

간호대학생의 가족기능, 건강지각, 자기효능감이 건강증진행위에 미치는 영향

The Effects of Family Function, Health Perception, and Self-efficacy on Health Promoting Behaviors of Nursing College Students

박동영*, 김미조**

구미대학교 간호학과*, 경민대학교 간호학과**

Dong-Young Park(buddy8255@naver.com)*, Mi-Jo Kim(mijo25@hanmail.net)**

요약

본 연구는 간호 대학생을 대상으로 건강증진행위 정도와 가족기능, 건강지각, 자기효능감 간의 관계를 파악하고 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위해 시도된 서술적 조사연구이다. 연구결과 가족기능, 건강지각, 자기효능감은 건강증진행위와 상관관계가 있었다. 회귀분석결과 가족기능, 건강지각, 자기효능감은 건강증진행위를 37.7% 설명하는 것으로 나타났다. 따라서 가족기능, 건강지각, 자기효능감이 간호 대학생의 건강증진행위를 수행하는데 영향을 미치는 중요한 요인으로 볼 수 있어 바람직한 건강증진행위를 증진시키기 위해서는 가족기능과 건강지각, 자기효능감을 고려한 건강교육프로그램을 개발하여 건강증진행위 실천을 높이도록 해야 할 것이다. 후속 연구에서는 조사대상을 확대하여 연구할 필요가 있으며, 이러한 연구결과를 토대로 간호 대학생들의 건강증진을 위한 프로그램을 개발하여 적용한 후 그 효과를 검증하는 연구가 필요하다.

■ 중심어 : | 간호대학생 | 가족기능 | 건강지각 | 자기효능감 | 건강증진행위 |

Abstract

This is a descriptive research study aimed to investigate the relationship between health promoting behaviors, and some factors such as family function, health perception, and self - efficacy of nursing college students and identify the factors affecting health promoting behaviors. Results showed that family function, health perception, and self - efficacy were correlated with health promoting behaviors. Regression analysis showed that family function, health perception, and self - efficacy seemed to explain 37.7% of health promoting behaviors. Thus, as family function, health perception, and self-efficacy are important factors that affect health promoting behaviors of nursing college students, it is necessary to develop a health education program considering family function, health perception, and self-efficacy to promote desirable health promoting behaviors. In the follow-up study, it is necessary to expand the study subjects and the results of such studies should be applied to the development of programs aimed at promoting the health of nursing college students, and further studies should be conducted to verify the effectiveness of those programs.

■ keyword : | Nursing Students | Family Function | Health Perception | Self-efficacy | Health Promoting Behaviors |

1. 서론

1. 연구의 필요성

의료기술의 발달과 경제수준의 향상으로 건강과 삶의 질에 대한 관심이 고조되면서 현대인들의 건강에 대한 관심은 급속한 사회 변화와 함께 다양해지고 있다. 질병관리의 개념도 질병 치료나 예방 위주의 개념에서 최근에는 건강의 유지·증진이라는 질적인 개념으로 전환되고 있어 개인이 가진 건강 잠재력을 발휘할 수 있도록 건강증진을 위한 지식 습득과 바람직한 생활습관을 유지하고 실천하는 것이 강조되고 있다. 사회가 산업화, 도시화됨에 따라 사람들은 각종 재해나 사고 발생 위험에 노출되고 있으며, 운동부족과 스트레스 등 건강 위험요인의 증가로 질병에 걸릴 가능성이 높아지면서 건강위험요인을 사전에 예방하는 것이 더욱 중요하게 되었다. 따라서 수명을 연장하고 삶의 질을 향상시키기 위해서는 일상생활 속에서 생활양식 변화와 같은 건강행위를 실천하는 것이 필요하다. 선행연구에서는 건강관리 교육과 습관은 기본적인 건강상태가 좋고 활동적이며 자의식이 확립된 청년기에 이루어지는 것이 중요하다고 강조하고 있다[1]. 대학생들은 입시위주의 틀에 박힌 중·고등학교 생활에서 벗어나 대학생으로서의 자율과 독립성이 강조된 생활에서 휴면과 음주에 쉽게 노출되며, 무절제한 수면과 식사로 생활리듬이 깨지고 불규칙해지는 등 건강상태나 건강행위 측면에서 많은 취약점을 가지고 있다[2]. 또한 사망률이나 질병의 이환율이 비교적 낮은 집단으로 건강에 대해 자신감을 가지고 있어 건강증진행위를 하지 않고 있다[3]. 특히, 간호 대학생들은 대학생들이 경험하는 다양한 스트레스와 더불어 타 학과 학생들에 비해 과도한 시험과 과제, 임상실습을 하는 동안 겪게 되는 스트레스, 환자의 죽음에 대한 상실감과 응급상황에 대처할 수 있는 지식 및 능력의 결핍 등 간호학자가 가지고 있는 특수성으로 인해 많은 스트레스에 노출되고 있다[4]. 이러한 임상실습 스트레스들이 해소되지 않고 축적되었을 때 학교생활 및 자신의 건강을 해칠 수 있으며 건강증진행위에 참여할 수 있는 기회조차 잃을 수 있다[5]. 이처럼 대학생들은 건강상태나 건강행위 측면에서 많은 취약

