลาที่ใช้งานเพจเฟซบุ๊กบ่อยที่สุด	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้		✓
	<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓
3. ลักษณะการใช้งานเพจเฟซบุ๊กที่ทำเป็นประจำ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
	<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓



ตารางที่ 5.2 (ต่อ)

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบ	
		ยอมรับ	ปฏิเสธ
4. ความบ่อยครั้งในการได้รับข้อมูลจาก เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ ของอาจารย์ ผ่านกระดานข้อความ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
<b>โดยรวม</b>	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	<b>✓</b>	

**ที่มา :** ผลการวิจัย

จากตารางที่ 5.1 สรุปได้ว่า สมาชิกเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ที่มีพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊กและเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ในเรื่องช่วงเวลาที่ใช้งานเฟซบุ๊กบ่อยที่สุด ลักษณะการใช้งานเฟซบุ๊กที่ทำเป็นประจำ และความบ่อยครั้งในการได้รับข้อมูลจากเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ ผ่านกระดานข้อความแตกต่างกันส่งผลให้คุณภาพชีวิตของประชากรแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความบ่อยครั้งในการใช้งานเฟซบุ๊กแตกต่างกันไม่ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของประชากรแตกต่างกัน ซึ่งสามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังนี้

1. สมาชิกเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ที่มีความบ่อยครั้งในการใช้งานเฟซบุ๊กแตกต่างกันส่งผลให้คุณภาพชีวิตด้านกายภาพคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2. สมาชิกเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ที่มีช่วงเวลาที่ใช้งานเฟซบุ๊กบ่อยที่สุดแตกต่างกันส่งผลให้คุณภาพชีวิตด้านกายภาพและคุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้ไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม และคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. สมาชิกเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ที่มีลักษณะการใช้งานเฟซบุ๊กที่ทำเป็นประจำแตกต่างกันส่งผลให้คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ

คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4. สมาชิกเพศหญิง บัณฑิต อีจิ้งซี่ : อาจารย์ของอาจารย์ที่มีความบ่อยครั้งในการได้รับข้อมูลจากเพื่อนแฟนเพจ บัณฑิต อีจิ้งซี่ : อาจารย์ของอาจารย์ ผ่านกระดานข้อความ แตกต่างกันส่งผลให้คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**สมมติฐานที่ 3** พบว่า การใช้ประโยชน์แฟนเพจ บัณฑิต อีจิ้งซี่ : อาจารย์ของอาจารย์ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชากร ดังตารางที่ 5.3

**ตารางที่ 5.3** สรุปผลการทดสอบสมมติฐานที่ 3

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบสมมติฐาน	
		ยอมรับ	ปฏิเสธ
<b>สมมติฐานที่ 3</b>			
1. การใช้ประโยชน์ด้านจิตใจ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓	
2. การใช้ประโยชน์ด้านอาชีพและการสร้างรายได้	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓	

ตารางที่ 5.3 (ต่อ)

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบ	
		สมมติฐาน ยอมรับ	ปฏิเสธ
<b>สมมติฐานที่ 3</b>			
3.การใช้ประโยชน์ด้านสังคม	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓	
4.การใช้ประโยชน์ด้านสุขภาพ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓	
<b>การใช้ประโยชน์โดยรวม</b>	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓	

ที่มา : ผลการวิจัย

จากตารางที่ 5.3 สรุปได้ว่า การใช้ประโยชน์เพชฌัญญ์แฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์  
ของอาจารย์ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชากร

**สมมติฐานที่ 4** พบว่า ประชากรศาสตร์และพฤติกรรมการใช้เพจเพชฌัญญ์และเพชฌัญญ์  
แฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของประชากร ส่วน

การใช้ประโยชน์เฟซบุ๊กแฟนเพจบัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์กับคุณภาพชีวิตของ  
ประชากร ดังตารางที่ 5.4

ตารางที่ 5.4      สรุปผลการทดสอบสมมติฐานที่ 4

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบ สมมติฐาน	
		ยอมรับ	ปฏิเสธ
<b>สมมติฐานที่ 4</b>			
1. เพศ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓	
2. อายุ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓
3. สถานภาพ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓	
4. อาชีพ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้		✓
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	✓	

