

# 간호대학생의 게임중독, 자기효능감이 대학생활적응에 미치는 영향

이효정, 이경주, 곽소영\*  
강동대학교 간호학과

## The Effects of Internet Game Addiction and Self-efficacy on Campus Life Adaptation of Nursing Students

Hyo Jung Lee, Kyoung Ju Lee, So Young Kwak\*  
Department of Nursing, Gangdong University

**요약** 본 연구는 간호 대학생의 게임중독, 자기효능감이 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 실시하였다. 본 연구대상자는 국내 간호대학 7곳에 재학 중인 학생 182명을 대상으로 하였으며, 자료 수집은 2019년 9월 20일부터 10월 3일까지 실시되었다. 자료분석은 SPSS 26.0 프로그램을 이용하였으며, 빈도와 백분율, 평균과 표준편차, t-test, ANOVA, Pearson's correlation, stepwise multiple regression으로 분석하였다. 연구결과 간호대학생의 게임중독은  $1.14 \pm .30$ 점(4점 만점), 자기효능감은  $3.39 \pm .55$ 점(5점 만점), 대학생활적응은  $3.18 \pm .57$ 점(5점 만점)으로 나타났다. 대상자의 게임 중독, 자기효능감, 대학생활적응의 상관관계를 본 결과 자기효능감은 게임중독과 음의 상관관계를 보였다( $r = -.148, p = .046$ ). 자기효능감은 대학생활적응과 통계적으로 유의한 정적 상관관계를 보였으며( $r = .649, p < .001$ ), 대학 생활적응은 게임중독과 음의 상관관계를 보였다( $r = -.220, p = .003$ ). 대상자의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 단계적 다중회귀분석을 실시한 결과 자기효능감( $\beta = .588, p < .001$ ), 성별( $\beta = .183, p = .001$ ), 게임중독( $\beta = -.152, p = .007$ )이 통계적으로 유의한 영향 관계를 보였다. 모형의 설명력은 45.9%였으며( $F = 52.197, p < .001$ ), 대학 생활적응에 가장 많은 영향을 미치는 요인은 자기효능감으로 나타났다. 이상의 연구 결과로 보아 효과적인 대학생활적응을 위해서는 게임중독을 예방하고 자기효능감을 높이기 위한 프로그램 개발이 요구된다.

**Abstract** This study was conducted to investigate the effects of internet game addiction and self-efficacy on the campus life adaptation of nursing students. The subjects were selected from 182 nursing students registered as college members and data collection was conducted from September 20 to October 3, 2019. The collected data was analyzed based on frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficient, and stepwise multiple regression using the SPSS /WIN 26.0 program. The internet game addiction score of nursing college students was shown to be  $1.14 \pm .30$  out of four points, the self-efficacy score was shown to be  $3.39 \pm .55$  out of five points and the campus life adaptation score was shown to be  $3.18 \pm .53$  out of five points. There was a significant correlation between internet game addiction ( $r = -.220, p = .003$ ), self-efficacy ( $r = .649, p < .001$ ), and campus life adaptation. The predictors were self-efficacy ( $\beta = .588, p < .001$ ), gender ( $\beta = .183, p = .001$ ), and internet game addiction ( $\beta = -.152, p = .007$ ), which accounted for 45.9% of the variance in the campus life adaptation of nursing students. The results of this study delineate the need for the development and application of diverse programs that can increase self-efficacy and prevent internet game addiction in nursing students.

**Keywords** : Campus Life, Adaptation, Internet Game Addiction, Self-Efficacy, Nursing Students

\*Corresponding Author : So-Young Kwak(Gangdong Univ.)

email: kwaksy@gangdong.ac.kr

Received November 25, 2020

Accepted March 5, 2021

Revised January 25, 2021

Published March 31, 2021

## 1. 서론

대학생 시기는 청소년기에서 성인기로 이행하는 과도기로 취업준비, 부모로부터의 독립, 대인관계 등을 주체적으로 결정하고 대학생활이라는 환경에 적응이 요구되는 시기이다[1].

