

# 간호사의 여가활동 유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족도의 관계

노주란<sup>1</sup>, 최은아<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>부산성모병원, <sup>2</sup>대동대학교 간호학부

## Relationship of Job Stress and Job Satisfaction by Types of Nurses' Leisure Activities

Ju-Ran Noh<sup>1</sup>, Eun-A Choi<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Nurse, Busan St. Mary' Hospital, <sup>2</sup>Professor, Dept. of Nursing, Daedong college

요 약 본 연구의 목적은 간호사의 여가활동 유형을 분류하고 실증적 분석을 실시하여 여가활동 유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족도의 관계를 규명하기 위한 서술적 조사연구이다. 대상자는 B광역시, K시의 종합병원에 근무 중인 간호사를 대상으로 2017년 8월 1일부터 8월 15일까지 이루어졌다. 자료 분석은 빈도, 백분율, 평균과 표준편차, t-test, ANOVA, 상관관계로 분석하였다. 연구결과 직무스트레스는 중간보다 조금 낮았고 직무만족도는 중간보다 약간 높은 정도로 나타났다. 직무스트레스는 여가활동 유형 중 주당 여가활동 횟수와 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났으며 직무만족도는 여가활동 유형과 관계가 없는 것으로 나타났다. 결론적으로 간호사의 직무스트레스를 줄이기 위해서는 주당 여가활동 횟수를 증가시켜주는 방안이 필요하겠고, 광범위한 지역의 다양한 간호사를 대상으로 한 추후 연구가 필요하다.

주제어 : 간호사, 직무, 스트레스, 만족도, 여가활동 유형

**Abstract** The purpose of this study is to investigate the relationship of job stress and job satisfaction according to leisure activity type of nurses. The subjects were from August 1, 2017 to August 15, 2017 for nurses working in general hospitals in B, K city. Data were analyzed by frequency, percentage, mean and standard deviation, t-test, ANOVA, and Pearson's Correlation coefficient. Job stress was slightly lower than the middle level and job satisfaction was slightly higher than the middle level. Job stress was negative correlated with the number of leisure activities per week in types of leisure activity, and job satisfaction was not related. In conclusion, in order to reduce job stress of nurses, it is necessary to increase the number of leisure activities per week and further study is needed for various nurses in a wide area.

**Key Words** : Nurse, Job, Stress, Satisfaction, eisure activity type

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

소득 수준의 증가와 과학 기술의 발달로 과거와는 다르게 여가 활동에 참여함으로써 질 높은 생활을 영위하려는 현대인들이 증가하고 있다[1]. 일하고 남은 자유 시간에서 생리적 필수 시간을 제외하고 개인이 자기 뜻대

로 자유롭게 이용할 수 있는 시간을 여가시간이라고 하며[2], 이렇게 증가한 여가시간을 효율성 있게 보내면서 삶의 만족을 찾고자하는 추세는 계속 확산되고 있다 [3-5]. 현대인들은 다양한 여가활동에 참여함으로써 여러 가지 정신적 갈등과 피로를 개선할 수 있으며 또한 일과 삶에서 만족을 극대화시키거나 또는 자기 발전을 이루고자 하며[6] 노동을 통해 발생된 정신적, 육체적 피로를 여

\*Corresponding Author : Eun-A Choi(jjin05@daedong.ac.kr)

Received November 20, 2017

Accepted January 20, 2018

Revised December 26, 2017

Published January 28, 2018

가활동을 통해 풀고자 한다[7,8]. 이러한 여가활동의 긍정적인 역할은 교대근무를 하는 대다수의 간호사들에게도 예외는 아닐 것이다.

의료시장이 급변하고 있는 상황에서 조직의 성과를 결정짓는 간호사의 역할은 매우 중요하며 이들에 대한 효율적인 인적관리가 필요하고 이를 위한 체계적이고 구체적인 전략이 필요하다[9]. 간호사는 주로 대부분 병원에 근무하고 있으며 이들은 교대근무를 해야 하는 실정이다. 이러한 교대근무는 고정근무에 비해 더 많은 피로를 야기 시키고 수면의 질과 삶의 질 저하를 초래할 뿐 아니라 여가활동에도 많은 제약이 따르기 때문에 이에 대한 관리가 필요하다. 또한 간호사의 경우 여가활동은 근무시간 전, 후에 발생하는 불규칙한 시간에 이루어 질 수밖에 없으므로 적극적인 여가관리가 필요하며[10], 업무상 수많은 환자와 다양한 대상자들을 대면하면서 정신적 스트레스를 받게 되지만 적은 휴식시간과 의료행위의 수행과정에서 발생하는 신체적인 소진의 가능성이 어느 직업보다 높기 때문에[11] 간호사가 직무 수행과정에서 겪게 되는 직무스트레스를 줄이고 직무만족도를 높이기 위한 대처 전략의 일환으로 적절한 여가관리가 필요하다.

