

# 대학생의 자기효능감과 영향 요인\*

유 경 희<sup>1)</sup> · 양 진 향<sup>2)</sup>

## 서 론

### 연구의 필요성

청소년 후기에 해당하는 대학생 시기는 성장발달 과정 중 아동기와 성인기를 연결하는 역동적인 이행기로서 성장발달의 전환기에 있어서 외적으로는 격심한 사회변동을, 내적으로는 급격한 신체적, 생리적 변화를 경험하며, 이 시기에 정체감, 인생관 및 사회적 가치관의 확립 등의 발달 과업이 성취되지 않을 때 역할혼동과 정체감혼미 등의 위기가 초래된다(Hong et al., 2013).

실제로 우리나라 대학생들은 고교시절과 달리 과중한 대학 입시 및 부모의 통제에서 벗어나면서 주어진 자유와 새롭게 요구되는 주체적인 역할에서 육체적으로는 성인이 되었음에도 불구하고, 심리적으로 많은 긴박감과 불안을 경험하며, 대학의 불규칙한 수업시간과 무절제한 생활습관으로 인하여 생활 리듬이 깨지고 불규칙해지며, 방과 후의 활동 및 아르바이트, 제한된 경제력, 과다한 음주, 그릇된 영양지식 및 지나친 외모에 대한 관심으로 건강상태나 건강행위 측면에서 많은 취약점을 가지고 있어 대학생들의 건강증진을 위한 많은 관심과 지도가 필요하다(Noh, 1997; Park, 2006).

1977년 Bandura에 의해 인간행동 변화의 주요 결정인자로 제창된 자기효능감은 개인의 건강에 대한 요구가 증대되고, 건강관리에 있어 대상자 스스로 건강관련 행위를 수행하는 것의 중요성이 부각되면서, 행위, 스트레스와 대처, 의사결정

등의 다양한 영역에서 연구되었다. Bandura (1977)에 의하면 개인의 능력에 대한 기대는 대처행위를 시도하고 지속하는데 영향을 주며, 개인의 효능에 대한 확신력은 그들이 주어진 상황에 대처하려고 노력하는 측면에 영향을 준다고 하였다. 또한 초기단계에서 인지된 개인효능감은 행동의 선택에 영향을 주고, 궁극적으로는 성공기대감을 통하여 대처노력을 하는데 영향을 주는데, 효능기대는 그들이 얼마나 많은 노력을 하며 장애와 역경에 맞서서 대처를 위한 노력을 지속할 수 있는지를 결정해준다고 하였다.

또한 Folkman과 Lazarus (1984)도 인간이 행동의 선택하고 지속하는데 자기효능감이 영향을 미쳐서, 자기효능감이 높은 사람은 어려운 과제를 도전으로 여기고 도전 목표를 설정하며 어려움에 직면했을 때 쉽게 포기하지 않고 더 많은 노력을 기울인다고 하였다.

이러한 자기효능감은 대학생들을 대상으로 연구한 결과 학업성취를 높여주는 요인으로 대두되어 간호교육에서 많은 지지를 받아왔으며(Han, 2005; Madorin & Iwasiw, 1999), 건강행위와 대처, 스트레스 및 우울 등에 긍정적인 효과를 미치는 주요한 변수임이 확인되었다(Choi, 1999; Kim, Cho, Ra, & Park, 2008; Kwon, Kang, & Cho, 2012; Lim, 2010; Min & Chung, 2006; Min & Paek, 2007; Sok, Shin, & Kim, 2006; Whang, 2006).

이러한 연구들은 대학생들의 자기효능감을 증진시켜주기 위한 방안들을 제언하고 있는데, 이를 위해서 자기효능감에 일관성있게 영향을 주는 가용 변수들을 확인하는 것이 필요하

### 주요어 : 대학생, 자기효능감

\* “본 연구는 순천향대학교 학술연구비의 지원으로 수행하였음”

1) 순천향대학교 의과대학 간호학과 교수(교신저자 E-mail: kyunghee@sch.ac.kr)

2) 인제대학교 간호학과 건강과학연구소 교수

투고일: 2014년 7월 21일 심사완료일: 2014년 8월 4일 게재확정일: 2014년 8월 6일

다고 생각된다. 실제로 대학생들의 일반적 특성에 따라 자기효능감 정도의 차이를 검정한 연구들을 검색한 결과 최근 15년간 약 20여편 있었으며, 이들의 연구 결과는 서로 일치하지 않은 부분들이 있었는데, 즉 대부분의 연구에서 대학생의 학년에 따라 자기효능감 정도에 차이가 있다고 하였으나, Sok 등(2006)과 Ham과 Kim (2012)의 연구에서는 자기효능감 정도에 유의한 차이가 없었고, 그 외 종교, 건강상태 및 경제상태 등에 따른 자기효능감의 차이 검정 결과들이 서로 다르고 연구결과에 따라 대학생들의 자기효능감 증진을 위한 간호전략의 방향도 일치되지 않아서 대학생들의 자기효능감에 영향을 미치는 변수들을 확인하기 위해서는 반복 연구를 통한 누적된 연구결과들의 일치된 근거를 갖는 것이 시급한 실정이다.

