

간호대학생의 학업스트레스에 영향을 미치는 요인

서영숙¹, 정추영¹, 조은하²

¹대구보건대학교 간호학과, ²영남외국어대학 간호학과

Factors Affecting Academic Stress of Nursing Students

Young-sook Seo¹, Chu-young Jeong^{1*}, Eun-ha Cho²

¹Department. of nursing, College of Daegu-Health

²Department. of nursing, Youngnam Foreign Language College

(Received November 13, 2020; Revised November 17, 2020; Accepted December 01, 2020)

Abstract

Purpose: The purpose of this study were to identify degree and the relationship between of self-efficacy, social support, and academic stress of nursing college students.

Method: This study was a descriptive research study to analyze the factors affecting academic stress. Data were collected by structured questionnaires from June 10 to 30, 2020. The survey conducted an online survey of 159 students in D and B city. Data were analyzed descriptive statistics, Pearson's correlation coefficient, and Stepwise multiple regression

Results: Academic stress were correlated with self-efficacy($r=-.41, p<.001$) and social support($r=-.40, p<.001$). In a multiple regression, self-efficacy($\beta=-.170, p=.010$), social support($\beta=-.137, p=.042$) were associated academic stress. These factors attributed to 22.2% of the total variance in academic stress.

Conclusion: Therefore the factors affective intervention techniques need to be applied to the development of programs to upgrade mental health academic stress of nursing students.

Key Words : Academic stress, Nursing Students, Self-efficacy, Social support

*Corresponding author : jcy0902@dhc.ac.kr

1. 서론

대학생은 청소년 후기와 성인기 초기 발달단계에 해당한다. 이 시기의 대학생은 자신의 정체성을 확립하고, 전공 선택에 따른 적응, 이성교제, 취업준비 등 다양한 심리사회적 과제를 이행하게 된다. 이로 인해 내적 갈등, 대인관계의 어려움, 취업에 대한 압박감 등 다양한 스트레스를 경험하고 있다¹⁾.

특히 대학생이 경험하는 스트레스는 우울, 불안 등을 야기하며, 사회부적응으로 인식하게 되므로 대학생의 스트레스와 심리적 안녕감은 사회적으로 고려되어야 한다²⁾. 최근 전공 선택에서의 고려 사항을 분석한 연구결과에서는 취업률이 높은 전공으로 주변인 권유로 선택하는 경우가 자신의 적성고려 경우보다 높게 보고되었다³⁾. 또한 간호대학 교육과정은 이론교육과 1,000시간 이상의 임상실습교육을 운영하고 있어⁴⁾, 간호대학생은 일반대학생보다 학업스트레스 수준이 높게 보고되었다¹⁾. 이러한 결과, 간호대학생의 학업스트레스는 학습뿐 만 아니라 심리적 부담감으로 건강을 위협하므로¹⁾⁴⁾, 학업스트레스에 대한 효과적인 대처가 중요하다.

최근 스트레스 대처에 대한 연구에서 개인의 내외적 특성에 초점을 둔 스트레스 감소 전략이 제시되면서⁵⁾, 자기효능감과 사회적 지지는 학업스트레스를 조절하는 주된 개인의 내외적 특성으로 작용하는 것으로 나타났다³⁾. 자기효능감은 개인이 특정 행위를 성공적으로 수행할 수 있다는 의지와 믿음으로⁶⁾, 자기효능감이 높을수록 어려운 상황에 직면하더라도 대처하여 문제를 해결할 수 있는 영향요인으로 작용한다⁷⁾. 따라서 자기효능감이 높을수록 학업스트레스를 유연하게 인식하고, 대처할 수 있으므로 심리적 안녕감도 증가할 수 있다³⁾⁵⁾. 사회적 지지는 유대감과 소속감을 공유할 수 있는 지지체계로⁸⁾⁹⁾, 사회적 지지가 높을수록 스트레스에 잘 대처하게 되므로 간호대학생들의 학업스트레스가 감소될 것이다²⁾. 한편 Yang 등⁴⁾의 연구에서 사회적 지지는 학업스트레스 관계에서 유의한 차이가 없는 것으로 보고되어 간호대학생 대상으로 사회적 지지와 학업스트레스 간의 반복연구가

필요하다.

간호대학생의 학업스트레스와 관련된 선행연구에서는 자기효능감¹⁰⁾, 사회적 지지⁴⁾, 스트레스 대처¹¹⁾ 등과 같은 변인들 간의 유의미한 관계가 확인되고 있다. 그러나 스트레스 대처유형에 대한 선행연구가 대부분으로 자기효능감, 사회적 지지, 학업스트레스 간의 심리사회적 변인 간의 관계를 파악할 필요가 있다.