선행연구에 따르면 간호사와 비슷하게 근무를 하고 있는 객실승무원[12]과 호텔종사자를 대상으로 한 여가활동 연구[13]에서 여가활동 유형과 직무스트레스는 음의 상관관계를 나타냈고 직무만족도는 정적 상관관계를 나타냈으며 여가활동 유형에서는 활동이 많고 적극적일수록 직무만족도가 높아짐을 알 수 있었다. 또한 직장인을 대상으로 한 연구[15]에서도 여가활동으로 인한 여가만족과 직무만족도는 서로 관련성이 있는 것으로 나타났으며, 여가만족과 직무만족도는 생활만족을 높인다고 하였다. 경찰관과 근로자를 대상으로 한 연구[16,17]에서도 여가만족이 직무만족도를 높이고, 직무에 몰입할 수 있도록 도와준다고 하였다. 그 외 노인, 장애인, 동호인을 대상으로 한 연구에서도 유사한 결과가 나왔다. 지금까지 다양한 대상자를 대상으로 한 연구에서 여가활동의 긍정적인 효과에 대해 밝히고 있으나 간호사를 대상으로 한 연구는 미흡한 실정이다. 교대근무 간호사를 대상으로 직무스트레스와 여가만족도가 직무만족도에 유의미한 영향을 미친다[10,18]고 보고한 연구, 간호사의 여가활동이 직무만족 및 생활만족도를 향상시킨다는 연구[11,19]들이 소수 진행되었을 뿐이다. 그러나 여가활동은

장기 또는 단기의 계획을 필요로 하는 경우가 대부분이기 때문에 교대근무를 하는 간호사들의 경우 효과적인 여가활동을 하기 어려운 상황이다[14]. 따라서 병원에서 근무하는 간호사를 대상으로 여가활동의 유형에 대한 실태 조사와 결과변수에 영향을 미치는 조절변수에 대한 연구가 필요한 실정이다.

따라서 본 연구의 목적은 간호사의 직무특성을 고려한 여가활동 유형을 분류하고, 실증분석을 실시하여 여가활동 유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족도의 관계를 밝히고자 한다. 이를 통하여 간호사에게 건전한 여가활동 환경을 조성할 수 있는 방안을 제시하고자 한다.

## 1.2 연구 목적

본 연구의 목적은 간호사의 여가활동 유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족도의 관계를 규명하기 위함이다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성과 여가활동 유형을 파악한다.
- 2) 대상자의 직무스트레스와 직무만족도 정도를 파악한다.
- 3) 대상자의 일반적 특성에 따른 직무스트레스 및 직무만족도 정도를 파악한다.
- 4) 대상자의 여가활동 유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족도의 관계를 파악한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구 설계

본 연구는 간호사의 여가활동 유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족도의 관계를 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2.2 연구 대상

본 연구의 대상자는 B광역시와 K시에 소재한 2개 종합병원에 근무하고 있는 간호사이다. 대상자 수는 G-power 3.1.9.2 program을 이용하여 계산하였으며, 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95, 예측변수는 15개를 기준으로 하여 총 199명이 산출되었다. 탈락률 20%를 고려하여 240부의 설문지를 배부하였고 이중 응답이 부적절한 1부를 제외한 239부를 분석하였다.

## 2.3 연구 도구

### 2.3.1 여가활동 유형

여가활동 유형은 다양하고 학자마다 다르게 분류하고 있는 실정[2]이어서 본 연구에서는 간호사를 대상으로 한 조명기[20]의 연구에 사용된 도구를 수정하여 사용하였다. 여가활동 종류는 문화예술 활동, 스포츠 관람활동, 스포츠 참여활동, 관광활동, 취미오락 활동, 휴식, 사회 및 기타활동으로 분류하였고 여가활동 시기는 직장휴가, 비번 또는 수시로 활동하는가에 대해 질문하였고, 휴가 기간은 일수로 질문하였으며, 여가활동 소요 시간은 한 시간 단위로 질문하였다, 여가활동 비용은 여가활동을 위해 지출되는 비용으로 월 평균 십만원 단위로 질문하였다.

### 2.3.2 직무스트레스

대상자의 직무스트레스를 측정하기 위하여 본 연구에서는 Karasek이 고안하고 이연수(2000)가 번안한 설문지(Job Content Questionnaire, JCQ)를 이용하였으며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 Likert 척도를 사용하여 점수가 높을수록 스트레스가 많은 것을 의미한다. 총 22문항으로 구성되었고 기술재량도, 의사결정권한, 직무부담, 직무불안정, 보상부적절, 사회적 지지의 하위 영역으로 구성되었다. 이연수[21]의 연구에서 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .82$ 이었고 본 연구에서 .89이었다.

### 2.3.3 직무만족도

대상자의 직무만족도를 측정하기 위하여 본 연구에서는 Slavitt이 개발하고 박성애와 윤순녕[22]이 우리나라의 실정에 맞게 42개 문항으로 수정·보완한 것을 본 연구에 맞게 수정·보완하여 사용하였으며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 Likert 척도를 사용하여 점수가 높을수록 직무만족도가 높은 것을 의미한다. 총 40문항으로 구성되었으며 하위영역으로 보수만족도, 상호작용, 업무요구, 자율성, 행정요구, 전문적 수준에 대한 문항으로 구성되어있다. 구옥희[23]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha = .85$ 이었고 본 연구에서 .88이었다.