따라서 본 연구는 대학생을 대상으로 자기효능감 정도를 확인해보고 이에 영향을 미치는 유의한 변수들을 파악하여 대학생들의 자기효능감을 증진시킬 수 있는 보건교육 및 프로그램 개발에 필요한 기초 자료를 제공하고자 시도되었다.

## 연구 목적

본 연구는 대학생을 대상으로 자기효능감의 정도와 이들의 특성에 따른 자기효능감의 차이를 알아보고, 관련 변수들간의 상관관계를 파악하며 자기효능감에 영향을 주는 변수들의 영향을 규명함으로써 대학생의 자기효능감의 증진을 위한 프로그램 개발에 기틀을 제공하고자 하며, 구체적으로는 다음과 같은 목적을 갖는다.

- 대학생의 자기효능감 정도를 파악한다.
- 대학생의 일반적 특성에 따른 자기효능감의 차이를 파악한다.
- 대학생의 자기효능감과 관련 변수들간의 상관관계를 파악한다.
- 대학생의 일반적 특성 중 자기효능감에 영향을 주는 변수들을 파악한다.

## 연구 방법

### 연구 설계

본 연구는 대학생의 자기효능감 정도를 파악하고, 자기효능감과 관련 변수들간의 상관관계를 분석하는 서술적 상관관계 연구이다.

### 연구 대상자

본 연구는 C시 및 K시에 소재한 대학에 재학 중인 학생들에게 본 연구의 취지와 목적을 설명한 후 설문지의 응답을

허락하여 동의서에 서명한 학생에게 설문지를 주고 응답하게 하였다. 설문지에 부적절하게 응답한 17명을 제외하고 총 553명의 자료를 분석하였다.

## 연구 도구

### ● 자기효능감 (Self-efficacy)

자기효능감은 특정 과업을 성취하기 위해 필요한 행동을 조작하고 수행하는 자신의 능력에 대한 개인의 신념이며 (Bandura, 1977), 본 연구에서는 Sherer 등(1982)이 일반적 상황에서의 자기효능을 측정하고자 개발한 도구를 국내에서 Oh (1993)가 번안하였으며, 이를 수정하여 사용하였는데 10문항으로 구성되어 있고, 각 문항별 점수 범위는 10~100점이며, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었다.

### ● 지각된 건강상태

지각된 건강상태는 대상자 스스로 느끼는 건강상태로서, Park (1994)이 대학생을 대상으로 사용한 도구를 사용하였으며 “매우 나쁘다 1점” “나쁘다 2점” “보통이다 3점” “좋다 4점” “매우 좋다 5점” 등으로 측정하였다.

### ● 건강에 대한 지식 정도

건강에 대한 지식 정도는 대상자 스스로가 건강에 대한 지식 정도가 얼마나 있는지를 평가하는 것으로서, “없는 편이다 1점” “보통이다 2점” “많은 편이다 3점” 등으로 측정하였다.

## 자료 수집 방법 및 윤리적 고려

본 연구는 C시 및 K시에 소재한 대학에 재학 중인 학생들에게 2013년 4월 10일부터 2013년 6월 15일까지 자료수집하였다. 학생에게는 연구의 목적과 내용을 충분히 설명하고, 연구대상자에게 익명과 비밀보장을 약속하며, 설문지의 응답을 계속 진행하기를 원치 않을 경우에는 언제든지 중단할 수 있음을 설명하고 연구 참여에 대한 서면 동의서를 받았다. 그 외에도 연구 참여 동의서에는 연구목적과, 개인정보는 연구목적으로만 사용될 것임과, 조사 도중에 언제든지 그만둘 수 있고 설문에 관한 의문 사항이나 문제 발생 시 연락할 수 있도록 연구자의 연락처를 제공하였다. 설문에 응답한 대상자들의 응답 시간은 총 10분 정도 걸렸다.

## 자료 분석 방법

본 연구의 자료 분석을 위하여 SPSSWIN 20.0 프로그램을 이용하였다. 연구 대상자의 특성은 빈도와 백분율로 분석하였

으며, 자기효능감 정도는 평균, 표준편차로 분석하였다. 또한 대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감 차이 검정은 t 검정과 ANOVA 및 Scheffe 사후검정을 실시하였고, 연구변수들간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였으며, 자기효능감에 영향을 주는 변수들의 분석은 multiple regression을 이용하였으며 이때 독립변수의 처리방법은 단순입력(enter)으로 하였다.