이에 본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 사회적 지지, 학업 스트레스의 정도를 파악하고 이들 변인 간의 관계를 파악함으로써 간호대학생의 학업스트레스를 완화시킬 수 있는 방안을 모색하기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 사회적 지지, 학업스트레스의 정도를 파악하고 학업스트레스에 영향을 미치는 요인을 규명하고자 한다. 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 연구 대상자의 일반적 특성에 따른 학업스트레스의 차이를 파악한다.

둘째, 연구 대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 학업 스트레스의 정도를 확인한다.

셋째, 연구 대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 학업 스트레스 간의 상관관계를 분석한다.

넷째, 연구대상자의 학업스트레스에 미치는 영향요인을 분석한다.

2. 연구대상 및 방법

2.1. 연구설계

본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 사회적 지지, 학업스트레스의 정도를 파악하고 학업스트레스에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2. 연구대상 및 자료수집

연구대상자는 D시와 B시에 소재한 간호대학에 재학 중인 학생으로 해당 간호대학의 학장에게 전화로 연구목적과 취지를 설명한 후, 직접 방문하여 설문조사에 대한 동의를 구하였다. 자료 수집

은 연구자가 학생들에게 연구의 목적과 익명성 및 비밀보장에 대해 설명하고 사전 동의서를 통해 연구 참여에 동의한 총 166명의 자료를 수집하였다. 자료 수집 기간은 2020년 5월 10일부터 5월 30일 까지 실시하였으며, 설문 소요시간은 15분 정도였다.

표본의 수는 G*Power 3.1.3 program을 이용하여 효과크기(d) .15 유의수준(α) .05 검정력($1-\beta$) .95로 산출한 결과 총 138명이 산출되어, 대상자 탈락율 20%를 고려하여 총 166부 설문지를 배부하였으며, 그 중 불성실하게 답변된 설문지 7부를 제외한 159부를 최종 분석하였다.

2.3 연구도구

2.3.1. 학업스트레스

학업스트레스는 Schaufeli 등¹²⁾이 개발하고, Bae와 Shin¹³⁾이 수정·보완한 도구를 사용하였다. 총 15문항으로 점수범위는 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 점수가 높을수록 학업스트레스가 높음을 의미한다. 부정적인 문항은 역환산하였다. Bae와 Shin¹³⁾의 연구에서 Cronbach's α .91이었고, 본 연구에서는 .85이었다.

2.3.2. 자기효능감

자기효능감은 Sherer 등¹⁴⁾이 개발하고, Hong¹⁵⁾이 수정·보완한 도구를 사용하였다. 총 23문항으로, 점수범위는 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. Hong¹⁵⁾의 연구에서 Cronbach's α .86이었으며, 본 연구에서는 .88이었다.

2.3.3. 사회적 지지

사회적 지지는 Zimet, Dahlem, Zimet와 Parley¹⁶⁾가 개발하고, Shin과 Lee¹⁷⁾가 수정·보완한 도구를 사용하였다. 총 12문항으로 점수범위는 ‘매우 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 점수가 높을수록 사회적 지지의 수준이 높은 것을 의미한다. Shin과 Lee¹⁷⁾의 연구에서 Cronbach's α .89이었고, 본 연구에서 .92이었다.

2.4. 자료분석

수집된 자료는 PASW 18.0 program을 이용하여 유의수준 .05에서 양측 검정하였다. 일반적 특성에 따른 학업스트레스 정도의 차이는 t-test, one way-ANOVA로 분석하였으며, 사후검정은 Scheffe test로 실시하였다. 학업스트레스, 자기효능감, 사회적지지 간의 관계는 Pearson 상관관계수 (correlation coefficient)를 이용하여 분석하였으며, 학업스트레스의 설명력을 확인하기 위하여 단계적 회귀분석(multiple stepwise liner regression analysis)을 실시하였다.

3. 연구결과

3.1. 대상자의 일반적 특성에 따른 학업스트레스의 차이

대상자의 일반적 특성을 분석한 결과, 연령은 ‘22세 이하’가 85.5%, 성별은 여성이 71.1%이었고, 학년은 1-2학년 42.1%, 3-4학년 57.9%이었다. 학업성취도는 ‘중’ 66.7%, 간호학과 선택 동기는 ‘취업률이 높아서’ 52.8%, 전공만족도는 ‘민족’ 45.9% 나타났다. 일반적인 특성에 따른 전공만족도는 성주관적 건강상태($F=6.01, p=.003$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 이에 따른 각 변수의 결과는 ‘불만족’이 ‘보통’과 ‘만족’보다 통계적으로 유의하게 학업스트레스가 높았다(Table 1).

