



일부 간호 대학생들의 건강증진행위 실천에 영향을 미치는 요인 - SAT 모델을 중심으로 -

조순영¹⁾ · 이인숙¹⁾ · 함영림¹⁾ · 김주형²⁾

서 론

연구의 필요성

대학생활이 시작되는 후기 청소년기는 미성년에서 성인으로 넘어가는 과도기로 자아정체감 확립과 성인생활을 준비하기 위한 여러 가지 과제에 집중하는 시기이다(이인성, 최해경, 1999). 최근 우리나라 대학생관련 연구결과를 보면, 우리나라 대학생들은 입시위주의 틀에 박힌 중·고등학교 생활에서 벗어나 대학생활로 접어들면서 대학생으로서의 자율 및 독립성이 강조된 생활에서 흡연·음주에 쉽게 노출되며, 수면과 식사의 무질제로 생활리듬이 깨지고 불규칙해지는 등 건강상태나 건강행위 측면에서 많은 취약성을 가지고 있다. 또한, 일부 대학의 학생실태 분석 자료에 의하면 대학입학 후 집을 떠나 기숙, 하숙, 자취 등의 생활변화를 경험하는 학생들이 40-50%에 이르고 있어서 사회적 지지체계의 구조적·기능적 변화를 경험하는 학생들이 급격히 증가하고 있으며, 대학생으로서의 부적응 문제뿐만 아니라 졸업 후 진로결정 및 취업의 어려움으로 스트레스를 경험한다(박영주 등, 2002). 이는 간호 대학생들도 예외가 아니며, 특히 대학생들이 경험하는 다양한 스트레스와 더불어 임상실습이라는 새로운 도전을 받아들여야 하는 상황에 놓이고(오미정, 2000), 간호사 국가고시와 취업으로 더욱 많은 스트레스를 경험하며(박미경, 이은숙, 2004), 이로 인해 건강행위 실천에 제한점이 있다.

인간의 건강에 영향을 미치는 요인에는 유전, 환경, 행위가 있는데, 이 중에서 환경과 행위는 조절가능하며, 특히 행위는

각 개인의 올바른 선택에 따라 건강을 좌우한다. 인간의 건강 관련행위들을 예측하고 설명하는 이론들 중에서 사회행동이론(Social Action Theory; SAT)은 사회적 요인들과 개인적인 요인들 간의 관계를 도식화하고 자기변화의 단계를 설명하고 있다(Ewart, 1991). 사회행동이론은 건강을 저해하는 행위의 개인적 조절에서 사회적 요인들과 개인적인 요인들의 상호작용을 강조한다. SAT는 이러한 상호작용의 결과로 생성되는 인지적인 요소가 인간의 행동과정이나 습관에 영향을 주는 과정을 설명하는 이론이며, 건강증진행위도 인간행위의 한 형태로 여러 요인에 의해 복합적인 영향을 받으므로 건강증진행위를 설명하기 위해 SAT를 이용하는 것이 타당하다고 생각된다. SAT를 이용한 선행연구로는 HIV에 감염된 사람들을 대상으로 한 실험연구(Gore-Felton et al., 2005)와 질적 연구(Remien et al., 2003)가 있으며, 고혈압 환자의 치료지속이행을 설명한 조사연구(노영숙, 2003)도 있다.

이에 본 연구에서는 SAT를 근거로 부모와 가족으로부터 독립하여 비로소 자신의 건강을 스스로 관리해야 하는 책임을 갖는 시기이며(윤은자, 1997), 장차 간호사로서 건강관리의 주역이 될 간호대학생을 대상으로 건강증진행위 실천에 영향을 미치는 요인을 파악하여 SAT의 주요변수간의 관계를 알아보고자 한다.

연구의 목적

본 연구는 SAT에 근거하여 행동배경, 정서/각성변수, 상호작용변수, 일반적인 능력이 건강보호행동에 영향을 미치는지

주요어 : 사회행동이론, 건강증진행위, 간호대학생

1) 연세대학교 대학원 간호학과 박사과정생(교신저자 조순영 E-mail: anjoe116@hanmail.net)

2) 연세대학교 간호대학 겸임교수

알아보기 위해 간호대학생을 대상으로 정서상태, 스트레스, 건강지식, 친구관계 만족도, 건강증진행위 실천간의 관계를 규명하고자 한다.