## 2.4 자료 수집 방법

자료 수집은 IRB(기관생명윤리위원회) 승인(BSM201704)을 거친 후 2017년 8월 1일부터 8월 15일까

지 이루어졌으며 병원의 간호부서에 연구자가 직접 연구 목적을 설명하고 협조 및 승인을 거쳐 각 병동의 수간호사에게 설명과 협조를 구하였다. 또한 연구자가 직접 각 대상자에게 연구목적과 비밀보장 등에 관해 서면 설명 후 연구 참여 동의서를 받고 설문지를 배부하고 1주일 뒤에 수거하였다.

## 2.5 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS Win 21.0 program을 이용하여 분석을 실시하였다.

- 1) 대상자의 일반적 특성, 여가활동 유형, 직무스트레스, 직무만족도는 빈도, 백분율, 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 직무스트레스와 직무만족도는 t-test와 ANOVA로 분석하고 사후검증은 Scheffe로 하였다.
- 3) 대상자의 여가활동유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족도의 관계를 알아보기 위해 상관관계로 분석하였다.

## 3. 연구 결과 및 해석

### 3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성을 살펴보면 여성이 232명(97.1%)으로 가장 많았으며 연령은 20-29세가 163명(68.2%)으로 가장 많았으며 다음으로 30-39세가 58명(24.3%)으로 많았다. 종교는 무교나 기타가 134명(56.1%)으로 가장 많았고 다음으로 천주교가 66명(27.6%), 불교가 22명(9.2%), 기독교가 17명(7.1%)이었다. 결혼 여부는 미혼이 198명(82.8%)로 가장 많았고 근무형태는 교대근무가 187명(78.2%)으로 가장 많았다. 현 직위에 관한 질문에는 일반간호사가 199명(83.3%)으로 가장 많았고 다음으로 책임간호사가 21명(8.8%), 수간호사 17명(7.1%) 순으로 나타났다. 임상경력은 1년에서 3년 미만이 65명(27.2%)으로 가장 많았고, 5년에서 10년 미만이 53명(22.2%)으로 나타났다. 3년에서 5년 미만과 1년 미만이 각각 41명(17.2%), 42명(17.6%)으로 비슷하게 나타났으며 10년 이상이 38명(15.9%)으로 나타났다<Table 1>.

<Table 1> General Characteristics of Participants

		(N=239)
	Categories	n(%)
Gender	male	7(2.9)
	female	232(97.1)
Age(year)	20 ~ 29	163(68.2)
	30 ~ 39	58(24.3)
	40 ~ 49	15(6.3)
	50 ≤	3(1.3)
Religion	Christian	17(7.1)
	Catholic	66(27.6)
	Buddhism	22(9.2)
	none	134(56.1)
Marital status	single	198(82.8)
	married	41(17.2)
Shift pattern	day shift only	52(21.8)
	three shift	187(78.2)
Position	staff nurse	199(83.3)
	charge nurse	21(8.8)
	head nurse	17(7.1)
	other	2(0.8)
Working period	1 >	42(17.6)
	1 ~ 3 >	65(27.2)
	3 ~ 5 >	41(17.2)
	5 ~ 10 >	53(22.2)
	10 ≤	38(15.9)

### 3.2 대상자의 여가활동 유형

대상자의 여가활동 유형은 다음과 같다<Table 2>. 여가활동의 종류는 휴식이 107명(44.8%)으로 가장 많았고 두 번째로 많이 하는 여가활동은 취미나 오락 활동(45명, 18.8%)이었으며 사회 및 기타 활동(28명, 11.7%), 문화예술 활동(25명, 14%), 관광 활동(18명, 7.5%), 스포츠 참여(18명, 7.5%), 스포츠 관람활동(5명(2.1%) 순으로 나타났다. 여가활동을 하는 시기에 대한 질문에는 비번일 때 한다가 95명(39.7%)으로 가장 많았고, 수시로 한다가 75명(38.5%)으로 두 번째로 많이 하는 시기이었다. 그 외 공휴일이나 주말에 하는 경우가 53명(22.2%)이었으며 직장 휴가를 사용하는 경우가 16명(11.7%)으로 가장 낮게 나타났다. 휴가기간은 2일이하가 114명(47.7%)으로 가장 많았고 3-4일이하가 75명(31.4%), 9일 이상이 26명(10.9%) 이었고 5-6일이하가 14명(5.9%)으로 가장 적은 것으로 나타났다. 주당 여가활동 횟수에 대한 질문에는 2회가 77명(32.2%)로 가장 많았고 3회와 1회가 각각 60명(25.1%), 57명(23.8%)으로 비슷하게 나타났으며 5회 이상이 28명(11.7%)이었으며 4회가 17명(7.1%)으로 가장 적게 나타났다. 여가 소요시간에 대한 질문에는 2-3시간이 86명(36.0%)으로 가장 많았고 1-2시간은 73명(30.5%)이었으며 1시간미만이 11명(4.6%)으로 가장 적은 시간을 사용

하는 것으로 나타났다. 여가활동 비용은 20-40만원미만과 20만원 미만이 각각 97명(40.6%), 93명(38.9%)으로 비슷하게 나타났으며 40-60만원 미만은 39명(16.3%)이었으며 60만원 이상이 10명(4.2%) 순으로 나타났다.

