

여대생의 생활 스트레스 및 보건실 이용 만족도에 관한 융합적 연구: 일개 여대를 중심으로

이진희

광주여자대학교 간호학과

The Convergence Study of Life Stress and Health Clinic User Satisfaction in Female Students: focused on the one women's University

Jin Hee Lee

Department of Nursing, Kwangju Women's University

요약 본 연구는 여대생의 생활 스트레스와 보건실 이용 만족도를 알아보기 위한 서술적 조사연구이다. 2014년 10월 29일부터 11월 11일까지 일 광역시 여대생 203명을 대상으로 자료를 수집하여 SPSS/WIN 프로그램을 사용, t-test와 ANOVA 및 Scheffe 사후검증을 실시하였다. 본 연구에서 여대생의 생활 스트레스는 학업스트레스가 가장 높았고 그 다음은 취업 스트레스였으며, 교우 스트레스가 가장 낮게 나타났다. 전공계열에 따라서는 자연과학계열이 보건계열보다 취업스트레스가 높았고, 보건계열이 인문사회계열보다 학업스트레스가 높았다. 음주를 하는 군이 이성 스트레스가 높았고, 식사시간과 식사습관에 따라서 하루 영역에 차이를 보였다. 교내 보건실을 이용하는 동기는 약품이용 및 응급처치가 가장 많았고, 그 다음이 체지방 측정이었으며 가장 만족스러운 항목에서는 무료투약, 응급처치, 비만프로그램 순으로 나타나 이용자 특성을 반영한 보건실의 융합적 관리가 필요할 것으로 사료된다.

• 주제어 : 융합, 생활 스트레스, 여대생, 이용 만족도, 대학 보건실

Abstract This study comprised descriptive research the life stress and user satisfaction of female students who use University health clinic. From October 29 to November 11 2014, the 203 data were analyzed using t-test, ANOVA and Scheffe with SPSS 21.0. The highest score were in 'study', the lowest were in 'friend'. There were significant different in 'Future' and 'study' by major departments, 'friend' different by grade. 'Lover' was higher in drinking group, in total and 'value' were higher by meal habit, in 'friend' was higher in group binge. The motivations of use were high in medical treatment and InBody. Most satisfaction item were free administration and emergency medical treatment. Thus it is necessary to different design to reduce life stress in female university students and to operate effectively in university health clinic.

• Key Words : Convergence, Life Stress, Female Students, User Satisfaction, University Health Clinic

*Corresponding Author : 이진희(leejh@kwu.ac.kr)

Received August 25, 2016

Accepted October 20, 2016

Revised September 30, 2016

Published October 31, 2016

1. 서론

대학생들은 발달단계상 후기 청소년기에 속하며 중, 고등학교에서의 수동적인 생활에서 벗어나 능동적이고 독립적인 생활을 하게 되는 새로운 환경에서 그 전까지는 경험하지 못했던 성인으로서의 확장된 역할과 환경의 변화, 폭 넓은 인간관계, 자아실현, 진로선택, 장래에 대한 불안 등에 직면하게 되면서 많은 스트레스를 경험하게 된다[1]. 대학생들의 학업생활, 가치관단, 불투명한 장래에 대한 불안감, 학점, 새로운 대인관계 등에 따른 스트레스는 오늘날 우리사회의 급격한 변화도 영향을 주어 이들의 개인적 적응에 문제를 안겨주고 있고 [2], 실제 대학생들의 스트레스 인지율은 2008년 52.4%에서 2010년 68.7%로 증가했다[3]. 대표적인 스트레스는 학업, 진로, 경제문제, 건강, 취업, 대인관계 기술 등으로 나타났다[4], 대학 신입생 대상 설문조사에서는 학업관련공부가 51.6%로 가장 많았고 학비 등 경제적 문제가 15.3%, 적성 및 진로에 대한 고민도 8.9%를 보였다[5]. 특히, 여대생은 친구관계, 가족관계[6], 가치관[7]에 따른 문제에 있어서 남학생보다 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다.