대학생활적응은 대학 환경 속에서 적절하게 대처하고 반응하는 과정으로 대학생활 이후의 성숙한 성인의 삶에 중요한 영향을 준다[2][3]. 대학생활에 적응하지 못하는 대학생들은 스트레스 상황에서 도피하기 위하여 인터넷과 게임 등에 몰입하게 된다[4]. 오늘날 사회는 인터넷과 정보기술의 급속한 발전으로 게임이 주요 여가수단이 되었는데, 게임은 스트레스 해소, 새로운 쾌감 경험 등의 순기능도 있으나, 과도하게 게임을 사용할 경우 일상생활 부적응, 게임중독 등으로 개인에게 학습적, 직업적, 관계적 손상을 가져온다[5][6]. 성인들의 게임 이용 비율도 늘어나고 있는 추세인데, 아동 및 청소년의 경우 보호자의 개입이 용이하나, 성인의 경우 개인의 통제 하에 있으므로 문제 발견과 개입가능성이 저조하고 성인의 경우 사행성 게임이나 폭력성 게임을 주로 이용한다는 점에서 게임중독으로 인한 문제가 발생한다[7]. 대학생들이 성취해야 할 과업들을 등한시하고 게임에 과도하게 몰입하면, 정신건강에 부정적인 영향은 물론 사회진출 장애 및 삶의 만족도 저하를 초래하게 된다[8].

자기효능감은 개인이 목표를 달성하기 위한 자신감으로 대학생활적응과 관계가 있는 것으로 보고되고 있다[9]. 자기효능감이 높으면 학업 동기를 촉진시키고 사고의 유연성이 뛰어나 대학생활에 잘 적응하는 주요한 요인으로 보고되고 있다[3][10]. 자기효능감이 낮은 경우 학업과 전공에 자신감이 떨어지고 관심을 다른 곳으로 돌리게 되면서 게임이나 인터넷을 과다 사용할 가능성이 높다고 볼 수 있다. 대학생의 자기효능감은 게임중독과 관련이 있는 것으로 규명되었는데, 자기효능감이 낮으면 목적을 상실하고 가치의 혼란을 경험하면서 게임중독을 초래한다[11][12].

특별히 본 연구의 대상자를 간호대학생으로 정한 것은 첫째, 간호대학생은 미래의 간호사가 될 학생들로 대상자 및 보호자와의 대인관계 형성, 과학적 지식에 기반한 정확한 의사결정, 윤리의식과 책임감 등 성숙한 의료인이 되기 위한 부담감을 갖고[13], 과도한 학업, 교내실습, 임상실습, 국가고시 등의 스트레스를 받고 있다[14][15]. 대학생이 일상에서 경험하는 생활스트레스는 스마트폰 중독을 예측할 수 있는 중요한 변인으로 나타나고 있고

[16], 간호대학생들 역시 스마트폰 절제를 어려워하는 것으로 보고되고 있다[17][18]. 스마트폰 중독은 게임중독과 관련이 깊은데[19], 간호대학생의 게임중독 실태를 조망한 연구는 드문 실정이다. 둘째, 간호대학생은 인간을 탐구하고 인간의 신체적·심리적·정신적 어려움을 지지하며 간호를 제공해야 하는데 간호대학생 역시 스마트폰 보급의 확대로 손쉽게 게임에 빠져들 수 있는 상황이다. 게임에 과몰입을 하는 경우 대인관계에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타나[20], 대상자와 타 보건의료인력과 의 인관관계가 중요한 간호대학생의 게임중독 실태를 파악할 필요가 있다. 셋째, 선행 연구에서 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인으로는 자기효능감, 감성지능, 학업스트레스, 전공만족도 등 여러 변수들이 있었으나[9] 자기효능감, 게임중독 및 대학생활적응과의 관계를 알아본 연구는 없어 게임중독, 자기효능감, 대학생활적응 간 변수의 관계를 살펴볼 필요가 있다.

궁극적으로 본 연구는 간호대학생의 게임중독과 자기효능감이 대학생활적응에 미치는 영향을 알아보고 간호대학생의 성공적인 대학생활적응을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

## 2. 본론

### 2.1 연구방법

본 연구는 간호대학생을 대상으로 게임중독, 자기효능감, 대학생활적응 간의 관계를 확인하고, 게임중독과 자기효능감이 대학생활적응에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 상관관계 조사연구이다.

### 2.2 연구대상

본 연구는 2019년 9월 20일에서 10월 3일까지 충청북도, 충청남도, 경상북도에 소재한 대학교 7곳에 재학 중인 간호학과 학생을 대상으로 하였다. 연구자가 직접 연구목적과 내용을 설명하고 연구참여는 자발적이며 연구도중 언제라도 중단할 수 있으며 중단하는 학생들에게 어떠한 불이익도 주어지지 않음을 설명하고 연구참여에 서면으로 동의한 경우만 자료를 수집하였다. 연구 표본 크기는 G\*power 3.1.2 프로그램을 이용하여 산출하였으며, 본 연구에서는 대학생활적응, 게임중독, 자기효능감, 성별, 학년, 종교유무, 간호학과 지원 동기, 입학 전 타 전공유무 등 8가지 예측변수를 기초로 하였다. 본 연구에서 필요한 대상자 수는 다중회귀분석을 기준으로

G\*power 3.1.2 프로그램을 이용하여 검정력 .95를 유지하도록 하고, 다중회귀 분석 시 효과크기(effect size)는 medium(.15), 유의수준(alpha)은 .05, 예측변수는 8개로 설정하였을 때, 최소 표본 수는 160명인 것으로 나타났다[21]. 탈락률 20%를 고려하여 총 200명에게 설명하여 자료를 수집하였으며 불성실 응답을 제외한 총 대상자는 182명이었다. 이에 본 연구에서 사용된 182명의 대상자 수는 충분한 것으로 파악되었다.