<Table 2> The Type of Leisure Activity Subjects (N=239)

	Categories	n(%)
Type of Leisure Activity	Culture and Art	25(14)
	Watching Sport	5(2.1)
	Playing Sport	11(4.6)
	Tourism	18(7.5)
	Hobbies, Recreational	45(18.8)
	Rest	107(44.8)
Day of Leisure Activity	Other	28(11.7)
	Off	95(39.7)
	Holiday, Weekend	53(22.2)
Holiday Period	Vacation	16(6.7)
	Frequently	75(38.5)
	2 >	114(47.7)
	3 ~ 4	75(31.4)
	5 ~ 6	14(5.9)
Number Per Week	7 ~ 8	40(4.2)
	9 ≤	26(10.9)
	1	57(23.8)
	2	77(32.2)
	3	60(25.1)
Time (hours)	4	17(7.1)
	5 ≤	28(11.7)
	1>	11(4.6)
	1 ~ 2	73(30.5)
Cost	2 ~ 3	86(36.0)
	3 ~ 4	41(17.2)
	4 ≤	28(11.7)
	200,000 >	93(38.9)
Cost	200,000~400,000 >	97(40.6)
	400,000~600,000 >	39(16.3)
	600,000 ≤	10(4.2)

### 3.3 대상자의 직무스트레스

대상자의 직무스트레스 정도는 다음과 같다<Table 3>. 대상자의 직무스트레스는 평균 2.82점으로 나타났다. 하위 영역별로 보면 사회적 지지로 인한 직무스트레스가 2.45점으로 가장 낮은 직무스트레스였고 보상부적절과 직무불안정도 2.58, 2.67점으로 낮은 직무스트레스였다. 그러나 기술재량도는 3.92점으로 가장 높은 스트레스 요인이었으며, 직무 부담이 3.17점으로 두 번째로 높은 스트레스 요인인 것으로 나타났다.

&lt;Table 3&gt; Degree of Job Stress (N=239)

Categories	M(SD)	Min	Max
Job Stress	2.82±0.44	1.68	4.27
Technical discretion	3.92±0.55	2.00	5.00
Decision-making	2.84±0.63	1.00	4.33
Workload overload	3.17±0.61	1.25	4.75
Job instability	2.67±0.68	1.00	5.00
Lack of compensation	2.58±0.61	1.00	4.67
Interpersonal relationships	2.45±0.52	1.00	4.43

### 3.4 대상자의 직무만족도 정도

대상자의 직무만족도 정도는 다음과 같다<Table 4>. 대상자의 직무만족도는 3.02점으로 나타났다. 이 중 간호사 또는 직원간의 상호작용에 대한 만족도가 3.41점으로 가장 높았고 다음으로 행정요구가 3.12점으로 높게 나타났다. 전문직 수준이 3.09점으로 그 다음 순으로 나타났다. 반면 보수만족도가 2.34점으로 가장 만족도가 낮은 것으로 나타났다.

&lt;Table 4&gt; Degree of Job Satisfaction

Categories	M(SD)	Min	Max
Job Satisfaction	3.02±0.32	1.88	4.08
Payment	2.34±0.61	1.00	3.86
Interaction	3.41±0.34	2.00	4.44
Nursing performance	3.01±0.43	1.67	4.00
Independence	2.95±0.44	1.50	4.00
Administration	3.12±0.44	1.80	4.40
Professional status	3.09±0.38	1.50	4.13

### 3.5 일반적 특성에 따른 직무스트레스와 직무만족도

대상자의 일반적 특성에 따른 직무스트레스와 직무만족도는 다음과 같다<Table 5>. 먼저 인구학적 특성에 따른 직무스트레스를 살펴보면 근무형태와 임상경력에 따른 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 근무형태는 상근 근무 또는 교대 근무에 따라 유의한 차이가 있었다 ( $t=-2.655, p<.01$ ). 임상경력에 따라 직무스트레스는 유의한 차이가 있었고( $F=4.195, p<.01$ ) 사후검증 결과 3년에서 5년 미만인 1년 미만보다 직무스트레스가 높은 것으로 나타났다.

