

## 대학생의 아로마테라피에 대한 인식도 분석

이 주 연<sup>†</sup>  
건양대학교 의료뷰티학과

### A Study on the Understanding of Aromatherapy of University Students

Ju-Yeon Lee<sup>†</sup>

Dept. of Medical Beauty, Konyang University  
(2009. 12. 18. 접수일 : 2010. 1. 20. 수정완료일 : 2010. 2. 10. 게재확정일)

#### Abstract

This research was intended to furnish basic data which can be helpful to maintain and improve the skin health and to activate aromatherapy by analyzing the knowledge, attitude and behavior on the aromatherapy skin care of college students. As their grade got higher, students of beauty class showed the level of knowledge on aromatherapy higher than those of non-beauty class, and that of girl students was higher than that of boy students and as the living standard of students got higher, and pocket money of a month of them got more, the level of knowledge on aromatherapy of them was high, and as the interest in appearance and satisfaction on appearance of them got higher, the level of knowledge on aromatherapy of them was high. In common characteristics, as the living standard of them got higher, and pocket money of a month of them got more, the level of attitude on aromatherapy of them was high. As the interest in appearance of them got higher, the level of attitude on aromatherapy on the interest in appearance of them was high. In the characteristics related with the skin, as the skin health condition of students got healthier, the level of attitude on aromatherapy of them was high, and it was high in the students who had much agony on the skin color.

*Key word: aromatherapy(아로마테라피), knowledge(지식), attitude(태도), behavior(행동).*

#### I. 서론

피부는 신체의 건강, 호르몬의 분비, 내장기관 등의 내적인 요소와 계절, 기후, 환경 등 외적인 요소들에 의해서 달라질 수 있으므로<sup>1)</sup> 피부를 정상적

으로 보호하고 건강한 피부를 유지하기 위해서는 피부 건강 관리뿐만 아니라 적당한 운동과 영양 섭취, 적절한 휴식 등 신체의 건강을 유지하도록 힘 쓰는 것도 필요하다<sup>2)</sup>.

아로마테라피는 식물의 정유를 가지고 휴식 또는 재충전 등에 효용을 즐기며, 신체와 정신의 향

<sup>†</sup> 교신저자 E-mail : bonbon@konyang.ac.kr

1) 김연진, “중년여성의 피부건강관리 지식, 태도 및 교육요구도 조사” (중앙대학교 대학원 석사학위논문, 2002), p. 6.

2) 이지수, “성인 남성의 피부 관리에 대한 지식 및 행위에 관한 조사 연구” (건국대학교 대학원 석사학위논문, 2004), p. 16.

상성을 유지, 촉진하며, 신체와 정신의 부조화를 개선하는 효능이 있어 의료계의 임상에서도 많이 쓰이고 있다.

오늘날 임상과 관련된 아로마테라피 피부 관리 분야의 연구들이 이루어지고 있는데, ‘식물추출물의 여드름 균의 성장에 미치는 영향’<sup>3)</sup>, ‘천연 아로마 오일의 여드름 피부 개선 효과’<sup>4)</sup>, ‘아토피성 피부에 대한 인식과 아로마 이용 실태’<sup>5)</sup> 등 특정 피부질환과 관련한 연구들이 주로 이루어지고 있다. 그러나 외모에 대한 관심이 높아지면서 일반인들의 대체요법을 이용한 피부 관리에 관심이 높아지고<sup>6)</sup> 있지만, 이와 관련된 피부과학이나 아로마테라피에 대한 지식이 부족하여 효과적인 사용이 이루어지지 않는 것으로 지적되고 있다.

그러므로 본 연구에서는 피부 건강에 관심이 높은 대학생을 대상으로 아로마테라피의 지식, 태도 및 행위의 관련성을 파악하여 아로마테라피의 활성화와 피부 건강 유지, 개선에 도움을 줄 수 있는 방안을 마련하기 위한 기초 연구로 수행되었고, 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 1) 대학생의 일반적 특성, 피부 특성, 아로마테라피에 대한 지식, 태도 및 행위 실태를 알아본다.
- 2) 아로마테라피에 대한 지식, 태도 및 행위간의 관련성을 알아본다.

## II. 이론적 배경

### 1. 피부 건강 관리

피부는 인체를 구성하는 기관 중 가장 넓은 면적을 차지하며, 가장 겉면에 존재하는 기관으로 표피와 진피 및 피하조직으로 구성되어 있고, 외부 환

경으로부터 내부 기관을 보호하며 이물질에 대한 방어, 보호물질의 분비, 체액의 보존, 체온 조절, Vit. D 생산, 재생 및 분비물 배출의 기능을 한다<sup>7,8)</sup>.

