

간호학 전공 대학생의 영양지식, 식생활 태도 및 식습관

김 수 올¹⁾ · 김 소 명²⁾

서 론

연구의 필요성

2013년 우리나라의 주요 사망원인은 암, 뇌혈관 질환, 심장 질환 순으로(Statistics Korea, 2015), 식생활에 따른 영양지식 부족과 바람직하지 않은 식습관으로 비만, 성인병이 증가하고 있다(Im, Lee, Han, & Cho, 2012). 식습관은 개인의 성장배경과 경험에 의하여 형성되는 것으로 식생활 태도에 영향 주는 요인으로 보고되고 있고(Yoon, Choi, & Lee, 2003), 올바른 식습관은 건강증진, 질병예방, 노화 억제 등 건강한 삶의 질을 향상시키는데 중요한 역할을 한다(Lee & Kim, 2000). 부적절한 식습관과 식생활 태도는 생리적 변화를 초래하여 만성질환과 관련된 건강상의 문제를 일으킬 수 있으므로(Yeon, Hong, & Bae, 2012), 예방 및 치료 차원에서 식생활 태도의 중요성이 강조 되고 있다(Kim, Kim, & Jung, 2012).

바람직한 식생활 태도는 건강관리를 위해 반드시 선행되어야 할 필수 요소로 올바른 식생활 태도와 식습관 개선을 위해 영양 교육의 필요성이 강조되고 있다(Lee & Lee, 2015). 영양교육이란 영양 지식을 바르게 이해시켜 식생활 태도를 바람직한 방향으로 유도하고(Kim et al., 2006), 교육 대상자 스스로 식생활 태도를 습득하고 유지하도록 돕는 과정이다(Yun & Ryu, 2012). 식습관과 식생활 태도는 조절 가능하며 식습관 형성을 위해 영양교육을 하는 것은 매우 효과적이다. 영양 교육은 식습관을 변화시키는 데 효과가 있으며, 영양지

식의 수준이 높을수록 식생활 태도 및 식습관이 좋은 것으로 보고되고 있다(Kim et al., 2006; Kang & Byun, 2010; Seo, 2014; Yeon et al., 2012).

간호사는 입원 환자들에게 영양 관리를 제공함으로써 질병 예방과 건강회복을 촉진할 수 있으므로, 영양교육을 하는데 가장 적절하다고 할 수 있다(Yalcin, Cihan, Gundogdu, & Ocakci, 2013). 그러나 간호사의 환자에 대한 영양관리가 감소하면서 입원환자들의 영양불량이 자주 발생하게 되고, 환자에 대한 영양관리가 감소한 것은 간호사의 영양지식 부족이라고 보고되고 있다(Mowe et al., 2008; Persenius, Hall-Lord, Bååth, & Larsson, 2008). 많은 선행 연구에서 간호사의 영양지식은 불충분하다고 파악되고 있으며(Kim & Choue, 2009; Mowe et al., 2008; Özçelik, Surucuoglu, & Akan, 2007; Van den Berg, Okeyo, Dannhauser, & Nel, 2012), 이는 건강 서비스에서 영양이 중요하게 고려되지 않고, 간호학 교과 과정에서 영양 교육이 부족한 것으로 볼 수 있다(Buxton & Davies, 2012; Yalcin et al., 2013).

간호대학의 영양 교과 과정에 대한 국외 연구에 의하면 응답한 간호사의 80%가 학부 과정에서 영양 교과목을 수강했지만(Schaller & James, 2005), 국내 연구에서는 응답한 간호사의 30.3%~57.9% 만이 대학에서 영양 교과목을 수강한 것으로 나타났다(Choi & Yoon, 2003; Kim & Choue, 2009). 입원 환자의 영양 상태 개선과 영양불량을 예방하기 위해 간호사가 영양관리에 대한 지식을 갖추는 것은 환자의 건강과 질병 치료의 개선을 위해 필수적인 요소로(Yalcin et al., 2013), 영

주요어 : 영양지식, 식생활 태도, 식습관, 간호대학생

1) 이화여자대학교대학원 박사수료

2) 영남이공대학교 간호대학 조교수(교신저자 E-mail: namikin@hanmail.net)

Received: July 24, 2015 Revised: September 29, 2015 Accepted: October 1, 2015

양에 대한 제한된 교육은 환자의 영양 문제를 관리하기에 부족하므로(Buxton & Davies, 2012; Kim & Choue, 2009), 간호 교육과정에 영양학 관련 교과목 개설이 필요하다(Buxton & Davies, 2012; Morison et al., 2010).

적절한 영양관리는 잘못된 식생활을 개선함으로써 만성질환의 치료에 이바지할 뿐 아니라 입원 환자의 영양불량을 개선하는 데 효과가 있는 것으로 보고되었다(Han, Kim, & Lee, 2013; McCullough et al., 2002). 그러나 간호사의 영양관리에 대한 중요성에도 불구하고 간호학 전공 대학생, 간호사 대상 영양에 대한 연구는 거의 없는 실정이다. 간호학 전공 대학생의 영양지식, 식생활 태도, 식습관 문제점은 졸업 후 간호사로서 간호 대상자의 식생활 태도, 건강 관련 생활습관 및 건강과 질병 회복에 직접적인 영향을 미치게 되므로 중요하다고 할 수 있다. 따라서 간호 대상자들의 식습관, 식생활 태도 교정을 위해 정확한 영양지식을 갖춘 식생활 태도와 식습관이 좋은 간호사를 양성하는 것이 선행되어야 한다. 간호학 전공 대학생은 졸업 후 간호사로서 간호 대상자들에게 영양 교육과 식생활 태도, 식습관 문제점 교정 등의 교육을 하게 되므로 학부 교육에서부터 체계적인 영양 교육을 받아야 할 것이다.

이상의 선행연구들을 종합해 볼 때 영양지식, 식습관은 식생활 태도에 영향을 미치는 요인으로 예측되나 간호학 전공 대학생을 대상으로 영양지식과 식습관, 식생활 태도 간의 관계를 파악한 연구가 없어 본 연구에서는 간호학 전공 대학생의 영양지식, 식생활 문제점과 식생활 태도 간의 관련성을 파악하여 간호대학 교육과정 중 영양 관련 교육의 강화를 위한 기초자료로 활용하고자 한다.