## 연구 결과

### 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 <Table 1>과 같았다. 대상자의 성

<Table 1> General Characteristics of the Subjects (N=553)

Characteristics	Categories	n (%)
Gender	Male	6 ( 1.1)
	Female	547 (98.9)
Grade	1st	177 (32.0)
	2nd	169 (30.6)
	3rd	168 (30.4)
	4th	39 ( 7.1)
Religion	Christian	193 (34.9)
	Buddhist	35 ( 6.3)
	Catholic	55 ( 9.9)
	None	270 (48.8)
Major	University nursing	161 (29.1)
	Three-year college nursing	182 (32.9)
	Skin beauty	104 (18.8)
	Commerce	106 (19.2)
Economic state	Low	9 ( 1.6)
	Below	123 (22.2)
	Average	349 (63.1)
	Over	67 (12.1)
	High	5 ( 0.9)
Residence type	Self-cooking	118 (21.3)
	Relatives or lodging	15 ( 2.7)
	Dormitory	30 ( 5.4)
	Live with parents	384 (69.4)
	Others	6 ( 1.1)
Exercise frequency(/week)	0	313 (56.6)
	1	138 (25.0)
	2~3	83 (15.0)
	≥4	19 ( 3.4)
Perceived health state	Worst	0 ( 0.0)
	Bad	82 (14.8)
	Fair	327 (59.1)
	Good	124 (22.4)
	Excellent	20 ( 3.6)
Self-rated knowledge about health	Low	29 ( 5.2)
	Average	418 (75.6)
	High	106 (19.2)

별 특성은 98.9%가 여학생이었으며, 학년 특성은 1학년이 32%로 가장 많았고 그 다음이 2학년, 3학년 순이었다. 종교는 무교가 가장 많아 48.8%를 차지하였고, 그다음이 기독교로 34.9%, 가톨릭교 9.9% 등의 순이었다. 전공은 3년제와 4년제 간호학과 학생이 62%였으며, 무역학과가 19.2%, 피부미용학과가 18.8%를 차지하였다.

대상자 가정의 경제적인 상태는 대상자의 63.1%에서 중이라고 하였으며 중하가 22.2%, 중상이 12.1% 등의 순이었다. 대상자의 주거형태는 부모와 같이 사는 경우가 가장 많아 69.4%를 차지하였고 자취가 21.3%, 기숙사가 5.4%, 친척이나 하숙집에 거하는 경우가 2.7%였다. 운동빈도는 대상자의 56.6%가 운동은 전혀 하지 않고 있었으며, 주 1회 25.0%, 주 2-3회 15.0% 등의 순이었다. 지각된 건강상태는 '보통이다'가 59.1%로 가장 많았고 '좋다' 22.4%, '나쁘다' 14.8%, '매우 좋다' 3.6% 등의 순이었고, 대상자 스스로 평가하고 있는 건강에 대한 지식정도는 '보통이다'가 가장 많아서 75.6%를 차지하였고 '많은 편이다'는 19.2%, '없는 편이다'는 5.2%였다.

### 대상자의 자기효능감 정도

대상자의 자기효능감 정도는 10-100점까지의 범위 중 문항 평균이 66.62±18.85였다.

### 대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감 정도의 차이

본 연구에서 대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감 정도의 차이 검정 결과는 <Table 2>와 같았다. 대상자의 일반적 특성 중 성별에 따라 자기효능감 정도에 유의한 차이를 보였는데( $t=2.076, p=.038$ ), 남학생이 여학생보다 자기효능감이 유의하게 높았다.

종교에 따라서는 가톨릭의 경우에 기독교보다 자기효능감 정도가 유의하게 높았다( $F=4.666, p=.003$ ). 또한 전공에 따라서는 간호학 전공인 학생들이 비간호학 전공의 학생들보다 유의하게 자기효능감이 높았다( $F=19.598, p<.001$ ).

경제상태에 따라서도 자기효능감에 유의한 차이를 보였는데( $F=6.570, p=.031$ ), 이는 Scheffe 검정 결과, 중하위 그룹은 중이나 중상의 그룹보다 자기효능감 점수가 유의하게 낮았다.

또한 지각된 건강상태에 따라 자기효능감에 유의한 차이를 보였는데( $F=6.168, p<.001$ ), 이는 Scheffe 검정 결과, 지각된 건강상태가 '나쁘다'와 '보통이다'로 응답한 경우는 '좋다'로 응답한 경우보다 자기효능감 점수가 유의하게 낮았다( $F=6.168, p<.001$ ).

