

한국노인과 미국이민 한국노인의 건강증진 생활양식, 자아존중감 및 자기효능감에 관한 연구

송경애*, 조옥희, 문정순
가톨릭대학교

본 연구는 한국거주 노인과 미국이민 한국노인의 건강증진 행위의 수행정도를 파악하고, 이와 관련된 변인을 구명함으로써 노인의 건강증진 행위를 향상시키는 간호중재를 개발하는데 필요한 기초자료를 제공하기 위해 시도되었다.

연구대상으로 한국노인은 서울시내에 있는 3개 노인대학에 등록된 자 150명, 미국이민 한국노인은 미국 워싱턴주 씨애틀에 이민한지 3년이 경과한 자로서 Asian Counsel and Referral System에서 지원하는 Congregate Meal Program에 참석한 110명을 대상으로 하였다. 건강증진 생활양식 수행정도는 측정하기 Walker 등(1997)이 개발한 HPLP를 연구자가 번역-역번역 과정을 거친 다음 사용하였고, 자아존중감은 Rosenberg(1965)의 자아존중감 척도를 전병재(1974)가 번역한 것을 사용하였으며, 자기효능감은 Sherer 등(1982)이 개발한 척도를 본 연구자가 번역-역번역 과정을 거친 다음 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS 통계프로그램을 이용하여 t-검정, ANOVA, Pearson의 상관관계분석을 하였으며 ANOVA 후 사후 검정은 Bonferroni검정을 이용하여 분석하였으며 분석결과는 다음과 같다.

1. 한국노인과 미국이민 한국노인의 일반적 특성은 종교와 동거현황에서 차이가 있었다. 개신교 신자의 비율이 한국노인은 61.8%, 미국이민 한국노인은 61.8%이었다. 한국노인은 자녀와 함께 사는 비율이 61.3%로 가장 높았으나 미국이민 한국노인은 혼자 사는 비율이 50.0%로 가장 높았다.
2. 건강증진 생활양식 수행정도를 보면 두 군간 유의한 차이는 없었다. 그러나 하위 6개 영역별로 비교해 본 결과, 한국노인의 HPLP 점수는 미국이민 한국노인에 비해 건강책임, 운동, 스트레스 관리영역의 수행정도가 더 높은 것으로 나타났다. 그리고 두 군 모두, 가장 높은 점수를 나타낸 영역은 영양영역이었으며(3.14점, 3.01점), 가장 낮은 점수를 나타낸 영역은 운동영역이었다(2.14점, 1.92점).
3. 한국노인의 건강증진 생활양식 수행정도는 평점 2.63점으로 나이와 교육정도에 따라 유의한 차이가 있었으며, 미국이민 한국노인의 건강증진 생활양식 수행정도는 평점 2.54점으로 교육정도와 경제상태에 따라 유의한 차이가 있었다.
4. 자아존중감 정도는 한국노인은 2.72점, 미국이민 한국노인은 2.73점으로 두 군간 유의한 차이는 없었으나, 미국이민 한국노인의 자아존중감은 배우자 유무에 따라 유의한 차이가 있었다.

5. 자기효능감 정도는 한국노인 3.27점, 미국이민 한국노인 3.21점으로 역시 두 군간 유의한 차이가 없었으나, 두 군 모두 교육정도에 따라 유의한 차이가 있었다.

6. 한국노인과 미국이민 한국노인의 건강증진 생활양식 수행정도는 자아존중감 및 자기효능감과 유의한 정적 상관관계가 있었다.

이상의 연구결과로 볼 때, 노인을 대상으로 한 간호중재 프로그램을 개발할 때에는 운동과 스트레스 관리 영역을 포함시켜야 한다고 본다. 특히 미국이민 한국노인에게 쉽게 적용할 수 있는 운동프로그램의 개발 및 보급이 시급하다고 본다. 또한 한국노인과 미국이민 한국노인뿐 아니라 다른 문화권의 노인의 건강증진 생활양식에 영향을 주는 요인들을 규명하기 위한 후속 연구를 제언한다.