연구 목적

본 연구의 목적은 간호학 전공 대학생의 영양지식, 식습관 문제점, 식생활 태도를 파악하고 관련 요인들이 식생활 태도에 미치는 영향을 파악함으로써 영양교육 프로그램 및 영양 교육 강화를 위한 체계적인 교육의 기초자료를 제공하고자 하며, 이를 위한 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 영양지식, 식습관의 문제점, 식생활 태도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 영양지식, 식습관 문제점, 식생활 태도의 차이를 파악한다.
- 대상자의 영양지식, 식습관 문제점, 식생활 태도와의 상관 관계를 파악한다.
- 식생활 태도에 미치는 요인을 파악한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 간호대학생의 영양지식, 식습관 문제점 및 식생활 태도를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구 대상

본 연구는 경북의 A 시와 M 시 소재 4년제 대학 2개 학교에 재학 중인 학생을 대상으로 실시하였다. 연구 대상자는 연구에 참여하기를 동의한 학생을 대상으로 총 900명을 편의 표집 하였다. 배포한 설문지 900부 중 기록이 누락되거나 자료가 불충분한 설문지 44부를 제외한 총 856명을 분석 대상으로 하였다.

연구 도구

● 영양지식

Yoon과 Choi (2002)가 개발한 도구로 일반적인 영양지식 10문항, 질병과 관련된 식이요법에 관한 10문항 총 20문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대한 응답은 ‘맞다’ 1점, ‘틀리다’ 0점, ‘모른다’ 0점을 부여하여 총 20점을 만점으로 하였고, 점수가 높을수록 영양지식이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach' α =.71이었다.

● 식습관 문제점

Yoon 등(2003)이 개발한 도구로 식습관에서 무엇이 문제인가를 스스로 평가하는 도구이다. 10문항으로 구성되어 있으며 각 항목에 대해 ‘그런 편이다’ 1점, ‘보통이다’ 0.5점, ‘그렇지 않다’ 0점으로, 부정적인 항목의 경우는 역으로 점수를 부여하여 총 10점을 만점으로 하였다. 점수가 높을수록 식습관의 문제점이 많음을 의미하며, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach' α =.70이었다.

● 식생활 태도

Yoon과 Choi (2002)가 개발한 도구를 Yoon, Choi와 Lee (2003)가 수정하여 사용한 도구로 규칙적인 식생활(5문항), 균형 잡힌 식생활(7문항), 건강과 식생활(8문항)의 20문항으로 구성되어 있다. 바람직한 내용에는 ‘예’에 5점, ‘가끔’ 3점, ‘아니오’ 1점으로 계산하였으며, 바람직하지 않은 내용에는 역으로 점수를 부여하여 총 100점을 만점으로 하였다. 점수가 높을수록 식생활 태도가 양호한 것을 의미하며, 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach' α =.76이었다.

자료 수집 방법

자료 수집은 2013년 11월부터 12월까지로 연구 목적과 내용을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 동의한 대상자에게 자가 보고 식 설문지를 배부하고 작성하도록 하였다. 설문지 작성에 소요된 시간은 10분 정도이었으며, 연구 대상자에게는 소정의 선물을 제공하였다.

연구의 윤리적 고려

연구의 진행에 앞서 각 대학의 학과장으로부터 자료 수집에 대한 승인을 얻은 후 간호대학 전체 학년을 대상으로 연구자가 연구 목적과 내용, 연구목적 외에 다른 목적으로 사용되지 않을 것과 비밀보장, 연구 진행 중 연구 참여 철회가 가능하다는 점, 연구 참여 거부를 할 경우에도 어떤 불이익을 받지 않을 것을 설명하고 자발적으로 연구 참여에 동의한 대상자에게 연구 참여 동의서를 서면으로 받은 후 설문조사를 실시하여 연구의 윤리적인 측면을 고려하였다.

자료 분석 방법

본 연구의 자료분석을 위해 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성은 실수, 백분율, 평균 및 표준편차로 구하였다.
- 대상자의 영양지식, 식습관 문제점, 식생활 태도는 평균 및 표준편차로 구하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 영양지식, 식습관 문제점, 식생활 태도 차이를 분석하기 위해서 t-test, One-way ANOVA로 분석하였으며, 사후검정은 Scheffe test를 실시하였다.
- 대상자의 영양지식, 식습관 문제점, 식생활 태도의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.
- 대상자의 식생활 태도에 미치는 요인을 파악하기 위하여 Multiple linear regression으로 분석하였다.

연구 결과

대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 성별은 여학생이 86.3% (739명), 남학생이 13.7%(117명)이었고, 평균 나이는 21.2세이었다. 학년은 3학년이 35.7%(306명)로 가장 많았고, 2학년, 1학년, 4학년 순이었다. 음주는 68.6%(587명)가 '마신다'로 가장 많았고, 흡연은 '피우지 않는다'가 96.1%(823명)이었다. 운

동은 '하지 않는다'가 41.0%(351명)로 가장 많았고, 영양에 관한 지식과 정보는 인터넷에서 주로 얻는 경우가 36.8%(315명), 학교수업에서 얻는 경우가 27.3%(234명)로 많았다. 영양 관련 과목 수강은 54.7%(468명)가 수강 경험이 있었고, 평소 영양과 건강에 대한 관심 정도는 '관심을 가지고 있다'가 38.7%(331명)로 가장 많았다. 본인이 생각하는 영양지식 수준은 보통이 65.4%(560명)로 가장 많았고, 보통이상이 20.0%(171명) 순으로 많았다(Table 1).

대상자의 영양지식

대상자의 영양지식 점수는 총 20점 만점에 평균은 14.06점으로 정답률은 70.3%이었다. 전체 대상자에서 정답률이 90% 이상으로 높았던 문항은 '현미밥이나 잡곡밥, 신선한 채소, 해조류에는 섬유소가 많아 당뇨병, 고지혈증, 대장암, 변비 등의 예방에 좋다' 93.0%(796명), '단백질은 근육, 혈액 등을 만드는 영양소이다' 93.1%(797명), '몸무게와 지방을 줄이기 위해서는 식사를 하지 않아야 한다' 97.3%(833명)로 나타났다. 반면, 정답률이 50% 이하로 낮았던 문항들을 살펴보면, '단백질이 많이 들어있는 식사는 신장에 부담을 준다' 45.6%(390명), '단백질과 탄수화물은 같은 열량을 낸다' 47.5%(407명), '비타민과 무기질 식품은 에너지원으로 중요하다' 49.5%(424명), '신선한 야채와 과일은 체내의 열량을 소모하는데 도움이 된다' 48.2%(413명), '콜레스테롤은 체내에서 성호르몬과 담즙 생성에 필요하다' 36.7%(314명)로 나타났다(Table 2).