점을 가지고 있는데 실제로 선행연구에서는 대학생의 건강증진행위가 성인들에 비해 낮은 수준으로 보고되고 있다[6][7]. 대학생들의 부적절한 식습관이나 건강관리는 성인기 전반의 건강과 미래의 부모로서 자녀의 건강실천에도 중요한 만큼 대학생들의 건강에 대한 인식과 건강증진행위를 바르게 확립하는 것은 매우 중요하다. Pender는 건강증진과 관련된 모형에서 건강증진행위의 결정인자로서 인지지각요인이 미치는 영향이 크다고 강조하며, 인지지각을 변화시켜 건강증진행위를 촉진할 수 있다고 하였다[8]. 또한 가족의 기능이 육체적 생존을 안전하게 하는 기능과 가족구성원 간의 애정적 결속을 통해 가족 개개인의 자아개념 형성과 성격 역할에 대한 자아의식, 사회적 책임감 및 학습의 발달에 주요한 영향을 미치는 것으로 보고하였다[9]. 부모들은 자녀의 신체적, 정신적 건강과 안전을 도모하며 정서적 안정을 촉진하고, 건강증진행위를 만드는 신념과 태도 형성에 영향을 준다[10]. 또한 개인은 가족의 건강에 대한 인식과 행동에 영향을 받기 때문에 가족은 개인의 건강행위에 중요한 요인으로[11] 건강행위와 건강한 생활습관 형성에 많은 영향을 미치고 있다. 선행연구에서 대학생의 건강증진행위에 대한 연구결과 대학생은 전반적으로 건강증진행위 수행정도와 건강증진 생활양식 이행정도가 낮고[12] 생활습관과 관련된 질환에 대한 관심과 지식정도가 낮으며 건강증진행위 및 건강지각도 바람직하지 못한 것으로 나타났다[13]. 이러한 결과를 근거로 볼 때 건강지각과 가족기능은 건강증진행위와 관련이 있을 것으로 사료된다. 선행연구[5][14-16]의 건강지각과 가족기능에 대한 연구와 간호사를 대상으로 한 [17]의 연구가 있지만 아직까지 건강증진행위와 관련하여 건강지각, 가족기능, 자기효능감에 대한 통합적 연구는 부족한 실정이다. 간호사의 역할을 수행하기 위해 필요한 지식과 기술을 습득하고 다양한 간호 상황에 적용해야 하는 이론교육과 임상교육을 병행하는 간호 대학생에게 있어 건강증진행위는 매우 중요하다. 따라서 건강관리자로서의 역할을 담당하게 될 간호 대학생의 건강상태와 건강증진행위에 대한 연구가 필요한 실정이다. 이에 본 연구는 간호 대학생의 건강증진행위에 영향을 미치는 주요 요인들을 살펴

보고 이를 토대로 관련 요인들 간의 인과관계를 규명하고자 한다. 또한 향후 간호 대학생들의 건강증진을 위한 교육프로그램 개발과 건강증진행위 수행을 높이기 위한 중재방안을 모색하는데 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 간호대학생의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 파악하여 건강증진행위를 향상시키기 위한 프로그램 개발의 기초자료를 제공하기 위한 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 간호대학생의 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위정도를 파악한다.
- 간호대학생의 일반적 특성에 따른 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위의 차이를 파악한다.
- 간호대학생의 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위 간의 상관관계를 파악한다.
- 간호대학생의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 간호대학생의 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위 정도를 파악하고 상관성을 확인하며 건강증진행위에 영향을 주는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집절차

본 연구는 2016년 12월 1일부터 10일까지 D시와 K시에 소재한 3개 대학의 학기 중 임상실습을 시행하고 있는 3년제 간호학과 2, 3학년 학생들 중 본 연구의 취지와 목적을 이해하고 연구 참여 동의서에 서명하고 자발적으로 연구에 참여한 180명을 대상으로 하였다. 총 180부의 설문지를 배포하였으며 회수된 설문지 중 일

부 응답이 누락된 문항이 있는 3부를 제외한 177부를 최종결과 분석에 사용하였다. 본 연구에서 필요한 대상자 수는 G*Power 3.1.3 프로그램을 이용하여 검정력 .90, 다중회귀분석 시 유의수준 .05, 효과크기 .15, 독립변수 3개로 설정하였을 때 최소 표본 수는 99명인 것으로 나타났다[18]. 이에 본 연구에서 사용된 177명의 대상자 수는 충분한 것으로 파악되었다.