여성이 피부 유형에 영향을 미치는 요인으로는 외부 환경, 식생활 등 일상생활 습관, 정신적 요소, 피부병과 내과적 건강장애 등을 들 수 있다<sup>9)</sup>. 이러한 피부를 건강하게 하기 위한 관리는 영양과 건강 등의 내적 관리와 마사지, 애플의 사용 등 외적 관리로 나눌 수 있다. 그러나 무엇보다 중요한 것은 피부 조건에 맞는 기초화장품을 선택하고, 청결, 충분한 수면, 균형 잡힌 영양 섭취, 적당한 운동 등이 중요하다.

### 2. 아로마테라피

아로마테라피는 향을 의미하는 “aroma”와 치료, 요법이라는 therapy의 합성어로 허브, 즉 식물의 꽃, 잎, 줄기, 뿌리 등에서 추출한 휘발성 정유로 여러 가지 방법을 이용하여 심신을 건강하게 하는 자연 요법 또는 대체의학이라 할 수 있다.

아로마테라피 연구로 유명한 프랑스 내과의사인 Valnet는 “아로마테라피는 식물로부터 얻어낸 향기로는 에센셜 오일을 약품으로 쓰는 것이다.”<sup>10)</sup>라고 했고, 영국의 아로마 요법학자인 Kusmirek은 아로마테라피를 몸과 마음과 정신에 영향을 끼치거나 변화시키는 에센셜 오일을 찾아 사용하는 향수제조 판매업, 심리 아로마 요법 그리고 아로마학이 결합된 하나의 산업으로서 설명했다<sup>11)</sup>.

이밖에도 아로마는 피부에 기생하는 박테리아를 살균하는가 하면 식물성 호르몬을 함유하고 있어 인체의 호르몬 기능을 조절하고 말초신경에 작용해 스트레스와 긴장을 해소시켜 준다. Tisserand는

- 3) 장영숙, “식물추출물의 여드름 균의 성장에 미치는 영향” (대구가톨릭대학교 보건학과 석사학위논문, 2004), p. 17.
- 4) 문수진, “에센셜 오일의 여드름 피부 개선 효과” (중앙대학교 의약식품대학원 석사학위논문, 2005), p. 8.
- 5) 이주연, “아토피성 피부에 대한 인식과 아로마 이용실태” (대구한의대학교 보건대학원 석사학위논문, 2004), p. 10.
- 6) 모정희, “피부관리 방식으로써의 아로마 테라피의 활용실태 및 시행효과에 관한 연구” (조선대학교 산업대학원 석사학위논문, 2003), p. 6.
- 7) 배수현, “여대생의 피부건강 관련 행위와 사회 심리적 건강과의 관련성” (이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2003), p. 17.
- 8) 김복희, “여성의 피부미용관리 지식 및 행위에 관한 요인” (경산대학교 대학원 박사학위논문, 1998), p. 13.
- 9) 이성은, “여대생의 피부건강관리에 대한 지식과 관리행위에 관한 연구” (대구한의대학교 대학원 석사학위논문, 2005), p. 23.
- 10) J. Valnet, *The Practice of Aromatherapy*, (London: C W Daniel Co. Ltd, 1982), p. 9.
- 11) 하혜정, *임상 아로마테라피*, (서울: 현문사, 2003), pp. 50-51.

그의 저서 “The Art Aromatherapy”에서 에센셜 오일의 적절한 사용은 면역계를 자극한다고 말했다<sup>12)</sup>.

피부 관리에 쓰이는 아로마테라피<sup>13)</sup>는 단순히 피부를 젊게 하는 차원을 넘어 건강과 면역력 증가 효과까지 있다<sup>14)</sup>. 피부 마사지를 이용한 관리법은 정신적으로, 신체적으로 큰 효과를 나타낸다고 마사지를 받는 사람을 편안하게 하고 원기를 복돋을 수 있기 때문에 매우 효과적인 관리법이다<sup>15)</sup>. 1922년 Dunn은 122명의 환자를 대상으로 라벤더 오일 마사지와 다른 오일 마사지와 차이점을 측정하기 위해서 집중적인 관리를 실행한 결과, 심리학적 변화는 확실히 나타나지 않았지만 라벤더 오일로 마사지한 환자에게서 긍정적 변화가 훨씬 높게 나타났다고 보고하였다. 피부에 미치는 라벤더와 카모마일의 경우에는 건조하고 가려움이 있는 피부나 습진에 좋을 뿐만 아니라 요즘 아기들에게 많이 나타나는 아토피피부에도 아주 효과적이다<sup>16)</sup>. 이밖에도 네롤리나 로즈는 피부탄력에 아주 우수하고 제라늄은 피지분비의 균형을 유지해 주므로 지성, 여드름 피부에 효과적이다<sup>17)</sup>.

### III. 연구방법

#### 1. 연구 대상 및 기간

자료 수집은 설문지를 이용하였으며, 조사 대상은 3개의 대학에서 대학생 500명을 대상으로 사전 조사를 실시한 후 설문지를 수정, 보완하여 2008년 10월 1일부터 10월 20일까지 20일간에 걸쳐 본 조사를 실시하였다. 회수된 질문지 중 응답이 불완전한 질문지를 제외하고 총 447부의 유효 설문지를

자료 분석에 사용하였다.