3.2. 대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 학업스트레스의 기술통계 및 제 변수 간의 상관관계

대상자의 자기효능감 평균은 3.11점, 사회적 지지 평균은 3.18점, 학업스트레스 평균은 3.44점으로 나타났다.

본 연구변수들 간의 상관관계를 분석한 결과, 학업스트레스는 자기효능감($r=-.41, p<.001$), 사회적 지지($r=-.40, p<.001$)와 음의 상관관계가 있었으며, 자기효능감은 사회적 지지($r=.41, p<.001$)와 양의 상관관계로 통계적으로 유의하였다(Table 2, 3).

Table 1. Difference in Academic Stress according to Characteristics of Participants (N=159)

Variables		N(%)	Academic stress	
			M±SD	t/F (p)
Age	≥22	136 (85.5)	3.39±0.99	1.20 (.229)
	≤23	23 (14.5)	3.12±1.11	
Gender	Man	46 (28.9)	3.45±1.09	0.74 (.458)
	Women	113 (71.1)	3.31±0.97	
Grade	1-2	67 (42.1)	3.38±1.04	0.22 (.819)
	3-4	92 (57.9)	3.34±0.99	
Academic performance	High	38 (23.9)	3.02±1.02	2.27 (.106)
	Middle	106 (66.7)	3.42±1.01	
	Low	15 (9.4)	3.40±0.93	
Motive	Employment rate	85 (52.8)	3.33±0.97	1.22 (.302)
	Valuable job	17 (11.5)	3.34±1.30	
	Aptitude and interest	26 (16.4)	2.64±1.09	
	Stable workplace	31 (19.3)	3.58±0.92	
Major satisfaction*	High ^{a)}	73 (45.9)	3.15±1.01	6.01 (.003) c>a,b
	Middle ^{b)}	70 (44.0)	3.33±0.97	
	Low ^{c)}	16 (10.1)	4.09±0.85	

* Sheffe's-test

Table 2. Descriptive Statistic of Measured Variables (N=159)

Variable	Range	M±SD
Self-efficacy	1-5	3.11±0.86
Social support	1-5	3.18±0.73
Academic stress	1-5	3.44±0.91

Table 3. Correlation among Measured Variables (N=159)

Variable	Self-efficacy	Social support	Academic stress
	r(p)		
Self-efficacy	1		
Social support	.41 (<.001)	1	
Academic stress	-.41 (<.001)	-.40 (<.001)	1

Table 4. Predictors of Academic Stress (N=159)

Variable	Model			
	B	β	t	p
(Constant)	5.41		14.38	<.001
Self-efficacy	-.32	-.30	3.74	<.001
Social support	-.35	-.28	3.50	.001
Major satisfaction	-.01	-.01	0.21	.980
adjusted R ² =.222, F=15.09(p<.001)				

3.3. 대상자의 학업스트레스에 영향을 미치는 요인

대상자의 학업스트레스에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 기본가정을 확인한 결과 잔차의 분포는 정규성을 만족하였고, 독립변인 간의 상관관계 계

수는 .80이상인 변수가 없어 변수들 간의 독립성이 확인되었으며, 공차한계(tolerance)가 0.83이상이고, 분산팽창인자(Variance Inflation Factor, VIF)는 10이하로 나타나 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다. 일반적 특성 중에서는 전공만족도는 '만족 한다'를 기준으로 가변수 처리하여 분석하였다. 일반적 특성과 자기효능감, 사회적 지지 변수를 투입한 결과, 자기효능감($\beta = -.30, p < .001$) 이었고, 사회적 지지($\beta = -.28, p = .001$)로 나타났으며, 이들 변인들이 대상자의 학업스트레스에 영향을 미치는 요인에 대한 설명력은 22.2%이었다 ($F = 14.60, p < .001$) (Table 4).

4. 고찰

본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 사회적 지지, 학업스트레스의 정도를 파악하고 학업스트레스에 영향을 미치는 요인을 규명하여 간호대학생의 학업스트레스를 완화시킬 수 있는 방안을 모색하기 위한 기초자료를 제공하고자 시도하였다.

본 연구에서 학업스트레스는 평균 3.44점 이었고, 학업스트레스에 영향을 미치는 요인은 자기효능감과 사회적 지지로 나타났으며, 이들 요인은 대상자의 학업스트레스에 영향을 미치는 요인에 대한 설명력은 22.2%이었다.

