

หัวข้อการค้นคว้าอิสระ	การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานแอปพลิเคชันและผลของการใช้งานแอปพลิเคชันติดตามการออกกำลังกาย
ชื่อผู้เขียน	นางสาวประภัสสร จานงค์พลี
ชื่อปริญญา	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (ระบบสารสนเทศเพื่อการจัดการ)
สาขาวิชา/คณะ/มหาวิทยาลัย	ระบบสารสนเทศเพื่อการจัดการ พาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ	รองศาสตราจารย์ ดร.มยุปายาส ทองมาก
ปีการศึกษา	2563

บทคัดย่อ

เกมมิฟิเคชัน (Gamification) เป็นการนำเอาหลักการออกแบบเกมมาประยุกต์ใช้กับเนื้อหาอื่น ๆ ที่ไม่ใช่เกม เพื่อบรรลุตามเป้าหมาย แนวคิดนี้เป็นแนวคิดที่ได้รับความนิยมอย่างมากในการสร้างความน่าสนใจให้กับเนื้อหาและสร้างแรงจูงใจให้ผู้เล่นเกิดความรู้สึกสนุกสนาน มีส่วนร่วมจนเกิดความผูกพันระหว่างการเล่น เป็นการดึงดูดผู้เล่นในการทำกิจกรรมนั้น ปัจจุบันเทคโนโลยีกลไกเกมมิฟิเคชันมีบทบาทมากขึ้นกับทุกภาคของธุรกิจ โดยเฉพาะด้านสุขภาพและการออกกำลังกาย

งานวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจเข้าใช้งานแอปพลิเคชันและผลของการใช้งานแอปพลิเคชันติดตามการออกกำลังกาย และได้นำแนวคิดเกมมิฟิเคชันมาประยุกต์ใช้กับแอปพลิเคชันติดตามการออกกำลังกาย โดยมีทฤษฎีการตัดสินใจด้วยตนเอง (SDT) ทฤษฎีการกระทำที่มีเหตุผล (TRA) และทฤษฎีภาวะลื่นไหล (Flow Theory) มาเป็นแนวทางในการสร้างกรอบแนวคิดการวิจัย อันประกอบด้วย กลไกเกมมิฟิเคชัน ความเกี่ยวข้อง ความเป็นอิสระความสามารถ ความสนุกสนาน ภาวะลื่นไหล ความตั้งใจเข้าใช้งาน ความพึงพอใจต่อชีวิต การรับรู้สถานะสุขภาพ และการใช้งานแอปพลิเคชันติดตามการออกกำลังกาย จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 244 ตัวอย่างที่มีการใช้งานแอปพลิเคชันติดตามการออกกำลังกาย โดยเป็นการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ ในรูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจ และมีเครื่องมือแบบสอบถามอิเล็กทรอนิกส์ในการเก็บข้อมูล และนำมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า กลไกเกมมิฟิเคชันเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสนุกสนาน ภาวะลื่นไหล และมีอิทธิพลต่อความตั้งใจเข้าใช้งาน เช่นเดียวกับความสามารถก็มีอิทธิพลต่อความตั้งใจเข้าใช้งาน ในขณะที่ความตั้งใจเข้าใช้งานส่งผลต่อการใช้งานแอปพลิเคชันสำหรับติดตามการออกกำลังกาย

ทางด้านความพึงพอใจ และด้านการรับรู้สถานะสุขภาพ ในทางกลับกัน ความเกี่ยวข้องและความเป็นอิสระ ไม่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจใช้งานแอปพลิเคชัน ผลการวิจัยนี้อาจไม่สามารถอธิบายการใช้งานแอปพลิเคชันออกกำลังกายทั่วไปที่ไม่มีองค์ประกอบเกมมิฟิเคชันได้ เนื่องจากแอปพลิเคชันติดตามการออกกำลังกายมีรูปแบบการใช้งานแตกต่างกัน ดังนั้นในการทำวิจัยต่อเนื่องในอนาคต ผู้วิจัยแนะนำให้ นำเอาปัจจัยกลไกเกมมิฟิเคชันที่ได้รับการยอมรับจากงานวิจัยนี้ ประยุกต์ใช้ในบริบทอื่น เพื่อศึกษา หรือต่อยอดได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อไป

คำสำคัญ: กลไกเกมมิฟิเคชัน, แอปพลิเคชันติดตามการออกกำลังกาย, การใช้งานแอปพลิเคชัน



Independent Study Title	FACTORS INFLUENCING EXERCISE MONITORING APPLICATION USE AND EFFECT RESULT
Author	Miss Prapatson Chamnongplee
Degree	Master of Science (Management Information Systems)
Major Field/Faculty/University	Management Information Systems Commerce and Accountancy Thammasat University
Independent Study Advisor	Associate Professor Mathupayas Thongmak, Ph.D.
Academic Year	2020

ABSTRACT

Gamification is the concept of using game design elements in non-gaming contexts to achieve goals, popular in boosting user activity and motivating engagement, loyalty, and context interest. Technology in gamification plays a role in every sector, especially healthcare and exercise.

The objective of this study was to examine factors influencing usage, and the results of using, an exercise tracking application (app). The gamification concept, self-determination theory (SDT), theory of reasoned action (TRA), and flow theory were used for the exercise tracking app as a basis for developing research methodology, consisting of the gamification mechanism, relatedness, autonomy, competence, enjoyment, flow, intention to use the exercise tracking app, contentedness with life, perceived health status, and exercise tracking app usage. Data was gathered by online questionnaire from 244 samples, all users of an exercise tracking app. Quantitative research was done with data collected by survey to determine influences based on theory, a literature review, and concept model.

Results were that intention to use the app was influenced by the gamification mechanism and app use affected user satisfaction and perceived health status. User relatedness and autonomy had no influence on app usage. These findings

do not explain the influence of normal usage characteristics for exercise without the gamification mechanism, due to different app functions. However, the significance of gamification concepts may help developers to create more efficient and diverse features and other apps.

Keywords: Gamification mechanism, Exercise monitoring application (app), intention to use.