개념적 기틀

본 연구에서는 SAT를 근간으로 하여 <Figure 1>과 같이 개념적 기틀을 구성하였으며, 구체적인 변수로서 행동배경으로 학년, 거주형태, 동거인수, 한달용돈 및 용돈만족도, 성장지역, 의료기관 이용경험을 살펴보고, 정서/각성 변수로 정서상태와 스트레스, 사회적 요인과의 상호작용 변수로는 친구관계 만족도, 일반적이 능력변수로 건강지식, 건강보호행위 변수로는 건강증진행위 실천에 대해 살펴보았다.

연구 방법

연구설계

본 연구는 SAT 모형을 이용하여 일부 간호 대학생들의 건강증진행위 실천에 영향을 미치는 요인을 조사하는 횡단적 조사연구(cross sectional survey)이다.

연구대상 및 연구절차

연구대상은 2005년 4월부터 2005년 5월까지 서울특별시 및 원주시에 소재한 2개의 간호대학과 간호학과에 재학 중인 1, 2, 3, 4학년 학생 중 연구의 목적을 이해하고 참여를 수락한 427명을 편의 표출(convenience sampling)하여 설문지를 배부하고 질문지를 작성하게 하였다. 이중 불완전한 응답으로 연

구에 사용할 수 없는 설문지를 제외하고 387명의 자료를 분석하였다.

연구 도구

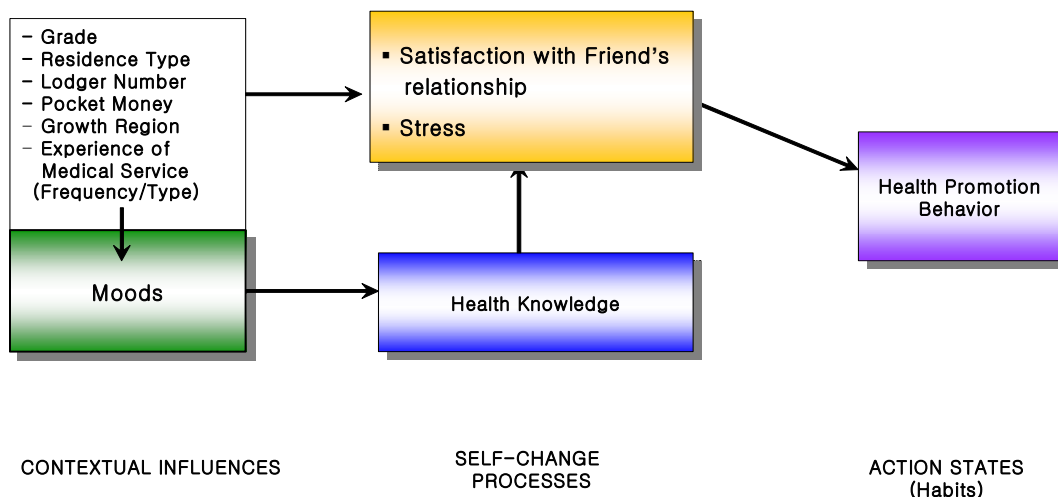
연구도구는 일반적 특성 11문항, 정서상태 34문항, 스트레스 42문항, 친구관계만족도 3문항, 건강지식 20문항, 건강증진행위 실천 37문항으로 구성된 구조화된 질문지를 이용하였다.

● 정서상태

정서상태는 McNair, Lorr와 Droppleman(1992)이 개발한 정서상태 측정도구(Profile of Mood States, POMS)를 한국문화에 맞도록 수정하여 타당화시킨 34개 문항(신윤희, 1996)을 사용하여 측정하였다. 대상자의 현재를 포함한 지난 일주일 동안의 정서상태를 5점 척도로 점수가 높을수록 정서상태가 불안정함을 의미하며, 본 연구에서 Cronbach alpha 값은 .943이었다.

● 스트레스

스트레스는 전겸구와 김교현(1991)이 개발한 대학생용 생활스트레스 척도를 조옥귀(1993)가 번안하여 사용한 42문항을 사용하였다. 각 문항은 경험빈도와 중요도에 대하여 각각 3점 척도로 사회성향 관련 스트레스, 대인관계에서 발생하는 부정적 스트레스에 관한 21개의 문항과 자율성 관련 스트레스, 성취상황에서 발생하는 부정적 스트레스에 관한 21개 문항으로 구성되어 있으며, 12개월 동안의 일상생활 스트레스의 경험빈도와 중요도를 측정하는 3점 척도로 친구관계, 경제문제, 가족관계, 학업문제, 장래문제, 이성관계, 교수와의 관계의 7개 하부영역으로 구성된다. 점수가 높을수록 스트레스가 많은 것을 의미하며, 본 연구에서의 Cronbach alpha 값은 .921이었다.