#### 2. 연구도구 및 내용

본 연구를 위한 설문지의 내용은 연구 대상자의 특성, 아로마테라피에 대한 지식, 태도 및 행위로 구분하였다.

본 연구의 설문 문항은 연구자가 국내 외의 관련 문헌<sup>18,19)</sup>에서 문항들을 응용하였으며, 피부과 전문의의 자문을 토대로 수정, 보완, 재작성하여 완성하였다. 이렇게 선정된 설문내용으로 사전조사를 실시하여 신뢰도를 검증하였으며, 사전 조사 시 응답 대상자들의 지적사항을 다시 수정, 보완하여 조사 연구도구로 사용하였다.

본 연구에서 사용된 설문지의 아로마테라피에 대한 지식, 태도, 행위에 대한 신뢰도 계수는 <표 1>과 같다.

연구 대상자의 특성을 크게 두 부분으로 구분하여 일반적인 특성은 총 9개 문항이며, 피부 관련 특성은 3개 요인으로 작성하였다.

아로마테라피에 대한 지식은 10개 문항, 아로마테라피에 대한 태도 5개 문항, 아로마테라피에 대한 행위 5개 문항으로 구성되어 있다.

본 연구에서는 타당성을 검증하기 위하여 요인

<표 1> 항목별 신뢰도 계수

항목	Cronbach's $\alpha$	초기문항 (사용문항수)
아로마테라피에 대한 지식	0.810	10(7)
아로마테라피에 대한 태도	0.848	5(5)
아로마테라피에 대한 행위	0.927	5(5)

12) R. Tisserand, *The Art Aromatherapy*, (London: C W Daniel Co. Ltd, 1977), p. 15.

13) 신진희, “피부관리사의 아로마테라피 이용 실태조사” (고신대학교 대학원 석사학위논문, 2002), p. 38.

14) 최인령, “향 요법 마사지가 골관절염 여성 노인의 통증, 신체기능, 수면 장애 및 우울에 미치는 효과” (전남대학교 대학원 박사학위논문, 2004), p. 20.

15) 박미경, “일부 지역 피부 관리사의 아로마테라피 이용실태와 시행효과에 대한 인식도” (대구한의대학교 대학원 석사학위논문, 2001), p. 31.

16) 김숙, “소아 아토피성 피부염 개선을 위한 아로마 이용 실태” (조선대학교 대학원 석사학위논문, 2007), p. 30.

17) 최명옥, “아로마 마사지가 화학요법을 받는 암 환자의 스트레스에 미치는 효과” (경희대학교 대학원 석사학위논문, 2004), p. 12.

18) 김지원, “일부 여자대학생의 건강에 대한 지식, 태도 및 행위에 관한 연구” (이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1992), p. 26.

19) 박정란, “서울시내 일부 대학생의 건강에 대한 지식, 태도, 행동에 관한 조사” (이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2000), p. 20.

<표 2> 요인분석결과

	성분		
	아로마 테라피 행위	아로마 테라피 태도	아로마 테라피 지식
피부친화적 인지		0.805	
피부 건강 유의		0.801	
피부 노화 관리 의사		0.797	
피부 자극 감소 인정		0.770	
화장품 기능의 우월성		0.730	
아로마 화장품 사용	0.902		
아로마 건강 관리	0.893		
아로마테라피 기술	0.874		
아로마테라피 교육	0.862		
아로마테라피 추천	0.830		
심리 안정 효과			0.621
레몬 미백 효과			0.611
네놀이 효과			0.584
티트리 효과			0.579
오일 블렌딩 효과			0.568
향균 작용 효과			0.566
상처 치유 효과			0.489
초기 고유치	4.290	3.325	1.927
누적분산비율	25.235	44.796	56.131

분석(factor analysis)을 실시하였고, 요인추출방법은 주성분분석을 이용하였다. 조직효과에 대한 요인분석을 실시해 본 결과는 <표 2>와 같다. 고유치(eigen value)는 1.0 이상, 요인적재량(factor loading)은 0.4 이상<sup>20)</sup>으로 판단기준을 두었으며, 요인분석결과 3개의 요인으로, 전체 설명력은 56.13%로 본 논문을 위해 설계된 모형에 적합한 만족할만한 결과치를 얻었다.

3. 자료 분석

조사 대상자의 일반적 특성, 아로마테라피 지식, 태도 및 행위에 대한 자료의 분석을 SPSS WIN 12.0 통계 패키지를 사용하였으며, 자료 분석은 기술통계 분석, 신뢰도 분석(Cronbach  $\alpha$ ), 요인분석, t-test, ANOVA 검사 등을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 고찰

1. 연구 대상자의 특성

1) 일반적 특성

연구 대상자의 성별 특성은 여자가 90.6%였고, 학년별로는 1학년이 54.3%, 계열별로는 미용계열이 50.6%로 응답자 비율이 가장 높게 나타났다.

