Journal of the Korea Convergence Society
Vol. 11. No. 9, pp. 443-450, 2020

ISSN 2233-4890 / eISSN 2713-6353
https://doi.org/10.15207/JKCS.2020.11.9.443

간호대학생의 회복탄력성이 학업스트레스와 학업성취도에 미치는 영향

홍세화[1*], 김지수[2], 주도빈[2]
[1]한일장신대학교 간호학과 교수, [2]한일장신대학교 간호학과 졸업생

The Effect of Resilience on Academic Stress and Academic Achievement in Nursing Students

Se-Hwa Hong[1*], Ji-Soo Kim[2], Do-Bin Ju[2]
[1]Professor, Department of Nursing, Hanil University and Presbyterian Theological Seminary
[2]Graduate, Department of Nursing, Hanil University and Presbyterian Theological Seminary

요 약 본 연구의 목적은 간호대학생의 회복탄력성과 학업스트레스, 학업성취도 간의 상관관계를 파악하고 회복탄력성이 학업스트레스와 학업성취도에 어떠한 영향을 미치는지 규명하기 위함이다. 2019년 9월 26일부터 10월 12일까지 W군에 위치한 일 개 대학 간호대학생 230명을 편의표집 하였으며, 부적절한 응답자를 제외한 197명의 자가보고 설문지를 SPSS/WIN 23.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 본 연구결과 회복탄력성은 학업스트레스(r=-.46, p〈.001)와 음의 상관관계를, 학업성취도(r=.48, p〈.001)와는 양의 상관관계를 나타내었다. 회귀분석 결과 회복탄력성 하위영역 중 사회적지지, 조직적 스타일, 긍정성은 학업스트레스에 대해 28.4%(F=24.80, p〈.001)의 설명력을 나타내었고 관계성, 자신감은 학업성취도에 대해 22.7%(F=27.80, p〈.001)의 설명력을 보였다. 따라서 본 연구를 토대로 간호대학생들의 학업스트레스를 관리하고, 학업성취도를 향상시키기 위해 사회적지지, 조직적 스타일, 긍정성, 관계성, 자신감을 증진시킬 수 있는 중재방안을 개발하는 노력이 필요하겠다.

주제어 : 융합, 간호대학생, 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도

Abstract This study examined the relationship of resilience, academic stress and academic achievement of nursing students. Data were collected through self reported structured questionnaire in 197 nursing students from September 26 to October 12, 2019. Data were analyzed using SPSS/WIN 23.0. As a result this study, resilience was negatively correlated with academic stress(r=-.46, p〈.001). while resilience was positively correlated with academic achievement(r=.48, p〈.001). As a result regression analysis, social support, structural style, and positivity among the sub—variables of resilience explained 28.4%(F=24.80, p〈.001) of the academic stress in nursing students. Relational, and self confidence explained 22.7%(F=27.80, p〈.001) of the academic achievement Therefore, it is necessary to develop interventions that can enhance social support structural style, positivity, relational, and self confidence to manage the academic stress and to improve academic achievement of nursing students.

Key Words : Convergence, Nursing Students, Resilience, Academic Stress, Academic Achievement

*Corresponding Author : Se-Hwa Hong(shhong@hanil.ac.kr)
Received July 8, 2020 Revised August 8, 2020
Accepted September 20, 2020 Published September 28, 2020

1. 서론

1.1 연구의 필요성

대학생은 청소년기에서 성인기로 가는 과도기이며, 사회인이 되기 전 준비단계로 급격한 사회 환경의 변화를 견뎌야 하는 집단이다. 대학생활에의 적응, 미래에 대한 불안감, 직업선택, 진로 및 취업준비 등으로 인해 스트레스를 가장 많이 받는 연령대에 속해 있으며[1,2], 통계청의 조사결과에서도 대학생이 포함되어 있는 20대의 스트레스 정도가 30대에 이어 두 번째로 높은 것으로 나타났다[3].

간호대학생은 일반학과 대학생보다 스트레스 수준이 높은 것으로 보고되고 있는데[4], 간호대학생을 대상으로 한 스트레스 관련 선행연구들은 가장 높은 스트레스 요인으로 학업문제, 학업부담감을 제시하였다[5,6]. 그 이유로 입학 초기부터 평소에 잘 사용하지 않는 의학용어와 함께 과중한 분량의 전공과목 이론수업, 뿐만 아니라 교내에서 실시되는 핵심기본간호술기의 습득, 병원과 지역사회 기관 등의 낯설고 다양한 외부환경에서의 실습 및 실습 중 발생하는 과제물에 대한 부담감, 간호사 국가시험을 준비해야 하고 합격해야 한다는 심리적 압박감이 거론된다[7,8].