그리고 자가평가한 건강에 대한 지식정도에 따라 자기효능감 점수에 유의한 차이를 보였는데( $F=12.936, p<.001$ ), Scheffe

검정 결과, 건강에 대한 지식이 높을수록 자기효능감 점수가 유의하게 높았다.

그 외 주거형태, 운동빈도에 따라서는 대상자의 자기효능감에 유의한 차이를 보이지 않았다.

**연구 변수들간의 상관관계**

본 연구에서 대상자들의 자기효능감과 관련 변수들간의 상관관계는 <Table 3>과 같았다. 먼저 대상자들의 자기효능감은 학년( $r=.222, p<.001$ ), 경제상태( $r=.207, p<.001$ ), 지각된 건강상태( $r=.170, p<.001$ ), 건강에 대한 지식정도( $r=.208, p<.001$ ) 등과 유의한 정적 상관관계를 보였다.

**대상자의 자기효능감에 영향을 미치는 요인**

본 연구에서 대상자들의 자기효능감에의 영향 요인은 <Table 4>와 같았다. 자기효능감에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 자기효능감과 유의한 관계를 보였던 변수들을 독립변수로 투입하여 multiple regression을 한 결과, 전공( $\beta=-.223, p<.001$ ), 건강에 대한 지식( $\beta=.121, p=.003$ ), 경제상태( $\beta=.122, p=.003$ ), 지각된 건강상태( $\beta=.121, p=.003$ ) 등이 자기효능감을 유의하게 예측하였으며, 이들 독립변수들의 자기효능감에 대한 총 설명력은 15.9%였다.

<Table 2> Self-Efficacy according to Subjects' Characteristics

(N=553)

Characteristics	Categories	n (%)	Mean ±SD	t or F (p)	Scheffe
Gender	Male	6 ( 1.1)	778.33±95.58	2.076 (.038)	
	Female	547 (98.9)	665.00±133.26		
Grade	1st	177 (32.0)	638.70±135.49 <sup>a</sup>	11.077 (<.001)	ab<cd
	2nd	169 (30.6)	645.38±132.81 <sup>b</sup>		
	3rd	168 (30.4)	703.15±129.14 <sup>c</sup>		
	4th	39 ( 7.1)	722.56±85.55 <sup>d</sup>		
Religion	Christian	193 (34.9)	662.53±130.72 <sup>a</sup>	4.666 (.003)	a<c
	Buddhist	35 ( 6.3)	690.85±122.69 <sup>b</sup>		
	Catholic	55 ( 9.9)	723.45±109.00 <sup>c</sup>		
	None	270 (48.8)	654.03±138.23 <sup>d</sup>		
Major	University nursing	161 (29.1)	710.43±122.72 <sup>a</sup>	19.598 (<.001)	ab>cd
	Three-year college nursing	182 (32.9)	685.98±123.75 <sup>b</sup>		
	Skin beauty	104 (18.8)	624.61±138.24 <sup>c</sup>		
	Commerce	106 (19.2)	606.03±127.94 <sup>d</sup>		
Economic state	Low	9 ( 1.6)	611.11±167.88 <sup>a</sup>	6.570 (<.001)	b<cd
	Below	123 (22.2)	620.40±145.13 <sup>b</sup>		
	Average	349 (63.1)	674.78±121.40 <sup>c</sup>		
	Over	67 (12.1)	709.55±140.02 <sup>d</sup>		
	High	5 ( 0.9)	716.00±194.24 <sup>e</sup>		
Residence type	Self-cooking	118 (21.3)	694.06±115.87	2.381 (.051)	
	Relatives or lodging	15 ( 2.7)	674.66±137.41		
	Dormitory	30 ( 5.4)	686.00±150.94		
	Live with parents	384 (69.4)	655.02±136.26		
	Others	6 ( 1.1)	716.66±92.66		
Exercise frequency (/week)	0	313 (56.6)	664.76±132.99	.053 (.984)	
	1	138 (25.0)	666.37±134.96		
	2~3	83 (15.0)	669.87±134.73		
	≥4	19 ( 3.4)	673.68±131.91		
Perceived health state	Bad	82 (14.8)	631.70±133.71 <sup>a</sup>	6.168 (<.001)	ab<c
	Fair	327 (59.1)	658.44±132.13 <sup>b</sup>		
	Good	124 (22.4)	704.83±124.60 <sup>c</sup>		
Self-rated knowledge about health	Excellent	20 ( 3.6)	696.00±153.73 <sup>d</sup>	12.936 (<.001)	a<b<c
	Low	29 ( 5.2)	579.65±140.36 <sup>a</sup>		
	Average	418 (75.6)	660.90±129.18 <sup>b</sup>		
	High	106 (19.2)	710.94±133.33 <sup>c</sup>		

## 논 의

본 연구는 대학생의 자기효능감 정도를 파악하고 자기효능감에 영향을 미치는 요인들을 확인하여 대학생의 자기효능감 증진을 위한 간호중재 프로그램 개발에 기초자료를 제시하고자 시도되었다. 본 연구대상자의 자기효능감 정도를 선행 연구결과와 비교하기 위해서, 본 연구에서 사용한 도구와 다른 도구가거나, 비록 같은 도구라 할지라도 각 문항의 척도가 다른 경우에는, 도구 만점이 각기 다르므로 평균값의 숫자 비교보다는 도구 전체 만점에 대해 평균값이 차지하는 비율(%)로 비교하여 보았다.