이러한 대학생의 스트레스는 수준에 따라 신체증상에 차이를 나타냈고 생활스트레스를 많이 경험하고 있는 대학생이 신체증상을 더 경험하고, 자신이 건강하지 않다고 지각하여 자신감의 감소, 대인관계의 실패, 학업에 지장을 초래하여 학교 적응에도 부정적인 영향을 미치게 되며[8], 청소년시기의 우울[9] 및 스트레스는 스마트폰 중독 및 인터넷 게임중독[10]과도 유의한 정적상관이 있다. 또한 스트레스는 셀프리더십[11], 자아존중감[12]과 부적 상관이 있었고, 악관절 장애 같은 신체증상[13]과 자살생각[14, 15], 우울[16], 정신건강[17] 및 위험행동[18]과 정적상관이 있으며 스트레스의 감소는 초기 성인기의 부적응행동 감소에 영향을 준다[19].

2010년 대학 및 전문대학을 대상으로 대학 보건실 이용 만족도를 조사한 연구에서 만족한 학생이 80.1%로 향후 보건실 방문 의사를 밝힌 대학생은 75.3%이었다[20]. 여자대학 학생을 대상으로 스트레스를 조사한 연구는 많지 않으나, 1996년 D여자대학 대학생을 대상으로 조사한 연구에 따르면 여대생들은 학과공부와 장래진로에서 가장 많은 스트레스를 받고 있으며 학년이 올라갈수록 장래진로에 대한 스트레스가 다른 스트레스에 비해 상대적으로 많아졌고, 이성스트레스는 전 학년에 걸쳐 가장 적었다. 단과대학별로 비교한 결과, 학업과 관련해서는 자

연대학 학생들이, 교수 스트레스는 예술대 학생들이, 장래진로는 인문대 학생들이 가장 높게 나타났고[21], 특히 의·간호 계열이 학업문제에서 가장 큰 스트레스를 인지하는 것으로 나타났다[22].

이에 본 연구는 보건실을 이용하는 여대생을 대상으로 생활 스트레스를 파악하고, 보건실 이용 만족도를 조사하여 여대생들이 대학 생활에서 경험하는 다양한 스트레스에 대해 이해하고, 대학보건실에서 효율적인 대처 방법 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 연구대상자의 생활 스트레스 정도를 파악한다.
- 2) 연구대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 차이를 비교한다.
- 3) 연구대상자의 보건실 이용 만족도를 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구 설계

본 연구는 보건실 이용 여대생의 일반적 특성을 파악하고 생활 스트레스와 이용 만족도를 탐색하기 위한 서술적 연구이다.

2.2 연구 대상

본 연구의 대상은 일 광역시 소재의 여자대학 보건실을 방문한 여대생 중 본 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 참여하기로 서면 동의한 학생을 대상으로 하였다. 조사 대상자 207명 중 설문응답이 완전한 203명의 자료를 분석하였다. 본 연구에 필요한 예상 표본수는 G*Power 3.1.9.2 프로그램을 이용하여 적정 표본수를 산출한 결과 최소 중간효과크기 .15, 검정력 .95, 유의수준 .05로 하였을 때 최소 199명이 요구되어 대상자 수는 충분히 확보되었다.

2.3 연구 도구

2.3.1 생활 스트레스

본 연구에서 생활 스트레스는 Chon과 Kim[1]이 개발한 대학생용 생활 스트레스 척도를 Lee[4]가 재구성한 도구를 사용하였다. 각 문항별로 '전혀(0점)'에서 '자주(3점)'까지의 4점 척도로 구성되어 있어서 점수가 높을수록 대학생활 스트레스를 많이 경험하는 것을 의미한다. Park[23]의 연구에서의 Chronbach's α 값은 .92이었고 본

연구에서 Chronbach's α 값은 .90이었고, 이메일로 저자에게 도구사용 허락을 받았다.

2.3.2 보건실 이용 만족도

보건실 이용만족 정도, 이용동기, 가장 만족스러운 항목, 타인에게 추천할 의향 유무로 구성하여 연구자가 작성하였다.

2.4 자료수집 방법 및 윤리적 고려

자료수집 기간은 2014년 10월 29일부터 11월 11일 까지였다. 연구대상자의 윤리적 고려를 위해 조사의 목적을 설명하고 비밀보장, 익명성, 참여 거부, 참여 중단 가능 등을 설명하고 연구에 동의한 대상자에게 서면 동의를 받은 후 자가 보고식 설문지로 조사하였다. 설문지 작성 소요시간은 10분 정도였고, 소정의 답례품을 전달하였다.