## 2.3 연구도구

### 2.3.1 게임 중독

본 연구에서 게임 중독은 한국정보문화진흥원[22]에서 개발한 청소년용 게임 중독 척도를 사용하였다. 본 도구는 게임 지향적 생활 5문항, 내성과 통제력 상실 8문항, 금단과 정서경험 7문항 등 총 20문항의 4점 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 게임 중독 수준이 높은 것을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93이었으며, 본 연구에서는 .94이었다.

### 2.3.2 자기효능감

본 연구에서 자기효능감은 Bandura의 자기효능감 이론에 입각하여 Sherer와 Maddux[23]가 제작한 자기효능감 척도(Self Efficacy Scale, SES)를 홍혜영[24]이 번안한 것을 사용하였다. 일반적 자기효능감 17문항, 사회적 자기효능감 6문항 등 총 23문항의 5점 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 자기효능감 수준이 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 홍혜영[24]의 연구에서 .90송경렬[25]의 연구에서 .84이었으며, 본 연구에서는 .89이었다.

### 2.3.3 대학생활적응

본 연구에서 대학생활적응은 Baker와 Siryk[26]가 개발한 대학생활적응척도(Student Adaptation to College Questionnaire)를 이윤정[27]이 25문항으로 수정한 것으로 사용하였다. 학문적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 신체적 적응, 대학에 대한 애착 등 5가지 하위 요인으로 구성되었으며, 각 하위 요인 별로 5문항씩 총 25문항으로 점수가 높을수록 대학생활적응을 잘 하는 것을 의미한다. 이윤정[26]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ =.85이었으며, 본 연구에서는 .86이었다.

## 2.4 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS Win 26.0을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 1) 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 2) 대상자의 게임 중독, 자기효능감, 대학생활적응은 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 3) 대상자의 게임 중독, 자기효능감, 대학생활적응 간의 상관관계는 Pearson's correlation으로 분석하였다.
- 4) 대상자의 일반적 특성에 따른 게임 중독, 자기효능감, 대학생활적응 차이는 t-test, ANOVA로 분석하고, 사후검증은 Scheffe test로 확인하였다.
- 5) 대상자의 게임 중독에 영향을 미치는 요인은 stepwise multiple regression으로 분석하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 대상자의 게임 중독, 자기효능감, 대학생활적응의 정도

대상자의 게임중독은 평균 1.14±0.30점(4점 만점), 자기효능감은 평균 3.39±0.55점(5점 만점), 대학생활적응은 평균 3.18±0.57점(5점 만점)으로 나타났다(Table 1).

### 3.2 대상자의 일반적 특성에 따른 게임 중독, 자기효능감, 대학생활적응의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 게임중독은 학년에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후 검정결과 4학년은 1~3학년보다 통계적으로 유의하게 높았다( $F=7.195, p<.001$ ). 자기효능감은 성별, 간호학과 지원 동기, 입학 전 타 전공 유무에 따라 유의한 차이가 있었다. 남학생이 여학생보다 높았으며( $F=2.904, p=.004$ ), 간호학과 지원 동기가 적성에 맞아서 온 경우( $F=5.363, p=.001$ ), 간호학과 입학 전 타 전공이 있는 경우 높았다( $F=2.294, p=.023$ ). 대학생활적응은 성별, 간호학과 지원 동기에 따라 유의한 차이가 있었다. 남학생이 여학생보다 높았으며( $F=4.079, p<.001$ ), 간호학과 지원 동기가 적성에 맞아서 온 경우 높았다( $F=3.008, p=.032$ )(Table 2).