특히 간호대학생은 학업성적 자체가 취업에 많은 영향을 미치기 때문에 학업성적 및 학업성취에 대한 민감도가 타 학과 학생들에 비해 크다[9]. 학업성취도는 학습을 통하여 습득한 능력이나 학업의 결과로 대학 교육의 이념과 목표가 교수 학습 과정을 통하여 구체화되는 결과를 의미한다[10]. 학업성취는 학생에게 가장 핵심적인 과업이기에 학업에서의 성공은 학생에게 가장 자랑스러운 경험으로, 실패는 고통스러운 경험으로 기억된다[11]. 대학생을 대상으로 한 선행연구를 살펴보면 학업스트레스와 학업성취도는 음의 상관관계를 보여 학업스트레스가 높을수록 학업성취도가 낮음을 알 수 있었고[12], 학업성취도가 낮은 경우 높은 학업스트레스로 인해 간호학을 중도에 포기하는 경우로 발전하기도 하였다[13].

이렇듯 간호대학생의 높은 학업스트레스를 적절하게 예방하고 효과적으로 처리하지 못한다면 신체적인 건강문제와 긴장, 실패감, 불안, 우울, 좌절 등과 같은 심리적 어려움이 작용하게 되어 학업수행과 개인의 삶에 영향을 미쳐 대학생활에 적응하지 못한다고 알려져 있다[14]. 뿐만 아니라 졸업 후 간호업무수행능력에도 영향을 미치게 되므로[15] 학업 스트레스를 효과적으로 관리하기 위한 중재방안을 마련하는 것이 필요하겠다.

회복탄력성(resilience)은 생의 과정에서 겪게 되는 어려운 상황이나 역경, 스트레스, 고통을 극복하여 성장의 경험으로 전환하고 앞으로 나아가는 능력이며[16], 스트레스의 부정적인 효과를 중재하고 적응을 증진시키는 정서적인 활기 또는 긍정적인 성격, 변화하는 환경에 적응하고 그 환경을 조절하여 스트레스를 관리할 수 있는 힘을 의미한다[17]. 회복탄력성은 인내심, 자기신뢰, 독립심, 의지력, 평정심, 대인관계, 사회성, 계획성, 문제해결력, 조직력, 융통성 등의 다양하고 포괄적인 개념으로 제시되고 있는데, 이러한 회복탄력성이 높은 사람은 낙관적이고 적극적인 삶의 자세로 역경을 극복하고 성공적으로 적응할 수 있게 된다[17,18]. 회복탄력성은 예비간호사인 간호대학생들에게 지각된 스트레스와 불안을 감소시켜 심리적인 안녕감을 주는 중요한 요소이다. 또한 스트레스를 유발하는 환경에 탄력적으로 대응하는 개인의 총체적인 내적 능력으로 인생의 어려움을 견뎌내는 힘이며, 스트레스를 겪은 후 원래 있었던 위치보다 더 높은 곳으로 올라갈 수 있도록 하여 더 나은 삶을 살 수 있게 하는 원동력이 된다[17,19].

최근까지 이루어진 선행연구를 살펴보면, 회복탄력성이 간호대학생의 학업스트레스, 실습스트레스, 불안, 대학생활 등에 미치는 영향에 관한 연구는 다수 보고되었다[13,14,19]. 그렇지만 회복탄력성의 다양한 개념 중 어떤 요인이 학업스트레스 및 학성성취도에 직접적으로 영향을 미치는 지를 확인한 연구는 거의 없는 실정이다.

이에 본 연구는 간호대학생의 학업스트레스를 효과적으로 관리하고, 학업성취도를 향상시키기 위해 회복탄력성을 증진시키는 구체적 중재방안을 개발하는데 기초 자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구목적

본 연구는 간호대학생의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 정도 및 이들 변인 간의 관계를 파악하고, 학업스트레스와 학업성취도에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

1) 대상자의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 정도를 파악하다.
2) 대상자의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 간의 상관관계를 파악한다.
3) 학업스트레스에 영향을 미치는 회복탄력성 하부 요인을 파악한다.
4) 학업성취도에 영향을 미치는 회복탄력성 하부 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 정도를 파악하고, 이들 변인 간의 관계 및 회복탄력성이 학업스트레스와 학업성취도에 미치는 영향을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구 대상자는 W군에 위치한 일개 대학 간호학과 재학 중인 학생을 대상으로 편의추출 하였다.