대상자의 식습관 문제점

대상자의 식습관 문제점은 총 10점 만점에 평균 7.41점으로 나타났다. 항목별로 식습관 문제점의 평균 점수를 살펴보면 '외식을 좋아한다'가 0.90점으로 가장 높은 점수를 보였고, '문제없다'가 0.24점으로 가장 낮게 나타났다. 항목별로 식습관 비율을 살펴보면 '가공식품, 인스턴트 식품을 섭취한다' 80.6%(690명)로 가장 높은 비율을 나타냈고, '빵을 좋아한다' 72.4%(620명), '과자를 좋아한다' 70.2%(601명), '자극성이 있는 음식을 좋아한다' 67.9%(581명), '식사량이 일정하지 못하다' 50.0%(433), '편식한다' 44.9%(384명), '식사를 자주 건너뛴다' 38.2%(327명), '식사 시간이 불규칙하다' 37.5%(321명) 순으로 나타났다(Table 3).

대상자의 식생활 태도

대상자의 식생활 태도는 Table 3과 같았다. 식생활 태도는 총 100점 만점에 평균 60.14점으로 규칙적인 식생활 태도는

<Table 1> Differences of Nutrition Knowledge, Dietary Attitudes and Food habits problem according to Participants' General Characteristics (N=856)

Variables	Categories	n	%	Nutrition Knowledge			Dietary attitude			Food habits problem				
				Mean±SD	t or F	p	Scheffe	Mean±SD	t or F	p	Mean±SD	t or F	p	Scheffe
Gender	Male	117	13.7	13.84±3.01	-1.01	.312		59.72±12.53	2.03	.042		6.84±1.36	-5.38	<.001
	Female	739	86.3	14.10±2.50				57.24±12.23				7.49±1.20		
Age	≤ 20	383	44.7	13.81±2.63 ^a	2.80	.039	a<b	56.24±56.24 ^a	4.21	.006	a<b	7.48±1.18	1.57	.195
	21-25	435	50.8	14.28±2.52 ^b				58.95±58.95 ^b				7.34±1.29		
	26-30	29	3.4	14.34±2.49 ^c				56.62±14.18 ^c				7.20±1.18		
	≥31	9	1.1	13.11±2.08 ^d				51.33±18.62 ^d				7.83±1.14		
Grade	1st	194	22.7	13.18±2.68 ^a	12.21	<.001	a<b,c,d	55.43±11.67 ^a	5.34	.001	a<b,c	7.44±1.25	.90	.440
	2nd	252	29.4	14.25±2.43 ^b				56.47±12.53 ^b				7.47±1.10		
	3rd	306	35.7	14.19±2.61 ^c				59.41±11.71 ^c				7.31±1.34		
	4th	104	12.1	14.88±2.19 ^d				58.86±13.67 ^d				7.45±1.22		
Drinking	Yes	587	68.6	14.11±2.45	.84	.398		58.98±12.14	-4.16	<.001		7.50±1.19	3.29	.001
	No	269	31.4	13.95±2.83				62.67±11.73				7.20±1.32		
Smoking	Yes	33	3.9	14.30±2.24	.54	.584		54.00±13.10	-1.71	.088		7.09±1.38	-1.49	.135
	No	823	96.1	14.05±2.59				57.72±12.24				7.42±1.23		
Exercise	Daily	31	3.6	14.65±2.97 ^a	4.16	.002	b<c	68.64±10.28 ^a	22.96	<.001	a>b,c,d,e	6.14±1.11 ^a	13.80	<.001
	4-6/week	81	9.5	13.27±2.99 ^b				63.03±10.06 ^b				7.16±1.30 ^b		a<b,c
	1-3/week	178	20.8	14.52±2.41 ^c				59.78±11.43 ^c				7.25±1.27 ^c		
	1-3/month	215	25.1	14.16±2.64 ^d				58.48±12.51 ^d				7.40±1.16 ^d		
Information	No	351	41.0	13.90±2.43 ^e				53.67±11.79 ^e				7.65±1.18 ^e		
	Newspaper/Magazine	72	8.4	14.47±2.63	1.27	.267		62.44±12.49 ^a	3.01	.006	a>b,c,g	7.22±1.32	1.45	.191
	TV, Radio	158	18.5	13.89±2.76				56.86±10.59 ^b				7.39±1.22		
	Internet	315	36.8	13.86±2.60				57.30±12.33 ^c				7.41±1.24		
Experience of Lesson	Doctor/Nurse	27	3.2	13.93±2.73				55.92±9.72 ^d				7.90±1.16		
	Parents	30	3.5	14.40±2.44				61.93±11.70 ^e				7.05±1.28		
	Friends	20	2.3	13.80±3.08				55.40±11.35 ^f				7.47±1.17		
	Lesson	234	27.3	14.32±2.32				56.76±13.29 ^g				7.44±1.23		
Interest	Yes	468	54.7	14.30±2.51	.421	.003		59.06±11.88	3.90	<.001		7.35±1.26	.32	.158
	No	388	45.3	13.77±2.63				55.79±12.56				7.47±1.21		
Knowledge	Very interest	97	11.3	14.53±2.42 ^a	2.95	.019	a>e	64.30±12.66 ^a	22.47	<.001	a,b>c,d,e	6.97±1.32 ^a	6.67	<.001
	Interest	331	38.7	14.22±2.55 ^b				59.83±11.06 ^b				7.29±1.18 ^b		a,b<c,d,e
	Moderate	293	34.2	13.91±2.54 ^c				55.66±10.97 ^c				7.54±1.20 ^c		
	Almost no	98	11.4	13.90±2.55 ^d				51.69±14.12 ^d				7.71±1.27 ^d		
More than average	No	37	4.3	13.03±3.20 ^e				50.59±13.49 ^e				7.66±1.32 ^e		
	High	12	1.4	15.17±2.62 ^a	12.10	<.001	a, b>c,d,e	69.83±8.20 ^a	19.24	<.001	a,b>c,d,e	6.45±1.40 ^a	5.73	<.001
	Moderate	560	65.4	13.96±2.52 ^c				63.14±11.88 ^b				7.09±1.29 ^b		a,b<c,d
	Below average	98	11.4	13.16±2.63 ^d				56.65±11.68 ^c				7.49±1.19 ^c		
No	15	1.8	12.20±3.74 ^e				53.00±12.49 ^d				7.57±1.25 ^d			
							49.06±12.84 ^e				7.46±1.32 ^e			