Table 1. Degree of Game Addiction, Self-efficacy and Campus Life Adaptation (N=182)

Variance	Mean ±SD	Range
Game Addiction	1.14 ±.30	1~4
Game Oriented Life	1.11 ±.25	
Resistance and Loss of Self-regulation	1.23 ±.45	
Withdrawal and Emotional Experience	1.08 ±.28	
Self-efficacy	3.39 ±.55	1~5
General Self-efficacy	3.37 ±.58	
Social Self-efficacy	3.45 ±.70	
Campus Life Adaptation	3.18 ±.57	1~5
Academic Adaptation	2.95 ±.76	
Social Adaptation	3.56 ±.73	
Emotional Adaptation	3.12 ±.93	
Physical Adaptation	3.00 ±.60	
Attachment to the College	3.27 ±.78	

### 3.3 대상자의 게임 중독, 자기효능감, 대학생활적응의 상관관계

대상자의 게임 중독, 자기효능감, 대학생활적응의 상관관계를 본 결과 자기효능감은 게임중독과 음의 상관관계를 보였다( $r=-.148, p=.046$ ). 자기효능감은 대학생활적응과 통계적으로 유의한 정적 상관관계를 보였다

( $r=.649, p<.001$ ). 대학생활적응은 게임중독과 음의 상관관계를 보였다( $r=-.220, p=.003$ )(Table 3).

Table 3. Correlations among Game Addiction, Self-efficacy and Campus Life Adaptation (N=182)

	Game Addiction	Self-efficacy	Campus Life Adaptation
Game Addiction	1		
Self-efficacy	-.148 (.046)	1	
Campus Life Adaptation	-.220 (.003)	.649 ( $<.001$ )	1

### 3.4 대상자의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인

대상자의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 일반적 특성 중 성별, 간호학과 지원동기, 주요 변수인 게임중독, 자기효능감을 독립변수로 설정하여 단계적 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과 자기효능감( $\beta=.588, p<.001$ ), 성별( $\beta=.183, p=.001$ ), 게임중독( $\beta=-.152, p=.007$ )이 통계적으로 유의한 영향 관계를 보였다. 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수( $R^2$ )는 .459로 모형의 설명력은 45.9%였다( $F=52.197, p<.001$ ). 대학생활적응에 가장 많은 영향을 미치는 요인은 자기효능감으로 나타났다(Table 4).

Table 2. Difference of Game Addiction, Self-efficacy and Campus Life Adaptation According to General Characteristics (N=182)

Characteristics		n(%)	Game Addiction		Self-efficacy		Campus Life Adaptation	
			Mean ±SD	t or F(p)	Mean ±SD	t or F(p)	Mean ±SD	t or F(p)
Gender	Male	24(13.2)	1.23 ±.30	1.432 (.154)	3.69 ±.51	2.904 (.004)	3.61 ±.54	4.079 ( $<.001$ )
	Female	158(86.8)	1.13 ±.30		3.34 ±.56		3.11 ±.55	
Grade	1st <sup>a</sup>	45(24.7)	1.09 ±.16	7.195 ( $<.001$ ) a,b,c<d	3.29 ±.52	.795 (.498)	3.07 ±.45	1.012 (.389)
	2nd <sup>b</sup>	40(22.0)	1.10 ±.21		3.42 ±.59		3.24 ±.68	
	3rd <sup>c</sup>	74(40.7)	1.12 ±.21		3.44 ±.54		3.23 ±.54	
	4th <sup>d</sup>	23(12.6)	1.40 ±.64		3.36 ±.59		3.11 ±.66	
Religion	Yes	92(50.5)	1.13 ±.33	.508 (.612)	3.41 ±.60	.601 (.549)	3.19 ±.61	.295 (.769)
	No	90(49.5)	1.16 ±.27		3.36 ±.50		3.17 ±.54	
Motivation for Choosing a Nursing Department	Aptitude <sup>a</sup>	86(47.3)	1.11 ±.21	1.464 (.226)	3.56 ±.48	5.363 (.001) b,c<a	3.31 ±.53	3.008 (.032)
	Inducement of Parents and Teacher <sup>b</sup>	39(21.4)	1.23 ±.48		3.22 ±.64		3.03 ±.68	
	Employment <sup>c</sup>	37(20.3)	1.16 ±.30		3.20 ±.47		3.04 ±.52	
	etc <sup>d</sup>	20(11.0)	1.10 ±.16		3.42 ±.57		3.21 ±.53	
Other Major before Current Admission	Yes	41(22.6)	1.15 ±.29	.085 (.932)	3.55 ±.59	2.294 (.023)	3.19 ±.69	.112 (.911)
	No	141(77.4)	1.14 ±.31		3.34 ±.53		3.18 ±.53	

Table 4. Influencing Factors on Campus Life Adaptation (N=182)

Spec.	B	SE	$\beta$	t	p
Constant	1.397	.250		5.589	
Self-efficacy	.610	.059	.588	10.346	<.001
Sex †	.309	.095	.183	3.233	.001
Game Addiction	-.287	.105	-.152	-2.722	.007
R <sup>2</sup> = .468 Adjusted R <sup>2</sup> = .459 F=52.197 p<.001					

† Sex (0=female, 1=male).