연구에 필요한 표본 수는 G*Power 3.1.0 program을 이용하여 유의수준 .05, 효과크기 .15, 검정력 .95, 예측 변수 수 7을 적용하여 연구에 필요한 최소 표본 수가 153명임을 확인하였다. 불충분한 응답수를 고려하여 간호학과 재학 중인 학생 230명을 대상으로 설문지를 배포하여 200부를 회수하였으며, 이 중 불성실한 답변을 한 응답자 3명을 제외한 197명이 최종 연구대상자였다.

2.3 연구도구

2.3.1 회복탄력성

회복탄력성은 Yang, Kim, Yu, Park & Lee[20]가 문헌고찰 및 간호대학생과의 면담과 설문을 통해 개발하고 타당도를 분석한 도구로 측정하였다. 이 도구는 총 24개 문항으로 7개 하위영역인 자신감 요인, 관계성 요인, 긍정성 요인, 대처능력 요인, 사회적지지 요인, 감정조절 능력 요인, 조직적 스타일 요인으로 구성되었다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서부터 '매우 그렇다' 5점까지이며, 문항 중 부정적인 2개 문항은 역환산하였다. 평균 점수가 높을수록 회복탄력성이 높음을 의미하며, Yang, Kim, Yu, Park & Lee[20]의 연구에서 도구의 신뢰도 Chronbach's α=.840이었고, 본 연구에서 Chronbach's α=.820이었다.

2.3.2 학업스트레스

학업스트레스는 Oh & Cheon[21]이 개발하고 대학생에 맞게 Lee[22]가 재구성한 도구로 측정하였다. 이 도구는 총 42문항으로 5개 하위영역인 성적스트레스 요인, 시험스트레스 요인, 수업스트레스 요인, 공부스트레스 요인, 진로스트레스 요인으로 구성되었다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서부터 '매우 그렇다' 5점까지이며, 평균 점수가 높을수록 학업스트레스 수준이 높음을 의미한다. Lee[22]의 연구에서 학업스트레스 도구의 신뢰도 Chronbach's α=.920이었고, 본 연구에서 Chronbach's α=.930이었다.

2.3.3 학업성취도

학업성취도는 Rovai, Wighting, Baker & Grooms[23]이 대학생을 대상으로 인지적, 정의적 및 심동적 영역에서의 학업성취도를 측정하기 위해 개발한 자기보고형식의 인지학습척도(CAP, Cognitive, Affective, and Psychomotor Perceived Learning Scale)를 Park, Lee & Bae[24]가 번안하여 측정한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 9문항, 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서부터 '매우 그렇다' 5점까지이며, 평균 점수가 높을수록 학습자가 인지하는 학업성취도가 높음을 의미한다. 도구개발 당시 도구의 신뢰도 Chronbach's α=.790이었고, 본 연구에서 Chronbach's α=.910이었다.

2.4 자료수집

본 연구의 자료수집기간은 2019년 9월 26일부터 10월 12일까지였으며, 연구 참여에 동의한 대상자에게 설문지를 배포하고 회수하여 자료를 수집하였으며, 설문지를 작성하는데 소요되는 시간은 10~15분 정도였다.

2.5 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 23.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- ·대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율을 산출하였다.
- ·회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 정도는 평균과 표준편차를 산출하였다.
- ·회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도와의 관계는 Pearson's Correlation Coefficient로 분석하였다.
- ·회복탄력성이 학업스트레스, 학업성취도에 미치는 영향은 다중회귀분석을 실시하였다.

2.6 연구의 윤리적 고려

연구대상자의 권리 보호를 위해 자료수집 시 대상자에게 연구목적, 익명성 및 비밀보장에 대해 설명하였다. 대상자가 원하지 않을 경우에는 언제라도 중단할 수 있으며, 수집된 자료는 연구 목적 이외에는 사용되지 않음을 설명한 후 연구 참여에 동의한 자에게 서명 동의를 받고 설문을 실시하였다. 설문조사 완료 후 연구 참여에 대한 감사의 뜻으로 소정의 답례품을 제공하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다.

전체 대상자 중 여학생이 148명(75.1%)이었으며, 학년은 1학년 50명(25.4%), 2학년 53명(26.9%), 3학년 43명(21.8%), 4학년 51명(25.9%)으로 고루 분포되어 있었고, 종교는 기독교가 115명(58.4%), 무교 68명(34.5%) 순이었다.

거주형태는 부모님 집 76명(38.6%), 자취 75명(38.1%), 기숙사 40명(20.3%)이었으며, 성격 성향은 내향적 117명(59.4%), 외향적 80명(40.6%)이었다. 건강상태는 보통 83명(42.1%), 건강함 60명(30.8%), 나쁨 36명(18.3%)이었으며, 간호학과 지원 동기는 높은 취업률 64명(32.5%), 적성 고려 57명(28.9%), 부모님 및 타인의 권유 47명(23.9%) 순으로 나타났다.