## ตารางที่ 5.4 (ต่อ)

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบ	
		สมมติฐาน	
		ยอมรับ	ปฏิเสธ
5. ระดับการศึกษา	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้		✓
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓
6. รายได้	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้		✓
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓
7. ความบ่อยครั้งในการใช้งานเพจเฟซบุ๊ก	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้		✓
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓
8. ช่วงเวลาที่ใช้เพจเฟซบุ๊กบ่อยที่สุด	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ		✓
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม		✓
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการ สร้างรายได้		✓
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>		✓

ตารางที่ 5.4 (ต่อ)

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม	ผลการทดสอบ	
		สมมติฐาน	
		ยอมรับ	ปฏิเสธ
9. ลักษณะการใช้งานเพจเฟซบุ๊กที่ทำเป็นประจำ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	<b>✓</b>	
10. ความบ่อยครั้งในการรับข้อมูลจากเฟซบุ๊กแฟนเพจ	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	<b>✓</b>	
11. การใช้ประโยชน์เฟซบุ๊กแฟนเพจโดยรวม	คุณภาพชีวิตด้านกายภาพ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านสังคม	✓	
	คุณภาพชีวิตด้านอาชีพและการสร้างรายได้	✓	
	<b>คุณภาพชีวิตโดยรวม</b>	<b>✓</b>	

ที่มา : ผลการวิจัย

จากตารางที่ 5.4 สรุปได้ว่า

1. เพศมีความสัมพันธ์เชิงลบในระดับต่ำกับคุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวม แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ และคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ

2. อายุมีความสัมพันธ์เชิงลบในระดับต่ำกับคุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้ แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม และคุณภาพชีวิตโดยรวม
3. สถานภาพมีความสัมพันธ์เชิงลบในระดับต่ำกับคุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้และคุณภาพชีวิตโดยรวม แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ และคุณภาพชีวิตด้านสังคม
4. อาชีพมีความสัมพันธ์เชิงลบในระดับต่ำกับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม และคุณภาพชีวิตโดยรวม แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้
5. ระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวม
6. รายได้ไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวม
7. ความบ่อยครั้งในการใช้งานเพจเฟซบุ๊กไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวม
8. ช่วงเวลาที่ใช้เพจเฟซบุ๊กบ่อยที่สุดไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวม
9. ลักษณะการใช้งานเพจเฟซบุ๊กที่ทำเป็นประจำมีความสัมพันธ์เชิงลบในระดับต่ำกับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้ และคุณภาพชีวิตโดยรวม
10. ความบ่อยครั้งในการรับข้อมูลจากเฟซบุ๊กแฟนเพจมีความสัมพันธ์เชิงลบในระดับต่ำกับคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม และคุณภาพชีวิตด้านการสร้างอาชีพและรายได้ แต่มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับต่ำกับคุณภาพชีวิตโดยรวม
11. การใช้ประโยชน์เฟซบุ๊กแฟนเพจบัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์กับคุณภาพชีวิตของประชากร พบว่า มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงกับคุณภาพชีวิตของประชากร

## อภิปรายผล

ผู้วิจัยเรื่อง เพจเฟซบุ๊กที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชากร กรณีศึกษา เพจบุ๊กแฟนเพจ

บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ อภิปรายผล ออกมาเป็น 3 ประเด็น

ประเด็นที่ 1 พฤติกรรมการใช้เพจเฟซบุ๊กบัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์

สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ส่วนใหญ่ใช้งานเพจเฟซบุ๊กผ่านอุปกรณ์โทรศัพท์มือถือ มีความบ่อยครั้งในการใช้งานเพจเฟซบุ๊กทุกวัน มีความถี่ในการใช้งานเพจเฟซบุ๊กต่อวัน 7 ครั้งขึ้นไป ใช้งานเพจเฟซบุ๊ก บ่อยที่สุดช่วงเวลา 18.01-21.00 น. ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของภัทธา เรืองสวัสดิ์ (2553) ผลการวิจัยพบว่า ส่วนใหญ่เป็นสมาชิกเว็บไซต์เครือข่ายสังคมออนไลน์ facebook มีการเข้าใช้บริการในช่วงเวลา 18.01 - 22.00 น. มีความถี่ในการเข้าใช้ 7 วันต่อสัปดาห์ ศึกษารูปแบบดำเนินชีวิตพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า มีลักษณะการใช้งานเพจเฟซบุ๊กที่ทำเป็นประจำแบบติดตามความเคลื่อนไหว มีเหตุผลที่เลือกเป็นแฟนเพจต่างๆ เพราะต้องการติดตามข่าวสารจากเพจ คิดว่าแฟนเพจที่ดีมีลักษณะแบบ นำเสนอข้อมูลใหม่ๆ อย่างสม่ำเสมอ มีการติดตามเนื้อหาในเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ ในเรื่อง เนื้อหาเกี่ยวกับเคล็ดลับความสำเร็จ มีวัตถุประสงค์ในการใช้เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์เพื่อต้องการหาแรงบันดาลใจ มีความบ่อยครั้งในการเข้าใช้เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์นาน ๆ ครั้ง (เฉพาะเมื่อต้องการข้อมูล) มีความบ่อยครั้งในการได้รับข้อมูลจากเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ ผ่านกระดานข้อความ น้อยกว่า 1 ครั้งต่อวัน และมีปฏิสัมพันธ์กับเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์แบบ กด like ข้อมูลที่นำเสนอ

ประเด็น 2. การใช้ประโยชน์ เพจเฟซบุ๊กบัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์

สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์เฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ โดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์ด้านสังคมเป็นอันดับที่ 1 การใช้ประโยชน์ด้านสุขภาพ เป็นอันดับที่ 2 การใช้ประโยชน์ด้านจิตใจ เป็นอันดับที่ 3 และการใช้ประโยชน์ด้านอาชีพและการสร้างรายได้ เป็นอันดับสุดท้าย ทั้งนี้แสดงให้เห็นว่า เนื้อหาของเฟซบุ๊กแฟนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ มีเนื้อหาที่ให้อำนาจใจ มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพเสริมเพื่อสร้างความสำเร็จ และมีไอเดียในการสร้างอาชีพและรายได้ จึงทำให้สมาชิกเพจเฟซบุ๊กสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ใน



ระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดและทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของ แสงรพี ภัทร กิจกุลธร (2543, หน้า134อ้างอิงจาก Katz,Blumber and Gurevitch,1974,p.115) ได้กล่าวไว้ว่า ทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจนั้นจะเน้นและให้ความสำคัญกับผู้รับสารในฐานะที่เป็น ผู้เลือกใช้สื่อประเภทต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการของตนเองโดยอาศัยพื้นฐานความต้องการของ ตัวเองเป็นหลักซึ่งการตัดสินใจเลือกรับสื่อที่ผู้รับสารจะดูในแง่ที่ว่าคนต้องการอะไรจากสื่อใดสาร ประเภทไหนและสารนั้นตอบสนองความต้องการของตนอย่างไร ถือได้ว่าเป็นการเน้นความสำคัญ ของผู้รับสารในฐานะผู้กระทำการสื่อสาร โดยผู้รับสารไม่ได้เป็นเพียงผู้รับเอาอิทธิพลจาก สื่อมวลชนเท่านั้น ยังต้องการการตอบสนองของประโยชน์และความพึงพอใจของตนเองด้วย สามารถ อธิบายรายละเอียดแต่ละด้านได้ดังนี้

1. ด้านจิตใจ สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์มีการใช้ ประโยชน์อยู่ในระดับมาก โดยพบว่า รู้วิธีการให้กำลังใจตัวเองมากที่สุด รองลงมาคือ เริ่มมองทุก อย่างในแง่บวกมากขึ้น