#### 4. 결론 및 논의

본 연구는 간호대학생을 대상으로 게임중독, 자기효능감이 대학생활적응에 미치는 영향을 알아보고 간호대학생의 성공적인 대학생활적응을 위한 기초자료를 제공하고자 시행되었다.

본 연구에서 게임중독은 4점 만점에 1.14점으로 나타났다. 이러한 결과는 다양한 전공의 대학생을 대상으로 한 연구에서 제시된 1.73점[28], 1.23~1.28점[29]에 비해 낮은 수준이다. 게임중독 성향은 내향성, 우울감, 사회적 회피 및 불안수준이 높을수록 점수가 높다고 보고되어 있으나[30] 본 연구에서는 이러한 변수에 대한 자료가 없어 결과를 해석하는데 주의가 필요하다. 간호대학생들의 게임중독 정도가 낮은 것은 간호대학생의 특성상 여학생이 많고 임상실습과 국가시험 준비 등으로 게임을 많이 하지 않는 것으로 사료된다. 그러나 시대가 빠르게 변화하고 스마트폰 보급의 증가로 어릴 때부터 스마트폰에 익숙한 세대가 대학에 진학하고 있으므로, 간호대학생의 게임중독으로 인한 폐단을 예방하기 위하여 지속적으로 관심을 갖고 교육과 연구를 지속할 필요가 있다.

본 연구에서 자기효능감은 5점 만점에 3.39점으로 나타났다는데, 이는 간호대학생을 대상으로 한 연구 3.07점[9], 2.95점[31] 보다 조금 높고 이선영과 김윤영[32]의 연구 3.34점과 유사한 수준으로 나타났다. 또한 고학년을 대상으로 한 연구[33]에서 3.59, 1학년을 대상으로 한 연구[34]에서 3.0으로 나타나 학년이 높아짐에 따라 전공에 대한 지식과 경험이 축적되었을 것으로 사료된다. 자기효능감은 개인적 신념과 결부되는 자신감으로 간호대학생이 이론과 실습의 전공 교과를 경험하면서 스스로 자기에 대한 신념이 존재할 수 있도록 지속적인 훈련과 교육을 받는 것이 필요하다고 하겠다.

본 연구에서 대학생활적응은 5점 만점에서 3.18점으로

로 나타났다. 선행 연구 결과 간호대학생의 대학생활적응은 3.32점[9], 3.63점[35]으로 높은 편이었다. 타 전공 대학생의 대학생활적응은 3.09점[36], 3.15점[37]으로 미미한 차이이긴 하지만 대체로 간호대학생의 대학생활적응이 타 전공 대학생들보다 높은 것으로 판단된다. 일반적으로 간호대학생은 많은 학업량과 임상실습, 국가고시 등의 스트레스가 높은 것으로 보고 되고 있음에도[38] 대학생활적응이 높은 것은 그만큼 학교생활을 잘하려고 하는 집중력과 몰입도가 높아 스트레스는 받지만 대학생활적응력은 높은 것으로 사료된다. 따라서 간호대학생들이 단순히 대학생활적응을 높이는 수준을 뛰어넘어 적응력 이상의 자질을 높이는 리더십, 학생지도자훈련 등의 교육프로그램이 요구된다. 또한 효과적인 대학생활적응에 자신의 전공분야에 대한 만족, 신체적 건강, 긍정적인 사회적 관계형성 및 정서적 안정감을 유지하는 것이 필요하므로[39], 대학생활적응을 돕기 위한 멘토 제도, 동아리 활동, 지도교수제 등의 효과를 확인하고 효율적인 교육체계를 제공할 수 있어야 한다.

본 연구에서 일반적 특성 중 학년이 게임중독에 유의한 차이가 있는 것으로 확인되었는데 4학년이 1~3학년보다 높게 나타났다. 이는 대학생의 생활스트레스가 스마트폰 중독의 예측변수[16]이며 그 중 학업문제가 가장 큰 영향력을 미친다고 한 결과[40]와 마찬가지로 취업과 국가고시를 앞둔 4학년 간호대학생의 학업스트레스가 높기 때문인 것으로 사료된다. 성별에 따라서 자기효능감과 대학생활적응에 차이가 있었는데, 남학생이 자기효능감과 대학생활적응이 높았다. 이는 간호대학생을 대상으로 한 장현정[11]의 연구 결과와 유사하며 소수인 남학생의 강한 결속력이 대학생활적응에 영향[11]을 미쳤을 것으로 여겨진다. 간호학과 지원 동기가 적성에 맞아서 입학한 경우 자기효능감과 대학생활적응이 높았다. 이는 김중경, 김원중, 이선주[9]의 연구 결과와 유사한 결과이다. 특히, 간호대학생은 전공 이론과목과 함께 실습교육을 받으면서 병원실습을 함으로써 다양한 스트레스를 경험하게 된다. 따라서 적성이 맞지 않을 경우 간호학과에 적응하기 어려운 것으로 생각되며 적성에 맞아서 간호학과에 지원한 경우 자기효능감과 대학생활적응이 높은 것으로 분석된다. 간호학과 입학 전 타 전공이 있는 경우 자기효능감이 높은 것으로 나타났는데 이는 적성에 맞아서 간호학과에 지원한 경우와 관련된다고 볼 수 있다. 타과를 전공했음에도 불구하고 다시 간호학과에 입학한 경우 타과를 경험하는 동안 본인의 적성을 파악하고 지원했을 것으로 생각할 수 있다.