&lt;Table 5&gt; Job Stress and Job Satisfaction According to General Characteristics (N=239)

	Job Stress		Job Satisfaction	
	Mean ± SD	t/F (p/Scheffe)	Mean ± SD	t/F (p/Scheffe)
Gender				
male	2.87±0.70	.342 (.733)	2.96±0.25	.480 (.632)
female	2.81±0.43		3.05±0.32	
Age				
20~29	2.81±0.43	.279 (.840)	3.03±0.33	3.242 (.023)
30~39	2.83±0.48		2.93±0.25	
40~49	2.84±0.41		3.16±0.35	
50 ≤	2.60±0.47		3.25±0.12	
Religion				
Christian	2.97±0.43	.822 (.512)	2.96±0.29	.436 (.783)
Catholic	2.77±0.47		3.02±0.30	
Buddhism	2.80±0.42		3.01±0.35	
none	2.83±0.44		3.02±0.33	
Marital status				
single	2.87±0.45	.539 (.590)	3.02±0.33	-.064 (.949)
married	2.78±0.40		3.02±0.26	
Shift				
day only	2.67±0.47	-2.655 (.008)	3.03±0.34	.244 (.808)
three	2.85±0.42		3.01±0.31	
Position				
staff	2.83±0.43	1.566 (.198)	3.00±0.32	1.300 (.275)
charge	2.72±0.40		3.03±0.26	
head	2.67±0.41		3.16±0.33	
other	3.20±1.51		2.88±0.61	
Working period				
1> <sup>a</sup>	2.66±0.38	4.195 (.003/ c>a)	3.25±0.35	9.861 (.000/ a>b,c,d,e)
1~3 <sup>b</sup>	2.86±0.42		2.95±0.30	
3~5 <sup>c</sup>	3.02±0.49		2.86±0.29	
5~10 <sup>d</sup>	2.75±0.45		3.01±0.26	
10≤ <sup>e</sup>	2.77±0.37		3.04±0.27	

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

직무만족도는 연령과 임상경력에서 유의한 차이가 있었다. 연령에서 유의한 상관관계가 있었지만( $F=3.242, p<.05$ ) 사후검증에서는 유의하게 나타나지 않았다. 임상경력에 따라 직무만족도는 유의한 차이가 있었고( $F=9.861, p<.01$ ) 사후검증에서 1년 미만인 대상자가 그 이상의 경력자 보다 만족도가 높은 것으로 나타났다.

### 3.6 여가활동 유형과 직무스트레스와 직무만족도의 관계

여가활동 유형에 따른 직무스트레스와 직무만족도의 관계를 알아보기 위하여 상관관계를 분석하였으며 여가활동 유형 중 명목 척도에 해당하는 여가활동 시기와 여가활동 종류는 분석에서 제외하였다. 직무스트레스와 직

&lt;Table 6&gt; Relationship of Job Stress and Job Satisfaction

	M	SD	Job Stress	Job Satisfaction	Day of Leisure Activity	Number Per Week	Time	Cost
Job Stress	2.82	0.44	1					
Job Satisfaction	3.02	1.88	-.401**	1				
Day of Leisure Activity	3.01	0.91	-.134*	.163*	1			
Number Per Week	2.56	1.28	-.152*	-.016	.314**	1		
Time	3.04	1.06	-.006	.023	-.005	.127	1	
Cost	1.85	0.83	.023	-.005	.030	.118	.238**	1

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

만족도는 음의 상관관계를 보였고, 여가활동 시기에 따른 직무스트레스는 -.134로 음의 상관관계를 보였다. 직무스트레스와 주당 여가활동 횟수도 -.152로 음의 상관관계를 보였다. 여가활동 비용과 여가시간도 양의 상관관계가 있었다<Table 6>.

#### 4. 논의

본 연구는 간호사의 직무 특성을 고려한 여가활동의 유형과 이에 따른 직무스트레스와 직무만족도의 관계를 분석하고 이를 통하여 간호사의 효율적인 여가활동을 밝혀 간호사의 직무스트레스는 낮추고 직무만족도를 높이는 방안을 제시하고자 시도 되었다.

대상자의 직무스트레스는 평균 2.82점으로 나타났다. 이는 간호사를 대상으로 한 연구[10]에서 4점 만점에 2.57점으로 측정된 것 보다 낮은 것이다. 하위 영역별로 보면 기술재량도와 직무부담이 가장 높은 스트레스로 나타났다으며 이는 송영신[10]의 연구에서 환자의 죽음이나 근무 시 준비 불충분으로 인한 스트레스가 가장 높은 것과 조명기[20]의 연구에서 직무부담이 직무스트레스에 미치는 영향이 두 번째로 높다는 것과 비슷한 맥락임을 알 수 있다. 본 연구에서 직무스트레스에 가장 적은 영향을 미치는 것은 사회적 지지로 송영신[10]의 연구에서 비의료인과의 갈등 요인이 가장 적은 스트레스이었다는 것과 같은 맥락임을 알 수 있다. 그러나 본 연구에서 타 연구보다 직무스트레스가 낮은 이유에 대한 추후 연구가 필요하리라 사료된다.

