ISSN: 2586-6028 © 2017-2020 KODISA & KSSA
Website: http://www.kjsas.or.kr
doi: http://dx.doi.org/10.13106/jsas.2019.Vol3.no2.1

The Effects of the Exercise Commitment of University Water Sport Participants on Leisure Satisfaction.*

Seung Eun Hur, Yun Chae OH***, Youn Sang SONG**** Hwang Woon MOON*****

Received: December 05, 2019 Revised: December 08, 2019 Accepted: December, 12 2019.

Abstract

Purpose: With an increase of concerns towards leisure activities, water sport participation is constantly increasing. The purpose of this study is to examine the effects of exercise commitment on leisure satisfaction. **Research design, data, and methodology**: To accomplish the purpose, the study collected data from undergraduate students who participated water sports class in University. The sample was extracted by purposive sampling of nonprobability sampling. 281 students participated in the survey. Data were computed via correlation test, factor analysis, Cronbach's α test, one way ANOVA, and regression. Significance of all results was set to $p<.05$. **Results**: The results are like below. Frist, in terms of differences by demographics, the results indicated that significant difference between exercise commitment and leisure satisfaction by gender was shown only in psychological factor in leisure satisfaction. Second, in terms of the relationship between commitment and satisfaction, the findings pointed out that significant difference between exercise commitment and leisure satisfaction by grade was observed only in leisure satisfaction, especially on the educational part. Third, the study revealed that no significant difference by participation level was shown. **Conclusions**: In conclusion, the study posits that exercise commitment play a function in increasing the leisure satisfaction. Further implications were discussed.

Keywords: Exercise Commitment, Water sport, Leisure Satisfaction

JEL Classification Code: L82, L83, L86, L94

1. 서론

여가활동에 대한 정책적 지원은 국민의 다양한 여가활동 참여 촉진으로 인해 건강한 삶을 행복의 중요한 척도로 인식하는 계기가 되었고 삶의 질을 향상시키는데 중요한 이유가 되었다 (Cha, Chang, & Seo, 2018; Sato, Jordan, & Funk, 2014). 이러한 사회 현상은 여가활동에 대한 사람들의 성향도 다양해지고 있으며 기존의 정형화된 스포츠 활동에서 벗어나 자연과 함께 할 수 있는 아웃도어 스포츠에 관심을 갖기 시작하였고 계절 아웃도어 스포츠에 더 많은 관심을 갖게 되었다 (Eigenschenk, Thomann, McClure, Davies, Gregory, Dettweiler, & Ingles, 2019; Ilies, Buhas, Ilies, Ilies, Gaceu, Pop, Marcu, Buhas, Gozner, & Baias, 2018). 여름레져 스포츠의 대표 꽃이라고 불리우는 수상레져스포츠는 개인의 신체적 · 정신적건강, 생활만족, 사회적 관계, 성취감 등 심리 · 사회적 발달과 향상과 관련이 있으며 사람들에게 대중화되고 여가로서의 자리매김을 확실하게 하였다 (Wheaton, Roy, & Olive, 2017).

수상 스포츠에 관한 연구를 살펴보면 주로 참여인구에 대한 만족도, 몰입, 지속행동 등의 연구가 주를 이루고 있으며 (Lee,

* This study was supported by the research grant of the KODISA Scholarship Foundation in 2019.
**First Author, Assistant Professor, Department of Sports & Outdoors, Eulji University, South Korea. Email: hurski@eulji.ac.kr
***Second Author, Ph.D., Department of Sport Convergence, Kyung Hee University, South Korea. Email: dhtjsgml8318@naver.com
****Third Author, Graduate Student, Department of Sport Convergence, Eulji University, South Korea.Email: sys3809@naver.com
*****Corresponding Author, Associate Professor, Department of Sport and Outdoor, Eulji University, South Korea. Email: mhwgo21@eulji.ac.kr

© Copyright: Korean Distribution Science Association (KODISA)
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

2020; Tapar, Dhaigude, & Jawed, 2017; Wheaton et al., 2017), 이러한 연구는 더 나은 여가의 기회를 제공하기 위해 꼭 필요하다고 볼 수 있다. 수상레저스포츠는 현대인에게 자연의 신비와 호기심을 충족시켜 개인뿐 아니라 가족 간, 직장동료 간, 때로는 연인 간에도 재미와 행복을 가져다 준다 (Lee & Kim, 2007). 이처럼 수상레저스포츠가 대중적인 아웃도어 스포츠로 확산되었으며, 여가의 새로운 사회문화 현상으로 나타나, 대학의 전공과목으로도 채택되는 등 체육학의 한 영역으로 정체성을 확보하고 있다 (Ham, 2010).