본 연구에서 게임중독, 자기효능감, 대학생활적응 간에는 유의한 상관관계가 있는 것으로 분석되었다. 게임중독은 자기효능감 및 대학생활적응과 음의 상관관계를 보였다. 자기효능감과 대학생활적응은 양의 상관관계를 보였다. 또한 대학생활적응에 어떠한 요인이 영향을 미치는지 통계적으로 분석한 결과 가장 크게 영향을 미치는 것은 자기효능감이며, 성별, 게임중독 순으로 나타났다. 이는 간호대학생을 대상으로 한 김중경의 연구[9], 타 전공대학생을 대상으로 한 박연옥[41]의 결과와 일치하며 자기효능감이 낮은 학생은 게임중독 경향이 높으며 대학생활적응에 어려움을 겪는다는 것을 확인할 수 있었다.

대학생활적응에 영향을 미치는 두 번째 요인은 성별로 본 연구에서 남학생이 대학생활적응을 더 잘 하는 것으로 나타났다. 이는 일반대학생을 대상으로 한 권은진의 연구 결과와 일치하였다[42]. 그러나 본 연구에 참여한 남학생의 수가 적어 결과 해석에 유의해야 할 것으로 사료된다.

e-sports 게임중독이 대학생활적응에 미치는 영향에 대한 연구에서 게임중독이 외부상황에 대하여 부적응 행동에 정의 영향을 미치는 것으로 나타났고[43], 양은석의 연구[44]에서도 게임중독성향은 대학생활적응에 부정적인 영향을 미친다고 하여 본 연구의 결과를 지지하였다.

이상의 결과를 바탕으로 간호대학생의 대학생활적응을 높이기 위한 방안으로 자기효능감을 높이기 위한 교육을 강화하고, 게임중독을 예방하여 건전한 여가 생활을 할 수 있는 프로그램 개발이 이루어져야 할 것이다.

본 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언할 수 있다.

첫째, 스마트폰의 확산으로 성인의 게임중독 문제가 대두되는 바, 대학생의 게임중독을 측정하는 도구가 개발될 필요가 있다. 둘째, 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인으로 자기효능감과 게임중독 이외에 다른 변수 추가하여 그 효과를 검증하는 후속 연구를 수행할 것을 제언한다. 셋째, 대학생활적응력이 실제 졸업 이후 업무적응력에 영향력이 있는지 관련 연구를 수행할 것을 제언한다. 넷째, 대학생활적응을 뛰어넘어 졸업 후 성공적인 사회적응을 위한 리더십 프로그램 개발과 효과성 연구를 수행할 것을 제언한다.

## References

[1] H. W. Bang, G. P. Cho, "The Mediating Effects of Career Motivation and Career Maturity in the

relationship between University Student Major Satisfaction and University Life Adaptation", *Journal of Education & Culture*, Vol.26, No.4, pp.285-304, Oct. 2020.

DOI: <https://doi.org/10.24159/joec.2020.26.4.285>

[2] S. Kim, J. Lee, "The Effect of Self-esteem and Major Satisfaction, College Life Adaptation on Overuse of Smartphones in College Students", *The Journal of Humanities and Social Sciences*, Vol.11, No.3, pp.1023-1038, June. 2020.

DOI: <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.11.3.73>

[3] H. S. Cha, "Influence on Adjustment of University Life among Nursing Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.20, No.8, pp.381-391, Aug. 2019.

DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2019.20.8.381>

[4] H. J. Ryu, H. Kim, "The Relationship between Self-Control and Internet Game Addiction Proneness in College Students : Dual Mediating Effects of Perceived Stress and Coping Strategy", *Korean Journal of Clinical Psychology*, Vol.37, No.2, pp.155-164, Apr. 2018.