2.5 자료분석 방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

연구대상자의 일반적 특성에 따른 생활 스트레스는 t-test와 일원분산분석(ANOVA) 및 Scheffe 사후검증을 실시하였다. 보건실 이용 만족도는 실수와 백분율을 통해 파악하였다.

3. 연구결과

3.1 연구대상자의 일반적 특성

본 연구에 참여한 대상자의 일반적인 특성은 Table 1과 같다. 참여 학과는 24개였고, 자연과학계열 79명(38.9%), 보건계열 65명(32.0%), 사범계열 12명(5.9%), 인문사회계열 47명(23.2%)이었으며, 1학년 61명(30%), 2학년 59명(29.1%), 3학년 41명(20.2%), 4학년 42명(20.7%)이었다. 음주는 '마시지 않는다'가 36명(17.7%), 식사시간은 10~15분미만이 87명(42.9%), 15~20분미만이 60명(29.6%), 5~10분미만이 38명(18.7%) 순이었다. 식사습관은 '불규칙'이 140명(69.0%), '폭식'이 15명(7.4%)이었다<Table 1>.

3.2 생활 스트레스 정도

생활 스트레스는 Table 2와 같다. 생활 스트레스 평균 평점은 0.72점이었다. 하위영역인 학업스트레스는 1.28점

으로 가장 점수가 높았고 그 다음은 취업 스트레스로 1.27점이었으며 가장 점수가 낮은 항목은 교우 스트레스로 0.24점 이었고 그 다음은 이성 스트레스로 0.31점 이었다<Table 2>.

<Table 1> General Characteristics

Characteristics	Catergories	n (%) or M±SD
Age (year)	(range:19~28)	20.4±1.49
Major Department	Natural Science	79 (38.9)
	Health Science	65 (32.0)
	Education	12 (5.9)
	Human Society	47 (23.2)
Grade	Grade 1	61 (30)
	Grade 2	59 (29.1)
	Grade 3	41 (20.2)
	Grade 4	42 (20.7)
Drinking	yes	167 (82.3)
	no	36 (17.7)
Meal time	<5min	5 (2.5)
	5~10min	38 (18.7)
	10~15min	87 (42.9)
	15~20min	60 (29.6)
	>20min	13 (6.3)
Dietary habit	regular	30 (14.8)
	irregular	140 (69.0)
	binge	15 (7.4)
	eat only what one wants	6 (3.0)
	watching or book	12 (5.9)

<Table 2> Mean Scores of Life Stress

Categ ories	Futu re	Love r	Econ omy	Fami ly	Frie nd	Facul ty	Valu e	Stud y	Total
Mean	1.27	0.31	0.95	0.42	0.24	0.50	0.77	1.28	0.72
Raking	2	7	3	6	8	5	4	1	

3.3 일반적 특성에 따른 생활 스트레스 차이

일반적 특성에 따른 생활 스트레스를 비교한 결과는 Table 3과 같다. 계열에 따라서는 자연과학계열이 보건계열보다 취업스트레스 정도가 높았고(F=4.65, p<.01), 보건계열이 인문사회계열보다 학업스트레스 영역에서 유의하게 높게 나타났다(F=3.51, p<.05). 학년에 따라서는 교우 스트레스 영역에서 유의한 차이를 보였고(F=3.54, p<.05), 음주여부에 따라서는 이성 스트레스 영역(t=2.12, p<.05)에서, 식사시간에 따라서는 전체 스트레스 영역(F=3.20, p<.05)과 가치 스트레스 영역(F=5.48, p<.00)에서, 식사습관에 따라서는 교우 스트레스 영역(F=4.74, p<.01)에서 유의한 차이가 나타났다<Table 3>.