본 연구에서 대학생들의 자기효능감 정도는 문항평균 100점 만점에 66.62점으로 도구 만점의 66.62%였는데, 이는 선행 연구에서 간호학과 학생들을 대상으로 연구한 연구들(Choi, 1999 ; Kim, 2013 ; Min & Chaung, 2006 ; Sok et al., 2006 ; Yoo, Cho, & Um, 1997 ; Whang, 2006)에서 자기효능감 정도는 도구 만점의 51.76%~74.67%의 범위에 있었고, 그의 종합 대학의 인문사회 자연 및 이공 예술계열 등의 대학생들을 대상으로 한 연구들(Kim et al., 2008 ; Kwon et al., 2012 ; Min & Paek, 2007 ; Park, 2009)에서 자기효능감 정도는 도구 만점의 63.69%~71.76%의 범위에 있었던 결과들과 일치되었다. 또한 이러한 결과는 연구대상자의 학년 분포 및 소속 대학의

학제 등에 따라 자기효능감 정도에 차이가 있다는 점도 같이 고려해야 할 것으로 생각된다.

본 연구에서 대학생들의 일반적 특성에 따른 자기효능감의 차이 검정 결과 성별, 학년, 종교, 전공, 경제상태, 지각된 건강상태 및 건강에 대한 지식 정도 등에 따라 자기효능감 정도에 유의한 차이가 있었는데, 이 결과들을 선행 연구들과 비교 분석해 보면 다음과 같았다. 즉 본 연구에서 대학생의 성별에 따라 남학생이 여학생보다 유의하게 자기효능감이 높았는데, 이는 Kim 등(2008)과 Kwon 등(2012)의 연구에서 남학생이 여학생보다 자기효능감이 더 높았으나 유의한 차이를 보이지 못했고, Kim (2013)의 연구에서 간호대학생에서 성별에 따라 자기효능감 정도에 유의한 차이를 보이지 않았던 결과와 비교되었다. 이는 연구대상자 수가 충분하지 않았던 점도 고려되기 때문에 대상자 수를 충분히 확보하여 반복 연구로 다시 확인해 볼 필요가 있다.

또한 본 연구에서 대학생의 학년에 따라 자기효능감에 유의한 차이가 있었던 결과는 대학생을 대상으로 한 선행 연구 결과들 중 Sok 등(2006)의 연구를 제외한 다수의 연구들에서 대학생의 학년이 증가됨에 따라 자기효능감이 유의하게 증가되어(Jo, 2001 ; Kim et al., 2008 ; Min & Chaung, 2006 ; Oh, 2003 ; Yoo et al., 1997 ; Whang, 2006) 본 연구의 결과가 지지되었다. Sok 등(2006)의 연구에서는 대학생의 학년 분포가

<Table 3> Correlations among Variables

(N=553)

Variable	Self-efficacy	Grade	Economic state	Perceived health state	Exercise frequency
$r(\rho)$					
Grade	.222*** ( $<.001$ )				
Economic state	.207*** ( $<.001$ )	.134** (.002)			
Perceived health state	.170*** ( $<.001$ )	.087* (.042)	.135** (.001)		
Exercise frequency	.022 (.610)	-.049 (.247)	.012 (.776)	.182*** ( $<.001$ )	
Self-rated knowledge about health	.208*** ( $<.001$ )	.256*** ( $<.001$ )	.133** (.002)	.139** (.001)	.115** (.007)

\*  $p<.05$  \*\*  $p<.01$  \*\*\*  $p<.001$

<Table 4> Influencing Factors on the Self-Efficacy in College Students

Variables	Cumulated R <sup>2</sup>	Standardized Beta	t	$\rho$
	.159			
Major		-.223	-5.238	$<.001$
Self-rated knowledge about health		.121	2.989	.003
Economic state		.122	3.008	.003
Perceived health state		.121	3.034	.003

3학년과 4학년 학생의 2개 학년만 포함되었기 때문에 유의한 차이를 보이지 못한 것으로 생각된다.