<Table 2> Level of Participants' Nutrition Knowledge

(N=856)

Categories	Mean±SD	Correct answer	
		n	%
Caffeinated beverages are harmful to ulcer	0.86±0.34	737	86.1
Mixed rice fresh vegetables, and see weeds are high fiber food So, it is good for curing diabetes mellitus, hyperlipidemia or constipation	0.93±0.25	796	93.0
High intake of fermented food smoke cured fish pickles are not related cancer occurrence	0.88±0.32	753	88.0
Raisins, dried persimmon, egg yolk oyster and livers are good or preventing anemia	0.79±0.40	680	79.4
Protein is a constituent of body tissue and blood components	0.93±0.25	797	93.1
High protein diet is burden on kidney	0.46±0.49	390	45.6
Protein and carbohydrate food same calorie value	0.48±0.50	407	47.5
The bean is a good source of dietary fiber	0.75±0.43	643	75.1
Vitamins and minerals are nutrients for energy	0.50±0.50	424	49.5
Bread noodles and polished rice are no needed for diabetes onellitus, because carbohydrate has to be limited for them	0.54±0.49	458	53.5
Liver, egg yolk and dried mushrooms are good for preventing osteoporosis	0.68±0.46	578	67.5
Fresh vegetable and fruits help the other food to heat calorie in the body	0.48±0.50	413	48.2
Pork, chicken, or beef is good for preventing arteriosclerosis	0.86±0.35	732	85.5
Cholesterol was needed to make the steroid hormone and bile juice	0.37±0.48	314	36.7
Desirable weight loss is reducing 3 kg a week.	0.84±0.37	715	83.5
Fresh vegetables and fruits are good for curing anemia.	0.81±0.39	691	80.7
Animal protein food cheese, egg, meat and fish, etc. has to be limited for hypertension	0.74±0.43	643	75.1
Alcohol has more calorie value than sugar	0.56±0.49	482	56.3
The bean is a good source of dietary fiber	0.64±0.47	551	64.4
To lose weight, fat should be removed from meals	0.97±0.16	833	97.3
Total		14.06±2.58	
Percentage of correct answers(%)			70.3

25점 만점에 16.25점(100점으로 환산했을 때 65점)으로 나타났다. '과식을 가끔 한다'가 63.8%(546명)로 가장 높게 나타났고, '식사시간은 규칙적이다' 57.0%(488명), '아침을 먹는다' 42.9%(367명), '하루에 세 번 식사한다' 42.1%(360명) 순으로 나타났다.

균형 잡힌 식생활 태도는 35점 만점에 20.38점(100점 만점으로 환산했을 때 58.22점)으로 '매끼 곡물을 먹는다'가 47.7%(408명)로 가장 높게 나타났고, '김치를 제외한 채소 반찬을 매끼 먹는다' 36.8%(315명), '매끼 골고루 식사한다' 34.1%(292명), '매끼 고기, 생선, 달걀, 콩을 먹는다' 21.7% (186명), '매일 과일을 먹는다' 15.9%(136명) 순으로 나타났고, '매일 우유를 마신다'가 10.4%(89명)로 가장 낮게 나타났다.

건강과 식생활 태도는 40점 만점에 23.50점(100점으로 환산했을 때 58.75점)으로 '단 음식을 많이 먹는다'가 32.5%(278명)로 가장 높게 나타났고, '짠 음식을 먹는다' 37.5%(321명), '동물성 지방섭취를 자주 한다' 28.3%(242명), '외식을 자주 한다' 23.4%(200명) 순으로 나타났고, '매일 30분 운동한다'가 10.9%(93명), '가공식품 섭취를 자주한다' 8.6%(74명)로 낮게 나타났다.

대상자의 일반적 특성에 따른 영양지식, 식습관 문제점 및 식생활 태도

대상자의 일반적 특성에 따른 영양지식, 식습관 문제점, 식생활 태도의 차이를 검정한 결과는 다음과 같다(Table 1). 영양지식은 나이, 학년, 운동, 영양 과목 수강 여부, 영양 상태와 건강에 대한 관심 정도, 본인이 생각하는 영양지식 정도에 따라 유의한 차이를 보였다. 사후검정 결과 20세 이하 나이군보다 21~25세가 나이군에서 영양지식 점수가 높게 나왔으며 ($F=2.80, p=.039$), 2학년, 3학년, 4학년이 1학년보다 영양지식이 높게 나타났다($F=12.21, p<.001$). 운동에 대한 사후검정 결과 1주일에 1~3회 하는 대상자가 주 4~6회 하는 대상자보다 영양지식 점수가 높게 나왔으며($F=4.16, p=.002$), 영양 관련 과목을 수강한 적이 있는 대상자가 영양지식 점수가 높게 나타났다($t=0.42, p=.003$). 영양 상태와 건강에 대한 관심은 사후검정 결과 '매우 관심이 있다'고 답한 대상자가 '전혀 관심 없다'고 답한 대상자보다 영양지식 점수가 높게 나타났고 ($F=2.95, p=.019$), 본인이 생각하는 영양지식 정도에 대한 사후검정 결과가 '높은 수준'이라고 답한 대상자가 영양지식 정도가 '보통 이하'로 답한 대상자보다 영양지식 점수가 높았다 ($F=12.10, p<.001$).