3. 연구도구

3.1 가족기능

사회기본 구성단위로서 가족이 수행하는 기본적인 기능을 의미하며[19] 본 연구에서는 Olson 등이[20] 개발한 가족 결속력 및 적응력의 평가도구 (Family Adaptability Cohesion Evaluation Scale: FACES-III)를 사용하여 측정된 점수를 말한다. 이 도구는 결속력 10문항, 적응력 10문항으로 총 20문항을 구성되었으며, 각 문항에 대하여 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '항상 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 가족기능이 좀 더 기능적임을 의미한다. 도구개발 당시 신뢰로는 Cronbach's α 는 .78이었고 본 연구에서는 Cronbach's α 는 .89이었다.

3.2 건강지각

건강지각은 개인의 건강에 대한 주관적인 평가를 말하며[21], 본 연구에서는 Northern Illinois University(1956)에서 개발한 지각된 건강상태 측정도구(Health Self Rating Scale)를 [22]이 번역한 도구를 사용하여 측정된 점수를 말한다. 이 도구는 총 4문항으로 구성되었으며 3문항은 3점 척도, 1문항은 5점 척도로 점수가 높을수록 지각된 건강상태가 좋음을 의미한다. 도구개발 당시 신뢰도는 Cronbach's α 는 .79이었고 본 연구에서는 Cronbach's α 는 .74이었다.

3.3 자기효능감

자기효능감은 개인이 결과를 얻는데 필요한 특정 행동을 성공적으로 수행할 수 있는 자신감의 지각정도 [23]를 의미하며, 본 연구에서는 [24]이 개발하고 [25]이

번역한 SES(Self-Efficacy Scale) 도구를 사용하여 측정된 점수를 말한다. 이 도구는 총 23문항으로 구성되었으며 '전혀 아니다' 1점에서 '아주 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. 도구개발 당시 신뢰로는 Cronbach's α 는 .86이었고 본 연구에서는 Cronbach's α 는 .85이었다.

3.4 건강증진행위

생활양식의 구성요소가 되는 지속적인 활동으로 더 높은 수준의 건강상태에 도달하기 위하여 능동적으로 환경에 반응하는 것으로 안녕수준 뿐만 아니라 자아실현, 자기성취를 증진시키기 위한 행위를 말한다[26]. 본 연구에서는 [27]이 개발한 Health Promotion Lifestyle Profile(HPLP)을 [28]이 수정한 도구를 사용하여 측정된 점수를 말한다. 이 도구는 자아실현 11문항, 건강책임 10문항, 운동 5문항, 영양 7문항, 대인관계지지 7문항, 스트레스 관리 7문항으로 총 47문항으로 구성되었으며 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점으로 점수가 높을수록 건강증진행위의 실천 정도가 높음을 의미한다. 도구개발 당시 신뢰로는 Cronbach's α 는 .90이었고 본 연구에서는 Cronbach's α 는 .93이었다.

4. 자료분석 방법

본 연구의 자료분석은 SPSS WIN 22.0 program을 이용하여 다음과 같은 방법으로 통계처리 하였다.

- 대상자의 일반적 특성은 기술적 통계량을 이용하였다.
- 일반적 특성에 따른 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위의 차이를 알아보기 위해 독립표본 t 검정, ANOVA를 이용하여 분석하였다.
- 변수간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient를 구하였다.
- 건강증진행위에 영향을 주는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 연령분포는 20세에서 30세까지 분포되었으며 20세가 71.2%로 가장 많았고 21-22세 11.9%, 23-24세 10.1% 순으로 나타났다. 경제 상태는 '중'이 76.3%가 가장 많았고 주거형태는 가족이 57.7%, 기숙사 32.2% 순이었으며, 흡연유무는 '아니오' 라고 응답한 경우가 93.2%, 음주유무는 '예'라고 응답한 경우가 60.5%로 나타났다. 또한 운동은 '가끔한다' 44.1%, '주 1-2회' 27.1%, '전혀하지않는다' 20.3% 순으로 나타났다[표 1].

표 1. 일반적 특성 (N=177)

Characteristics	Categories	N	%
성별	남	35	19.8
	여	142	80.2
나이	20세	126	71.2
	21-22세	21	11.9
	23-24세	18	10.1
	25세 이상	12	6.8
경제 상태	상	15	8.4
	중	135	76.3
	하	27	15.3
주거 형태	가족	102	57.7
	기숙사	57	32.2
	자취	13	7.3
	친척	5	2.8
흡연	예	12	6.8
	아니오	165	93.2
음주	예	107	60.5
	아니오	70	39.5
운동	전혀하지않는다	36	20.3
	가끔한다	78	44.1
	주 1-2회	48	27.1
	주 3-4회	12	6.8
	주 5회 이상	3	1.7

2. 대상자의 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위 정도

가족 기능은 5점 만점에 평균 평점이 3.35점, 측정범위는 2.5-4.9점이었으며, 건강지각은 4점 만점에 평균 평점이 2.23점, 측정범위는 1.25-3.25점으로 나타났다. 자기효능감은 5점 만점에 평균 평점이 3.25점, 측정범위는 2.13-4.39점이었으며, 건강증진행위는 4점 만점에 평균 평점이 2.71점, 측정범위는 1.87-3.89점으로 나타났다[표 2].