Table 1. General characteristics of participant

(N=197)

Characteristics	Categories	n	%
Gender	Male	49	24.9
	Female	148	75.1
Grade	freshman	50	25.4
	sophomore	53	26.9
	junior	43	21.8
	senior	51	25.9
Religion	Protestant	115	58.4
	Catholic	11	5.6
	Buddhism	2	1.0
	Non	68	34.5
	Other	1	0.5
Type of residence	Home	76	38.6
	Dormitory	40	20.3
	Living alone	75	38.1
	Others	6	3.0
Personality disposition	introverted	117	59.4
	extroverted	80	40.6
Perceived health status	Excellent	14	7.1
	Good	60	30.8
	moderate	83	42.1
	Poor	36	18.3
	Very poor	4	2.0
Applied motivation on department of nursing	High school grades	5	2.5
	Others persuasion	47	23.9
	Employment rate	64	32.5
	Consider aptitude	57	28.9
	Others	24	12.2

3.2 대상자의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도

대상자의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 정도는 Table 2와 같다.

대상자의 회복탄력성은 5점 만점에 평균과 표준편차 3.68.±0.46이었다. 하위 영역별 문항 평균평점은 사회적 지지가 4.01±0.59로 가장 높았고, 조직적 스타일이 2.95±0.93으로 가장 낮았다.

학업스트레스는 5점 만점에 평균과 표준편차는 3.57±0.52, 학업성취도는 5점 만점에 3.42±0.43이었다.

Table 2. Mean scores of resilience, academic stress, academic achievement

Characteristics	M	SD
Resilience	3.68	0.46
Self confidence	3.62	0.59
Positivity	3.99	0.61
Coping ability	3.57	0.72
Emotional regulation	3.56	0.76
Structural style	2.95	0.93
Relational	3.80	0.53
Social support	4.01	0.59
Academic Stress	3.57	0.52
Academic Achievement	3.42	0.43

3.3 대상자의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 간의 상관관계

대상자의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 간에 상관분석을 실시한 결과는 Table 3과 같다.

회복탄력성과 학업스트레스는 음의 상관관계(r=-.46, p<.001)가 있는 것으로 나타났다. 하위 영역별로 살펴보면, 사회적 지지와 학업스트레스(r=-.40, p<.001), 자신감과 학업스트레스(r=-.38, p<.001), 조직적 스타일과 학업스트레스(r=-.37, p<.001), 긍정성과 학업스트레스(r=-.34, p<.001), 감정조절과 학업스트레스(r=-.27, p<.001), 대처능력과 학업스트레스(r=-.23, p=.002), 관계성과 학업스트레스(r=-.19 p=.008)가 음의 상관관계를 보였다.

회복탄력성과 학업성취도는 양의 상관관계(r=.48, p<.001)가 있는 것으로 나타났다. 하위 영역별로 살펴보면, 관계성과 학업성취도(r=.42, p<.001), 자신감과 학업성취도(r=.41, p<.001), 대처능력과 학업성취도(r=.37, p<.001), 긍정성과 학업성취도(r=.36, p<.001), 감정조절과 학업성취도(r=.32, p<.001), 사회적 지지와 학업성취도(r=.27, p<.001), 조직적 스타일과 학업성취도(r=.25, p=.001)가 양의 상관관계를 보였다.

Table 3. Correlations among resilience, academic stress and academic achievement

(N=197)

Variables	Resilience	Academic stress	Academic achievement
Resilience	1	-.46 (<.001)	.48 (<.001)
Self confidence		-.38 (<.001)	.41 (<.001)
Positivity		-.37 (<.001)	.36 (<.001)
Coping ability		-.23 (.002)	.37 (<.001)
Emotional regulation		-.27 (<.001)	.32 (<.001)
Structural style		-.37 (<.001)	.25 (.001)
Relational		-.19 (.008)	.42 (<.001)
Social support		-.40 (<.001)	.27 (<.001)
Academic stress	-.46 (<.001)	1	-.16 (.027)
Academic achievement	.48 (<.001)	-.16 (.027)	1

3.4 대상자의 학업스트레스에 영향을 미치는 요인

대상자의 학업스트레스에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 4와 같다. 독립변수들 간의 다중공선성을 분석한 결과, 공차한계(tolerance)는 0.54~0.69으로 0.1 이상 나왔으며, 분산팽창계수(VIF)는 1.46~1.87로 나타나 10보다 크지 않으므로 독립변수들 간의 다중공선성에는 문제가 없었다.