2. ด้านอาชีพและการสร้างรายได้ สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของ อาจารย์มีการใช้ประโยชน์อยู่ในระดับมาก โดยพบว่า เริ่มศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมและรู้จักวิธีการ ออมเงินมากขึ้นมากที่สุด รองลงมาคือ เริ่มมองหาอาชีพเสริมเพื่อสร้างความสำเร็จ

3. ด้านสังคม สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์มีการใช้ประโยชน์ อยู่ในระดับมาก โดยพบว่า เริ่มหันกลับมาพิจารณาตัวเองและหันมาเอาใจใส่คู่ครอง หรือคนรัก มากขึ้น มากที่สุด รองลงมาคือ รู้จักการรักและการให้อภัย

4. ด้านสุขภาพ สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์มีการใช้ ประโยชน์อยู่ในระดับมาก โดยพบว่า เริ่มรู้สึกว่าคุณภาพที่ดีเป็นสิ่งจำเป็น มากที่สุด รองลงมาคือ เริ่มอยากมีรูปร่างที่สมส่วน

ประเด็นที่ 3 เพจเฟซบุ๊กบัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ของประชากร

สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ คุณภาพชีวิตของประชากร โดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของ ประชากรด้านสังคม เป็นอันดับที่ 1 คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ เป็นอันดับที่ 2 คุณภาพชีวิตด้านอาชีพ และการสร้างรายได้ เป็นอันดับที่ 3 และคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ เป็นอันดับสุดท้าย สามารถ อธิบายรายละเอียดแต่ละด้านได้ดังนี้

1. ด้านกายภาพ สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ให้ความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก โดยพบว่า ให้ความสำคัญในข้อ มีสุขภาพแข็งแรงขึ้น มากที่สุด รองลงมา คือ นำความรู้ที่ได้ไปแนะนำผู้อื่นได้
2. ด้านจิตใจ สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ให้ความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก โดยพบว่า ให้ความสำคัญในข้อ รู้จักผิดชอบชั่วดี มากที่สุด รองลงมา คือ มีความสบายใจขึ้น
3. ด้านสังคม สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ให้ความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก โดยให้ความสำคัญในข้อ มีความสัมพันธ์อันดีกับคู่ครอง หรือคู่รัก รองลงมา คือ สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดี
4. ด้านอาชีพและการสร้างรายได้ สมาชิกเพจเฟซบุ๊ก บัณฑิต อึ้งรังษี: อาจารย์ของอาจารย์ให้ความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก โดยให้ความสำคัญในข้อ มีความรู้เรื่องการประกอบอาชีพ มากที่สุด รองลงมาคือ ชีวิตความเป็นอยู่ของท่านดีขึ้น

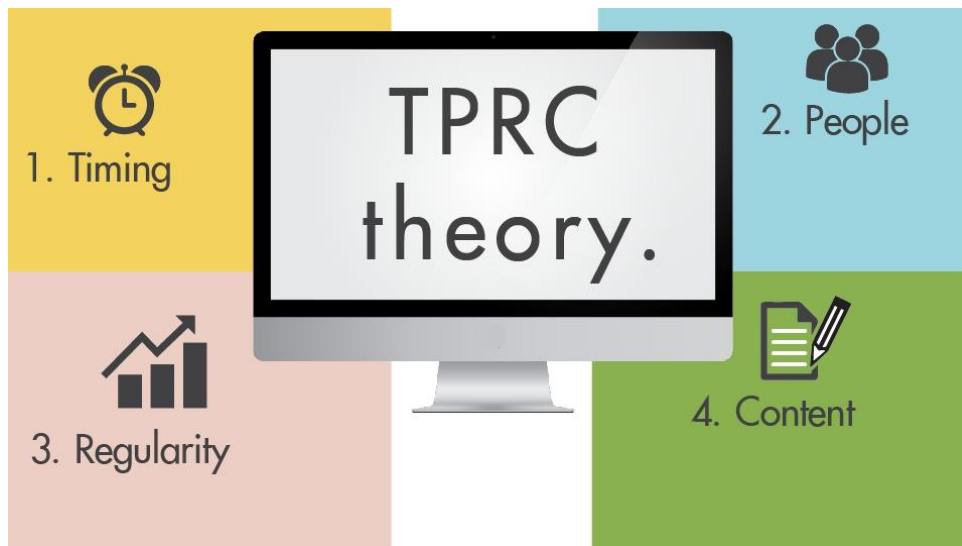
## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ผู้ศึกษาวิจัยเห็นว่าประเด็นบางอย่างที่สำคัญจึงมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. เจ้าของเพจหรือผู้เกี่ยวข้องควรคำนึงถึงคุณภาพชีวิตของประชากรโดยการนำเสนอข้อมูลที่มีประโยชน์เพื่อให้สังคมน่าอยู่ขึ้น
2. ความสม่ำเสมอของการให้ข้อมูล และช่วงเวลาที่เหมาะสม มีผลต่อการรับข้อมูล และใช้เพจเฟซบุ๊กที่เกิดประโยชน์
3. จากงานวิจัยพบว่า เนื้อหาคุณภาพชีวิตด้านสังคม เรื่องการปรับปรุงพัฒนาตัวเอง และความสัมพันธ์กับคู่ครอง สามารถส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตมากที่สุด ควรเพิ่มเนื้อตรงส่วนนี้มากขึ้น หรือทำเพจที่เกี่ยวกับด้านนี้โดยตรง และเจาะลึก