<Figure 1> Conceptual framework for this study

● 친구관계 만족도

친구관계 만족도는 Weissman과 Paykel(1974)이 개발한 사회 적응의 정도를 평가하는 도구를 김영미(1998)가 번안하여 사용한 문항 중에서 친구간의 대인관계 측면의 3문항을 이용하여 친구관계 만족도로 측정하였다. 점수가 높을수록 친구관계의 만족도가 낮음을 의미하며, 본 연구에서의 Cronbach alpha 값은 .732이었다.

● 건강지식

건강지식은 조원정(1983)에 의해 작성된 총 20문항의 건강 행위 지식검사의 설문지를 사용하여 측정하였다. 점수가 높을수록 건강지식이 많음을 의미한다. 질문의 수준은 변별도 지수 .20 - .63, 난이도 지수 .40 - .85 사이에 있는 것으로 선정되었다.

● 건강증진행위 실천

건강증진행위 실천은 현재 건강한 개인이나 집단의 안녕수준, 자아실현, 만족감, 인간적 성취를 유지하고 더욱 강화하기 위하여 취하는 다차원적 행위양상(Pender, 1987)을 말하며, 안녕, 자아실현, 만족감 등을 유지하거나 증진시키기 위해 행하는 개개인의 건강증진행위 실천정도를 측정하는 것으로 Pender와 Walker, Sechrist(1987)가 개발한 Health Promotion

Life-Style Profile(HPLP) 48문항을 박경애(1999)가 수정 보완한 37문항의 6개 하부영역 (자아실현, 대인관계, 운동, 영양, 건강책임, 스트레스관리)으로 구성된 도구를 이용하여 측정하였다. 4점 척도로 점수가 높을수록 건강증진행위 실천을 잘하는 것을 의미하며, 본 연구에서의 Cronbach alpha 값은 .862이었다.

자료분석 방법

수집된 자료들은 SPSS 12.0을 이용하여 분석하였고, 대상자의 인구사회학적 특성은 실수와 백분율을 구하였으며, 인구사회학적 특성에 따른 변수의 차이는 기술통계와 t-test, ANOVA를 이용하였다. 각 변수들간의 관계는 Pearson's correlation으로, 건강증진행위 실천에 대한 제 변수들의 영향은 Enter-Method Multiple Regression으로 분석하였다.

연구 결과

대상자의 인구사회학적 특성과 제 변수와의 관계

대상자의 인구사회학적 특성으로 학년, 거주형태, 동거인수, 성장지역, 용돈에 대한 만족도, 이용의료기관, 의료기관 이용

<Table 1> Characteristics of demographic factors

N=387

Variables		N (person)	Percentage (%)
Grade	First Year Class	106	27.4
	Second Year Class	112	28.9
	Third Year Class	94	24.3
	Graduating Class	75	19.4
Residence Type	Dormitory	151	39.0
	Lodging or Self-Cooking	87	22.5
	Live with Family	149	38.5
Number of Lodger	Alone	28	7.2
	Two	159	41.1
	Three	72	18.6
	Above Four	128	33.1
Growth Region	Seoul	139	35.9
	Broad City	59	15.3
	City	154	39.8
	District, Town, County	35	9.0
Satisfaction with Pocket Money	Satisfaction	254	65.6
	Shortage	133	34.4
Preference of the Using Medical service as necessary	Pharmacy	127	32.8
	Public Health Center	26	6.7
	Doctor's Office	39	10.1
	Hospital or Medical Center	195	50.4
Frequency of the using Medical Service for last 1 month	None	173	44.7
	One-Two Times	162	41.9
	Above Three Times	52	13.4

횡수를 조사하였다<Table 1>.

대상자의 학년은 2학년이 112명(29.9%)으로 가장 많았고, 거주형태는 기숙사 151명(39.0%), 동거인수는 2명이 159명(41.1%), 4명 이상이 128명(33.1%)으로 대부분 같이 사는 경우가 많았다. 대학 입학 전까지 주로 성장한 지역은 시 지역 154명(39.8%)이 가장 많았으며, 용돈에 대한 만족도는 대부분 만족한다(65.6%)고 나타났다. 대상자들이 필요시 가장 많이 이용하는 의료기관은 병원·종합병원이 195명(50.4%), 약국이 127명(32.8%)이었으며, 지난 한 달간 대상자의 의료기관 이용 횡수는 없는 경우가 173명(44.7%), 1-2회 정도 이용하는 경우가 162명(41.9%)으로 나타났다.