회귀모형은 유의하였으며(F=24.80, p<.001), 모형의 설명력은 28.4%였다. 학업스트레스에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 사회적지지(β=-.26, p<.001), 조직적 스타일(β=-.33, p<.001), 긍정성(β=-.18, p=.018)로 나타나 사회적지지, 조직적 스타일, 긍정성 점수가 높을수록 학업스트레스가 낮음을 알 수 있었다.

Table 4. Influencing factors on academic stress

(N=197)

Variables	B	SE	β	p
(Constant)	4.65	.26		<.001
Social support	-.23	.07	-.26**	<.001
Structural style	-.18	.04	-.33**	<.001
Positivity	-.15	.06	-.18*	.018
R^2	.284			
F	24.80**			

3.5 대상자의 학업성취도에 영향을 미치는 요인

대상자의 학업성취도에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 5와 같다. 독립변수들 간의 다중공선성을 분석한 결과, 공차한계(tolerance)는 0.53~0.68으로 0.1 이상 나왔으며, 분산팽창계수(VIF)는 1.52~1.86로 나타나 10보다 크지 않으므로 독립변수들 간의 다중공선성에는 문제가 없었다.

회귀모형은 유의하였으며(F=27.80, p<.001), 모형의 설명력은 22.7%였다. 학업성취도에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 관계성(β=.29, p<.001), 자신감(β=.27, p<.001)로 나타나 관계성, 자신감 점수가 높을수록 학업성취도가 높음을 알 수 있었다.

Table 5. Influencing factors on academic achievement

(N=197)

Variables	B	SE	β	p
(Constant)	1.84	.21		<.001
Relational	.23	.060	.29**	<.001
Self confidence	.19	.05	.27**	<.001
R^2	.227			
F	27.80**			

4. 논의

본 연구는 간호대학생의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 정도 및 이들 간의 상관관계를 확인하고, 회복탄력성이 학업스트레스와 학업성취도에 어떠한 영향을 미치는지 파악함으로써 간호대학생의 학업스트레스를 효과적으로 관리하고, 학업성취도를 향상시키기 위한 중재방안을 개발하는데 기초 자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구에서 간호대상자의 회복탄력성은 5점 만점에 평균 3.68점이었으며, 하위영역 별로 살펴보면 사회적 지지가 4.01점으로 가장 높았고, 일상의 업무를 계획하고 조직하는 방식을 의미하는[20] 조직적 스타일이 2.95점으로 가장 낮았다. 이는 Kim, Yu & Lee[25]의 연구에서 간호대학생의 회복탄력성 점수가 평균 3.07점인 것과 비교하면 다소 높은 수준임을 알 수 있었고, 하위영역 별로 사회적 지지가 4.02점으로 가장 높게, 조직적 스타일이 2.87점으로 가장 낮게 나타난 것은 일치하는 결과임을 알 수 있었다. 간호대학생들은 일반학과 학생들과 달리 졸업 직전까지 이론수업 및 실습의 일정이 바쁘게 짜여 있고 학업에 대한 부담도 과중하여 개인적인 여가 시간이 거의 없기 때문에 하루 일정을 잘 조직하는 능력인 '조직적 스타일'이 중요하다. 그럼에도 불구하

고 회복탄력성의 하위영역 중 가장 낮은 점수를 보이고 있어 간호대학생들이 대학에서 정해 놓은 일정에만 의지하여 수동적으로 대학생활을 하는 것이 아니라 자신의 일정을 조직적으로 계획하고 관리할 수 있도록 역량을 개발하고 강화시키는 것이 필요하겠다.

본 연구에서 간호대학생들의 학업스트레스는 5점 만점에 평균 3.57점 이었다. 이는 Hong & Kim[4]의 연구에서 간호대학생의 학업스트레스가 5점 만점에 평균 3.83점이었던 것에 비해서는 다소 낮은 수준이지만, 일반 대학생을 대상으로 한 Lee[22]의 연구에서 5점 만점에 2.70점이었던 것과 비교하면 간호대학생의 학업스트레스가 일반 대학생에 비해 굉장히 높은 수준임을 알 수 있다. 학업성취도는 5점 만점에 평균 3.42점으로 이는 간호대학생을 대상으로 연구한 Park, Lee & Bae[24]의 연구에서 학업성취도 평균이 3.48점이었던 것과 유사한 결과이다. 대학생의 학업수행과 학업성취가 주요한 과업으로 대두됨에 따라 학습자는 더 높은 수준의 학습요구와 수행 부담감을 경험하게 된다. 이러한 요구와 부담감을 견디며 학업을 수행하는 것은 결코 쉬운 일이 아니다. 과도한 경쟁 속에서 야기되는 학업스트레스는 학업문제뿐만 아니라 개인의 심리, 정서, 교우관계, 사회적 관계 나아가서 신체적, 정신적 건강과도 연관될 수 있다. 따라서 간호대학생의 학업스트레스를 학생 개인의 문제로만 인식할 것이 아니라 학생들이 스트레스를 해소하고 정서적 안정감을 찾을 수 있도록 세심한 주의를 기울이고 조기에 대처하는 교육적 노력이 요구된다.