한편 학업스트레스 정도는 3.44점으로 나타났다. 이는 Yang 등⁴⁾의 연구에서 보다 학업스트레스 정도는 높게 나타났다. 따라서 간호대학생을 대상으로 학년별 스트레스의 정도를 알아보고, 스트레스를 유연하게 받아들일 수 있도록 그에 대한 대처자원과 지지체계를 형성할 수 있는 프로그램이 필요하다¹⁾.

자기효능감은 특정행위를 성공적으로 수행할 수 있다는 신념으로 학업스트레스 상황을 유연하게 대처할 수 있다⁷⁾. 사회적 지지는 타인과 관계를 통해 스트레스 상황을 공유함으로써 스트레스를 예방하거나 경감할 수 있다. 특히 대학생은 또래와 함께 지지체계를 형성하여 학업스트레스 환경을 통제함으로써 스트레스에 유연하고 적극적으로 대처하는 것으로 나타났다. 따라서 간호대학생이 자기효능감과 사회적 지지를 향상

시킬 수 있는 다양한 프로그램 개발이 필요하다. 본 연구는 일부 지역의 간호대학생을 대상으로 하였으므로 연구결과를 간호대학생 전체로 일반화 하는데 한계가 있어 지역을 확대한 반복연구를 제안한다.

References

1. Kang HJ, Jee YJ. The convergent study of mental health on nursing students. the korean journal of counseling and psychotherapy, Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology, 2019;9(1):739-748.
DOI : <http://dx.doi.org/10.21742/AJMAHS.2019.01.74>
2. Jeon SY. Relationship between social support, health status, college adjustment and academic achievement in college. The Journal of Korean Society for School Health Education, 2012;11:93-115.
3. Korean Accreditation Board of Nursing Education (KABONE). Accreditation manual with interpretive guidelines for four-year nursing programs [Internet]. Seoul: KABONE; c2017 [cited 2019 Jan 28]. Available from: <http://www.kabone.or.kr/kabon02/index04.php>.
4. Yang YK, Han KS, Bae MH, Yang SH. Social support, academic stress, clinical practice stress in college student of nursing. Korean Society of Stress Medicine, 2014;3(23):23-33.
5. Yang NY, Moon SY. Relationship of self-leadership, stress and satisfaction in clinical practice of nursing students. Journal of Korean Academy of Nursing Administration. 2011;17(2):216-225.
DOI : <https://doi.org/10.11111/jkana.2011.17.2.216>
6. Sherer, M., Maddux, J., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., & Jacobs, B. The self-efficacy scale: construction and validation. Psychological Reports, 1982;51: 663-671.
7. Yang SY. The study on relationship between

- characteristics of cultural exchanges, self-efficacy, and cultural competency of nursing students. *The Journal of the Korea Contents Association*. 2014;14(7):334-345.
8. Whang SJ. The relationship between clinical stress, self-efficacy, and self-esteem of nursing college students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2006;12(2):205-213.
 9. Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G., & Parley, G. K. The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 1988;52:30-41.
 10. Kim SH, Lee JH, Jang MR. Factors affecting clinical practicum stress of nursing students: using the Lazarus and Folkman's stress-coping model. *Korean Journal of Academy Nursing*, 2019;49(4):437-448.
DOI :<https://doi.org/10.4040/jkan.2019.49.4.437>
 11. Jang HJ. Effects of personality type, academic stress and stress coping methods on college life adjustment among nursing students, *Journal of the Korean Applied Science and Technology*, 2020;37(4):969-985.
DOI : <http://dx.doi.org/10.12925/jkocs.2020.37.4.969>
 12. Schaufeli W B, Martinez I M, Pinto A M, Salanova M, & Bakker A B. Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2002;33:464-481.
 13. Bae BH, Shin HC. The effects of self-determination and academic procrastination on academic stress: The application of multivariate latent growth modeling, *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*. 2009;21(3):747-764.
 14. Sherer M., Maddux, J., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., & Jacobs, B. The self-efficacy scale: construction and validation. *Psychological Reports*, 1982;51: 663-671.
 15. Hong HY. The relationships of perfectionism, self-efficacy and depression. Unpublished master's thesis, Ewha Woman's University, Seoul, 1995.
 16. Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, & Parley G K. The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 1988;52:30-41.
 17. Shin JS, Lee YB. The effects of social supports on psycho-social well-being of the unemployed. *Korean Journal of Social Welfare*, 1999;37:241-269.