본 연구에서 대상자들의 직무만족도는 3.02점으로 나타나 간호사를 대상으로 한 다른 연구[10]에서는 2.83점

이 나타나 본 연구에서 약간 높게 나타났지만, 김수정[19]의 연구에서는 2.99점으로 나타나 본 연구의 결과를 지지하고 있다. 본 연구에서 직무만족도의 하위 영역에서는 직원간의 상호작용에 대한 만족도와 행정요구가 직무만족도에서 가장 높았는데 이는 조직 내 상호작용과 시스템 요인이 가장 높았던 연구[10, 19]와 같은 결과이다. 그러나 김수정[19]의 연구에서는 행정적 요구가 낮은 만족도를 나타낸 것과는 조금 다른 결과임을 알 수 있었다. 직무만족도에서 가장 낮은 것은 보수 만족도로 이는 송영신[10]과 김수정[19]의 결과와 일치하는 것으로 본 연구 결과를 지지하고 있다.

대상자의 일반적 특성에 따른 직무스트레스는 근무형태와 임상경력에 따른 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 결혼 유무, 직원과의 갈등, 임상경력에 따라 유의한 차이를 보인 연구[10] 결과와 비교해 보면 임상경력이 같은 요소로 나타났음을 알 수 있었다. 또한 타 연구에서 3년 이상 근무자가 직무스트레스가 높았는데 본 연구에서도 3년에서 5년 미만의 간호사가 가장 높은 스트레스를 받는 것으로 나타나 임상경력에 따른 간호사의 직무스트레스에 관한 추후연구가 필요하리라 사료된다.

일반적 특성에 따른 직무만족도는 본 연구에서는 연령과 임상경력에서 유의한 차이가 있었다. 그러나 송영신[10]의 연구에서는 연령에서는 유의한 차이가 없었으나 임상경력에서 유의한 차이가 있어 본 연구 결과를 지지하였고, 김수정[19]의 연구에서는 연령, 학력, 근무형태, 임상경력에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 간호사들이 임상 경력과 연령에 따라 직무만족도가 다르다는 본 연구 결과를 지지하고 있다.

본 연구에서 간호사들의 여가활동 유형을 살펴보면 간호사들이 주로 하는 여가활동의 종류는 휴식이 가장

많았고 두 번째로 많은 것은 취미나 오락 활동이었다. 이와 같은 결과는 한국인의 여가생활 패턴에 대한 연구[24]에서도 여가활동 시간에 신체활동을 하는 시간 비율이 매우 적은 것으로 나타나 같은 맥락임을 알 수 있었다. 그러나 국민여가실태조사[2]에서 취미나 오락이 가장 많은 여가활동인 것과 조금 다른 결과이며 간호사를 대상으로 한 연구[20]에서 스포츠, 건강 활동이 가장 많은 종류인 것과는 다른 결과이다. 본 연구에서 대상자들은 여가활동 시간에 적극적이고 활동적인 행동을 하기 보다는 가만히 쉬는 정적인 휴식을 취하는 것을 알 수 있는데, 이는 아직까지 간호사들이 적극적인 휴가활동 보다는 휴식을 통한 재충전 정도로 머물러 있는 것을 알 수 있었다. 그러나 중등교사를 대상으로 한 연구[25]에서 스포츠형 여가활동을 하는 집단이 비 스포츠형 여가활동 참여집단보다 직무만족도가 높음을 시사하여 간호사들이 여가활동을 좀 더 적극적으로 참여할 필요가 있다고 사료된다. 더불어 본 연구와 다른 결과를 보인 연구[20]에서 대상자는 수도권에 근무하고 있는 간호사이지만 본 연구에서는 B광역시와 K시이기 때문에 지역에 따른 차이가 있을 것으로 사료된다. 따라서 간호사의 여가활동 유형에 대한 광범위한 지역을 대상으로 한 연구가 필요하리라 사료된다. 또한 대상자의 근무시간 및 여가활동을 할 수 있는 휴가 시간에 대한 추가 연구가 필요함을 시사하고 있다. 또한 주당 여가활동 횟수에 대한 질문에는 2회가 77명(32.2%)로 가장 많았는데 이는 조명기[20]의 연구와 같은 결과이다. 이는 주 5일 근무를 시행하기 때문에 주로 근무가 없는 비번일 때 주로 한다고 가정할 수 있고, 실제로 여가활동 시기에 대한 질문에 비번이 가장 많았다. 이는 호텔종사자를 대상으로 한 연구[14] 결과와도 일치하는 것으로, 교대 근무를 하는 직업이기 때문인 것으로 사료된다. 따라서 간호사들의 여가활동을 격려하기 위해서는 규칙적인 비번과 간호사들이 원하는 날에 쉴 수 있는 다양한 방법의 근무제를 도입하여 자신의 비번을 적극 활용할 수 있도록 해야 할 것이다. 여가활동 소요시간에 대한 질문에는 2-3시간이 가장 많았는데 이는 조명기[20]의 연구 결과와 일치하는 것이고 여가활동 비용은 20-40만원 미만과 20만원 미만이 가장 많이 나타났지만 호텔종사자를 대상으로 한 연구[14]에서는 40-60만원 미만이 가장 많은 것과는 비교가 되는 연구 결과이다. 간호사의 여가활동 유형에 대한 다양한 지역에서 광범위한 연구가 필요하지만, 본 연구의 결과로서는 간호사들이

호텔종사자들보다 여가활동에 지출하는 비용이 적은 것을 알 수 있었다. 이상의 결과에서 간호사들의 여가활동을 좀 더 격려하기 위해서는 근무에 대한 배려가 필요하리라 사료되고 여가활동을 지원하기 위한 병원이나 기업체에서 정책적인 지원이 필요하리라 사료된다.