대상자의 일반적 특성에 따른 제 변수들의 차이를 살펴본 결과<Table 2>, 학년간 정서상태 및 건강증진행위 실천은 유의한 차이가 없었으나, 스트레스, 친구관계 만족도, 건강지식은 유의한 차이를 보였으며(p<.05), 거주형태에 따른 제 변수와의 관계에서 친구관계 만족도는 유의한 차이가 있었으나(p=.04), 다른 변수들과는 유의한 차이가 없었다. 용돈에 대한 만족도는 정서상태, 스트레스, 건강증진행위 실천에서 유의한 차이를 보였으며(p<.05), 친구관계 만족도와 건강지식과는 차이가 없었다(p=.14, p=.39).

건강증진행위 실천의 관련요인

정서상태와 스트레스, 친구관계 만족도, 건강지식 그리고 건강증진행위 실천간의 상관관계를 분석하였다<Table 3>. 정서상태가 불안정할수록 대상자의 스트레스(r=.40, p=.00)가 높았고, 친구관계 만족도(r=.42, p=.00)가 낮았으며, 건강증진행위 실천을 못하는 것으로 나타났다(r=-.45, p=.00). 또한 대상자의 스트레스가 높을수록 친구관계 만족도가 낮고(r=-.34, p=.00), 건강증진행위 실천을 못하는 것으로 나타났다(r=-.21, p=.00). 친구관계 만족도가 낮을수록 대상자의 건강증진행위 실천을 못하는 것으로 나타났다(r=-.38, p=.00). 그러나 건강지식과 친구관계 만족도간은 유의한 상관관계가 없었다(r=-.04, p=.40).

건강증진행위 실천의 영향요인

건강증진행위 실천에 영향을 미치는 영향변인을 파악하기 위해 주요 변인들과 통계적으로 유의하였던 인구사회학적 특성 중 학년, 거주형태, 용돈만족정도, 친구관계 만족도에 대하여 다중회귀분석을 이용하여 분석하였다<Table 4>. 학년이 높을수록(p=.00), 정서상태가 안정적일수록(p=.00), 용돈에 대한

<Table 2> Variables differences among demographic factors

N=387

Variables (n)	Moods (Range:34-170)		Stress (Range: 0-24)		Satisfaction with Friend's Relationship (Range: 6-30)		Health Knowledge (Range: 0-20)		Health Promotion Behavior (Range: 0-33)	
	Mean ±SD	t or F(p)	Mean ±SD	t or F(p)	Mean ±SD	t or F(p)	Mean ±SD	t or F(p)	Mean ±SD	t or F(p)
Grade										
First Year Class (106)	84.70 ±21.09		58.99 ±26.10		11.60 ±2.91		12.00 ±2.48		20.08 ±4.60	
Second Year Class (112)	88.03 ±22.44	2.37 (.07)	65.65 ±29.19	3.14 (.03)	11.42 ±2.42	2.87 (.04)	12.40 ±2.43	30.21 (.00)	20.04 ±4.82	2.23 (.08)
Third Year Class (94)	91.56 ±21.89		68.33 ±27.72		11.67 ±2.65		12.90 ±2.46		19.90 ±4.70	
Graduating Class (75)	84.01 ±20.14		58.05 ±25.16		10.63 ±2.00		15.16 ±1.76		21.56 ±4.60	
Residence Type										
Dormitory (151)	86.45 ±21.10		62.35 ±25.31		11.76 ±2.54		12.73 ±2.52		20.65 ±4.74	
Lodging or Self-Cooking (87)	88.90 ±21.62	.37 (.69)	66.79 ±28.46	1.11 (.33)	11.32 ±2.49	3.19 (.04)	12.95 ±2.75	1.08 (.34)	20.18 ±4.28	.67 (.51)
Live with Family (149)	86.96 ±22.23		61.46 ±28.95		11.02 ±2.60		13.17 ±2.56		20.04 ±4.92	
Satisfaction with Pocket Money										
Satisfaction (254)	85.41 ±22.52	-2.26 (.02)	59.32 ±26.81	-3.71 (.00)	11.24 ±2.78	-1.50 (.14)	12.87 ±2.72	-86 (.39)	20.70 ±4.79	2.27 (.02)
Shortage (133)	90.61 ±19.43		70.05 ±27.45		11.65 ±2.07		13.11 ±2.33		19.56 ±4.47	