<Table 3> Differences in Life Stress by General Characteristics of Participants

Characteristics	Categories	Future		Lover		Economy		Family		Friend		Faculty		Value		Study		Total	
		M±SD	t or F (Sch effe)	M±SD	t or F (Sch effe)	M±SD	t or F (Sch effe)	M±SD	t or F (Sch effe)	M±SD	t or F (Sch effe)	M±SD	t or F (Sch effe)	M±SD	t or F (Sch effe)	M±SD	t or F (Sch effe)	M±SD	t or F (Sch effe)
Major Department	Natural Science	1.51±0.82		0.30±0.48		1.03±0.88		0.34±0.52		0.28±0.44		0.53±0.58		0.78±0.69		1.21±0.60		0.75±0.41	
	Health Science	1.06±0.69	4.65**	0.31±0.69	2.51	0.87±0.71	0.50	0.48±0.62	1.37	0.24±0.36	1.00	0.58±0.64	1.15	0.78±0.66	0.44	1.47±0.65	3.51*	0.72±0.38	0.91
	Education	1.21±0.51	a>b	0.71±0.80		0.96±0.64		0.60±0.52		0.08±0.19		0.44±0.62		0.92±0.68		1.44±0.64	b>d	0.80±0.33	
	Human Society	1.19±0.74		0.22±0.34		0.93±0.76		0.42±0.52		0.21±0.34		0.38±0.54		0.69±0.57		1.12±0.09		0.64±0.34	
	Grade1	4.67±2.95		1.17±2.79		3.87±3.20		1.95±2.47		1.16±1.57		1.70±2.42		3.87±3.27		5.26±2.73		23.65±13.87	
Grade	Grade2	4.76±2.84	1.55	1.64±2.20	1.26	3.49±3.10	0.34	1.75±2.37	0.70	0.63±1.05	3.54*	2.17±2.50	1.12	4.12±3.43	0.72	5.24±2.47	0.30	23.80±11.90	0.09
	Grade3	5.44±3.36		0.78±1.41		3.76±3.43		1.39±1.84		1.44±2.12	c>b	2.51±2.17		3.98±2.96		5.12±2.54		24.41±12.06	
	Grade4	5.81±3.22		1.17±2.02		4.12±2.94		1.45±1.89		0.60±1.19		1.81±2.36		3.19±3.29		4.81±2.55		22.95±12.74	
Drinking	yes	5.12±3.06	0.31	1.34±2.36	2.12*	3.82±3.22	0.31	1.72±2.30	0.69	0.99±1.59	0.85	2.11±2.26	1.15	3.99±3.18	1.62	5.16±2.52	0.63	24.29±12.32	1.42
	no	4.94±3.22		0.69±1.47		3.64±2.82		1.44±1.70		0.75±1.23		1.61±2.91		3.03±3.53		4.89±2.80		21.00±13.91	
Meal time	<5min	5.20±3.63		0.60±0.55		4.20±3.77		3.00±3.32		0.60±0.89		1.60±1.34		6.60±5.73		5.20±2.95		27.00±17.42	
	5~10min	5.55±3.09		1.47±1.97		4.08±2.99		2.00±2.97		1.26±1.69		2.74±2.95		5.45±3.98		6.08±2.60		28.63±14.65	
	10~15min	5.23±3.22	0.64	1.25±2.06	0.59	4.10±3.40	1.50	1.74±2.23	1.12	1.11±1.85	1.72	2.02±2.28	1.70	3.48±2.86	5.48***	5.10±2.64	2.18	24.05±12.51	3.20*
	15~20min	4.60±2.73		1.25±2.86		2.97±2.66		1.38±1.53		0.57±0.89		1.52±2.03		2.87±2.30		4.53±2.22		19.68±10.06	
	>20min	5.00±3.53		0.46±0.78		4.46±3.48		1.15±1.46		0.77±0.93		2.46±2.82		4.69±4.01		5.31±2.87		24.31±11.98	
Dietary habit	regular	4.70±3.56		0.77±1.45		2.93±2.53		1.77±2.53		1.23±1.45		2.50±2.69		2.83±2.84		5.37±2.53		22.10±12.84	
	irregular	5.33±2.87		1.35±2.40		3.83±3.11		1.61±2.05		0.67±1.18		2.06±2.47		3.94±3.23		5.21±2.68		24.00±12.16	
	binge	3.93±3.26	1.00	1.60±2.72	0.84	3.60±3.48	1.34	2.40±2.52	0.58	2.07±2.02	4.74**	1.33±1.40	0.91	4.20±3.86	0.86	4.74±2.43	0.54	23.87±16.97	1.40
	eat only what one wants	5.50±3.27		1.17±1.94		4.67±3.27		1.00±1.26		1.50±2.74		1.00±0.89		4.17±2.40		5.00±1.67		24.00±10.22	
	watching or book	4.50±3.83		0.50±0.90		5.25±4.20		1.58±3.12		1.75±2.73		1.83±1.95		4.25±4.09		4.25±1.82		23.92±14.40	