<Table 3> Level of Participants' Food habits problem and Dietary Attitudes (N=856)

Variables	Subcategories	Item	Mean±SD	n(%)							
				Yes(1)	Normal(0.5)	No(0)	Yes(5)	Sometimes(3)	No(1)		
Food habits problem		Irregularity of meal amount	0.74±0.26	433(50.6)	407(47.5)	16(1.9)					
		Meal skipping	0.69±0.25	327(38.2)	521(60.9)	8(0.9)					
		Irregularity of meal time	0.68±0.25	321(37.5)	527(61.6)	8(0.9)					
		Like pungent food	0.83±0.24	581(67.9)	264(30.8)	11(1.3)					
		Like snack	0.84±0.23	601(70.2)	250(29.2)	5(0.6)					
		Like bread	0.86±0.22	620(72.4)	233(27.2)	3(0.4)					
		Like eating out	0.90±0.20	689(80.5)	163(19.0)	4(0.5)					
		Unbalanced diet	0.71±0.26	384(44.9)	458(53.5)	14(1.6)					
		Processing and instant food intakes	0.89±0.22	690(80.6)	150(17.5)	16(1.9)					
		No problem	0.24±0.34	536(62.6)	218(25.5)	102(11.9)					
Total		7.41±1.24									
Meal regularity		Having three meals a day	3.35±1.59				360(42.1)	284(33.2)	212(24.8)		
		Having breakfast always 6	3.35±1.61				367(42.9)	272(31.8)	217(25.4)		
		Having meal times regularly	3.75±1.58				488(57.0)	199(23.2)	169(19.7)		
		Enjoying food in spare time	2.76±1.36				154(18.0)	443(51.8)	259(30.3)		
		Overeating	2.94±1.20				167(19.5)	546(63.8)	143(16.7)		
		Total	16.25±4.76								
		Meal balance		Having cereals at every meals	3.63±1.80				408(47.7)	296(34.6)	152(17.8)
				Having meat, fish, egg, beans at every times	3.20±1.75				186(21.7)	413(48.2)	257(30.0)
				Having vegetables at every meals(except kimchi)	3.38±1.43				315(36.8)	387(45.2)	154(18.0)
				Using vegetable oils in cooking at every meals	2.39±1.42				127(14.8)	341(39.8)	388(45.3)
Having milk everyday	2.10±1.35						89(10.4)	294(34.3)	473(55.3)		
Having fruit everyday	2.49±1.42						136(15.9)	365(42.6)	355(41.5)		
Having a balanced diet.	3.27±1.45						292(34.1)	386(45.1)	178(20.8)		
Total	20.38±6.51										
Dietary attitudes				Eating processed foods frequently	2.36±1.25				74(8.6)	433(50.6)	349(40.8)
				Eating sweet things plentifully	2.75±1.42				278(32.5)	409(47.8)	169(19.7)
		No salty food intake	2.52±1.35				117(13.7)	418(48.8)	321(37.5)		
		Eating animal fat frequently	2.64±1.18				242(28.3)	528(61.7)	86(10.0)		
		Eating out frequently(except provide in the work)	3.00±1.36				200(23.4)	456(53.3)	200(23.4)		
		No drinking	3.07±1.51				262(30.6)	363(42.4)	231(27.0)		
		Having exercise everyday for 30 minutes	2.10±1.36				93(10.9)	286(33.4)	477(55.7)		
		Turning nutrition knowledge to practical use	2.55±1.34				117(13.7)	286(33.4)	477(55.7)		
		Total	23.50±4.83								
		Total		60.14±12.13							

대상자의 일반적 특성에 따른 식습관 문제점은 성별, 음주, 운동, 영양 상태와 건강에 대한 관심, 본인이 생각하는 영양 지식 정도에 따라 유의한 차이를 보였다. 여학생이 남학생보다 식습관 문제점이 높게 나타났고($t=-5.38, p<.001$), 음주 하는 대상자가 음주 하지 않는 대상자보다 식습관 문제점이 높게 나타났고($t=3.295, p=.001$). 사후검정 결과 운동을 매일 하는 경우 보다 주 4~6회, 주 1~3회 하는 경우 식습관 문제점이 높게 나타났고($F=13.80, p<.001$), 영양 상태와 건강에 대한 관심은 매우 관심 있거나 관심이 있는 대상자보다 관심이 보통 이하 인 대상자가 식습관 문제점이 높은 것으로 나타났고($F=6.67, p<.001$). 본인이 생각하는 영양지식 정도가 보통, 보통 이하 수준인 대상자가 영양지식이 높거나 보통 이상 수준 대상자보다 식습관 문제점이 높은 것으로 나타났고($F=19.24, p<.001$).

대상자의 일반적 특성에 따른 식생활 태도는 성별, 나이, 학년, 음주, 운동, 영양에 관한 지식과 정보, 영양 관련 과목 수강 여부, 영양 상태와 건강에 대한 관심, 본인이 생각하는 영양지식 정도에 따라 유의한 차이를 보였으며 남학생이 여학생보다 식생활 태도 점수가 높게 나타났고($t=2.03, p=.042$). 사후검정 결과 21~25세 나이 군이 20세 이하 나이 군보다 식생활 태도 점수가 높게 나타났으며($F=4.21, p=.006$), 2학년, 3학년이 1학년보다 식생활 태도 점수가 높게 나타났고($F=5.34, p=.001$). 음주하지 않는 대상자가 음주하는 대상자보다 식생활 태도 점수가 높게 나타났으며($t=4.16, p<.001$), 사후분석 결과 운동을 매일 하는 대상자가 매일 하지 않는 대상자보다 식생활 태도 점수가 높게 나타났고($F=22.96, p<.001$), 영양 관련 과목을 수강한 적이 있는 군이 식생활 태도 점수가 높게 나타났고($t=3.90, p<.001$). 사후분석 결과 신문·잡지에서 정보를 얻는 경우 TV·라디오, 인터넷, 의사·간호사에게 정보를 얻는 경우보다 식생활 태도 점수가 높게 나타났으며($F=0.301, p=.006$), 영양 상태와 건강에 대해 매우 관심이 있는 대상자가 관심이 보통이고, 관심이 거의 없거나 전혀 없는 대상자보다 식생활 태도 점수가 높게 나타났고($F=22.47, p<.001$). 본인이 생각하는 영양지식 정도가 ‘높은 수준’이라고 답한 대상자가 영양지식이 ‘보통이상’과 ‘보통 이하’로 답한 대상자보다 식생활 태도 점수가 높았다($F=19.24, p<.001$).

대상자의 영양지식, 식습관 문제점, 식생활 태도간의 상관관계

대상자의 영양지식과 식습관 문제점 및 식생활 태도 간의 상관관계 분석 결과, 영양지식과 식생활 태도($r=.070, p=.040$)는 양의 상관관계가, 식생활 태도와 식습관의 문제점($r=-.284,$

$p<.001$)은 유의한 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다 (Table 4).