จากผลงานวิจัยที่กล่าวมา ได้สรุปข้อเสนอแนะ เป็น ทฤษฎี TPRC ซึ่งสรุปได้ตามรูปภาพต่อไปนี้



**รูปประกอบที่ 5.1** แสดงโมเดลที่สรุปผลงานวิจัยออกมาเป็นข้อเสนอแนะเกี่ยวกับงานวิจัย  
**ที่มา :** ผลการวิจัย

1. Time อธิบายถึงช่วงเวลาที่สำคัญ ในการจะสร้างเพจเฟซบุ๊ก เพื่อให้ส่งผลต่อการยกระดับคุณภาพชีวิต ซึ่งจากงานวิจัยระบุว่าเวลา 18.01-21.00 น.เป็นเวลาที่มียุติติดตามมากที่สุด หากเลือกเวลาการโพสต์ข้อความที่เหมาะสม จะช่วยให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

2. People หมายถึงการรู้จักบุคคล หรือกลุ่มเป้าหมายที่เรานำเสนอเป็นอย่างดี ว่ามีรสนิยมอย่างไร เป็นกลุ่มคนประเภทไหน เรียกว่า หากรู้จักกลุ่มเป้าหมายดี ก็จะสามารถสร้างเพจที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตได้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

3. Regularity หมายถึงความสม่ำเสมอของการนำเสนอข้อมูลทางเพจ มีส่วนสำคัญอย่างยิ่ง หากวิเคราะห์ เวลา บุคคล แล้ว หรือจะมีเนื้อหาดีแค่ไหน แต่ไม่มีความสม่ำเสมอของการนำเสนอข้อมูลเพจนั้นก็จะไม่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชากร

4. Content หมายถึงเนื้อหาที่เจ้าของเพจต้องการนำเสนอ ต้องมีความน่าสนใจ และตรงกับวัตถุประสงค์ที่กลุ่มเป้าหมายอยากรู้ ซึ่งถือเป็นข้อที่สำคัญมาก หากเรานำเสนอข้อมูลได้ถูกต้องแม่นยำ และเป็นเรื่องที่น่าสนใจ ก็จะทำให้เพจนั้นส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชากรได้

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. ควรมีการศึกษาเพศเพชฌัญญูที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชากร กรณีศึกษาเพศเพชฌัญญูแพนเพจอื่นๆ เพื่อนำผลการวิจัยที่ได้มาศึกษาเปรียบเทียบ
2. ควรมีการศึกษาพฤติกรรมการเปิดรับ ความพึงพอใจ และการใช้ประโยชน์จากเพศเพชฌัญญูแพนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์
3. ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพ เพชฌัญญูแพนเพจ บัณฑิต อึ้งรังษี : อาจารย์ของอาจารย์ หรือเพชฌัญญูช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิตอื่นๆ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกกว่านี้