한편 대학생의 종교에 따라 자기효능감 정도에 유의한 차이가 있었는데, 이는 Choi (1999)의 연구 결과와 일치되었으며, Min과 Chaung (2006)의 연구에서는 종교의 유무로 나누어 종교가 있는 경우에 자기효능감이 높았으나 유의한 차이는 보이지 않았으며, 그외 Kim (2013)과 Whang (2006), Kim 등(2008) 및 Jeon (1999) 등의 연구에서는 종교에 따른 자기효능감 정도에 유의한 차이가 없어 연구결과들이 일관되지 않았는데 이는 반복 연구를 통하여 확인되어야 할 필요가 있으며, 같은 종교라도 학생이 가진 종교에 대한 신념 정도에 따라서도 다른 결과를 보일 수 있으므로 이에 대한 고려가 필요하다고 생각된다.

그리고 본 연구에서 대학생의 전공에 따라 자기효능감 정도에 유의한 차이가 있었던 결과는 Kim 등(2008)의 연구에서 자기효능감에 유의한 차이가 없었던 결과와 비교되었으며, 이러한 결과는 다양한 전공에 대한 충분한 학생 수를 확보하여 다시 확인해 볼 필요가 있다.

대학생의 경제상태에 따라 자기효능감 정도에 유의한 차이가 있었는데, 이는 Sok 등(2006)과 Choi (1999) 및 Kim 등(2008)의 연구결과와 다르게 나왔는데, 대학생의 월 수입(용돈) 구분의 기준이 연구마다 서로 다르기 때문에 초래된 결과라고 생각되며, 경제상태에 대한 일관된 구분을 제시하여 연구 결과를 비교해보는 것이 필요하다고 생각된다.

본 연구에서 대학생이 지각한 건강상태에 따라 자기효능감에 유의한 차이가 있었는데 즉, 자신의 건강상태가 좋은 경우는 건강상태가 보통이거나 나쁘다고 지각한 경우보다 유의하게 자기효능감이 높았다. 이는 Kim 등(2008)의 다양한 전공의 대학생들을 대상으로 연구한 결과와 일치하였으며, 반면에 Yoo 등(1997)과 Choi (1999)의 간호대학생을 대상으로 한 연구결과에서는 대부분의 간호대학생들이 자신의 건강상태가 건강하다고 응답하여 건강상태에 큰 차이가 없어 건강상태에 따른 자기효능감 정도에 유의한 차이를 보이지 않았는데, 향후 건강문제가 있는 대학생들을 포함하여 건강상태에 따라 자기효능감에 차이가 있는지의 여부를 비교 조사할 필요가 있다고 생각된다.

한편 대학생의 건강에 대한 지식정도에 따라 자기효능감에 유의한 차이가 있었는데, 이는 Lee 등(2010), Kwon 등(2013) 및 Lee (2012) 등에서 대상자들에게 제공한 학습 및 프로그램의 적용 후에 대상자들의 지식이 유의하게 증가되었고 이는 또한 자기효능감을 유의하게 증가시켰다는 보고와 일치하였는데, 향후 대학생의 자기효능감 증진을 위한 간호 전략에서 활용 가능한 변수라고 생각되며 대학의 교과과정에서 다양한 건강관련 과목들을 개설하여 이수하도록 해 볼 수 있다.

본 연구에서 자기효능감은 학년, 경제상태, 지각된 건강상태 및 건강에 대한 지식정도와 유의한 정적 상관관계를 보였는데, 이와 같은 결과는 선행연구에서 본 연구와 똑같은 변수들을 사용하여 자기효능감과 상관관계를 본 연구가 없어서 연구 결과를 직접 비교하기는 어려움이 있지만, 자기효능감과 유의한 상관관계를 보인 변수들이 각각 선행 연구에서 자기효능감 정도에 유의한 차이를 보인 결과와 일치된 소견이라고 생각된다.

마지막으로 본 연구에서 자기효능감을 유의하게 예측해 준 대학생들의 특성 변수들은 전공, 건강에 대한 지식, 경제상태, 지각된 건강상태 등으로 이들 변수의 자기효능감에 대한 총 설명력은 15.9%였는데, 자기효능감에 대한 총 설명력이 15.9%로 낮은 이유는 본 연구의 목적이 자기효능감에 영향을 주는 변수들을 연구대상자의 일반적인 특성 중에서만 찾아보았기 때문이었음을 생각해 볼 수 있다. 자기효능감에 대해 유의한 설명력을 가진 변수들 중 건강에 대한 지식은 대학생의 자기효능감을 증진시키기 위하여 변화 가능한 변수라고 생각된다.