여가활동 유형에 따른 직무스트레스는 주당 여가활동 횟수가 음의 상관관계를 나타내었다. 이는 여가활동 유형과 직무스트레스는 상관관계가 없는 것으로 나타난 연구[10] 결과와 다른 맥락이다. 그러나 호텔종사자를 대상으로 한 연구[14]에서 여가활동에 참여할수록 직무스트레스가 낮아졌다는 결과와 비슷한 맥락으로, 본 연구에서 주당 여가활동의 횟수가 많아질수록 대상자의 직무스트레스가 감소되었다는 것은 매우 의미 있는 결과임을 알 수 있다. 따라서 간호사의 직무스트레스를 감소시키기 위하여 효과적인 여가활동을 할 수 있는 환경 조성이 필요하리라 사료된다. 간호사들은 불규칙한 3교대 근무를 하기 때문에 상근근무를 하는 일반 직장인들과는 여가활동을 하는데 제약이 있을 것으로 생각된다. 따라서 간호부서나 병원 차원에서 간호사들이 효과적으로 여가활동을 하기 위한 적절하고 규칙적인 휴가 및 비번관리가 필요한 것으로 생각된다. 그러나 여가활동 유형에 따른 직무스트레스와의 관계를 명확하게 하기 위한 추가 연구가 필요할 것이다.

여가활동 유형에 따른 직무만족도는 본 연구에서는 유의한 관계가 없었다. 그러나 여가활동 유형에 따른 직무만족도와 관계를 명확하게 하기 위한 추가 연구가 필요할 것이다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 간호사의 여가활동 유형을 분류하고 실증적 분석을 실시하여 여가활동 유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족도의 관계를 규명하는 것이다. 자료 수집은 병원 IRB(기관생명윤리위원회) 승인(BSM201704)을 거친 후 2017년 8월 1일부터 8월 15일까지 이루어졌으며, 대상자는 B광역시와 K시의 종합병원의 간호사를 대상으로 G-power 3.1.9.2 program을 이용하여 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95, 예측변수는 15개를 기준으로 하여 총 239부를 분석하였다. 자료 분석은 빈도, 백분율, 평균과 표준편차, t-test, ANOVA, 상관관계로 분석하였

다. 연구결과 여가활동의 종류는 휴식이 가장 많았고 여가활동을 하는 시기는 비번과 수시로 한다가 많았으며 휴가기간은 2일 이하, 주당 여가활동 횟수는 3회 이하가 많았다. 여가활동 소요시간은 2-3시간이 가장 많았고 여가활동 비용은 20-40만원미만과 20만원 미만이 많은 것으로 나타났다. 직무스트레스는 중간보다 조금 낮았고 직무만족도는 중간보다 약간 높은 정도로 나타났다. 직무스트레스는 주당 여가활동 횟수와 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

이상의 연구 결과를 바탕으로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 아직까지 간호사를 대상으로 한 여가활동 유형에 대한 연구는 미흡한 실정이므로 본 연구를 바탕으로 간호사의 여가활동 유형과 직무스트레스, 직무만족도에 관한 광범위한 지역과 다양한 근무처를 대상으로 한 추후 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구의 대상자들은 일부지역에 소재한 병원에 근무하는 간호사를 대상으로 실시하였기 때문에 반복 연구를 통해 그 결과를 일반화할 필요가 있다.