*p <.05, **p <.01, ***p <.001

3.4 보건실 이용 만족도

교내 보건실을 이용하는 동기는 약품이용 및 응급처치(50.2%)가 가장 많았고, 그 다음이 체지방 측정(36.5%)이었다. 보건실 이용 만족도에서는 ‘보통이다’가 36.9%, ‘만족한다’가 49.8%, ‘매우 만족한다’가 12.8%였고, 가장 만족스러운 항목에서는 무료투약(31.5%), 응급처치(18.2%), 비만프로그램(12.8%)순이었다. 교내 보건실 이용을 타인에게 추천할 의향을 묻는 질문에는 96.0%가 ‘그렇다’라고 응답하였다<Table 4>.

4. 논의

본 연구에서는 보건실 이용 여대생의 생활 스트레스 및 보건실 이용 만족도를 파악하여 교내 보건실의 효과적 운영을 위한 기초자료를 제시하고자 시도되었다.

본 연구에 참여한 여대생은 생활 스트레스 하위 영역 중 학업 스트레스와 취업 스트레스를 가장 많이 느꼈고 여대생을 대상으로 1994년[24], 1995년[25]과 2005년[26]에 실시한 연구들과 동일한 결과를 보여 시대가 변함에도 여대생들은 학업과 미래에 대한 스트레스를 가장 많

<Table 4> User Satisfaction

Details	Categories	N (%)
Motivation of Use	Medical Treatment	102 (50.2)
	Health Consultation	2 (1.0)
	InBody	74 (36.5)
	Application of BLS program	3 (1.5)
	Application of Obesity Care program	22 (10.8)
Degree of Satisfaction	Unsatisfactory	0 (0.0)
	Normal	75 (36.9)
	Satisfactory	101 (49.8)
	Very Satisfactory	26 (12.8)
	Non response	1 (0.5)
Most Satisfaction Item	Emergency Medical Treatment	37 (18.2)
	Free Administration	64 (31.5)
	Fist-ade kit Rental	23 (11.3)
	Obesity Care program	26 (12.8)
	BLS program	5 (2.5)
	Health Consultation	22 (10.8)
	Others	6 (3.0)
	Nothing	19 (9.4)
	Non response	1 (0.5)
	Intention of Recommend to others	YES
NO		6 (3.0)
Non response		2 (1.0)

이 받는 것으로 나타났다. 가장 점수가 낮은 항목은 교우 스트레스와 이성 스트레스로 남학생을 포함한 대학생을 대상으로 진행한 연구[27] 및 간호대학생을 대상으로 한 선행연구[28]와 같은 결과를 보였다.

본 연구에서 대상자들은 전공계열에 따라 하위 스트레스 영역에 차이를 보였는데 자연과학계열이 보건계열보다 취업스트레스 정도가 높았고, 보건계열이 인문사회계열보다 학업스트레스 영역에서 유의하게 높게 나타나 보건계열을 포함해 취업스트레스를 비교한 Oh[25]의 연구와 동일한 결과를 보였다. 학년에 따라서는 교우 스트레스 영역에서 유의한 차이를 보여 남녀대학생을 대상으로 한 Park의 연구[27]와 다른 결과를 보였는데 이는 남학생보다 여학생이 친구관계에서 스트레스를 더 받는다는 선행연구[6]의 결과로 미루어 볼 때 성별이 결과에 영향을 미쳤을 것으로 사료된다. 또한 2005년 여자대학교 여대생을 대상으로 스트레스를 조사한 연구[26]에서는 4학년이 가장 높게 나타났는데 이는 대상자가 속한 학교의 전공 계열별 교육과정 특성에서 오는 차이가 아닐까 사료된다. 이와 관련해 본 연구에서는 학년에 따른 전체 스트레스 정도는 차이가 없고 교우 스트레스에서 차이를 보였는데, 간호학과 학생을 대상으로 조사한 선행연구[29]에서는 3학년이 1학년보다 스트레스가 높게 나타났