출신 지역은 중소도시 40.7%, 주거 형태는 자택 45.9%로 높게 나타났다. 생활 수준은 중층이라고 응답한 학생이 69.8%로 가장 높게 나왔고, 한 달 용돈

<표 3> 연구 대상자의 일반적 특성 (N=447)

항목	구분	빈도	백분율
성별	남	42	9.4
	여	405	90.6
학년	1학년	243	54.3
	2학년	146	32.7
	3학년 이상	58	13.0
학과	미용계열	226	50.6
	비미용계열	221	49.4
출신 지역	대도시	145	32.4
	중소도시	182	40.7
	농어촌	120	26.9
주거 형태	택	205	45.9
	친척, 하숙집, 자취, 기타	78	17.4
	기숙사	164	36.7
생활 수준	상	66	14.8
	중	312	69.8
	하	69	15.4
한 달 용돈	10만원 미만	56	12.5
	10~20만원 미만	137	30.6
	20~30만원 미만	136	30.4
	30만원 이상	118	26.5
외모 관심	관심이 많다	245	54.8
	보통 이하	202	45.2
외모 만족	만족 이상	99	22.1
	보통	317	70.9
	불만족 이하	31	7.0

20) 성태제, *알기 쉬운 통계분석*, (서울: 학지사, 2009), p. 386.

은 10~20만원 미만이라고 응답한 학생이 30.6%로 가장 높게 나왔다. 외모에 대한 관심도를 묻는 질문에는 관심이 많다가 54.8%, 외모 만족도는 보통이라고 응답한 학생이 70.9%로 가장 많은 것으로 조사되었다.

**2) 피부 특성**

피부 특성을 묻는 질문 중 응답 대학생 스스로가 인지한 피부 건강 상태를 묻는 항목에서는 보통이라고 답한 경우가 40.9%로 가장 높게 나타났고, 피부 유형은 복합성이 42.9%로 가장 많았다. 피부에 대한 고민을 가지고 있는가에 대한 질문에서는 여드름이 34.2%로 가장 많은 것으로 조사되었다.

**2. 연구 대상자의 특성에 따른 아로마테라피에 대한 지식**

**1) 일반적 특성에 따른 아로마테라피에 대한 지식 수준**

〈표 4〉 연구 대상자의 피부 관련 특성 단위(%)

항목	구분	빈도	백분율
피부 건강 상태	보통 이상	123	27.5
	보통	183	40.9
	보통 이하	141	31.6
피부 유형	건성	81	18.1
	중성	47	10.5
	지성	81	18.1
	복합성	186	41.6
	민감성	39	8.7
	모름	13	3.0
피부 고민	잔주름	30	6.8
	여드름	153	34.2
	거칠음	61	13.6
	피부색	92	20.6
	기타	111	24.8

일반적 특성에 따른 대학생의 아로마테라피에 대한 수준은 〈표 5〉에서 보는 바와 같이 성별에 있어서 여자가 3.95점으로 여자가 남자 3.68보다 지식 수준이 높게 나타나 통계적으로 유의하였다. 이 결과는 임혜원(1999)<sup>21)</sup>의 ‘일부 여대생의 피부 건강 관리에 대한 지식, 태도 및 행위에 관한 조사연구’에서 남녀공학의 대학보다는 여대의 피부에 대한 지식 수준이 높게 나타난 것과 유사한 결과로서 남학생보다 여학생이 외모를 더 가꾸고, 관심이 많기 때문에 지식 수준이 높게 나타난 것으로 사료된다.

학년에 따른 아로마테라피에 대한 지식 수준은 3학년 이상이 4.23점으로 1학년이 3.81점인 것에 비해 높게 나타났으며, 계열별 아로마테라피에 대한 지식 수준은 미용계열이 4.07으로 비미용계열보다 우세하게 나타나 통계적으로 유의하게 나타났고, 계열별 특성에서는 미용계열이 비미용계열보다 지식 수준이 높게 나타났고, 고학년으로 갈수록 더 높게 나타났다. 미용계열 학생들은 아로마테라피에 대한 전문 지식을 일반계열 학생들보다 많이 받기 때문에 지식 수준이 높게 나타난 것으로 사료된다. 이는 한송이(2004)<sup>22)</sup>의 ‘일부 지역 대학생의 발 관리에 대한 지식, 태도 및 실태에 대한 조사연구’의 결과에서 미용계열이 비미용계열보다 지식 수준이 높게 나타난 것과 일부 유사한 결과이다. 출신 지역에 따른 아로마테라피에 대한 지식 수준은 대도시가 4.05점으로 나타나 통계적으로 유의하였다.

주거 형태는 자택 거주자가 4.01점으로 지식점수가 가장 높았으며, 생활 수준에 따른 아로마테라피에 대한 지식 수준은 전반적으로 상류층으로 갈수록 지식 수준이 높았으나 통계적으로 유의한 차이는 없는 것으로 나타났다. 한 달 용돈에 따른 아로마테라피에 대한 지식 수준은 50만원 이상이 4.40점으로 가장 높게 나타나 용돈을 많이 받는 학생일수록 아로마테라피에 대한 지식 수준이 높게 나타났고 통계적으로도 유의하게 나타났다.