표 2. 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위 정도 (N=177)

	Mean±SD	Min	Max
가족기능	3.35±.58	2.50	4.90
건강지각	2.23±.33	1.25	3.25
자기효능감	3.25±.47	2.13	4.39
건강증진행위	2.71±.39	1.87	3.89

3. 일반적 특성에 따른 주요변수의 차이 검정

일반적 특성에 따른 가족기능은 경제상태(F=9.94, p<0.05), 운동(F=4.85, p<0.05)에서 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 건강지각은 성별에서 유의미한 차이를 보였고(t=4.08, p<0.05) 자기효능감은 경제상태(F=5.65, p<0.05)와 운동(F=3.15, p<0.05)에서 유의미한 차가 있는 것으로 나타났다. 건강증진행위는 나이(F=3.02, p<0.05), 경제상태(F=3.63, p<0.05), 운동(F=2.22,

p<0.05)에서 유의미한 차이를 보였다[표 3].

4. 대상자의 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위 간의 상관관계

대상자의 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위의 상관관계는 다음과 같다. 가족기능은 건강지각(r=.205, p<0.05), 자기효능감(r=.220, p<0.05), 건강증진행위(r=.521, p<0.05)와 통계적으로 유의한 정적 상관관계를 보였다. 건강지각은 가족기능(r=.2015, p<0.05)과 건강증진행위(r=.317, p<0.05)와 상관관계를 보였고, 자기효능감은 가족기능(r=.220, p<0.05), 건강증진행위(r=.393, p<0.05)와 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 건강증진행위는 가족기능(r=.521, p<0.05), 건강지각(r=.317, p<0.05), 자기효능감(r=.393, p<0.05)과 상관관계가 있는 것으로 나타났[표 4].

표 3. 일반적 특성에 따른 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위

(N=177)

Characteristics	Categorie	Family function			Health perception			Self-efficacy			Health promoting behaviors		
		Mean	SD	t/F(p)	Mean	SD	t/F(p)	Mean	SD	t/F(p)	Mean	SD	t/F(p)
성별	남	3.45	.60	1.12	2.43	.294	4.08 (.004*)	3.29	.49	.62 (.064)	2.79	.48	1.31 (.57)
	여	3.33	.57		2.18	.325		3.24	.44		2.69	.37	
나이	20세	3.34	.61	1.92 (.128)	2.24	.61	.71 (.548)	3.20	.44	2.34 (.076)	2.69	.38	3.02 (.031)
	21-22세	3.57	.53		2.26	.53		3.45	.37		2.81	.47	
	23-24세	3.15	.32		2.12	.31		3.30	.48		2.57	.35	
	25세이상	3.43	.47		2.25	.47		3.33	.49		2.94	.55	
경제 상태	상	2.18	.22	9.94 (.001)	3.60	.67	.70 (.49)	3.41	.44	5.65 (.004)	2.83	.52	3.63 (.028)
	중	2.25	.33		3.40	.54		3.29	.44		2.73	.37	
	하	2.18	.40		2.94	.54		3.01	.43		2.54	.40	
주거 형태	가족	3.38	.58	1.16 (.328)	2.24	.30	1.42 (.240)	3.22	.43	.67 (.569)	2.70	.40	.42 (.736)
	기숙사	3.34	.56		2.26	.39		3.25	.48		2.69	.38	
	자취	3.34	.64		2.09	.28		3.36	.43		2.82	.41	
	친척	2.89	.58		2.05	.33		3.44	.50		2.71	.28	
흡연	예	3.27	.083	-.44 (.664)	2.28	.28	.42 (.674)	3.22	.51	-.25 (.806)	2.74	.65	.26 (.796)
	아니오	3.36	.56		2.23	.34		3.25	.44		2.71	.37	
음주	예	3.32	.60	-.74 (.455)	2.24	.33	.33 (.742)	3.23	.49	-.61 (.540)	2.73	.40	.62 (.54)
	아니오	3.39	.55		2.22	.34		3.27	.39		2.69	.37	
운동	전혀하지않는다	3.12	.55	4.85 (.001)	2.15	.31	2.12 (.065)	3.15	.40	3.15 (.01)	2.54	.38	2.22 (.045)
	가끔한다	3.43	.58		2.20	.31		3.20	.43		2.71	.33	
	주 1-2회	3.25	.42		2.17	.32		3.20	.34		2.56	.38	
	주 3-4회	3.39	.66		2.30	.37		3.46	.54		2.80	.44	
	주 5회 이상	3.37	.44		2.52	.34		3.36	.41		3.03	.35	