본 연구에서 간호대학생의 회복탄력성과 학업스트레스는 유의한 음의 상관관계(r=-.457, p<.01)가, 회복탄력성과 학업성취도(r=.479, p<.01)는 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉 회복탄력성이 높을수록 학업스트레스는 감소하고, 학업성취도는 향상됨을 알 수 있다. 이는 회복탄력성이 학업스트레스, 임상실습스트레스와 부적상관관계를 가진다고 보고한 Hong & Kim[4]의 연구결과 및 회복탄력성과 지각된 스트레스의 부적상관관계를 보고한 Jo[19]의 연구결과와도 일치한다. 또한 회복탄력성이 높을수록 학업성취도가 높아진다고 보고한 Choi[26]의 연구결과와도 일치한다. 회복탄력성은 스트레스 상황에서 본연의 긍정적인 측면을 활용하여 스트레스나 불안과 같은 심리·정서적인 부분을 조절하기 때문에 회복탄력성이 높은 학생들은 학업 중단이나 학업위기가 존재함에도 불구하고 높은 성취동기를 가지고 성공적으로 학업을 수행하는 경향이 높은 것으로 나타났다[25]. 회복탄력성은 타고나는 기질적 특성이 아니라 개인과 환경의 역동적 상호작용을 통해 점진적으로 형성되는 것이고, 교육이나 훈련을 통해 향상시킬 수 있는 개인의 능력이기에[20] 대학의 교육과정에서 간호대학생의 회복탄력성을 증진시킬 수 있는 맞춤형 프로그램을 개발하고 적용함으로써 간호대학생의 학업스트레스를 중재하고 학업성취도를 향상시킬 수 있으리라 사료된다.

회복탄력성의 하위영역을 구체적으로 살펴보면 사회적지지(β=-.259, p<.01), 조직적 스타일(β=-.326, p<.01), 긍정성(β=-.178, p<.05)은 학업스트레스에 유의하게 영향을 미쳐 사회적지지, 조직적 스타일, 긍정성 점수가 높을수록 학업스트레스가 적음을 알 수 있었다. 이를 통해 볼 때 높은 학업스트레스를 경험하는 간호대학생들의 학업스트레스를 감소시킬 수 있는 전략으로 교수 및 친구들의 지지 체계를 강화하는 것이 필요하겠고, 학과의 교육과정 및 과중한 학업에 수동적이고 의존적으로 끌려가기 보다는 학업을 스스로 계획하고 실행에 옮길 수 있도록 구체적인 학습전략을 모색하는 것이 요구된다. 긍정성이 높은 사람은 감정 통제를 잘 하므로 심리적으로 학업소진을 경험할 가능성이 줄어들고, 스트레스 상황에서 효과적인 적응과 대처능력을 갖기에[27] 긍정적 정서를 강화시킬 수 있는 교육 프로그램을 개발하고 적용하는 것이 필요하다고 사료된다.

또한 관계성(β=.289, p<.01), 자신감(β=.265, p<.01)은 학업성취도에 유의하게 영향을 미쳐 관계성, 자신감 점수가 높을수록 학업성취도가 높은 것으로 확인되었다. 간호대학생들은 학우 간에 배타적이며 치열한 경쟁으로 인하여 교우관계의 범위가 축소되고 대인관계 갈등을 경험하기도 하는데, 함께 공부하고 있는 학생들이 서로를 경쟁자로 인식하기에 앞서 학문공동체로서 소속감 및 친밀감을 가질 수 있도록 다양한 활동을 계획하여 바람직한 인간관계를 확대할 수 있도록 지원하는 것이 필요하겠다. 또한 자신감은 어떤 활동을 선택하고 얼마나 노력을 기울일 것인가를 결정하는 중요한 동기요인으로, 자신감이 높은 학생은 자신의 능력을 신뢰하는 까닭에 적극적으로 사고하고 행동하여 원하는 결과를 얻게 된다[28]. 따라서 간호대학생들이 자신의 능력으로 학업 및 대학생활을 충분히 해낼 수 있다는 자신감을 경험할 수 있도록 다양한 학습전략을 수립하는 것도 필요하다고 사료된다.