운동 몰입 상태는 수상스포츠 참여 대학생들의 스트레스를 해소와 여가만족까지 경험하게 하며, 여가만족은 여가활동에서 인지되는 긍정적인 만족 상태를 의미하는 것으로(Park, 2009), 운동 몰입은 여가활동에 만족감을 느끼게 되는 긍정적인 요인으로 작용하며 몰입경험이 높을수록 여가 만족도가 높아진다 (Liu & Yu, 2015). 운동 몰입과 여가 만족에 관한 선행연구를 살펴보면, 운동 몰입은 여가만족에 긍정적인 영향을 미치는 것이라 하였다 (Kim, 2016; Liu & Yu, 2015). 여가만족은 여가 활동 참가에 대한 결과로 얻어지는 개인의 긍정적 인식 또는 감정을 말하는 것으로 특정한 하나의 여가활동에 대한 만족도라기보다 개인의 전반적인 여가생활에 대한 만족도를 의미하고 측정한다고 볼 수 있다 (Beard & Raghed, 1980). 여가만족도에 관한 연구는 여가유형이나 참여자의 특성 측면에서 다양하게 이루어져 왔고 이들의 연구는 신체활동적인 여가활동이 여가만족에 긍정적인 영향을 미친다고 제시하고 있다 (Baker, 2014; Mouratidis, 2019). 하지만 수상관련 레저스포츠에 대한 몰입과 여가만족에 관한 연구는 미진한 실정이다. 이에 본 연구는 수상스포츠 참여 대학생의 운동 몰입과 여가만족의 관계를 파악하는데 그 목적이 있다.

2. 연구방법

2.1. 연구 대상

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 대학 수상스포츠 수업 참가자를 모집단으로 선정하였고, 비확률표본추출방법 (nonprobability sampling) 중 유의표집 (purposive sampling)을 이용하여 표본을 추출하였다. 서울 경기 소재의 대학교의 수상스포츠 수업에 참가한 대학생을 대상으로 총 300부의 설문지를 배포하여 총 290부를 회수하였고, 회신한 설문지 중 불성실하게 응답된 설문지 9부를 제외한 총 281부를 최종 분석에 이용 하였다.

설문에 앞서 대상자들에게 설문조사의 목적과 방법 등을 상세히 알려준 후 응답자가 설문 항목에 대해 직접 기입하는 자기기입 방법을 사용하였으며, 연구대상자의 인구통계학적 특성은 <Table 1>과 같다.

Table 1. Characteristics of Study Subjects

Characteristic	Sex	Frequency	%
Gender	Male	179	63.7
	Female	102	36.3
Grade	1st grade	142	50.5
	2nd grade	52	18.5
	3rd grade	41	14.6
	4th grade	46	16.4
Experience	presence	89	31.7
	absence	192	68.3
	total	281	100

2.2. 측정도구

본 연구에서 사용된 설문지의 구성은 인구통계학적 특성을 측정하는 문항과 운동 몰입, 여가만족을 측정하는 문항으로 총 3개의 영역에서 32개 문항으로 구성되었으며, 설문지 항목은 각 측정 변수 별로 배열하였으며. 측정 문항은 5점 리커트척도 (Likert scales)를 사용하였다.

2.2.1. 개인적 특성

연구 참여자의 개인적 특성을 조사하기 위하여 본 연구에서는 성별, 학력, 참여 유무를 질문하였으며 이를 측정하는 문항 수는 총 3항으로 구성하였다.

2.2.2. 운동 몰입

Beard and Ragheb (1980)이 최초로 설문지를 개발한 스포츠 몰입 설문지를 본 연구에 맞게 수정 및 보완하여 사용하였다.

2.2.3. 여가만족

여가만족 측정을 위해 Beard and Regheb (1980)의 여가만족 척도를 번역하여 설문도구로 사용하였으며, 만족의 하위요인은 교육적, 사회적, 심리적, 환경적, 휴식적 등 총 5개 하위요인으로 구성하였다.