<Table 4> Relationship among Nutrition Knowledge, Dietary Attitudes and Food habits problem

Variables	Nutrition knowledge	Food habits problem
	r(p)	
Dietary attitudes	.070(.040)	-.284(<.001)

식생활 태도에 영향을 미치는 요인

식생활 태도에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위하여 일반적 특성에서 유의한 차이를 보인 성별, 나이, 학년, 음주, 운동, 영양에 관한 지식과 정보, 영양 관련 과목 수강 여부, 영양 상태와 건강에 대한 관심, 본인이 생각하는 영양지식 정도와 상관관계 분석에서 유의한 상관관계를 보인 영양지식, 식습관 문제점을 독립변수로 투입하여 다중회귀분석을 하였다. 독립변수 중 명목변수는 가변수 처리하였다. 다중공선성 진단결과 공차한계(tolerance)는 0.50~0.97로 0.1이상, 분산팽창요인 VIF값은 1.028~1.963으로 10보다 작아 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. 또한, Durbin-Watson test에서 오차의 자기상관 계수는 1.986로 2에 가까워 모형의 오차항 간에 자기상관성이 없는 것으로 나타나 잔차의 정규성 분포 가정을 만족하였다. 최종적으로 식습관 문제점($\beta=-2.139, p<.001$), 운동($\beta=-1.258, p=.001$), 영양과 건강에 대한 관심($\beta=-1.191, p=.002$), 음주($\beta=2.681, p=.001$)는 식생활태도의 유의한 예측요인으로 나타났으며 이들 변수의 식생활 태도에 대한 설명력은 16.4%이었다(Table 5).

논 의

간호 대상자의 건강과 질병 회복을 위해서는 간호사의 정확한 영양지식이 전제되어야 한다. 본 연구는 간호대학 교육과정 중 영양 관련 교육의 강화를 위한 방안을 모색하기 위해 간호학 전공 대학생의 영양지식, 식생활 문제점과 식생활 태도 간의 관련성을 파악하고자 시도되었다.

본 연구 결과 연구대상자의 영양지식은 20점 만점에 평균 14.06점, 정답률 70.3%로, 본 연구에서 사용한 영양지식수준 측정 문항들과 다른 연구들의 문항의 차이로 인해 선행연구들과의 단순 비교에는 제한점이 있으나 Kim 등(2012)의 울산 지역 대학생을 대상으로 한 영양지식의 점수는 20점 만점에 8.9점과 Lee와 Lee (2015)의 남자 대학생 영양지식 점수 11.8 점, 여자대학생 영양지식 점수 12.9점으로 본 연구결과가 높

<Table 5> Predictors of Dietary Attitudes

Variables	β	t	p	R^2	Adjusted R^2	F(p)
Food habits problem	-2.139	-6.654	<.001	.175	.164	16.202(<.001)
Exercise	-1.258	-3.454	.001			
Interest	-1.191	-3.070	.002			
Drinking	2.681	3.229	.001			

은 점수를 보였다. 그러나 Won (2003)의 한의과대학 학생과 식품영양학 전공 대학생의 영양지식 비교 연구 결과 한의과대학 3, 4학년 학생들의 영양지식 점수 16.8점, 식품영양학 전공 대학생의 영양지식 점수 17.8점, Seo (2014)의 식품 영양전공 여대생의 영양지식 점수 16.8점보다는 낮은 점수를 보였다. 본 연구의 간호대학생 영양지식 점수는 선행연구의 간호대학생의 영양지식 점수 50%(Van den Berg et al., 2012)와 8.95점(Buxton & Davies, 2012)보다는 높은 수준이었으나, 전반적으로 간호대학생의 영양지식이 높지 않음을 나타내어 영양지식 수준을 높이기 위한 적절한 교육이 필요함을 알 수 있다.

본 연구에서 영양 지식은 영양 관련 과목을 수강하지 않은 1학년 학생들보다 2, 3, 4학년 학생들이 영양지식이 더 높게 나타났으며, 영양 관련 교과목 수강 경험이 있을수록 영양지식이 높은 것으로 나타났다. 이는 영양교육이 중요함을 시사하며 간호학생들이 학년이 올라가면서 여러 교과목을 경험하고 질환에 관련된 내용을 배운 결과로 생각된다. 따라서 영양에 대한 올바른 지식과 이해는 향후 환자를 돌봄에 있어 가장 기본적인 간호로 영양에 관한 교과목에서 지속적인 교육을 하거나 교과목의 확대 개설, 이를 위한 프로그램의 도입이 필요한 것으로 생각된다.

대상자의 식습관 문제점은 총 10점 만점에 평균 7.41점으로 높게 나타나 간호대학생의 식습관에 문제가 많음을 알 수 있다. 본 연구 결과 가공식품, 외식, 빵과 과자의 섭취빈도가 높은 것으로 나타났는데, 이는 본 연구 대상자 856명 중 여학생이 739명(86.3%)으로 대상자의 특성 때문으로 생각한다. Lee와 Lee (2015)의 대학생을 대상으로 한 연구에서 여학생들이 남학생보다 정크푸드(인스턴트식품이나 패스트푸드), 단 음식, 외식의 섭취 빈도가 높다는 연구 결과와 일치하는 것으로, 여학생의 체중조절을 위하여 굶거나 가볍게 먹으려는 경향이 나타난 결과로 볼 수 있다. 따라서 잘못된 식습관의 개선이 필요하며, 이를 위해서 간호학 전공 대학생들에게 올바른 영양 정보를 제공하고 식생활에 대한 바른 가치관을 가지도록 교육하는 일이 중요하며 영양교육프로그램의 개발 등 식습관 개선을 도모할 수 있는 노력이 이루어져야 한다고 생각한다.

대상자의 식생활 태도는 총 100점 만점에 평균 60.14점으로 본 연구에 사용된 도구와 같은 도구로 측정된 Yoon (2006)의

연구에서 식생활 관리를 수강한 식품 영양전공 여대생들의 식생활 태도 평균 62.4점보다 낮았다. 식생활 태도 중 규칙적인 식생활은 65.00점, 균형 잡힌 식생활은 58.22점, 건강과 식생활은 58.75점으로 낮게 나타나, 균형 잡힌 식생활과 건강한 식생활이 이루어지고 있지 않음을 알 수 있다. 이는 부모의 통제 상태에서 규칙적인 식생활 환경이 대학생이 되면서 불규칙한 생활과 밖에서의 활동이 많아지면서 나타난 결과로 볼 수 있다. 따라서 이론 위주의 영양교육에서 탈피하여 더욱 실천적인 행동변화를 유도할 수 있는 영양교육이 지속해서 이루어져야 함을 시사하고 있다.