<Table 3> Correlations among variables in this study

N=387

	Moods	Stress	Satisfaction with Friend's Relationship	Health Knowledge	Health Promotion Behavior
	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)
Moods	1.00				
Stress	.40 (.00)	1.00			
Satisfaction with Friend's Relationship	.42 (.00)	.34 (.00)	1.00		
Health Knowledge	-.30 (.54)	.01 (.82)	-.04 (.40)	1.00	
Health Promotion Behavior	-.45 (.00)	-.21 (.00)	-.38 (.00)	.05 (.30)	1.00

<Table 4> Multiple regression for health promotion behavior (Enter-method)

N=387

	B	β	t	p-value	R ²	F	p-value
(Constant)	114.97		22.41	.00			
Grade(Second Year)	1.89	.05	.93	.36			
Grade(Third Year)	5.39	.14	2.57	.01			
Grade(Graduating)	7.81	.19	3.25	.00			
Residence Type (Lodging or Self-Cooking)	-.89	-.02	-.44	.66			
Residence Type (Live with Family)	-2.46	-.07	-1.46	.15	.29	15.16	.00
Satisfaction with Pocket Money(Shortage)	-3.60	-.10	-2.30	.02			
Moods	-.27	-.35	-6.91	.00			
Stress	.00	.00	.04	.97			
Satisfaction with Friend's Relationship	-1.90	-.22	-4.38	.00			
Health Knowledge	-.17	-.03	-.55	.58			

a Predictors: (Constant), Health Knowledge, Residence Type, Moods, Grade, Satisfaction with Pocket Money, Satisfaction with Friend's Relationship, Stress

b Dependent Variable: Health Promotion Behavior

만족도가 높을수록(p=.02), 친구관계 만족도가 높을수록(p=.00) 건강증진행위 실천을 잘하는 것으로 나타났으며, 각 영향변인들에 의해 건강증진행위 실천이 29.0%로 유의하게 설명되었다(F=15.16, p=.00).

논 의

환경과 사회체제와 생리적 상태 그리고 친밀한 관계형성이 개인의 인지적 작용과 건강행동에 영향을 미치는데, SAT는 개인적 능력, 사회적인 상호작용, 동기평가와 지지하는 행동 전략들과 목표라는 용어로 개념화하여 개인과 환경의 상호작용을 분석하는데 도움을 준다(Ewart, 1991). 이런 특성으로 SAT는 지역사회보건의 목표를 정의하고 예방활동을 격려하여 사회·환경적 영향으로 수정 가능한 개인적 행동을 확인하는 통합적 틀을 제공하고 있다.

SAT이론에 근거하여 본 연구의 주요결과를 살펴보면, 대상자의 학년에 따라 스트레스, 친구관계 만족도, 건강지식정도 는 유의한 차이를 보였고, 거주형태에 따라서 친구관계 만족

도와 유의한 상관관계를 보였다. 또한, 용돈에 대한 만족도는 정서상태, 스트레스, 건강증진행위 실천과 유의한 상관관계를 보였으며, 대상자의 정서상태가 안정적일수록 친구관계 만족도가 높은 것으로 나타났다. 또한, 대상자의 스트레스가 많을수록 친구관계 만족도가 낮고, 친구관계 만족도가 높을수록 건강증진행위 실천을 잘하는 것으로 나타났다.

건강증진행위 실천은 용돈에 대한 만족도가 높을수록 잘하는 것으로 나타났으며, 동거인 수나 거주형태에 따라서는 차이가 없었는데, 이성은 등(2004)의 연구결과와 달리 가족과 동거하는 학생일수록, 스트레스가 적을수록 긍정적인 건강행위를 많이 하는 것으로 나타났다. 또한 정서상태가 불안정할수록, 스트레스가 높을수록, 친구관계 만족도가 낮을수록 건강증진행위 실천을 못하는 것으로 나타나 대학생을 대상으로 한 선행연구(박영주 등, 2002)에서 건강행위와 스트레스가 역상관관계를 보인다는 결과와 일치한다. 따라서 다른 학과 대학생들보다 임상 실습 등으로 인한 스트레스가 많다고 알려지고 있는 간호대학생들의 건강증진행위 실천을 위해 학교 당국에서 학생 개개인의 환경, 친구관계 만족도 및 스트레스

관련 요인들을 적극적으로 파악하여 건강증진 프로그램의 운영등이 필요한 것으로 사료된다.