## REFERENCES

- [1] S. Y. Lee, R. Cong, I. S. Choi, "Effect of Relationship Marketing Factors of the Sports Centers on Customer Trust and Intention to Repurchase", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 8, pp. 435-444, 2017. DOI: 10.14400/JDC.2017.15.8.435
- [2] Ministry of Culture, Sports and Tourism, "National leisure activity survey", Korea Culture & Tourism Research Institute, 2016.
- [3] H. B. Kwag, "The Relationship between Leisure Activity and Family Stress, Self-actualization among Married Women", *Journal of Korea sport research*, Vol. 16, No. 2, pp. 123-130, 2005.
- [4] Daniel, D. M., Amy, R. H., Nancy, B. R. *Recreation and Leisure in Modern Society*. Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers Inc, 2008.
- [5] Richard, D. M. *Selected Readings for Leisure in Contemporary Society*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing, 2002.
- [6] H. N. Kim, "A study on extraction and analysis of Leisure and recreation activities with social psychological characteristics" *Journal of leisure and recreation studies*, Vol. 32, No. 3, pp. 31-39, 2008.
- [7] Y. H. Jeong. "The Relationship between Leisure Satisfaction and Life Satisfaction in the Case of the Disabled Who Had Participated in Leisure Activities", *The Journal of Northeast Asia Tourism Research*, Vol. 9, No. 1, pp. 215-233, 2013.
- [8] Glasser, W. Warning. New York: Harper & Row, 2003.
- [9] S. Y. Lee, J. S. Lee, S. Y. Kim, J. Y. Lee, "The Effect of Job Stress and Job Stisfaction on Professional Self-Concpet in Nurses", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 9, pp. 273-281, 2017. DOI: 10.14400/JDC.2017.15.9.273
- [10] Y. H. Jeon, Y. S. Song, "The Moderating Effect of the Leisure Satisfaction in the Job Stress on Job Satisfaction of Nurses on Shift Work", *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, Vol. 25, No, 3, pp. 208-215, 2015. DOI:http://www.earticle.net/article.aspx?sn=286444
- [11] H. J. Lim, K. S. Park, H. J. Ban, N. R. Lee, Y. M. Lee, E. S. Lee, J. W. Jun, S. I. Ha, "The Influence of Emotional Labor and Social support on Burnout of Clinical Nurses" *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 1, pp. 255-266, 2017. DOI: 10.14400/JDC.2017.15.1.255
- [12] S. Y. Lim. "A Study on Effect of the Pattern of Leisure Activities for Foreign Cabin Crew", Master Thesis, p. 78-81. Korea Aerospace University, 2013.
- [13] H. K. Yang, "Effects of the Hotel Employee's Leisure Benefit Systems Satisfaction and Leisure Satisfaction on Job Stress, Job Satisfaction, and Turnover Intention : Focused on The Super Deluxe Hotels in Seoul" *Journal of The Korea Academic Society of Tourism and Leisure*, Vol. 27, No. 11, pp. 393-409, 2015.
- [14] J. H. Baek, S. Choi-Kwon, "Sleep Patterns, Alertness and Fatigue of Shift Nurses according to Circadian Types", *Journal of Korean Biological Nursing Science*, Vol. 19, No. 3, pp. 198-205, 2017. DOI: 10.7586/jkbns.2017.19.3.198
- [15] S. Y. Park. "The relationship of job satisfaction and Leisure satisfaction to Life satisfaction" *The Korean Journal of Industrial nd Organization Psychology*, Vol. 24, No. 2, pp. 331-353, 2011.
- [16] K. H. Lim, J. B. Hong, "The Effect of Policemen's with Satisfaction with Sport Activities on Job Attitude", *Journal of Leisure & Wellness*. Vol. 3, No. 2, pp. 57-63, 2012.
- [17] Y. M. Lee, S. K. Baek, "The Effect of Leisure Satisfaction on Job Satisfaction and Organizational



- Commitment”, Journal of Korean Academy of Organization & Management, Vol. 34, No. 1, pp. 25-62, 2010.
- [18] Y. S. Choi, Y. R. Chae. “The Effects of Self-rated Health on the Perceived Leisure Satisfaction in the Leisure Facilities User”, The Journal of Northeast Asia Tourism Research, Vol. 8, No. 1, pp. 23-41, 2012.
- [19] S. J. Kim, S. H. Ahn “Job Satisfaction, Leisure Activity, and Life Satisfaction among Clinical Nurses”, Journal of Korean Academy of Nursing, Vol. 2011, No. 10, pp. 273-281, 2011.
- [20] M. G. Cho, “The impacts of the nurse’s leisure activity on their job stress factors”, Master Thesis, p.37-38. Hanyang University, 2016.
- [21] Y. S. Lee, S. M. Lee, S. K. Nam, “The Role of Dysfunctional Schemas in the Relationship between Stress and Internet Addiction”, The Korean Journal of Educational Methodology Studies, Vol. 22, No. 2, pp. 1-17, 2010.
- [22] S. A. Park, S. Y. Yoon. “Measurement of Job Satisfaction of Nurses and Health Workers in Health Centers”, Journal of Korean Academy of Nursing, Vol.22 No.3, pp. 316-324, 1992.
- [23] O. H. Koo, O. S. Choi, “The Relationship between the Nurse’s Followership Job Satisfaction and Organizational Commitment”, Journal of Korean Academy of Nursing, Vol. 30, No. 5, pp. 1254-1264, 2000.
- [24] K. S. Min, “Leisure Time and Satisfaction among South Koreans : Disparity by Income, Age, and Gender” Ph.D. dissertation, pp. 43-47, Yonsei University, 2016.
- [25] S. S. Song, G. J. Han, “The Study on Sports Leisure Participation and Psychological Happiness of Middle School Teachers” Journal of Leisure Studies, Vol.15, No. 1, pp. 43-60, 2017.

노 주 란(Noh, Ju Ran)

[정회원]



- 2012년 2월 : 부산가톨릭대학교 간호경영(석사졸업)
- 2000년 2월 ~ 현재 : 부산성모병원 H.N.
- 관심분야 : 간호관리, 성인간호
- E-Mail : bluejean79@hanmail.net

최 은 아(Choi, Eun A)

[정회원]



- 2016년 8월 : 고신대학교 대학원 간호학(간호학박사)
- 2015년 3월 ~ : 대동대학교 간호학부 교수
- 관심분야 : 아동간호, 호스피스 간호

▪ E-Mail : jijin05@daedong.ac.kr