이 결과는 아로마 제품이 상대적으로 일반 화장

21) 임혜원, “일부여대생의 피부건강관리에 대한 지식, 태도 및 행위에 관한 조사연구” (이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1999), p. 44.

22) 한송이, “일부 지역 대학생의 발관리에 대한 지식, 태도 및 실태에 관한 조사연구” (건양대학교 대학원 석사학위논문, 2005), p. 13.

〈표 5〉 일반적 특성에 따른 아로마테라피의 지식 수준

항목	구분	평균	Duncan (동일집단군)	표준편차	유의확률
성별	남	3.68		0.68	0.010*
	여	3.95		0.63	
학년	3학년 이상	4.23	a	0.56	
	2학년	4.00	b	0.62	
	1학년	3.81	c	0.64	0.000*
학과	미용계열	4.07		0.63	0.000*
	비미용계열	3.78		0.62	
출신 지역	대도시	4.05	a	0.67	0.002*
	중소도시	3.93	a	0.61	
	농어촌	3.77	b	0.63	
주거 형태	자택	4.01	a	0.60	0.038*
	친척, 하숙, 자취, 기타	3.90	a b	0.65	
	기숙사	3.84	b	0.67	
생활 수준	상	4.03		0.68	0.203
	중	3.93		0.61	
	하	3.83		0.75	
한 달 용돈	10만원 미만	3.87	b	0.56	0.000*
	10~20만원 미만	3.79	b	0.64	
	20~30만원 미만	3.90	b	0.63	
	30만원 이상	4.15	a	0.65	
외모 관심	관심이 많다	4.00		0.63	0.013*
	보통 이하	3.84		0.65	
외모 만족	만족 이상	3.90	a	0.69	0.002*
	보통	3.97	a	0.58	
	불만족 이하	3.54	b	0.89	

주) Alphabet은 Duncan의 다범위검증 결과임(a>b>c). \*p<0.05.

품보다 고가이므로 상류층이나 경제적으로 여유가 있는 학생들이 일반 학생들보다 접할 기회가 많아 지식 수준이 높게 나타난 것으로 사료된다.

외모 관심에 대한 아로마테라피에 지식 수준은 외모 관심이 많을수록 아로마테라피 지식 수준이 높게 나타났다.

2) 피부 특성에 따른 아로마테라피에 대한 지식 응답 대학생의 피부 특성에 따른 아로마테라피에 대한 지식 수준은 〈표 6〉과 같이 피부 건강 상

태가 나쁘다고 인식한 경우 3.98점으로 가장 높게 나타났으나, 피부 건강 상태가 좋다고 인식한 경우의 3.95점과 큰 차이가 없는 것으로 나타났다. 피부 유형에 있어서는 지성 피부인 경우, 아로마테라피 지식 수준이 4.05점으로 가장 높게 나타났으며, 건성 피부인 경우에도 3.94점으로 큰 차이가 없는 것으로 나타났다. 피부 고민 항목에서는 잔주름 고민이 있는 경우에 아로마테라피 지식 수준이 4.08점으로 가장 높게 나타났으며 통계적으로 유의하였다. 이 결과는 건성 피부나 지성 피부 모두 피부 건

<표 6> 피부 관련 특성에 따른 아로마테라피의 지식

항목	구분	평균	Duncan (동일집단군)	표준편차	유의확률
피부 건강	상	3.95		0.66	0.224
	중	3.86		0.68	
	하	3.98		0.57	
피부 유형	건성	3.94		0.65	0.392
	중성	3.86		0.74	
	지성	4.05		0.64	
	복합성	3.91		0.59	
피부 고민	민감성	4.01		0.64	
	잔주름	4.08	a	0.57	0.043*
	여드름	3.99	a	0.59	
	피부색	3.98	ab	0.62	
	기타	3.85	ab	0.61	
	거칠음	3.75	b	0.82	

주) Alphabet은 Duncan의 다범위검증 결과임(a>b>c). \*p<0.05.

강 상태가 나쁜 것으로 인식하는 것이며, 피부 건강 상태가 나쁘다고 인식한 경우 아로마테라피 지식 수준이 높게 나타나고 특히 잔주름의 고민이 있는 경우에는 아로마테라피 지식 수준이 매우 높은 것

<표 7> 일반적 특성에 따른 아로마테라피의 태도

항목	구분	평균	Duncan (동일집단군)	표준편차	유의확률
성별	남	3.33		0.59	0.785
	여	3.31		0.63	
학년	1학년	3.36	a	0.60	0.050*
	2학년	3.29	ab	0.64	
	3학년 이상	3.14	b	0.69	
학과	미용계열	3.28		0.72	0.304
	비미용계열	3.34		0.52	
출신 지역	대도시	3.32		0.64	0.934
	중소도시	3.30		0.60	
	농어촌	3.31		0.66	
주거 형태	자택	3.30		0.62	0.789
	친척, 하숙, 자취, 기타	3.55		0.69	
	기숙사	3.29		0.61	

을 의미하는 것이라고 사료된다.