대학생을 대상으로 한 또 다른 연구에서 학년(성미혜, 2001)이 건강증진행위 실천과 관련이 없는 것으로 나타나 본 연구결과와 일치하였으며, 본 연구에서는 거주형태에 따른 건강증진행위 실천이 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으나, 선행연구(박미영, 1994; 박미화, 1999; 정현숙, 1997)에서는 거주형태에 따라 건강증진행위 실천정도가 다른 것으로 나타났다. 이성은 등(2004)이 대학생 952명을 대상으로 한 건강행위 예측모형구축에 관한 연구결과 건강행위에 직접적으로 효과가 있는 변수는 가족동거여부와 스트레스였으며, 이는 가족과 동거하는 학생일수록, 스트레스가 적을수록 긍정적 건강행위를 많이 하는 것으로 나타나 본 연구의 결과와 부분적으로 일치하고 있었다. 이는 대상자의 차이와 연구도구의 차이에 따른 것이라 생각되며, 거주형태에 따른 건강증진행위 실천을 파악하는 추후 반복연구를 통해 관계를 파악해볼 필요가 있다.

본 연구에서 건강지식과 건강증진행위 실천은 유의한 관계가 없는 것으로 나타나 선행연구(박영주 등, 2002)와 일치하는 반면, 이군자 등(2003)의 연구에서는 양의 상관관계가 있는 것으로 나타나 차이가 있었다. 대학생을 대상으로 건강지식과 건강증진행위 실천에 관한 선행연구가 없었는데, 추후 반복연구를 통해 건강지식에 따른 건강증진행위 실천의 관계를 파악해 볼 필요가 있다.

SAT를 이용한 선행연구(노영숙, 2003)에서 고혈압 환자의 치료지속 이행을 설명한 변수는 우울, 사회적 지지, 의료진과의 관계, 자기효능감이었으며, 고혈압 지식은 유의한 인과관계를 설명하지 못한 것으로 나타나, 대학생의 건강증진행위 실천이 스트레스, 정서상태와 친구관계 만족도와 관련이 있고 지식은 관련이 없는 본 연구의 결과와 유사하다. 두 연구 결과를 볼 때 행위 실천에는 정서상태와 사회적 상호작용 요인이 중요하게 작용한다고 볼 수 있다.

이상의 결과를 토대로 살펴보면, 간호대학생의 건강증진행위 실천을 높이기 위해 본 연구에서 유의하게 나타난 정서상태와 스트레스 관리, 친구관계 만족도를 높여서 건강증진행위 실천을 격려하기 위한 건강증진 프로그램 운영이 필요하며, 또한 선행연구에서 유의하게 나타난 거주형태나 건강지식과 관련된 변수들도 관리가 필요한 것으로 사료된다.

SAT 이론에 의하면 스트레스라는 사회적 요인과 개인의 지식은 상호작용을 통하여 만족도 정도를 결정하고 이 만족도 정도가 건강행동에 영향을 주는 것으로 도식화 할 수 있다. 연구결과는 만족도가 건강행동에 통계적으로 유의한 영향을 주고 지식과 스트레스는 상대적으로 미약한 영향을 주는 것으로 나타나 이론에 의한 분석이 의미가 있음을 밝혀주고 있다. 하지만 이론에 따르면 정서상태는 지식에 형성에 영향을

주는 요인으로 다변량 분석을 하면 지식이라는 매개요인의 영향으로 그 영향력이 감소해야 하는데 예측한 대로 나타나지 않았다. 건강지식의 측정이 변별력이 부족하여 생긴 결과라고 해석할 수도 있지만 추가적인 연구가 필요하다고 생각한다.

SAT 이론에 근거하여 중재를 생각한다면 정신적인 건강증진과 스트레스에 상황에 대한 회피 등이 필요하다고 볼 수 있다. 보통 스트레스 경험이 예측이 어려운 상황이라고 생각한다. 정신허를 증진하여 스트레스에 대한 부정적 반응을 최소화하고 건강에 대한 인지적 판단을 최대화하여 건강증진행위 실천을 격려하는 것이 필요하다고 생각한다.

본 연구의 결과를 해석하는데 있어 몇 가지 제한점을 제시하면, 일부간호대학생을 대상으로 하여 편의 표출하였으므로 연구결과를 확대 해석할 수 없으며, SAT의 일부 변수를 이용한 횡단적 조사연구이므로 SAT에서 제시되는 인과관계를 정확히 추론하는데 어려움이 있다.