*p<.05

표 4. 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위 간의 상관관계 (N=177)

	가족 기능	건강 지각	자기 효능감	건강증진행위
가족기능	1			
건강지각	.205**	1		
자기효능감	.220**	.146	1	
건강증진행위	.521**	.317**	.393**	1

*p<.05

5. 건강증진행위에 영향을 미치는 요인

건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하기 전 독립변수들 간의 다중공선성 검증을 실시한 결과, VIF값은 1.056~1.086으로 나타나 다중공선성의 문제는 없는 것으로 확인되었다. 설정할 모형의 가정을 충족하기 위한 잔차들의 정규성 분포여부를 확인하는 Durbin-Watson은 2에 가까울수록 모형의 적합성을 확인 할 수 있는데 분석결과, 2에 가까운 1.779로 값이 확인되었다. 따라서 본 연구의 분석에 사용된 자료는 회귀분석에 적절한 것으로 나타났다. 건강증진행위를 종속변수로 두고 상관관계가 있는 것으로 나타난 가족기능, 건강지각, 자기효능감을 독립변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과 설명력은 37.7%(adj.R²=.377)이고, 모형은 유의 수준 5%에서 통계적으로 유의하게 나타났다(F=36.44, p<0.001). 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 살펴보면, 가족기능(t=6.80, p<0.001), 자기효능감(t=4.45, p<0.001), 건강지각(t=3.11, p<0.001)순으로 나타났다[표 5].

표 5. 건강증진행위에 영향을 미치는 요인 (N=177)

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p
	B	Std. Error	Beta		
가족기능	.286	.042	.422	6.80	.012 (000)
건강지각	.224	.072	.191	3.11	.002
자기효능감	.239	.054	.273	4.45	.016 (000)
adj. R ² =.377, F=13.61 (*p<.001)					

IV. 논의

본 연구는 일 지역의 간호 대학생을 대상으로 가족기능, 건강지각, 자기효능감, 건강증진행위 정도와 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 시도되었다. 본 연구에서 조사대상자의 건강증진행위는 평균 평점이 2.71점으로 나타났는데, 간호 대학생을 대상으로 본 연구와 동일한 측정도구를 사용한 [5]의 3.34점보다 낮았고 [29]의 2.7점보다 다소 높게 나타났다. 이러한 결과는 학기 중 이론수업과 임상실습을 병행하는 교육과정 속에서 임상실습은 1일 8시간 병원이라는 낮은 환경에서 초번과 낮번 근무의 업무시간 적용, 환자간호에 대한 책임감과 두려움, 학교에서 배운 이론들을 간호 상황에 적용하는 어려움, 과도한 시험과 과제, 그리고 임상실습 동안 겪게 되는 많은 스트레스들로 건강증진행위를 실천할 수 있는 기회가 부족한 것으로 생각된다. 따라서 간호 대학생의 건강증진행위 점수가 낮게 나타난 점은 주목할 필요가 있으므로 간호 대학생들의 임상실습 스트레스를 감소시키기 위한 교육프로그램을 개발하여 대학생활에 잘 적응하고 자신의 건강증진행위를 할 수 있도록 지지하는 것이 필요하다고 생각한다.

일반적 특성에 따른 건강증진행위는 나이, 경제상태, 운동에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생을 대상으로 한 [30]의 연구에서 나이, 운동에서 유의한 차이가 있었고, [27][31]의 연구와 고등학생을 대상으로 한 [32]의 연구에서는 경제 상태에서 건강증진행위에 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으나 20대 여성을 대상으로 한 [33]의 연구에서는 나이, 경제 상태는 유의한 차이가 없는 것으로 나타나 본 연구의 결과와 상반된 결과를 보여 추후 간호 대학생을 대상으로 반복연구를 통해 확인해 보는 것이 필요하다. 가족기능, 자기효능감, 건강지각은 간호 대학생의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인으로 파악되었으며, 이들 변수는 간호 대학생의 건강증진행위를 37.7% 설명하였다. 이 중 가족 기능이 가장 큰 영향을 주는 요인으로 나타났는데 이러한 결과는 가족기능은 가족이 수행하는 역할과 행위가 가족구성원의 욕구충족에 영향을 주어 일어나는 것으로 가족기능이 적절한 경우 구성원

간의 갈등 상황에 잘 대처하여 가족 구성원들의 정신적, 정서적 건강의 중요한 근원이 된다[34]는 것을 반영한 것이라 생각된다. 또한 가족으로부터 받은 정서적 지지, 정서적 유대감이 건강증진행위에 영향을 미치는 것이라 생각한다. 선행연구에서도 중년여성을 대상으로 한 [35]의 연구결과와 장애아동 어머니를 대상으로 한 [36]의 연구에서도 가족기능은 웰니스에 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하고 있다. 따라서 가족 구성원의 건강과 건강증진행위는 가족 기능에 의해 영향을 받는다고 볼 때 가정에서 건강증진행위를 촉진하는 신념과 태도 및 건강과 관련된 기술들을 습득한다면 대학생 및 개인의 성장에 도움이 될 수 있을 것으로 사료된다.