일반적 특성에 따른 식생활 태도의 차이를 살펴본 결과, 남학생이, 21~25세 나이 군이, 2학년과 3학년이, 음주하지 않는 경우, 운동을 매일 하는 경우, 신문·잡지에서 정보를 얻는 경우, 영양 관련 과목을 수강한 경우, 영양 상태와 건강에 대한 관심이 많은 경우, 본인이 생각하는 영양지식 정도가 높을수록 식생활 태도 점수가 유의하게 높았다. 이는 학년이 올라감에 따라 나이도 많아지고, 전공교과목에서 질환에 대해 배우게 됨에 따라 영양지식이 증가한 결과로 볼 수 있으며, 영양지식이 식생활 태도와 관련이 있음을 알 수 있다.

대상자의 영양지식과 식습관 문제점 및 식생활 태도 간의 상관관계 분석 결과 영양지식과 식생활 태도는 양의 상관관계, 식생활 태도와 식습관의 문제점은 유의한 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 여대생을 대상으로 한 Kang과 Byun (2010)의 연구결과 영양지식과 식생활 태도 간의 상관성보다는 식생활 태도와 식습관의 상관성이 높게 나타난 연구결과와 차이가 있고, Kim, Kim과 Kim (2005)의 영양지식과 식습관 간의 유의한 상관관계가 나타나지 않은 연구결과와 일치한다. 행동이 변하기 위해서는 지식의 증가가 선행되어야 하고, 지식의 증가가 반드시 행동의 변화로 연결되지 않으므로, 지식이 수행으로 연결되기 위해서는 태도나 신념 이외의 외부 환경적 요인이 작용해야 한다고 보고되고 있다 (Askarian, Memish, & Khan, 2007). 따라서 영양지식을 바탕으로 식생활 태도를 변화시키고, 올바른 식습관이 실천될 수 있도록 다양한 교육 프로그램을 개발하여 제공할 필요가 있다.

식생활 태도에 영향을 미치는 요인은 식습관 문제점, 운동, 영양과 건강에 대한 관심, 음주임을 확인할 수 있었다. 식습관의 문제점은 식생활 태도와 유의한 음의 상관관계가 있는

것으로 나타나, 식습관 문제점이 많을수록 식생활 태도는 양호하지 않으므로 식습관 문제점의 개선은 식생활 태도 변화를 위해 선행되어야 함을 알 수 있다. 따라서 잘못된 식습관을 인식시키고 이를 교정할 수 있는 동기부여 및 실천 위주의 영양교육과 효과적인 교육 전략 수립이 필요하다.

국외의 선행연구에서도 간호학 전공 대학생의 영양교육 필요성과 영양에 대한 더 많은 훈련이 필요하다고 보고되고 있다(Buxton & Davies, 2012; Van den Berg et al., 2012). 그러므로 국내의 간호대학 교과과정에서도 영양에 대한 교과목 개설 및 교육 방법을 고려할 필요가 있다.

결론 및 제언

본 연구는 간호학 전공 대학생의 영양지식, 식습관의 문제점, 식생활 태도를 파악하기 위한 서술적 조사 연구이며, 간호대학 교육과정 중 영양 관련 교육에 이바지할 수 있는 기초자료를 제공하고자 시도되었다. 연구 결과 간호학 전공 대학생의 영양 지식은 낮은 편이었으며, 식습관 문제점이 높고, 균형 잡힌 식생활과 건강한 식생활이 이루어지고 있지 않은 것으로 나타났다. 영양지식과 식생활 태도는 양의 상관관계가, 식생활 태도와 식습관의 문제점은 유의한 음의 상관관계를 보였다. 회귀분석결과 식생활 태도에 영향을 미치는 요인은 식습관 문제점, 운동, 영양과 건강에 대한 관심, 음주로 나타났다. 식생활 태도에 대한 설명력은 16.4%이었다. 간호학 전공 대학생의 영양지식, 올바른 식습관과 식생활 태도는 본인뿐 만 아니라 향후 간호 대상자의 질병 예방과 건강증진을 위한 간호수행으로 이어질 수 있다. 따라서 현행 교과과정의 영양 관련 교과목에 대한 검토와 졸업하기 전 간호학 전공 대학생이 정확한 영양지식을 갖추고 간호 대상자에게 영양교육을 할 수 있는 역량을 갖추도록 영양관련 교육을 보다 다양하게 기획하여 제공할 필요가 있다. 또한, 간호 대상자에게 양질의 간호를 제공하기 위해서는 간호대학 졸업 후에도 체계적이고 지속적인 영양 관련 교육이 이루어져야 할 것이다.

이상의 연구 결과를 토대로 간호대학 교과과정 중 영양 관련 교과목의 개설 및 운영 등의 구체적인 전략을 모색해야 하겠다. 그뿐만 아니라 본 연구결과의 일반화를 위해 간호학 전공 대학생을 대상으로 반복연구가 이루어지기를 제언한다.

References

Askarian, M., Memish, Z. A., & Khan, A. (2007). Knowledge, practice, and attitude among iraninan nurses, midwives and students regarding standard isolation precaution. *Infection Control Hospital Epidemiology*, 28(2), 241-244. <http://dx.doi.org/>

10.1086/510868.

Buxton, C., & Davies, A. (2012). Nutritional knowledge levels of nursing students in a tertiary institution: Lessons for curriculum planning. *Nurse Education in Practice*, 13(5), 355-360. <http://dx.doi.org/10.1016/j.nepr.2012.09.014>.

Choi, Y. Y., & Yoon, H. S. (2003). A study on nurses' perception for nutrition education working in kyungnam area. *Journal of the Korean Dietetic Association*, 9(4), 278-287.

Han, D. S., Kim, D. K., & Lee, H. J. (2013). Nutritional support in renal failure. *Journal of Clinical Nutrition*, 5(2), 50-56.

Im, M. Y., Lee, Y. R., Han, S. J., & Cho, C. M. (2012). The effects of lifestyle factors on metabolic syndrome among Korean adults. *Journal of Korean Academic Community Health Nursing*, 23(1), 13-21.

Kang, H. J., & Byun, K. W. (2010). Effect of two-year course of food and nutrition on improving nutrition knowledge, dietary attitudes and food habits of junior college female students. *Korean Journal of Community Nutrition*, 15(6), 750-759.

Kim, H., & Choue, R. (2009). Nurses' positive attitudes to nutritional management but limited knowledge of nutritional assessment in Korea. *International Nursing Review*, 56(3), 333-339.