3. 연구 대상자의 특성에 따른 아로마테라피에 대한 태도

1) 일반적 특성에 따른 아로마테라피에 대한 태도  
일반적 특성에 따른 대학생의 아로마테라피에 대한 태도 점수는 <표 7>에서 보는 바와 같이 남성과 여성은 각각 3.33과 3.31로 비슷하며, 학년 특성에서 1학년이 3.36점으로 가장 높았고, 학과 특성과 출신 지역, 주거 형태, 생활 수준, 용돈 항목 등에서는 항목간 차이가 크게 나타나지 않았다. 외모 관심도에 있어 관심이 많은 경우에 아로마테라피 태도 점수가 3.38점으로 가장 높게 나타나 통계적으로 유의성이 있었다. 외모에 대한 관심이 많을수록 자신의 외모를 지속시키거나 더 나은 외모를 위해 관리하기 때문에 아로마테라피에 대한 태도 수준이 높게 나타난 것이라고 사료된다.

2) 피부 관련 특성에 따른 아로마테라피에 대한 태도

응답 대학생의 피부 관련 특성에 따른 아로마테라피에 대한 태도 수준은 <표 8>과 같이 건강한 피

<표 7> 계속

항목	구분	평균	Duncan (동일집단군)	표준편차	유의확률
생활 수준	상	3.35		0.66	0.697
	중	3.29		0.61	
	하	3.34		0.67	
한 달 용돈	10만원 미만	3.40		0.65	0.472
	10~20만원 미만	3.34		0.60	
	20~30만원 미만	3.28		0.55	
	30만원 이상	3.25		0.73	
외모 관심	관심이 많다	3.38		0.64	0.011*
	보통 이하	3.22		0.60	
외모 만족	만족 이상	3.29		0.58	0.256
	보통	3.33		0.65	
	불만족 이하	3.14		0.48	

주) Alphabet은 Duncan의 다범위검증 결과임(a>b>c). \*p<0.05.

<표 8> 피부 관련 특성에 따른 아로마테라피의 태도

항목	구분	평균	Duncan (동일집단군)	표준편차	유의확률
피부 건강	상	3.35		0.68	0.672
	중	3.29		0.61	
	하	3.29		0.61	
피부 유형	건성	3.29		0.67	0.884
	중성	3.28		0.60	
	지성	3.35		0.70	
	복합성	3.32		0.61	
	민감성	3.24		0.55	
피부 고민	잔주름	3.03	c	0.66	0.010*
	거칠음	3.20	bc	0.60	
	여드름	3.30	ab	0.63	
	기타	3.32	ab	0.62	
	피부색	3.46	a	0.61	

주) Alphabet은 Duncan의 다범위검증 결과임(a>b>c). \*p<0.05.

부를 가진 경우 아로마테라피 태도 점수가 3.35점으로 나타났고, 피부 유형 중에서는 지성 피부를 가

진 학생이 아로마에 대한 태도 점수가 3.35점으로 가장 높았으나, 통계적으로 유의한 차이를 보이지는 않았다. 피부에 대한 고민에 따른 아로마에 대한 태도 점수는 피부색에 대한 고민이 3.46점으로 가장 높게 나타났으며 통계적으로 유의하였다. 이 결과는 동양 여성 대부분이 흰 피부를 미인의 조건으로 생각하는 경향이 있기 때문인 것으로 사료된다<sup>23,24)</sup>.

4. 연구 대상자의 특성에 따른 아로마테라피에 대한 행위

1) 일반적 특성에 따른 아로마테라피에 대한 행위 일반적 특성에 따른 대학생의 아로마테라피에 대한 행위 점수는 <표 9>에서 보는 바와 같이 학년에 있어서는 3학년 이상이 2.31점으로 가장 높았고, 계열별 아로마테라피에 대한 행위 점수는 미용계열이 2.37점으로 통계학적으로 유의하게 나타났다. 생활 수준에 따른 아로마테라피 행위 수준은 상층이 2.19로 가장 높게 나타났고, 하층으로 갈수록 점수가 낮게 나타나 대체적으로 상류층일수록 아로

23) 송경아, “일부 여성의 생활실태가 피부상태에 미치는 영향” (계명대학교 대학원 석사학위논문, 1997), p. 52.  
 24) 신명자, “여대생의 미용형태 및 그에 따른 건강 위해 실태조사” (이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2000), p. 20.