자기효능감은 건강증진행위에 설명력이 있는 것으로 나타났는데 이러한 결과는 [5][16][37]의 연구결과와 일치하였으며, [38]의 연구에서도 자기효능감은 건강습관과 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 자기효능감은 개인의 전체적인 수행능력에 대한 믿음에서 초래하는 것으로[39] 과제 상황이나 예기치 못한 긴장을 다루기 위하여 요구되는 특별한 행동을 수행하는 자신의 능력에 대한 개인적인 평가이며, 개인이 특별한 행동을 잘 조직하고 수행할 수 있다는 개인의 인지적 판단이라고 하였다[40]. 본 연구에서 대상자의 자기효능감 점수는 평균 3.25점으로 나타났는데, 이는 간호 대학생과 일반 대학생의 자기효능감을 비교한 [41]의 연구에서 간호 대학생 2.73점, 일반 대학생 2.74점 보다 낮게 측정되었다. 이는 임상실습에 적응이 미숙한 2, 3학년의 간호 대학생들에게 실습과제부담과 대상자 문제 해결에 대한 자신감 저하, 다양한 인간관계로 인한 의사소통에 대한 부담감 증가로 자기효능감이 낮아진 것으로 사료된다. 자기효능감은 개인의 건강증진행위에 중요한 영향을 미치는 것으로 보고되었으며, 개인이 원하는 결과를 얻기 위해 필요한 행위를 성공적으로 수행할 수 있다는 믿음인 동시에 알면서도 행하지 않는 이유를 설명해 주는 중요한 변수이기도 하다. 따라서 간호 대학생들의 자기효능감을 높이기 위해 임상실습 전 의사소통 기술과 스트레스 대처 능력을 향상시킬 수 있는 프로그램 개발이 필요하다.

건강지각은 건강증진행위에 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이러한 결과는 대학생들을 대상으로 한 [15][29]의 연구결과와 일치하였으며, 간호사를 대상으로 한 [17]의 연구와도 일치하였다. [42]는 건강에 대한 책임은 개인에게 있으며, 개인적 지각, 인구학 요인 및 대인관계 요소가 개인의 건강증진행위를 결정하는 요인으로 이 중 개인적 지각의 한 부분으로 지각된 건강상태는 개인의 건강행위를 증진시킬 수 있는 요인이라고 하였다. 따라서 간호 대학생들은 예비간호사로서 임상현장에서 건강문제를 사정하고 관리해야 할 책임이 있으므로 자신의 건강에 대한 지각과 동기가 선행되어야 할 것이다. 본 연구결과를 통해 가족 기능, 자기효능감, 건강지각이 간호대학생의 건강증진행위에 영향을 주는 요인으로 파악되었으며, 간호대학생의 건강증진행위를 증진시키기 위해 가족기능과 건강지각, 자기효능감을 향상시킬 수 있는 건강증진 프로그램을 개발하여 그 효과를 검증하는 것이 이루어져야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 건강증진행위 정도를 파악하고 가족 기능, 건강지각, 자기효능감과의 관계를 분석하여 간호대학생의 건강증진행위를 향상시키기 위한 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 시도되었다. 본 연구대상자의 건강증진행위 정도는 4점 만점에 평균 평점이 2.71점 중간 수준 이상으로 건강증진 행위를 수행하고 있는 것으로 나타났고 나이, 경제상태, 운동에서 유의한 차이가 있었다. 또한 가족 기능, 건강지각, 자기효능감과 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과, 가족 기능, 자기효능감, 건강지각이 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이상의 연구에서 가족 기능, 건강지각, 자기효능감이 간호대학생의 건강증진행위를 수행하는데 영향을 미치는 중요한 요인으로 볼 수 있어 바람직한 건강증진행위를 증진시키기 위해서는 가족 기능과 건강지각, 자기효능감을 고려한 건강교육프로그램을 개발하여 건강증진행위

실천정도를 높이도록 해야 할 것이다.

본 연구의 제한점은 조사대상이 일지역의 간호 대학생으로 제한되어 있어 연구결과를 일반화하는데 한계가 있으므로 후속 연구에서는 조사지역을 확대하여 연구할 필요가 있다. 또한 연구결과를 토대로 간호 대학생들의 건강증진을 위한 프로그램을 개발하여 적용한 후 그 효과를 검증하는 연구가 필요하다.