고, 본 연구와 같은 도구를 사용해 물리치료학과 학생을 대상으로 조사한 선행연구[30]에서도 3학년의 스트레스 정도가 가장 높게 나타나, 조별로 묶여 실습을 시작하는 시기에 교우관계에 영향을 끼친 것으로 사료되며, 실제 본 연구 대상 대학의 83.3% 학과가 3학년에 실습교과를 시작하고 있어 결과에 반영된 것으로 생각된다. 흡연 여부에 따라서는 스트레스 정도에 차이가 없었는데 4년제 대학에서 여대생을 대상으로 한 Kang, Kim[31]의 선행 연구와 결과가 일치하고 이는 여대생들의 흡연 동기가 스트레스 이외의 이유와 관련되었을 수 있다고 생각된다. 아울러 본 연구에서는 음주여부에 따라서 이성 스트레스 영역에서 유의한 차이를 보였는데, 음주동기가 생활스트레스와 양의 상관관계가 있다는 선행연구[31] 결과와도 연관된다. 본 연구에서는 식사시간 및 식사습관에 따라서는 스트레스 정도를 비교하였는데 식사시간에 따라서는 전체 스트레스와 가치 스트레스 영역에서 유의한 차이를 보여 대상자가 식사시간이 짧을 수밖에 없는 스트레스 상황을 더 겪고 있어서일 것으로 사료된다. 식사 습관에 따라서는 교우 스트레스 영역에서 유의한 차이를 보였는데 선행연구 결과가 적어 단정 짓기는 힘들으나 교우관계가 원만한 경우 규칙적으로 함께 식사하는 데에 영향을 미친 것으로 생각되며, 근간의 대학 캠퍼스 내 ‘혼밥’ 등의 식사형태와 연관한 반복연구도 의미가 있을 것으로 사료된다.

본 연구에서 대학 보건실 이용 만족도는 ‘불만족’에 응답한 대상자가 없었고, 이는 2010년 20개 대학의 보건실 이용 학생을 대상으로 실시한 연구[20]에서 ‘불만족한다’는 응답률 19.9%와 비교해 긍정적인 결과였다. 또한 본 연구에서 향후 보건실 추천 의사에 96.0%가 ‘그렇다’라고 응답하였는데 이는 2010년 연구에서 향후 방문 의사를 묻는 항목에 ‘그렇다’로 응답한 비율 75.3% 보다 높게 나타나 성별에 따라 보건실 프로그램 운영에 반영할 필요가 있다. 이 밖에 주관식으로 보건실에 바라는 점을 묻는 항목에는 ‘체중관리 프로그램의 활성화’가 5명으로 가장 많아 선행연구에서 여대생의 참여의사가 가장 높았던 체중조절 프로그램에 대한 확대운영이 고려되어야 할 것으로 생각된다. 기타 의견에는 ‘보건실 프로그램 홍보 및 이용 정보를 SNS로 전달 해달라’, ‘의약품 1회 이용량을 늘려 달라’ 등이 있었다.

연구 결과에 제시되지 않았으나 여대생들이 건강관련 정보를 획득하는 경로로는 인터넷(37.1%)이 가장 많았

고, 다음이 TV (26.3%), 가족·친구(21.0%) 순으로 학보, 서적, 학교게시판이나 홈페이지를 통해 얻는 경우는 적어 선행연구(Park, 2004)에서와는 다른 결과를 나타내며, 향후 이러한 추세를 반영하여 정보제공의 방식이 바뀔 필요성이 있다.

대학생 대상 스트레스 관련 연구에서 건강증진 행위 정도가 높을수록 스트레스 증상 정도가 감소하였고 [32], 향기 흡입법을 통해 신체증상 및 상태불안, 스트레스를 감소 [33] 시킬 수 있었다. 이와 같이 제한된 자원으로 운영해야하는 대학 보건실에서 활용 가능한 수행전략들을 발굴하여 스트레스 감소 및 건강증진 서비스 향상을 도모해 나가야 하겠다.

2007년 실시한 대학생 건강조사결과 대학보건실 이용 경험율이 61.9%에 달하는 점 [20] 으로 미루어, 대학생의 스트레스 감소를 위한 대학보건실의 중요성 인식과 효과적 운영을 위한 방안이 모색되어야 할 것으로 사료된다.

본 연구는 일개 여자대학에 재학 중인 학생을 대상으로 실시하였으므로 본 연구 결과를 일반화하기에는 제한이 있다. 그러나 본 연구에서 여자대학이라는 차이와 대학 보건실 이용 만족도 결과를 바탕으로 대상자 맞춤형 건강증진사업의 필요성과 근거를 제시하였다. 본 연구의 제한점을 근거로 대상자를 확대하고 대상자 특성에 따른 교내 보건소의 융합적 운영이 필요하겠다.