<표 9> 일반적 특성에 따른 아로마테라피의 행위

항목	구분	평균	Duncan (동일집단군)	표준편차	유의확률
성별	남	2.00		1.01	0.957
	여	2.01		0.97	
학년	1학년	1.94	b	0.94	0.036*
	2학년	2.01	b	0.91	
	3학년 이상	2.31	a	1.19	
학과	미용계열	2.37		1.06	0.000*
	비미용계열	1.64		0.71	
출신 지역	대도시	2.06		0.96	0.394
	중소도시	1.93		0.98	
	농어촌	2.06		0.98	
주거 형태	자택	2.05		0.90	0.054
	친척, 하숙, 자취, 기타	2.18		0.88	
	기숙사	1.87		1.02	
생활 수준	상	2.19	a	1.09	0.013*
	중	2.03	a	0.94	
	하	1.72	b	0.93	
한 달 용돈	10만원 미만	1.78	b	0.85	0.001*
	10~20만원 미만	1.97	b	0.88	
	20~30만원 미만	1.89	b	0.89	
	30만원 이상	2.30	a	1.15	
외모 관심	관심이 많다	2.07		1.01	0.164
	보통 이하	1.94		0.92	
외모 만족	만족 이상	2.16		1.06	0.084
	보통	1.99		0.94	
	불만족 이하	1.74		0.95	

주) Alphabet은 Duncan의 다범위검증 결과임(a>b>c). \*p<0.05.

마테라피에 대한 행위 수준이 높게 나타났다. 용돈에 따른 아로마테라피에 대한 행위점수는 30만원 이상이 2.30점으로 가장 높게 나타나 용돈을 많이 받는 학생일수록 아로마테라피에 대한 행위가 높게 나타났음을 알 수 있다.

외모 만족에 대한 행위 수준은 만족한다가 2.16점으로 가장 높고, 불만족이 1.74점으로 가장 낮게 나타났다.

2) 피부 관련 특성에 따른 아로마테라피에 대한 행위

응답 대학생의 아로마테라피에 따른 행위 수준은 <표 10>과 같이 피부가 건강한 경우 2.13점으로 가장 높게 나타났고, 피부 유형에 따른 아로마테라피에 대한 행위 수준은 중성 2.14점으로 가장 높게 나타났으며, 피부 고민은 잔주름이 2.13으로 가장 높았다.

5. 아로마테라피에 대한 지식, 태도 및 행위에 대한 상관관계

아로마테라피에 대한 지식, 태도 및 행위간의 상관관계에서 각 변수들 서로 간에 모두 통계적으로

<표 10> 피부 관련 특성에 따른 아로마테라피의 행위

항목	구분	평균	Duncan (동일집단군)	표준편차	유의확률
피부 건강	상	2.13		1.04	0.262
	중	1.97		0.91	
	하	1.95		0.99	
피부 유형	건성	1.95		0.89	0.844
	중성	2.14		1.04	
	지성	1.97		0.94	
	복합성	2.03		0.99	
피부 고민	민감성	2.05		1.10	
	잔주름	2.13		0.86	0.559
	여드름	2.07		1.04	
	거칠음	1.96		0.94	
	피부색	2.04		0.98	
	기타	1.89		0.91	

주) Alphabet은 Duncan의 다범위검증 결과임(a>b>c).  
\*p<0.05.

유의한 상관관계를 보였다. 아로마테라피 지식과 아로마테라피 태도는 양의 상관관계가 나타나 아로마테라피에 대한 지식이 많을수록 아로마테라피에 대한 태도는 긍정적인 것으로 나타났다. 그러나 아로마테라피 태도와 아로마테라피 행위 간에는 음의 상관관계가 나타나 학생들이 아로마테라피에 대한 태도는 긍정적이지만 행동으로 옮기지는 않는 것으로 나타났다.

### V. 결 론

본 연구는 대학생을 대상으로 아로마테라피의 지식, 태도 및 행위와의 관련성을 파악하여 아로마테라피의 활성화와 피부 건강 유지, 개선에 도움

을 줄 수 있는 방안을 마련하기 위해 시도되었으며, 연구 결과는 다음과 같다.

1. 연구 대상자의 일반적 특성에 따른 아로마에 대한 지식 수준은 여자가 3.95점, 남자보다 여자가 높게 나타났으며, 3학년 이상이 4.23으로 1학년 3.81에 비해 높게 나타났고, 미용계열 학생이 4.07, 대도시 출신 학생이 4.05, 한 달에 30만원 이상의 용돈을 받는 학생이 4.15, 외모 관심이 많은 학생이 4.00, 외모에 보통으로 만족하는 학생이 3.97로 가장 높게 나타났으며 통계적으로 유의하였다.

2. 아로마테라피 태도 점수는 성별, 학과 계열, 출신 지역, 주거 형태, 생활 수준, 한 달 용돈, 외모 만족 등 항목에서 비슷하게 나타났다. 그에 비해 1학년이 3.36으로 아로마테라피 태도 점수가 가장 높게 나타났고, 외모에 관심이 높은 학생이 3.38로 태도 점수가 높게 나타났으며 통계적으로 유의하였다.

피부 관련 특성에 따른 아로마테라피 태도에서는 피부 건강 상태, 피부 유형에서는 큰 차이가 없었고, 피부 고민 항목에서 피부색의 고민을 가지고 있는 학생이 3.46으로 아로마테라피 태도 점수가 가장 높게 나타났다.