Kim, H. K., Kim, J. H., & Jung, H. K. (2012). A comparison of health related habits, nutrition knowledge, dietary habits, and blood composition according to gender and weight status of college students in Ulsan. *Korean Journal of Nutrition*, 45(4), 336-346.

Kim, H. H., Park, Y. H., Shin, E. K., Shin, K. H., Bae, I. S., & Lee, Y. K. (2006). Students' and parents' perceptions of nutrition education in elementary schools. *Journal of Korean Society Food Science Nutrition*, 35(8), 1016-1024.

Kim, H. K., & Kim, J. H. (2005). Food habits and nutrition knowledge of college students residing in the dormitory in Ulsan area. *Journal of Korean Society Food Science Nutrition*, 34(9), 1388-1397.

Lee, J. S., & Kim, G. S. (2000). Factors on the seafood preference and eating frequency of the elementary school children. *Journal of Korean Society Food Science Nutrition*, 29(6), 1162-1168.

Lee, S. L., & Lee, S. H. (2015). Survey on health-related factors, nutrition knowledge and food habits of college

- students in Wonju area. *Korean Journal of Community Nutrition*, 20(3), 96-108.
- McCullough, M. L., Feskanich, D., Stampfer, M. J., Giovannucci, E. L., Rimm, E. B., Hu, F. B., et al. (2002). Diet quality and major chronic disease risk in men and women: moving toward improved dietary guidance. *American Journal of Clinical Nutrition*, 76(6), 1261-1271.
- Mowe, M., Bosaeus, I., Rasmussen, H. H., Kondrup, J., Unosson, M., Rothenberg, E., et al. (2008). Insufficient nutritional knowledge among health care workers?. *Clinical Nutrition*, 27(2), 196-202.
- Morison, S., Machniewski, M. S., Purdy, J., Carlisle, K., Rea, M., & Coleman, D. (2010). *Exploring the nutritional needs of older people in a hospital environment: The educational perspective*. Northern Ireland: Report for the Changing Ageing Partnership(CAP), Institute of Governance, School of Law Queen's University Belfast.
- Özçelik, A. Ö., Surucuoglu, M. S., & Akan, L. S. (2007). Nutrition knowledge level of nurses in Turkey: Ankara as an example. *Pakistan Journal of Social Sciences*, 4(3), 485-489.
- Persenius, M. W., Hall-Lord, M. L., Bååth, C., & Larsson, B. W. (2008). Assessment and documentation of patients' nutritional status: Perceptions of registered nurses and their chief nurses. *Journal of Clinical Nursing*, 17(16), 2125-2136.
- Schaller, C., & James, E. L. (2005). The nutritional knowledge of Australian nurses. *Nurse Education Today*, 25(5), 405-412.
- Seo, E. H. (2014). A study on food habits and nutrient intakes according to BMI in food and nutrition major and non-major female students in Kyungnam university. *Korean Journal of Community Nutrition*, 19(4), 297-316. <http://dx.doi.org/10.5720/kjcn.2014.19.4.297>.
- Statistics Korea. (2015). *Annual report on the 2013 causes of death statistics*. Retrieved January 2, 2014, from http://kosis.kr/common/meta_onedepth.jsp?vwcd=MT_ZTITLE&listid=D11.
- Van den Berg, V. L., Okeyo, A. P., Dannhauser, A., & Nel, M. (2012). Body weight, eating practices and nutritional knowledge amongst university nursing students, eastern cape, south africa. *African Journal of Primary Health Care Family Medicine*, 4(1), 1-9.
- Won, H. R. (2003). A study of the college students' nutritional knowledge and eating attitude by comparing those of Korean oriental medicine major students and those of food and nutrition major students. *Korean Journal of Community Living Science*, 14(3), 47-57.
- Yalcin, N., Cihan, A., Gundogdu, H., & Ocakci, A. (2013). Nutrition knowledge level of nurses. *Health Science Journal*, 7(1), 99-108.
- Yoon, H. S., & Choi, Y. S. (2002). Analysis of correlation among health consciousness and nutrition knowledge, dietary habits and nutrition attitudes of elementary and middle school teachers in Masan city. *Korean Journal of Nutrition*, 35(3), 368-379.
- Yoon, H. S., Choi, Y. Y., & Lee, K. H. (2003). Evaluation of nutrition knowledge, dietary attitudes and nutrient intakes of nurses working in Gyeongnam area. *Korean Journal of Nutrition*, 36(3), 306-318.
- Yoon, H. S. (2006). An assessment on the dietary attitudes, stress level and nutrient intakes by food record of food and nutrition major female university students. *Korean Journal of Nutrition*, 39(2), 145-159.
- Yeon, J. Y., Hong, S. H., & Bae, Y. J. (2012). A study on nutritional status and dietary quality of university students by body image. *Korean Journal of Community Nutrition*, 17(5), 543-554.
- Yun, J. S., & Ryu, E. S. (2012). Satisfaction and perception of nutrition education by elementary school students. *Journal of Korean Society Food Science Nutrition*, 41(9), 1259-1264.

Nutrition Knowledge, Food Habit Problems and Dietary Attitudes of Nursing Students

Kim, Su-Ol¹⁾ · Kim, So-Myeong²⁾

1) Graduate School, Ewha Womans University

2) Department of Nursing, Yeungnam University College

Purpose: This study investigates the relationship among nutrition knowledge, food habit problems and dietary attitudes in nursing students. **Methods:** A total of 856 nursing students participated in the study. Data was analyzed by frequencies, t-tests, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and multiple stepwise regressions via SPSS WIN 21.0. **Results:** The mean scores for nutrition knowledge and dietary attitudes were above average and the score related to food habit problems was high. Dietary attitudes correlated positively with nutrition knowledge, but dietary attitudes correlated negatively with food habit problems. Significant predictors of dietary attitudes included: food habit problems, interest in nutrition and health, exercise, and drinking. The regression model explained 16.4% of perceived dietary attitudes. **Conclusion:** To improve dietary attitudes among nursing students, nursing educators should develop nutritional educational intervention programs in order to promote nutrition knowledge and identify food habit problems.

Key words : Nutrition, Knowledge, Habit, Attitude, Student

• Address reprint requests to : Kim, So-Myeong

Department of Nursing, Yeungnam University College

170 Hyeonchung-ro, Nam-gu, Daegu, 42415, Korea

Tel: 82-53-650-9403 Fax: 82-53-625-4705 E-mail: namikin@hanmail.net