5. 결론

본 연구는 보건실 여대생의 생활 스트레스와 보건실 이용 만족도를 알아보고자 실시하였고, 연구 결과 여대생의 생활 스트레스는 학업스트레스가 가장 높았고 그 다음은 취업 스트레스였으며, 교우 스트레스가 가장 낮게 나타났다. 일반적 특성에 따른 생활 스트레스는 전공 계열별, 음주여부, 식사시간 및 식사습관에 따라 하루 스트레스 영역에서 유의한 차이를 나타내 스트레스 하루 영역별로 감소시키는 전략을 다르게 세울 필요가 있다고 사료된다.

교내 보건실을 이용하는 동기는 약품이용 및 응급처치가 가장 많았고, 가장 만족스러운 항목에서는 무료투약, 응급처치, 비만프로그램 순이었다. 이상의 결과를 토대로 이용자 요구를 반영한 보건실의 활성화 및 융합적 관리가 필요할 것으로 사료되어 다음과 같이 제언한다.

첫째, 본 연구는 일 여대에 국한한 것이므로 좀 더 일반화시키기 위해서는 각 대학의 특성을 고려해 대상자를 확대한 반복연구가 요구된다.

둘째, 교내 보건실 만족도가 높았던 항목을 고려하여 이용자 특성에 맞춘 효과적인 보건실 운영을 위한 노력을 전개해 나가야 하겠다.

ACKNOWLEDGMENTS

This paper was supported by Kwangju Women's University.

REFERENCES

- [1] K. K. Chon, K. H. Kim, "Development of the Life Stress Scale for College Students : A Control Theory approach", The Korean journal of clinical psychology, Vol. 10, No. 1, pp. 137-158, 1991.
- [2] H. K. Chang, B. S. Yoon, S. K. Park, K. H. Chang, "A Study on Stress Factors of Yeungnam University Students", The Student Research, Vol. 22, No. 1, pp. 87-97, 1991.
- [3] Statistics Korea. 2012 Youth Statistics[Internet]. Daejeon: Author; 2012[cited 2012 May 2]. Available from: http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/3/index.board?bmode=read&aSeq=255362
- [4] E. H. Lee, "Life Stress and Depressive Symptoms among College Students: Testing for Moderating Effects of Coping Style with Structural Equations", The Korean Journal of Health FsydxAogy, Vol. 9, No. 1, pp. 25-52, 2004.
- [5] H. C. Choi, H. N. Oh, "A Research on the Actual Condition for Freshmen", Students Life Research, pp. 3-35, 2014.
- [6] Y. A. Shin, "A Study on Life Stress and Coping Pattern of University Students", Master's thesis, Cheongju University, Cheongju, South Korea, 1998.
- [7] Y. S. Kim, "A Study on Life Stress and Coping Style of College Students", Master's thesis, Daegu University, Daegu, South Korea, 2003.