참고 문헌

- [1] E. K. Yoo, M. H. Kim, and T. K. Kim, "A Study of the Relationship Among Health Promoting Behaviors, Climacteric Symptoms and Depression of Middle-Aged Women," *Journal of Korean Academy of Nursing*, Vol.29, No.2, pp.225-237, 1999.
- [2] S. Y. Joe, I. S. Lee, Y. L. Ham, and J. H. Kim, "Factors Leading to Health Promotion Behavior among the Students in a Nursing School of a University - based on the SAT-," *J Korean Acad Soc Nurs Edu*, Vol.12, No.1, pp.78-85, 2006.
- [3] K. A. Park and M. R. Song, "Factors that Influence Nursing Image Perceived by College Students," *Journal of Korean Academy of Nursing*, Vol.3, No.4, pp.137-157, 2001.
- [4] J. S. Lee, J. A. Yoon, and K. J. Don, "Effectiveness of Enneagram Group Counseling for Self-identification and Depression in Nursing College Students," *Journal of Korean Academy of Nursing*, Vol.43, No.5, pp.649-657, 2013.
- [5] J. W. Oh and Y. S. Moon, "A Predictive Model of Health Promotion Behavior in Nursing Students," *Journal of Digital Convergence*, Vol.12, No.10, pp.391-403, 2014.
- [6] M. Y. Chon, M. H. Kim, and C. M. Cho, "Predictors of Health Promoting Lifestyles in Korean Undergraduate Students," *J. of Korean Society for Health Education & Promotion*, Vol.19, No.2, pp.1-13, 2002.
- [7] H. S. Park and G. E. Yi, "Health Promoting Behavior of College Students," *J. of Korean Community Nursing*, Vol.10, No.2, pp.347-361, 1999.
- [8] H. J. Kim and S. N. Yoon, *Community Health Nursing*, Soomoonsa, 1998.
- [9] J. S. Chung, *Effect of Family Cohesion and Parent-Adolescent's Communication Style on The High School Student's Self-efficacy and Career Development*, Unpublished master's thesis, Kangnam University, 2009.
- [10] M. K. Sim, "The Effect of Self Esteem, Family Functioning, Social Support on Health Promotion Behavior in Adolescents," *Journal The Academic Society of Parent-Child Health*, Vol.8, No.1, pp.64-74, 2006.
- [11] T. U. Kim, S. N. Yang, J. H. Choi, S. R. Kim, and H. J. Koh, "The Relation of Health-Related Behaviors and Family Function in Adolescents," *Journal of the Korean Academy of Family Medicine*, Vol.26, No.1, pp.9-14, 2005.
- [12] J. H. Kim, S. J. Kim, and Y. H. Park, "Factors Influencing Health Promoting Behavior of Women College Students," *Korean Society of Adult Nursing*, Vol.13, No.3, pp.431-440, 2001.
- [13] M. Y. Chon, M. H. Kim, and M. C. Chung, "Predictors of Health Promoting Lifestyles in Korean Undergraduate Students. *Korean Journal of Health Education and Promotion*," Vol.19, No.2, pp.1-13, 2002.
- [14] Y. S. Byeon and J. W. Oak, "The Relation between Perceived Health Status and Health-Promoting Behaviors in Female College Students," *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, Vol.19, No.4,

- pp.5715-5723, 2008.
- [15] S. J. Kim and E. Y. Jung, "A Relevance on Health Perception, Health Knowledge and Health Promotion Behavior of the University students," Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol.16, No.8, pp.5394-5403, 2015.
- [16] H. S. Park, G. E. Lee, and Y. L. Hong, "The Effect of Health Education on the Performance of Health Promoting Behavior in College Students," J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs, Vol.9, No.3, pp.239-254, 2000.
- [17] E. J. Yeun, H. J. Kim, and M. S. Jeon, "Factors Influencing Health Promoting Behavior among Hospital Registered Nurses-Mood States, Resourcefulness, and Health Perception," Journal of Korean Academy of Nursing Administration, Vol.17, No.2, pp.198-208, 2011.
- [18] F. Faul, E. Erdfelder, A. G. Lang, and A. Buchner, "G*Power 3: A Flexible Statistical Power Analysis Program for the Social, Behavioral, and Biomedical Sciences," Behavior Research Methods, Vol.39, No.2, pp.175-191, 2007.
- [19] Y. M. An and J. H. Kim, "Comparison of Maternal Self-esteem, Postpartal Depression, and Family Function in Mothers of Normal and of Low Birth-weight Infants," Journal of Korean Academy of Nursing, Vol.33, No.5, pp.580-590, 2008.
- [20] D. H. Olson, J. Portner, and Y. Lavee, *FACES III Family Social Science*, University of Minnesota. St, Paul Minnesota, 1985.
- [21] J. E. Ware and C. D. Sherbourne, "The MOS 36-item Short-Form Health Survey(SF-36): Conceptual Framework and item selection," Med Care, Vol.30, p.473, 1992.
- [22] H. J. Kim, *Determinants of Health-Promoting Behavior in the Elderly*, Unpublished master's thesis, Kemyung University, 1997.
- [23] J. O. Yu and B. Y. Cho, "The Effect of an Internet Community on Knowledge, Self-Efficacy and Self Care Behavior in Workers with Hypertension," Journal of Korean Academy of Nursing, Vol.35, No.7, pp.1258-1267, 2005.
- [24] M. Sherer, J. E. Maddux, B. Mercandante, S. Prentice-Dunn, B. Jacobs, and R. W. Rogers, "The Self-Efficacy Scale: Construction and Validation," Psychological Reports, Vol.51, No.2, pp.663-671, 1982.
- [25] H. Y. Hong, *Relationship of Perfectionism, Self-Efficacy and Depression*, Unpublished master's thesis, Ewha University, 1995.
- [26] N. J. Pender, *Health Promotion and Nursing*, Seoul, Korea, Korea University Institute of Nursing research, 1999.
- [27] S. N. Walker, K. R. Sechrist, and N. J. Pender, "The Health Promoting Lifestyle Profile: Development and Psychometric Characteristics," Nursing Research, Vol.36, No.2 pp.76-81, 1987.
- [28] Y. O. Suh, "Health Promoting Lifestyle, Hardiness and Gender Role Characteristics in Middle-Aged Women," Korean Society of Women Health Nursing, Vol.2, No.1, pp.119-134, 1996.
- [29] I. S. Park, R. Kim, and M. S. Park, "A Study of Factors Influencing Health Promoting Behaviors in Nursing Students," Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, Vol.13, No.2, pp.203-211, 2007.
- [30] H. J. Lee, "An Influencing Health Promoting Behavior of Perceived Health Status and Self-Efficacy according to major of College Students," Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol.15, No.2, pp.989-999, 2014.
- [31] K. S. Paek, "A study of Factors Influencing