2.3. 탐색적 요인분석

본 연구에서는 연구의 타당성을 확보하기 위하여 운동 몰입, 여가만족 설문 문항에 대하여 요인분석을 실시하였다. 요인분석 방법은 주성분 분석방법으로 직각회전 방법 중 Varimax 방법을 사용하였으며 고유치 .1이상인 요인과 요인 적재치 .5이상인 문항을 선택하였다. 분석결과는 <Table 2>, <Table 3> 과 같다. <Table 2>은 운동 몰입의 문항의 타당도 검사를 위한 요인분석의 결과 2개의 요인이 도출되었으며, 이들 2개 요인에 대한 누적 분산율은 72.134%인 것으로 나타났다.

Table 2. Results of Factor Analysis for Exercise Commitment

Constructs		Factor1	Factor2
Recognition Commitment	Exercise Commitment 2	.842	
	Exercise Commitment 3	.832	
	Exercise Commitment 5	.829	
	Exercise Commitment 4	.814	
	Exercise Commitment 6	.782	
	Exercise Commitment 1	.751	
Behavior Commitment	Exercise Commitment 8		684
	Exercise Commitment 7		.373
	Exercise Commitment 9		.476
Eigenvalue		4.300	2.192
% of Variance		47.777	24.357
Cumulative %		47.777	72.134
Kaiser-Meyer-Olkin=.911			
Bartlett's test of sphericity=1651.172 df=36 Sig=.000			

<Table 3>는 여가만족 문항의 타당도 검사를 위한 요인분석의 결과 5개의 요인이 도출되었으며, 이들 5개 요인에 대한 누적 분산율은 77.903%인 것으로 나타났다.

Table 3. Results of Factor Analysis for Leisure Satisfaction

Constructs		Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Factor 5
Psychological	Leisure Satisfaction 1	.794	.171	.265	.177	.164
	Leisure Satisfaction 3	.774	.242	.259	.243	.142
	Leisure Satisfaction 2	.753	.178	.287	.295	.165
	Leisure Satisfaction 4	.749	.187	.265	.139	.142
	Leisure Satisfaction 5	.659	.192	.226	.173	.234
Environmental	Leisure Satisfaction 9	.182	.831	.139	.260	.115
	Leisure Satisfaction 6	.128	.823	.296	.121	.117
	Leisure Satisfaction 7	.237	.781	.152	.281	.097
	Leisure Satisfaction 8	.177	.766	.166	.188	.274
	Leisure Satisfaction 10	.365	.579	.122	.121	.423
Educational	Leisure Satisfaction 13	.284	.210	.815	.073	.104
	Leisure Satisfaction 11	.327	.158	.803	.165	.050
	Leisure Satisfaction 12	.170	.178	.749	.375	.156
	Leisure Satisfaction 14	.339	.149	.677	.092	.324
	Leisure Satisfaction 15	.248	.269	.627	.256	.326
restful	Leisure Satisfaction 18	.221	.268	.212	.809	.219
	Leisure Satisfaction 17	.299	.281	.281	.737	.136
	Leisure Satisfaction 16	.352	.344	.182	.721	.137
Social	Leisure Satisfaction 20	.290	.301	.271	.197	.773
	Leisure Satisfaction 19	.291	.277	.278	.240	.748
Eigenvalue		10.795	1.788	1.205	.994	.798
% of Variance		19.419	18.622	17.712	12.499	9.650
Cumulative %		19.419	38.041	55.753	68.253	77.903
Kaiser-Meyer-Olkin=.935						
Bartlett's test of sphericity=4608.175 df=190 Sig=.000						

2.4. 신뢰도 분석

본 연구에서는 신뢰도의 측정 방법 중 Cronbach's α 계수를 이용한 내적 일관성 (internal consistency reliability)분석방법을 사용하였다. 본 연구에 이용된 설문지의 신뢰도를 검증한 결과는 <Table 4>과 같다. 운동 몰입, 재참여의도의 신뢰도가 .770부터 .923로서 내적 일관성이 확보되었다고 판단되었다.