3. 일반적 특성에 따른 아로마테라피에 대한 행위 수준은 성별, 출신 지역, 주거 형태, 외모 관심, 외모 만족 항목에서는 큰 차이가 나타나지 않았으며, 학년에 있어서 3학년 이상이 2.31로 가장 높았고, 미용계열 학생이 2.37로 비미용계열 학생에 비해 행위 수준이 더 높았으며, 생활 수준에 따른 아로마 행위 수준은 상층이 2.19로 가장 높게 나타났고, 한 달 용돈은 30만원 이상이 2.30으로 가장 높게 나타났으며 통계적으로 유의하였다. 피부 특성에 따른 아로마테라피 행위 수준은 큰 차이가 없는 것으로 나타났다.

4. 아로마테라피에 대한 지식, 태도 및 행위와의

<표 11> 아로마테라피에 대한 지식, 태도 및 행위간의 상관계수

		아로마 지식	아로마 태도	아로마 행위
아로마 지식	Pearson 상관계수	1	0.192(*)	0.149(*)
	유의확률 (양쪽)		0.000	0.002
아로마 태도	Pearson 상관계수		1	-0.151(*)
	유의확률 (양쪽)			0.001

\*p<0.05.

상관관계에서는 각 변수들 서로 간에 모두 통계적으로 유의미한 상관관계가 나타났다. 특히 아로마테라피 지식 수준이 높을수록 아로마테라피 행위에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이와 반대로 아로마테라피의 태도와 행위 수준은 음의 상관관계가 나타났다.

아로마테라피 지식이 행위에 긍정적인 작용을 한다는 연구 결과를 바탕으로 향후 아로마테라피 지식 교육을 제공할 수 있는 체계적인 교육 프로그램에 대한 연구를 제언하는 바이다.

### 참고문헌

- 김복희 (1998). “여성의 피부미용관리 지식 및 행위에 관한 요인.” 경산대학교 대학원 박사학위논문.
- 김숙 (2007). “소아 아토피성 피부염 개선을 위한 아로마 이용 실태.” 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 김연진 (2002). “중년 여성의 피부 건강 관리 지식, 태도 및 교육 요구도 조사.” 중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문.
- 김지원 (1992). “일부 여자대학생의 건강에 대한 지식, 태도 및 행위에 관한 연구.” 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 모정희 (2003). “피부 관리 방식으로써의 아로마테라피의 활용실태 및 시행효과에 관한 연구.” 조선대학교 산업대학원 석사학위논문.
- 문수진 (2005). “에센셜 오일의 여드름 피부 개선 효과.” 중앙대학교 의약식품대학원 석사학위논문.
- 박미경 (2001). “일부 지역 피부 관리사의 아로마테라피 이용실태와 시행효과에 대한 인식도.” 경산대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 박정란 (2000). “서울 시내 일부 대학생의 건강에 대한 지식, 태도 및 행동에 관한 조사.” 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 배수현 (2003). “여대생의 피부 건강관련 행위와 사회 심리적 건강과의 관련성.” 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 성태제 (2009). *알기 쉬운 통계분석*. 서울: 학지사.
- 송경아 (1997). “일부 여성의 생활실태가 피부상태에 미치는 영향.” 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 신명자 (2001). “여대생의 미용 행태 및 그에 따른 건강 위해 실태조사.” 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 신진희 (2002). “피부 관리사의 아로마테라피 이용 실태조사.” 고신대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 이성은 (2005). “여대생의 피부 건강 관리에 대한 지식과 관리행위에 관한 연구.” 대구한의대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 이주연 (2004). “아토피성 피부에 대한 인식과 아로마 이용실태.” 대구한의대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 이지수 (2004). “성인 남성의 피부 관리에 대한 지식 및 행위에 관한 조사 연구.” 건국대학교 산업대학원 석사학위논문.
- 임혜원 (1999). “일부 여대생의 피부 건강 관리에 대한 지식, 태도 및 행위에 관한 조사연구.” 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 장영숙 (2004). “식물추출물의 여드름 균의 성장에 미치는 영향.” 대구가톨릭대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 최명옥 (2004). “아로마 마사지가 화학요법을 받는 암 환자의 스트레스에 미치는 효과.” 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 최인령 (2004). “향 요법 마사지가 골관절염 여성 노인의 통증, 신체기능, 수면 장애 및 우울에 미치는 효과.” 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 하혜정 (2003). *임상 아로마테라피*. 서울: 현문사.
- 한송이 (2005). “일부 지역 대학생의 발 관리에 대한 지식, 태도 및 실태에 대한 조사연구.” 건양대학교 대학원 석사학위논문.
- Tisserand, Robert (1977). *The Art Aromatherapy. 15th ed.* London: C W Daniel Co Ltd.
- Valnet, Jean (1982). *The Practice of Aromatherapy.* London: C W Daniel Co. Ltd.