이러한 결과를 통하여 볼 때, 대학생들이 건강에 대한 지식이 많을수록 자기효능감이 유의하게 증진되는 결과를 주목하여 건강 관련 전공이 아닌 비건강 관련 전공의 학생이더라도 학부 교과과정에서 교양과목에 다양한 건강관련 과목을 개설하여 이수하게 함으로써 이들의 자기효능감을 증진시킬 수 있는 기회를 마련해 줄 수 있다.

## 결론 및 제언

본 연구는 대학생들을 대상으로 자기효능감의 정도와 이들의 인구학적 특성에 따른 자기효능감의 차이를 알아보고, 연구 변수들간의 상관관계를 파악하며 자기효능감에 영향을 주는 변수들의 영향을 규명함으로써 대학생의 자기효능감 증진을 위한 간호중재 프로그램 개발에 기틀을 제공하고자 시행되었다.

본 연구에서 대학생들의 자기효능감 정도는 도구 만점의 66.62%였고, 대학생의 일반적 특성에 따른 자기효능감의 차이 검정 결과 성별, 학년, 종교, 전공, 경제상태, 지각된 건강상태 및 건강에 대한 지식 정도 등에 따라 자기효능감 정도에 유의한 차이가 있었다. 또한 자기효능감은 학년, 경제상태, 지각된 건강상태 및 건강에 대한 지식정도와 유의한 정적 상관관계를 보였는데, 자기효능감을 유의하게 예측해 준 대학생들의 특성들은 전공, 건강에 대한 지식, 경제상태, 지각된 건강상태 등으로 이들 변수의 자기효능감에 대한 총 설명력은 15.9%였다.

이상의 연구결과들을 종합해볼 때, 대학생들의 특성들 중 지각된 건강상태와 건강에 대한 지식은 자기효능감을 증진시키기 위한 밀접한 관계를 가진 활용 가능한 변수로서 대학의

다양한 전공을 공부하는 학생들에게 건강 관련 다양한 과목들을 교양으로 개설하여 학생들이 선택, 이수하게 함으로써 건강에 대한 지식 정도를 높여줄 수 있고, 대학생들이 건강한 생활습관을 갖도록 대학 내 환경적인 건강 시설 및 장비 마련과 건강관련 상담 센터의 운영 등이 필요하다고 생각된다.

이러한 결과들을 토대로 다음의 사항들을 제언하고자 한다.

첫째, 대학생들의 자기효능감에 영향을 미치는 특성들을 확인하기 위하여 다양한 전공을 가진 대학생들을 대상으로 각 대상자 수를 충분히 확보하여 반복 연구를 할 필요성이 있다.

둘째, 대학생들의 자기효능감의 변화를 기대할 수 있는 변수로서 지각된 건강상태와 건강에 대한 지식을 고려해 볼 수 있는데 이는 대학 학부 교과과정에서 건강과 관련한 다양한 교과목 개설과 관련한 장단기 계획 및 운영으로 학생들의 자기효능감 변화 과정을 확인하는 연구가 필요하다.

## References

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying of behavioral change, *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Choi, E. Y. (1999). A Study on Determinants of Health Promoting Behavior in Nursing Students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 5(2), 347-358.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*, New York: Springer.
- Ham, Y. S., & Kim H. S. (2012). Comparison of Factors Affecting Nursing Professionalism Perceived by Nursing Students Anticipating Graduation According to Nursing Educational System, *Journal of Korean Academy of Fundamental Nursing*, 19(3), 363-373.
- Han, K. S. (2005). self-efficacy, health promoting behaviors, and symptoms of stress among university students. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 35(3). 585-592.
- Hong, K. J., et al. (2013). *Pediatric Nursing for infant and young children*. Seoul: sumoonsa.
- Jeon, E. Y. (1999). Student of Nursing's Health Promotion Life-style and Self Efficacy According to Korean Constitution. *The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing*, 11(2), 308-317.
- Jo, J. W. (2001). *The relationship between the types of and the way of coping with stress among college students majoring in music, art, and physical education*. Unpublished master's thesis, Mokwon University, Daejeon.
- Kim, D. J. (2013). *Influence of Ego-Resilience and Self-Efficacy on Department Satisfaction of Nursing Student*. Unpublished master's thesis. Hanyang National University, Seoul.
- Kim, G. S., Cho, Y. H., Ra, J. S., & Park, J. Y. (2008). Correlations among Self-Efficacy, Social Support Networks, and Health Behavior in Undergraduate Students. *Journal of Korean Academy of Public Health Nursing*, 22(2), 211-223.
- Kwon, H. J., et al., (2013). Knowledge, Attitude, and Self-efficacy about Cardiopulmonary Resuscitation of Undergraduate Students. *Journal of Ewha Nursing*, 47, 13-26.
- Kwon, M-S., Kang, K-H., & Cho, H-R. (2012). The Effects of Health Education on Health Promoting Behavior, Body-image, and Self-efficacy of Female and Male College Students. *Journal of KunJin Nursing*, 30(2), 82-92.
- Lee, S. H. (2012). Effectiveness of web based learning program on self efficacy, knowledge, and competence in measurement of blood pressure. *Journal of Korean Academic Fundamental Nursing*, 19(1). 66-73.
- Lee, S-H., Chae, M-J., Kim, K-R., Kim, E-J., & Ha, S-H. (2010). Effect on Knowledge, Self-Efficacy and Competency of Cardiopulmonary Resuscitation(CPR) through Computer Simulation Program. *Chonnam Journal of Nursing Science*, 15(1), 95-107.
- Lim, S-Y. (2010). The Relationship among Stress, Depression and Self-Efficacy in Nursing students. *Journal of Kimchon Nursing*, 36, 43-50.
- Madorin, S., & Iwasiw, C. (1999). The effects of computer-assisted instruction on the self-efficacy of baccalaureate nursing students. *Journal of Nursing Education*, 38(6), 282-285.
- Min, S. Y., & Chaung, S. K. (2006). Self Efficacy and Stress Coping Strategies of Nursing Students. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental HealthNursing*, 15(3), 299-307.
- Min, S. Y., & Paek, K. S. (2007). The Effects of a Health Education Program on Health Promoting Behavior and Self-efficacy in University Students. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 18(4), 562-571.
- Noh, J. M. (1997). A Study on Dietary Patterns and Behaviors of Self-boarding College Students in Wonju Areas. *Korean Journal of Dietary Culture*, 12(5), 495-598.
- Oh, H. S. (1993). Health Promoting Behaviors and Quality of Life of Korean Woman with Arthritis. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 23(4), 617-630.