DOI: <http://doi.org/10.15842/kjcp.2018.37.2.003>

[5] B. K. Seo, M. H. Seong, "Effects of Perceived Stress of University Students on Internet Gaming Disorder and Lifestyle: Focusing on Mediating Effects of Social Support", *International Journal of contents*, Vol.20, No.7, pp.653-664, July. 2020.

DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2020.20.07.653>

[6] D. Y. Yoon, "Research Trends in Domestic Studies on Internet Game Addiction of Adolescents: Focusing on Major Counseling Journals in Korea", *Journal of Counseling Education Research*, Vol.3, No.1, pp.14-28, 2020.

[7] H. S. Choi, J. S. Ryong, K. H. Kim, "Development and Validation of the Korean Game Addiction Scale for Adults", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.18, No.4, pp.709-726, 2013.

DOI: <http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2013.18.4.007>

[8] W. S. Choi, "The Mediating Effect of Anxiety on the Relationship between Internet Game Addiction and Life Satisfaction: Focusing on Male University Students in Harbin, China", *Korean Journal of Family Welfare*, Vol.23, No.4, pp.613-632, Dec. 2018.

DOI: <https://doi.org/10.13049/kfwa.2018.23.4.4>

[9] J. K. Kim, W. J. Kim, S. J. Lee, "Correlation of Self-Efficacy, Stress Coping and Adjustment to College Life Nursing Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.21, No.7, pp.120-126, July. 2020.

DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2020.21.7.120>

[10] K. A. Kang, H. Y. Cho, "Mediating effect of social support on the relationship between self-efficacy and adjustment to university life", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society* Vol.19, No.3, pp.210-218, Mar. 2018.

- DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.3.210>
- [11] H. Y. Kang, J. R. Son, "A Meta Analysis on the variables related Internet and Game Addiction", *Korean Journal of health psychology*, Vol.12, No.4, pp.733-744, 2007.  
DOI: <https://doi.org/10.17315/kihp.2007.12.4.004>
- [12] J. J. Kim, S. W. Kang, "The Relation between the Meaning of the Life and Game Addiction: The Mediated Effects of Self-Efficacy and Self-Control", *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.19, No.12, pp.257-274, 2012.
- [13] S. Lee, "Effects of Emotional Intelligence and Ego-Resilience on Clinical Practice Adaptation of the Nursing Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.20, No.12, pp.131-138, 2019.  
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2019.20.12.131>
- [14] H. J. Jang, "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*, Vol.37, No.34, pp.969-985, Aug, 2020.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.12925/jkocs.2020.37.4.969>
- [15] H. J. Choi, E. Lee, "Mediation Effects of Self-Efficacy between Academic Stress and College Adjustment in First Year Nursing Students", *The Journal of Fundamentals of Nursing*, Vol.19, No.2, pp.261-268, May, 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.7739/jkafn.2012.19.2.261>
- [16] N. S. Kim, K. E. Lee, "Effects of Self-control and Life Stress on Smart phone Addiction of University Students", *Journal of The Korea Society of Health Informatics and Statistics*, Vol.37, No.2, pp.72-83, Dec, 2012.
- [17] Y. S. Im, G. O. Noh, "Influence of Smartphone Addiction, Sleeping Condition, Scholastic Achievement on Mental Health in Nursing Students", *Journal of The Korea Internet of Things Society*, Vol.6, No.2, pp.57-64, June, 2020.  
DOI: <https://doi.org/10.20465/KIOTS.2020.6.2.057>
- [18] H. S. Jeong, J. H. Kum, "Influencing Factor on Smartphone Addiction Among Nursing Students : Focus on Empathy, Interpersonal Competence And Conflict-Resolution Styles", *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, Vol.9, No.2, pp.601-610, Feb, 2019.  
<http://dx.doi.org/10.35873/ajmahs.2019.9.2.059>
- [19] S. K. Kyoung, J. W. Kim, "A study on Smart-Phone Addiction in teenager: focused on Comparison Smart-Phone Overdependence, game addiction, SNS Addiction", *Studies on Life and Culture*, Vol.52, No.-, pp.179-200, 2019.  
DOI: <https://doi.org/10.17924/solc.2019.52.179>
- [20] J. Y. Cho, E. G. Hwang, "The Mediating Role of Smart-Phone and Game Addictions and Juvenile Delinquency on Subjective Well-Being among Adolescents", *Korean Police Studies Association*, Vol.19, No.1, pp.297-328, 2020.  
DOI: <https://doi.org/10.38084/2020.19.1.12>
- [21] Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., et al, Buchner, A. "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.  
DOI: <https://doi.org/10.3758/bf03193146>
- [22] Korea Agency for Digital Opportunity and Promotion, A Study of the Development of Internet Game Addiction Scale of Adolescents(IGASA), Research Report, Korea Agency for Digital Opportunity and Promotion, Korea, pp.1-127, 2006.
- [23] Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., Rogers, R. W., "The Self-Efficacy Scale: Construction and Validation", *Psychological Reports*, vol.51, No.2, pp.663-671, Aug, 1982.  
DOI: <https://doi.org/10.2466/pr0.1982.51.2.663>
- [24] J. S. Cho, H. Y. Hong, "Mediating effect of self-concept clarity and self-efficacy in the relationship between separation individualization level and career decision level of college students", *The Journal of Institute of Youth Facility and Environment*, Vol.16, No.4, pp.5-16, 2018.
- [25] K. Y. Song, *Effects of society activities in college on self-efficacy and self-directed learning capability*, Master's thesis, The Graduate School of Soongsil college, Seoul, Korea, p.29, 2015.
- [26] Baker, R. W., Siryk, B., "Measuring adjustment to college", *Journal of Counseling Psychology*, vol.31, No.2, pp.179-189, 1984.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- [27] Y. J. Lee, *The Non-Residential Students' Adaptation to College Life and Career Plans*, Master's thesis, The Graduate School of Ewha Womans University, Seoul, Korea, pp.26-29, 1999.
- [28] M. Y. Chung, O. H. Cho, "Psycho-social Well-being of College Students depending on a Level of Internet Addiction", *Journal of Korea Contents Association*, Vol.13, No.5, pp.366-376, Mar, 2013.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.05.366>
- [29] H. J. Choi, J. S. Kim, "The Influence of University Student's Job-seeking Stress on Smartphone Game Addiction: Focusing on Mediation Effects of Mindfulness and Moderation Effects of Interpersonal Anxiety", *The Journal of Humanities and Social science*, Vol.11, No.4, pp.781-796, Aug, 2013.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.11.4.56>
- [30] H. J. Go, M. S. Kim, O. J. Park, Y. S. Choi, H. S. Lee, "The Use of and Addiction Tendency to Kakao Game among University Students," *Journal of Human Ecology*, Vol19, No.1, pp. 141-159, 2015.
- [31] G. S. Chung, E. J. Park, "Relationships among the