결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 건강증진행위 실천에 영향을 주는 요인을 분석하여 SAT에서 제시된 행동배경, 정서/각성변수, 상호작용변수, 일반적인 능력이 건강보호행동에 영향을 미치는지 알아보기 위해 시행된 횡단적 조사연구(cross sectional survey)이다. 대상자는 서울 및 원주시에 소재한 2개의 간호대학과 간호학과에 재학 중인 1, 2, 3, 4학년 학생이며, 사용한 연구도구는 McNair, Lorr와 Droppleman(1992)이 개발한 정서상태 측정도구(Profile of Mood States, POMS)를 수정하여 타당화시킨 도구, 전경구와 김교현(1991)이 제작한 대학생용 생활스트레스 도구, Weissman과 Paykel(1974)이 개발한 사회적응 정도를 평가하는 도구 중 대인관계문항, 조원정(1983)에 의해 개발한 건강행위 지식검사, Pender와 Walker, Sechrist(1987)의 HPLP 48문항을 박경애(1999)가 수정 보완한 도구였다.

연구결과 학년에 따라 정서상태 및 건강증진행위 실천은 유의한 차이가 없었으나($p=.07$, $p=.08$), 스트레스, 친구관계 만족도, 건강지식정도에는 유의한 차이를 보였고($p<.05$), 거주형태는 친구관계 만족도와 유의한 상관관계를 보였다($p=.04$). 용돈에 대한 만족도는 정서상태, 스트레스, 건강증진행위 실천과 유의한 상관관계를 보였다($p<.05$). 건강증진행위 실천은 정서상태가 안정적일수록($r=-.45$, $p=.00$), 스트레스가 낮을수록($r=-.21$, $p=.00$), 친구관계 만족도가 높을수록($r=-.38$, $p=.00$) 건강증진행위 실천을 잘하는 것으로 나타났다. 그러나 건강지식이 많을수록 건강증진행위 실천을 잘하는 것으로 나타났으나 통계적으로 유의하진 않았다($r=-.05$, $p=.30$).

다중회귀분석 결과 학년이 높을수록, 정서상태가 안정적일

수록, 친구관계 만족도가 높을수록 건강증진행위 실천을 잘하는 것으로 나타났으며, 각 영향변인들에 의해 건강증진행위 실천이 29.0%로 유의하게 설명되었다.

본 연구는 간호대학생들의 건강증진행위 실천에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 대상자의 상황변수, 정서특성, 사회적 상호작용, 지식과의 관계를 SAT 모형을 이용해서 규명했다는 의의가 있다.

이상의 연구결과를 토대로 개인의 건강증진행위 실천에 영향을 미치는 것으로 규명된 변수들을 이용한 건강증진 프로그램의 개발 및 중재 연구가 필요하며, 본 연구에서 시도되지 않은 SAT에 근거한 타 변수들을 이용한 추후 연구를 제언한다.

참고문헌

김영미 (1998). *우울성 성격장애 진단의 임상적 타당성 및 유용성 연구*. 연세대학교 대학원 박사학위논문. 서울.

노영숙 (2003). *고혈압 환자의 치료지속 이행 설명모형*. 연세대학교 대학원 박사학위 논문. 서울.

박경애 (1999). *건강교육이 대학생의 신체상과 건강증진 행위에 미치는 효과*. 전남대학교 행정대학원 석사학위논문. 광주.

박미경, 이은숙 (2004). 향기흡입법이 간호대학생의 스트레스 반응에 미치는 효과. *대한간호학회지*, 34(2), 344-351.

박미영 (1994). *대학생의 건강증진 생활양식과 관련요인 연구*. *지역사회간호학회지*, 5(1), 81-96.

박미화 (1999). 일부 간호대학생의 자아존중감과 건강증진 행위에 관한 연구. *성인간호학회지*, 11(1), 96-106.

박영주, 오가실, 이숙자, 오경옥, 김정아, 김희순, 최상순, 이성은, 정추자, 전화연 (2002). 한국 대학생의 사회적 지지, 스트레스 생활사건 및 건강행위. *대한간호학회지*, 32(6), 792-802.

박형숙, 이윤미, 조규영 (2002). 중년기 여성의 갱년기 증상, 폐경지식과 폐경관리에 관한 연구. *여성건강간호학회지*, 8(4), 521-528.