Health Promoting Behavior in College Students,” J. of Korean Community Nursing, Vol.14, No.2, pp.232-241, 2003.

[32] E. A. Kim, *A study on the Relations of Health Promoting Daily Life Style and Self-Efficiency about boys high school Students*, Unpublished master’s thesis, Chungang University, 1999.

[33] A. L. Ha, *Self-Efficacy Feeling and Health-Promoting Behavior of Women in Their Twenties*, Unpublished master’s thesis, Kosin University, 2002.

[34] Y. J. Yoo, *Family science*, Shin Jung, 2004.

[35] H. K. Kim, S. O. Lee, and Y. S. Park, “A Study on the Relationship between Self-Efficacy, Family Functioning and Health Promotion Behavior of Middle Aged Women in Korea,” *Kongju Culture College*, Vol.26, pp.277-294, 1999.

[36] M. K. Kim and I. S. Kwon, “Influence of Self Esteem, Family Function and Social Support on Wellness of Mothers of Children with Disabilities,” *Child Health Nurs Res*, Vol.22, No.1, pp.1-10, 2016.

[37] S. Y. Min and K. S. Paek, “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*, Vol.18, No.4, pp.562-571, 2007.

[38] G. S. Kim, Y. H. Cho, J. S. Ra, and J. Y. Park, “Correlations among Self-Efficacy, Social Support Networks, and Health Behavior in Undergraduate Students,” *Journal of Korean Academy of Public Health Nursing*, Vol.22, No.2, pp.211-223, 2008.

[39] Y. R. Kim and H. H. Yoo, “An Examination of the Relationship Among Learners’ Self-Efficacy, Instructional Motivation and School life-Related

Coping,” *Humanities*, Vol.10, pp.93-115, 2002.

[40] Y. S. Park and I. C. Kim, “Self-Efficacy, Achievement Motivation Academic Achievement of Korean Students: Indigenous Psychological Analysis,” *The Korean Journal of Educational Psychology*, Vol.17, No.1, pp.37-54, 2003.

[41] S. Y. Lim, K. M. Kwon, Y. K. Jeong, and K. S. Han, “Comparison to Stress, Depression and Self-Efficacy between Nursing Student and the Other Major University Women Student,” *Korean Journal of Stress Research*, Vol.18, No.2, pp.119-124, 2010.

[42] N. J. Pender, *Health Promotion in Nursing Practice*, Third Edition, Appleton & Lange, Stamford, Connecticut, 1996.

저 자 소 개

박 동 영(Dong-Young Park)

정회원



- 2003년 2월 : 경북대학교 간호학과(간호학사)
- 2006년 8월 : 경북대학교 간호학과(간호학석사)
- 2012년 8월 : 경북대학교 간호학과(간호학박사)

▪ 2015년 9월 ~ 현재 : 구미대학교 간호학과 조교수
<관심분야> : 아동간호학

김 미 조(Mi-Jo Kim)

정회원



- 2003년 2월 : 경북대학교 간호학과(간호학사)
- 2006년 8월 : 경북대학교 간호학과(간호학석사)
- 2012년 2월 : 경북대학교 간호학과(간호학박사)

▪ 2013년 9월 ~ 현재 : 경민대학교 간호학과 조교수
<관심분야> : 아동간호학