Table 4. Reliability Analysis

Constructs		Cronbach's α
Exercise Commitment	Recognition Commitment	.923
	Behavior Commitment	.770
Leisure Satisfaction	Psychological	.910
	Environmental	.908
	Educational	.906
	Restful	.900
	Social	.906

2.5. 자료처리

본 연구는 수집된 자료의 유효 표본만을 코딩 작업 후 통계프로그램인 SPSS Version 21.0을 이용하여 분석 목적에 따라 전산처리 하였다. 자료 분석을 위하여 다음과 같은 분석기법을 사용하였다. 모든 결과에 대한 유의수준은 p<.05수준으로 정하였다.

첫째, 조사대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

둘째, 각 변인의 요인분석과 신뢰도 분석을 실시하였다.

셋째, 인구통계학적 특성 변인에 따른 운동 몰입, 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 t-검정과 일원변량분산분석(one-way ANOVA)를 실시하였고, Scheffe, LSD를 이용하여 사후검증 하였다.

넷째, 수상스포츠 참여대학생의 운동 몰입, 여가만족의 상관관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였으며 각 변인 간 영향력을 분석하기 위하여 다중회기분석(Multiple Regression Analysis)을 실시하였다.

3. 연구결과

3.1. 인구통계학적 특성에 따른 운동 몰입, 여가만족의 차이

3.1.1. 성별에 따른 차이

성별에 따른 대학생 수상스포츠 참여자의 운동 몰입과 여가만족의 차이를 알아보기 위하여t-검정을 실시한 결과는 <Table 5>와 같다. 성별에 따른 운동 몰입, 여가만족의 차이에서는 여가만족의 심리적 (t=-2.264, p<.024) 요인에만 유의한 차이가 나타났다.

Table 5. The Effects of the Exercise Commitment of University Water Sport Participants on Leisure Satisfaction by Gender

Variables		Gender	N	*M*	SD	t	*p*
Exercise Commitment	Recognition Commitment	Male	179	4.16	.66	-.817	.415
		Female	102	4.23	.73		
	Behavior Commitment	Male	179	3.85	.81	.702	.483
		Female	102	3.78	.85		
Leisure Satisfaction	Educational	Male	179	4.33	.58	-.243	.808
		Female	102	4.36	.57		
	Social	Male	179	4.39	.71	-.870	.385
		Female	102	4.47	.65		
	Psychological	Male	179	4.38	.61	-2.265	.024
		Female	102	4.55	.58		
	Environmental	Male	179	4.31	.67	-.865	.388
		Female	102	4.38	.63		
	Restful	Male	179	4.20	.71	-1.621	.106
		Female	102	4.34	70		

3.1.2. 학년에 따른 차이

학년에 따른 대학생 수상스포츠 참여자의 운동 몰입과 여가만족의 차이를 알아보기 일원변량분산분석을 실시한 결과는 <Table 6>와 같다. 학년에 따른 운동 몰입, 여가만족의 차이에서는 여가만족에서만 유의한 차이가 나타났다.

<Table 6>에서 보는 바와 같이 학년에 따른 운동 몰입, 여가만족의 차이에서는 여가만족의 교육적 (F=4.637, p<.000) 환

경적 (F=4.529, p<.004)에서만 유의미한 차이가 나타났다. 이를 구체적으로 살펴보기 위해 사후검증 분석 결과 학년에 따른 여가만족은 3학년이 2학년보다 높게 나타났다.

Table 6. The Effects of the Exercise Commitment of University Water Sport Participants on Leisure Satisfaction by Grade

Variables		Grade	N	*M*	SD	t	*p*	Post-hoc
Exercise Commitment	Recognition Commitment	First-grader	142	4.12	72	2.439	.065	
		Second-grader	52	4.08	70			
		Third-grader	41	4.34	61			
		Fourth-grader	46	4.35	60			
	Behavior Commitment	First-grader	142	3.75	.80	2.114	.099	
		Second-grader	52	3.74	.93			
		Third-grader	41	4.05	.78			
		Fourth-grader	46	3.97	.78			
Leisure Satisfaction	Educational	First-grader	142	4.35	57	4.637	.000	c>b
		Second-grader	52	4.08	.57			
		Third-grader	14	4.57	.52			
		Fourth-grader	46	4.42	.57			
	Social	First-grader	142	4.44	.69	1.605	.188	
		Second-grader	52	4.29	.70			
		Third-grader	41	4.57	.64			
		Fourth-grader	46	4.33	.72			
	Psychological	First-grader	142	4.47	.58	2.314	.096	
		Second-grader	52	4.26	.57			
		Third-grader	41	4.49	.64			
		Fourth-grader	46	4.53	.62			
	Environmental	First-grader	142	4.33	.64	4.529	.004	c>b
		Second-grader	52	4.09	.72			
		Third-grader	41	4.58	.55			
		Fourth-grader	46	4.38	.64			
	Restful	First-grader	142	4.03	.71	1.878	.133	
		Second-grader	52	4.10	.69			
		Third-grader	41	4.40	.64			
		Fourth-grader	46	4.30	.12			