본 연구를 통해 간호대학생의 학업스트레스를 관리하고 학업성취도를 향상시키는데 회복탄력성, 특히 사회적지지, 조직적 스타일, 긍정성, 관계성, 자신감의 하위 요인이 의미 있는 영향을 미침을 확인할 수 있었다. 하지만 본 연구는 일개 대학에 재학 중인 간호대학생만을 대상

으로 하였기 때문에 일반화하는데 신중을 기할 필요가 있겠다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 회복탄력성, 학업스트레스, 학업성취도 정도와 이들 간의 상관관계, 회복탄력성이 학업스트레스와 학업성취도에 미치는 영향을 파악함으로써 간호대학생의 학업스트레스를 효과적으로 관리하고, 학업성취도를 향상시키기 위한 기초 자료로 활용하고자 시도되었다.

본 연구결과 간호대학생들의 학업스트레스 수준이 높음을 알 수 있었고, 회복탄력성의 하위요인 중 사회적지지, 조직적 스타일, 긍정성은 학업스트레스에, 관계성과 자신감은 학업성취도에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이에 대학은 간호대학생들의 학업스트레스 감소 및 학업성취도 향상을 위해 회복탄력성을 증진시킬 수 있는 다양한 맞춤형 프로그램을 개발·운영하는 것이 필요하고, 특히 회복탄력성의 하위 영역 중 사회적지지, 조직적 스타일, 긍정성, 관계성, 자신감을 증진시킬 수 있는 다양한 교육전략을 수립하는 것이 필요하다고 사료된다. 이상의 결과를 토대로 중재 프로그램을 개발·적용한 후 그 효과를 확인하는 연구를 시도해 볼 것을 제언한다.

REFERENCES

[1] S. H. Lee & S. J. Kim. (2012). The degree of perceived stress, depression and self Esteem of university students. *Journal of Korean Public Health Nursing, 26(3),* 453-464. DOI : 10.5932/JKPHN.2012.26.3.453

[2] D. Sarokhani, A. Delpisheh, Y. Veisani, M. T. Sarokhani, R. E. Manesh & K. Sayehmiri. (2013). Prevalence of depression among university students: A systematic review and meta-analysis study. *Depression Research and Treatment, 2013,* 1-7. DOI : 10.1155/2013/373857

[3] Statistics Korea. (2017). *National health and nutrition examination survey*. Daejeon: Statistics Korea. http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_pi/8/6/2/index.board?bmode=read&aSeq=351216

[4] H. S. Hong & H. Y. Kim. (2016). Effect of academic stress, clinical practice stress, resilience on nursing student's adjustment to college life. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology, 6(2),* 221-234. DOI : 10.35873/ajmahs.2016.6.2.024

[5] P. N. Park. (2016). The mediating effect of stress coping type and self-esteem between life stress and suicidal ideation in nursing college students. *Journal of the Korean Society of School Health, 29(1),* 1-10. DOI : 10.15434/kssh.2016.29.1.1

[6] S. K. Choi. (2019). Relationship between life stress and quality of life of a nursing students. *Journal of Digital Contents Society, 20(4),* 807-815. DOI : 10.9728/dcs.2019.20.4.807

[7] Y. J. Ko, M. S. Jung & K. S. Park. (2013). Effects of aroma inhalation method on test anxiety, stress response and serum cortisol in nursing students. *The Journal of Fundamentals of Nursing, 20(4),* 410-418. DOI : 10.7739/jkafn.2013.20.4.410

[8] J. W. Lee & Y. S. Eo. (2013). Effect of clinical stress and stress coping on college adjustment in nursing students. *The Korean Journal of Health Service Management, 7(2),* 125-134. DOI : 10.12811/kshsm.2013.7.2.125

[9] Y. J. Son, Y. A. Song & E. Y. Choi. (2010). The relationship between stress and depression in nursing college students. *Korean Journal of Stress Research, 18(4),* 345-351.

[10] J. I. Lee & J. H. Kim. (2012). A study on the relationship between college students' essential skills and academic achievement. *The Journal of Vocational Education Research, 31(2),* 227-246.

[11] S. Y. Tak, Y. S. Park & U. C. Kim. (2005). A case study through counseling for adolescents under probation. *The Journal of Child Education, 14(1),* 69-81.