- [8] K. H. Oh, "The Relationship between Life Stress and Physical/Mental Health among College Students", Master's thesis, Sahmyook University, Seoul, South Korea, 2009.
- [9] K. M. Yang, "The Effect of Self-Esteem and Depression on Smartphone Addiction among University Students", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 7, No. 1, pp. 113-123, 2016.
- [10] M. K. Choi, "Relationship of Multicultural Adolescents' Stress, Depression, Family Resilience and Internet Game Addiction", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 7, No. 1, pp. 205-210, 2016.
- [11] K. A. Jang, "Factors Affecting Clinical Competency of Dental Hygiene Students", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 6, No. 6, pp. 35-42, 2015.
- [12] J. W. Lee, K. H. Kang, "Study about the relationship between self-esteem, depression and stress of students according to school system", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 5, No. 4, pp. 69-74, 2014.
- [13] J. S. Lim, S. Y. Jang, H. J. Jang, J. Y. Jeong, K. H. Kang, "A Study on Stress and TMD Factors of University Student", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 2, No. 4, pp. 39-45, 2011.
- [14] Y. H. Kim, M. S. Yang, H. R. Park, "A Study on a Relationship Between University Students Life Stress and Suicidal Ideation", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13, No. 11, pp. 291-301, 2013.
- [15] E. Y. Chin, S. S. So, M. I. Lee, "Effect of Life Stress and Expression in College Students on Suidal Ideation", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13, No. 8, pp. 409-418, 2015.
- [16] E. J. Yoo, S. K. Kim, S. H. Juong, "A Study on Stress of College Life and Self-efficacy on Depression among Students from Beauty-related Colleges", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 11, No. 9, pp. 279-287, 2013.
- [17] H. O. Kim, Y. J. Koo, E. Park, "The influence on mental health of college students by their perceived stress, stress coping, perfectionism, and self esteem", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13, No. 2, pp. 257-266, 2015.
- [18] H. H. Kim, Y. S. Hwang, "The Analysis of Relationship between Developmental Assets, Stress and Risk Behaviors of University Students", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 12, No. 6, pp. 625-635, 2014.
- [19] Jihan Saber Raja Mahmoud, Ruth Topsy Staten, Lynne A. Hall, Terry A. Lennie, "The Relationship among Young Adult College Students' Depression, Anxiety, Stress, Demographics, Life Satisfaction, and Coping Styles", *Issues in Mental Health Nursing*, No. 33, pp. 149-156, 2012.
- [20] Y. B. Kim, C. M. Park, H. H. Kim, C. H. Han, "Health Behavior and Utilization of University Health Clinics", *The Journal of Korean Society for School Health Education*, Vol. 11, No. 1, pp. 79-91, 2010.
- [21] J. H. Kim, S. J. Kim, Y. H. Oh, "The Life Stress of the Students from Duksung Women's University", *Research Review*, Vol. 11, No. 1, pp. 37-50, 1996.
- [22] Y. S. Seo, M. S. Kim, "The Relationships between the Stress Perception, Coping and University Life Adjustment of Students in Different Major Fields", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 18, No. 1B, pp. 525-535, 2016.
- [23] D. S. Park, "The College Life Stress and the Procrastination: The Mediating Effects of Child Models", Master's thesis, Hallym University, Changwon, South Korea, 2013.
- [24] H. K. Jang, "A Study on Stress Factors of Female College Students-focused on Gwangju University Female Students", *Student Life Research*, pp. 37-43, 1994.
- [25] Y. H. Oh, "A holistic Approach to the Stress of the Students from Duksung Women's University", *Research Review*, pp. 35-51, 1995.
- [26] S. J. Shin, K. R. Shin, E. H. Kim, "Health promoting lifestyle, stress and depression in college women", *Nursing Science*, Vol. 17, No. 1, pp. 40-47, 2005.
- [27] H. J. Park, "A Stress on the types of life stress and stress coping style of college students", Master's thesis, Suncheon National University, Suncheon, South Korea, 2002.

- [28] Y. S. Song, "Stressful Life Events and Quality of Life in Nursing Students", The Journal of Korean Academic Science of Nursing Education, Vol. 87, No. 1, pp. 71-80, 2012.
- [29] N. H. Cha, "The Relationships between Stress and Health Locus of Control in Nursing College Students", Journal of East-West Nursing Research, Vol. 19, No. 2, pp. 177-185, 2013.
- [30] D. H. Kim, H. H. Paek, "Relationship of Life Stress to College Adjustment in Occupational Therapy Students", Journal of the Korea Entertainment Industry Association, Vol. 9, No. 2, pp. 279-288, 2015.
- [31] M. K. Kang, I. K. Kim, "Drinking Motivation, Daily Stress, and Problem Drinking Behavior of Female University Students", Journal of Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol. 15, No. 8, pp. 5053-5061, 2014.
- [32] K. S. Han, "Self Efficacy, Health Promoting Behaviors, and Symptoms of Stress among University Students", Journal of Korean Academy of Nursing, Vol. 35, No. 3, pp. 585-592, 2005.
- [33] M. K. Park, E. S. Lee, "The Effect of Aroma Inhalation Method on Stress Responses of Nursing Students", Journal of Korean Academy of Nursing, Vol. 34, No. 2, pp. 344-351, 2004.

저자소개

이진희(Jin-Hee Lee)

[정회원]



- 2002년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과(간호학 석사)
- 2009년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과(간호학 박사)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 광주여자대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 1. 간호관리, 2. 아동간호, 3. 다문화간호