3.1.3. 참여유무에 따른 차이

참여유무에 따른 대학생 수상스포츠 참여자의 운동 몰입과 여가만족의 차이를 알아보기 위하여 t-검정을 실시한 결과는 <Table 7>와 같다. 참여유무에 따른 운동 몰입, 여가만족의 차이에서는 모든 요인에서 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

Table 7. The Effects of the Exercise Commitment of University Water Sport Participants on Leisure Satisfaction by Participation

Variables		Participation	N	*M*	SD	t	*p*
Exercise Commitment	Recognition Commitment	Yes	89	4.23	.66	.763	.446
		No	192	4.16	.70		

	Behavior Commitment	Yes	89	3.83	.81	.064	.949
		No	192	3.82	.83		
Leisure Satisfaction	Educational	Yes	89	4.27	.54	-1.512	.132
		No	192	4.38	.59		
	Social	Yes	89	4.44	.63	.423	.672
		No	192	4.41	.72		
	Psychological	Yes	89	4.41	.55	-.581	.562
		No	192	4.46	.62		
	Environmental	Yes	89	4.35	.61	.289	.772
		No	192	4.32	.68		
	Restful	Yes	89	4.21	.68	-.599	.549
		No	192	4.26	.72		

3.2. 대학생 수상스포츠 참여자의 운동 몰입, 여가만족의 상관관계분석

본 연구에서는 연구단위별 척도들에 대하여 서로의 관계가 어떠한 방향이며, 어느 정도의 관계를 갖는지를 알아보기 위하여 상관관계 분석을 실시한 결과는 <Table 8>과 같다. <Table 8>에서 보는 바와 같이 변수간의 관계를 확인하기 위해 상관관계 분석 결과 운동 몰입, 재참여 의도는 모든 요인에서 상관관계 (.369 ~ .686, p<.01)까지 있는 것으로 나타나 다중공선성에 문제가 없음을 보여주고 있다.

Table 8. Correlations between Exercise Commitment and Leisure Satisfaction

Constructs	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Recognition Commitment (1)	1						
Behavior Commitment (2)	.621**	1					
Educational Leisure Satisfaction (3)	.635**	.447**	1				
Social Leisure Satisfaction (4)	.586**	.369**	.631**	1			
Psychological Leisure Satisfaction (5)	.615**	.422**	.686**	.635**	1		
Environmental Leisure Satisfaction (6)	.562**	.435**	.565**	.635**	.580**	1	
Restful Leisure Satisfaction (7)	.613**	.489**	.616**	.590**	.652**	.649**	1

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

3.3. 대학생 수상스포츠 참여자의 운동 몰입이 여가 만족에 미치는 영향

3.3.1. 대학생 수상스포츠 참여자의 운동몰입이 여가 만족에 미치는 영향

대학생 수상스포츠 참여자의 운동 몰입이 여가 만족에 미치는 영향을 파악하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

분석 결과는 <Table 9>과 같다. 운동 몰입이 여가만족의 교육적 요인에 미치는 영향의 모형적합성은 F=95.8321, p<.001 수준으로 회귀모형이 매우 유의한 것으로 나타났으며 모형의 설명력은 40.8%로 나타났다. 이를 세부적으로 살펴보면 운동 몰입의 하위요인인 인지몰입 (p<.001)은 여가만족의 교육적 요인에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며,

베타계수로 본 독립변수들의 상대적인 영향력은 인지몰입 (β4.32=.562)이 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

운동 몰입이 여가만족의 사회적 요인에 미치는 영향의 모형 적합성은 F=72.883, p<.001 수준으로 회귀모형이 매우 유의한 것으로 나타났으며 모형의 설명력은 34.4%로 나타났다. 이를 세부적으로 살펴보면 운동 몰입의 하위요인인 인지몰입 (p<.001)은 여가만족의 사회적 요인에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 베타계수로 본 독립변수들의 상대적인 영향력은 인지몰입 (β=.581)이 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