[12] H. S. Lee & N. R. Kim. (2016). The relationships between achievement goal orientation, academic stress, major satisfaction, and academic achievement among health administration students. *Journal of the Korea Entertainment Industry Association, 10(6),* 291-299. DOI : 10.21184/jkeia.2016.12.10.6.291

[13] S. H. Shin. (2016). The effect of academic stress and the moderating effects of academic resilience on nursing students` depression. *The Journal of Korean academic society of nursing education, 22(1),* 14-24. DOI : 10.5977/jkasne.2016.22.1.14

[14] S. Y. Yun & S. H. Min. (2014). Influence of ego-resilience and spiritual well-being on college adjustment in major of nursing student. *Journal of Digital Convergence, 12(12),* 395-403. DOI : 10.14400/JDC.2014.12.12.395

[15] A. Rudman & J. P. Gustavsson. (2012). Burnout during nursing education predicts lower occupational preparedness and future clinical performance: A longitudinal study. *International Journal of Nursing Studies, 49(8),* 988-1001. DOI : 10.1016/j.ijnurstu.2012.03.010

[16] L. V. Polk. (1997). Toward a middle-range theory of

resilience. *Advances in Nursing Science, 19(3),* 1-13. DOI : 10.1097/00012272-199703000-00002

[17] J. H. Kim. (2011). *Resilience.* Seoul : Wisdomhouse.

[18] B. M. Gillespie, W. Chaboyer, M. Wallis & P. Grimbeek. (2007). Resilience in the operating room: Developing and testing of a resilience model. *Journal of advanced nursing, 59(4),* 427-438. DOI : 10.1111/j.1365-2648.2007.04340.x

[19] E. H. Jo. (2019). Mediating effects of the relationship of perceived stress and anxiety with resilience in nursing students. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology, 9(10),* 677-688. DOI : 10.35873/ajmahs.2019.9.10.058

[20] Y. H. Yang, E. M. Kim, M. Yu, S. M. Park & H. Y. Lee. (2015). Development of the resilience scale for Korean nursing college students. *Korean Journal of Adult Nursing, 27(3),* 337-346. DOI : 10.7475/kjan.2014.27.3.337

[21] M. H. Oh & S. M. Cheon. (1994). Analysis of academic stressors and symptoms of juveniles and effects of meditation training on academic stress reduction. *Journal of Human Understanding and Counseling, 15,* 63-96.

[22] Y. G. Lee. (2014). *The difference between undergraduates' academic stress on dysfunctional attitudes and academic emotions.* Unpublished Master's thesis. Sookmyung Women's University, Seoul.

[23] A. P. Rovai, M. J. Wighting, J. D. Baker & L. D. Grooms. (2009). Development of an instrument to measure perceived cognitive, affective, and psychomotor learning in traditional and virtual classroom higher education settings. *The Internet and Higher Education, 12(1),* 7-13. DOI : 10.1016/j.iheduc.2008.10.002

[24] J. H. Park, E. H. Lee & S. H. Bae. (2010). Factors influencing learning achievement of nursing students in E-learning. *Journal of Korean Academy of Nursing, 40(2),* 182-190. DOI : 10.4040/jkan.2010.40.2.182

[25] E. K. Kim, J. Y. Yu & J. L. Lee. (2019). The effect of clinical practice transitional shock and resilience on academic burnout of nursing students. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 19(20),* 319-336. DOI : 10.22251/jlcci.2019.19.20.319

[26] W. G. Choi. (2016). *The effect of parental attitudes on academic achievements of adolescents: The mediating effect of basic psychological needs and resilience.* Unpublished Master's thesis. Yonsei University, Seoul.

[27] H. J. Lee. (2017). Convergence differences of academic burnout, career preparation behavior etc. by resilience clusters of students majoring in Medical records. *Journal of the Korea Convergence Society, 8(4),* 67-77. DOI : 10.15207/JKCS.2017.8.4.067

[28] B. J. Kim. (2020). A study of the effects of Keller's ARCS Motivational Model on learning motivation and academic achievement in business major English class. *Journal of Digital Convergence, 18(2),* 213-221. DOI : 10.14400/JDC.2020.18.2.213

홍 세 화(Se-Hwa Hong) [정회원]

· 2002년 2월 : 전북대학교 간호학과(간호학사)
· 2007년 8월 : 전북대학교 간호학과(간호학석사)
· 2014년 2월 : 전북대학교 간호학과(간호학박사)
· 2016년 9월 ~ 현재 : 한일장신대학교 간호학과 조교수
· 관심분야 : 건강증진, 노인 만성질환, 약물관리
· E-Mail : shhong@hanil.ac.kr

김 지 수(Ji-Soo Kim) [정회원]

· 2020년 2월 : 한일장신대학교 간호학과(간호학사)
· 2020년 현재 : 서울아산병원 대기간호사
· 관심분야 : 만성질환, 성인, 약물관리
· E-Mail : star_ish0313@naver.com

주 도 빈(Do-Bin Ju) [정회원]

· 2020년 2월 : 한일장신대학교 간호학과(간호학사)
· 2020년 3월 ~ 6월 : 온고을재활병원 간호사
· 2020년 현재 : 중앙보훈병원 대기간호사
· 관심분야 : 임상실무, 간호교육, 만성질환
· E-Mail : wnheqls2@naver.com