- Park, K. S. (2006). *Analysis on the difference of health behaviors of college students*. Unpublished Doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Park, M. Y. (1994). A Study on Influencing Factors in Health Promoting Lifestyles of College Students. *The Journal of Korean Community Nursing*, 5(1), 81-96.
- Park, Y. S. (2009). *Factors Affecting Health Promotion Behavior in Some Korean University Students and Chinese Students in Korea*. Unpublished master's thesis, Kongju National University, Kongju.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercadante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.
- Sok, S. H., Shin, D-S., & Kim, K-B. (2006). A Study of Correlation between Interpersonal Relationship and Self-efficacy of Nursing Students. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 15(4), 475-481.
- Yoo, K. H., Cho, N. O., & Um, Y. R. (1997). A Study on the correlation between self-efficacy and level of coping in nursing students. *Journal of Soonchunhyang*. 3(2), 679-688.
- Whang, S. J. (2006). The Relationship between Clinical Stress, Self-Efficacy, and Self-Esteem of Nursing College Students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 12(2), 205-213.

## Influencing Factors in Self-Efficacy among College Students\*

Yoo, Kyung Hee<sup>1)</sup> · Yang, Jin-Hyang<sup>2)</sup>

1) Professor, Department of Nursing, College of Medicine, Soonchunhyang University

2) Professor, Department of Nursing, Institute of Health Science, Inje University

**Purpose:** The purpose of this study was to investigate influencing factors in self-efficacy among college students. **Methods:** The sample consisted of 553 college students in C & K cities. Self-report questionnaires were used to measure the variables. In data analysis, SPSS WIN 20.0 program was utilized for descriptive statistics, Pearson's correlation coefficients, and regression analysis. **Results:** The mean score for Self-Efficacy was 66.62. Self-Efficacy was significantly different according to gender( $t=2.076$ ,  $p=.038$ ), grade( $F=11.077$ ,  $p<.001$ ), religion( $F=4.666$ ,  $p=.003$ ), major( $F=19.598$ ,  $p<.001$ ), economic status( $F=6.570$ ,  $p<.001$ ), perceived health status( $F=6.168$ ,  $p<.001$ ), and self-rated knowledge about health( $F=12.936$ ,  $p<.001$ ). Multivariate analysis showed that major, self-rated knowledge about health, economic status, and perceived health status were significant predictors of self-efficacy and could explain 15.9% of total variability in this model. **Conclusion:** This study suggests that perceived health status and self-rated knowledge about health are significant factors in self-efficacy among college students. Therefore, the strategies of nursing intervention which improve these variables must be developed for college students.

**Key words :** Self-Efficacy, College Students

\* "This work was supported by the Soonchunhyang University Research Fund"

• Address reprint requests to : Yoo, Kyung Hee

Department of Nursing, College of Medicine, Soonchunhyang University

366-1, Ssangyong Dong, Cheon An 330-090, Korea

Tel: 82-41-570-2492 Fax: 82-41-570-2498 E-mail: kyunghee@sch.ac.kr