운동 몰입이 여가만족의 심리적 요인에 미치는 영향의 모형 적합성은 F=85.452, p<.001 수준으로 회귀모형이 매우 유의한 것으로 나타났으며 모형의 설명력은 38.1%로 나타났다. 이를 세부적으로 살펴보면 운동 몰입의 하위요인인 인지몰입 (p<.001)은 여가만족의 심리적 요인에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 베타계수로 본 독립변수들의 상대적인 영향력은 인지몰입 (β=.574)이 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

운동 몰입이 여가만족의 환경적 요인에 미치는 영향의 모형 적합성은 F=67.978, p<.001 수준으로 회귀모형이 매우 유의한 것으로 나타났으며 모형의 설명력은 32.8%로 나타났다. 이를 세부적으로 살펴보면 운동 몰입의 하위요인인 인지몰입 (p<.001)과 행위몰입 (p<.05)은 여가만족의 환경적 요인에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 베타계수로 본 독립변수들의 상대적인 영향력은 인지몰입 (β=.476)과 행위몰입 (β=.140)이 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

운동 몰입이 여가만족의 휴식적 요인에 미치는 영향의 모형 적합성은 F=90.654, p<.001 수준으로 회귀모형이 매우 유의한 것으로 나타났으며 모형의 설명력은 39.5%로 나타났다. 이를 세부적으로 살펴보면 운동 몰입의 하위요인인 인지몰입 (p<.001)과 행위몰입 (p<.01)은 여가만족의 휴식적 요인에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 베타계수로 본 독립변수들의 상대적인 영향력은 인지몰입 (β=.502), 행위몰입 (β=.178)순으로 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Table 9. Effect of Exercise Commitment on Leisure Satisfaction

Dependent variable	Independent variable	B	SE	β	t
Educational	(constant)	2.063	.167		12.325***
	Recognition Commitment	.490	.050	.582	9.897***
	Behavior Commitment	.060	.041	.085	1.450
F=95.832***, R2=.408					
Social	(constant)	1.942	.211		9.220***
	Recognition Commitment	.585	.062	.581	9.379***
	Behavior Commitment	.007	.052	.009	.142
F=72.883***, R2=.344					
Psychological	(constant)	2.155	.178		12.101***
	Recognition Commitment	.503	.053	.574	9.534***
	Behavior Commitment	.048	.044	.066	1.099
F=85.452***, R2=.381					
Environmental	(constant)	2.006	.202		9.926***
	Recognition Commitment	.454	.060	.476	7.588***
	Behavior Commitment	.111	.050	.140	2.234*
F=67.978***, R2=.328					
Restful	(constant)	1.510	.206		7.324***
	Recognition Commitment	.515	.061	.502	8.442***
	Behavior Commitment	.152	.051	.178	2.988**
F=90.654***, R2=.395					

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

4. 결론

주 5 일제 근무와 그로인한 여가시간 증대, 소득증대 등으로 국민들의 삶의 질이 향상되어 스포츠의 참여 형태에도 변화를 가져오기 시작했고, 대학의 교과목에도 변화를 가져오게 되었다. 이처럼 사회의 변화에 맞게 대학생 수상스포츠 참여자의 운동몰입과 여가만족의 관계를 규명하는 데 그 목적이 있으며 연구 결과를 통해 얻어진 결과에 대해 논의 하고자 한다.