성미혜 (2001). *간호대학생의 건강증진 생활양식 결정요인에 관한 연구*. *여성건강간호학회지*, 7(3), 317-330.

신윤희 (1996). 노인의 정서측정을 위한 도구(Profile of Mood States, POMS)의 타당화에 관한 연구. *대한간호학회*

지, 26(4), 743-758.

오미정 (2000). 간호학생의 임상실습 스트레스의 대처방법에 대한 인식유형. *아동간호학회*, 6(3), 423-436.

윤은자 (1997). *대학생의 건강증진 생활양식 이행*. *성인간호학회지*, 9(2), 262-271.

이군자, 장춘자, 유재희 (2003). 중년여성의 갱년기 증상, 폐경지식과 건강증진행위간의 관계 연구. *여성건강간호학회지*, 9(4), 400-409.

이성은, 오가실, 박영주, 김정아, 김희순, 오경옥 등 (2004). 한국 대학생의 건강행위 예측 모형. *대한간호학회지*, 34(6), 903-912.

이인정, 최혜경 (1999). *인간행동과 사회환경*. 나남출판.

전겸구, 김교헌 (1991). *대학생용 생활 스트레스 척도의 개발: 제어이론적 접근*. *한국심리학회지 : 임상*, 10(1), p137-158.

정현숙 (1997). 야간전문대 여학생들의 건강증진 생활양식-간호계학생과 비간호계학생 비교. *지역사회간호학회지*, 8(2), 368-380.

조옥귀 (1993). *우울취약성과 우울수준, 성격차원 및 부정적 생활 스트레스와의 관계*. 중앙대학교 대학원 박사학위 논문. 서울.

조원정 (1983). *건강행위에 대한 성인지각의 실증적 연구*. 연세대학교 대학원 박사학위논문. 서울.

Ewart, C. K. (1991). Social Action Theory for a Public Health Psychology. *Am Psychol*, 45(9), 931-946.

Gore-Felton, C., Rotheram-borus, M. J., Weinhardt, L. S., Kelly, J. A., Lightfoot, M., Kirshenbaum, S. B., Johnson, M. O., Chesney, M. A., Catz, S. L., Ehrhardt, A. A., Remien, R. H., Morin, S. F., the NIMH Healthy Living Project Team. (2005). The Healthy Living Project: An Individually Tailored, Multidimensional Intervention for HIV-Infected Persons. *AIDS Educ Prev*, 17, Supplement A, 21-39.

Remien, R. H., Hirky, A. E., Johnson, M. O., Weinhardt, L. S., Whittier, D., Le, G. M. (2003). Adherence to Medication Treatment: A Qualitative Study of Facilitators and Barriers Among a Diverse Sample of HIV+ Men and Women in Four U.S. Cities. *AIDS and Behav*, 7(1), 61-72.

Factors Leading to Health Promotion Behavior among the Students in a Nursing School of a University - based on the SAT -

Joe, Seun Young¹⁾ · Lee, In Sook¹⁾ · Ham, Young Lim¹⁾ · Kim, Joohyung²⁾

1) Doctoral Course Student, Graduate School, Yonsei University

2) Adjunct Professor, Graduate School, Yonsei University

Objectives: College students experiences more stress than when they were in high school. The students in nursing college, experience a variety of stress related to clinical practices, the examination for registered nurse license etc. The purpose of this study was to identify the factors that affect the health promotion behavior among the students in a nursing college based on SAT(Social Action Theory). **Methods:** The study was a cross-sectional design with a convenience sample of 427 students recruited from April to May in 2005. SAT was utilized for the theoretical framework of the study. The instruments used were Profile of Mood Stress, Life Stress Scale for college student, Social Adaptation Scale, Health Knowledge and Health Promotion Lifestyle Profile. Data were analyzed with SPSS 12.0 program. **Results:** The study showed that grades, moods, and satisfaction of relationship with friends, satisfaction with pocket money made up 29.0% of significant factors related to health promotion behavior among the college students in nursing. **Conclusion:** It suggests that the known factors need to be taken into consideration when developing the health promotion program for college students in nursing.

Key words : Health promotion behavior, Education

• Address reprint requests to : Joe Seun Young

Doctoral Course Student, Graduate School, Yonsei University

1-310, Doksandong APT, 1011-26, Doksan-1-dong, Gumchun-Gu, Seoul 153-011, Korea

Tel: 82-2-895-3008 C.P.: 82-10-5071-3008 E-mail: anjoe116@hanmail.net