대학생 수상스포츠 참여자의 운동 몰입이 여가 만족에 미치는 영향에서는 부분적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이를 세부적으로 살펴보면 교육적 여가만족, 사회적 여가만족, 심리적 여가만족은 인지몰입만 영향을 미치고, 환경적 여가만족, 휴식적 여가 만족은 운동 몰입 모든 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 운동에 몰입할 수 록 향상된 운동기능을 통해 여가 만족감을 느끼게 되는 것으로 판단되며 운동 몰임 경험은 여가 만족과 밀접한 상관관계가 있다고 보고한 Omodel and Wearing (1990)의 연구결과와 본 연구의 결과가 일치하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다. 또한 레저스포츠의 처음 시작은 주변의 권유, SNS, 수업 등을 통해 시작하게 된다. 그들은 본인들의 스포츠 활동이 자랑스럽고, 소중하고, 행복함을 느끼게 되는데 이때 운동 몰입을 경험하고 여가 만족감이 높아지는 것으로 판단된다. 본 연구에서 수상스포츠 참여 대학생들이 느끼는 운동 몰입은 여가만족에 대해 긍정적인 심리효과를 나타낸 것이라 판단된다. 학생들은 대부분 생활에서 정규수업 시간 외에 동아리 활동이나 개인적인 운동을 하면서 운동 몰입을 경험하게 되는데 수상스포츠 수업을 통한 운동 몰입 경험은 익숙한 곳이 아닌 자연에서의 활동으로 청량감과 함께 스트레스를 해소하고 운동 몰입감이 상승하며 이는 곧 여가만족에 긍정적인 효과를 나타내는 것을 의미하는 바이다. 따라서 본 연구의 목적과 같이 수상스포츠 참여 대학생들의 운동 몰입은 여가만족과 깊은 관계가 있는 것을 규명하였다.

References

Baker, D. M. A. (2014). Exploring cruise passengers' demographics, experience and satisfaction with cruising the western caribbean. *International Journal of Tourism & Hospitality Reviews, 1*(1), 33-43.

Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research, 12*(1), 20-33.

Cha, J-H., Chang, K., & Seo, W. J. (2018). Effects of SNS community use of outdoor sports participants on social capital and word-of-mouth. *Korean Society For Sport Management, 23*(2), 66-82.

Eigenschenk, B., Thomann, A., McClure, M., Davies, L., Gregory, M., Dettweiler, U., & Ingles, E. (2019). Benefits of outdoor sports for society: A systematic literature review and reflections on evidence. *Public Health, 16*(6), 1-21.

Ham, D-W. (2010). The effect of cultural characteristics of club members in water leisure sports on behavior of continuous participation. *Journal of the Korean Sports Association, 8* (2), 293-303.

Ilies, D. C., Buhas, R., Ilies, M., llies, A., Gaceu, O., Pop, A. C., Marcu, F., Buhas, S. D., Gozner, M., & Baias, S. (2018). Sport activities and leisure in Nature 2000 protected area - Red Valley, Romania. *Journal of Environmental Protection and Ecology, 19*(1), 367-372.

Kim H-N. (2016). The effects of exercise flow in sports participation on leisure satisfaction and exercise continuance of Korea military academy cadets. *Journal of the Korean Society of Sports Science, 25*(5), 635-648.

Lee, S. (2020). *Promoting healthy aging: an investigation of the relationships among sport satisfaction, sport identity, and sport commitment in the well-being of older adults*. (Doctoral Dissertation, University of Louisville). Retrieved from https://ir.library.louisville.edu/etd/3375

Lee K-M., & Kim, J. (2007). Humanities, social sciences: Influence of motives of club members to marine sports on participants satisfaction. *Journal of the Korean Physical Education Association, 46* (2), 117-130.

Liu, H., & Yu, B. (2015). Serious leisure, leisure satisfaction and subjective well-being of Chinese university students. *Social Indicators Research volume 122*, 59–174.

Mouratidis, K. (2019). Built environment and leisure satisfaction: The role of commute time, social interaction, and active travel. *Journal of Transport Geography, 80*, 1-11.

Omodel, M. M., & Wearing, A. J. (1990). Need satisfaction and involvement in personal project: Toward an integrative model of subjective wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*, 762-769.

Park, G-R. (2009). The effect of leisure activities and leisure satisfaction on subjective well-being of the pre-elderly. *Journal of the Korean Society of Living Science, 18*(2), 287-300.

Sato, M., Jordan, J. S., & Funk, D. C. (2014) The role of physically active leisure for enhancing quality of life. *Leisure Sciences, 36*(3), 293-313.

Tapar, A. V., Dhaigude, A. S., & Jawed, M. S. (2017) Customer experience-based satisfaction and behavioural intention in adventure tourism: Exploring the mediating role of commitment. *Tourism Recreation Research, 42*(3), 344-355.

Wheaton, B., Roy, G., Olive, R. (2017). Exploring critical alternatives for youth development through lifestyle sport: Surfing and community development in Aotearoa/New Zealand. *Sustainability, 9*, 2298-2313. -