Self-efficacy, Major Satisfaction and Adjustment to College Life of Nursing Students”, *Journal of the Korean Society of Integrative Medicine*, Vol.7, No.4, pp.253-263, 2019.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.15268/ksim.2019.7.4.253>

[32] S. Y. Lee, Y. Y. Kim, “The Effects of Self-efficacy and Self-directed Learning Readiness to Self-leadership of Nursing Student”, *Journal of digital convergence*, Vol.14, No.3 pp.309-318, 2016.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2016.14.3.309>

[33] M. Chae, “Ego Resilience, Career Decision-Making Self-Efficacy and Job Seeking Stress of Senior Nursing Students”, *Journal of Digital Convergence*, Vol. 17, No. 4, pp. 229-238, 2019.  
<https://doi.org/10.14400/JDC.2019.17.4.229>

[34] Kwon, J, Choi, B, “Influence of Nursing Students’ Psychological Well-Being, Academic Self-Efficacy, and Self-Leadership on Nursing Professionalism-For First Graders of Nursing Students”, *Journal of Digital Convergence*, Vol. 18, No. 5, pp. 297-304, 2020.  
<https://doi.org/10.14400/JDC.2020.18.5.297>

[35] W. H. Jun, M. J. Jo, H. J. Na, “Relationships between Anger Expression, Social Supports and Adjustment to College Life among Nursing Students”, *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.15, No.3, pp.219-228, 2015  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2015.15.03.219>

[36] M. J. Hwang, Y. U. Jang, “The Effect of Smart phone Addiction on Adjustment to College : Mediating Effect of Mental Health”, *Institute for Local Government, Dong-Eui University*, Vol.37, No.1, pp.29-53, 2020.  
DOI: <https://doi.org/10.33471/ILA.37.1.2>

[37] H. J. Lee, H. G. Kim, “The Effect of Intoxication in SNS and Stress of university life on the Adaption of university Life among university students”, *Journal of Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.16, No.6, pp.3944-3953, 2015.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.6.3944>

[38] Y. S. Song, “Clinical practice stress and burnout in nursing students: the mediating effect of empathy”, *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.24, No.4, pp.406-414, 2018.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2018.24.4.406>

[39] J. H. Song, E. Y. Jung, “Factors Affecting Adaptation to University Life of First-Year students”, *Journal of the Korean society for Wellness*, Vol.15, No.1, pp.173-183, 2020.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.21097/ksw.2020.02.15.1.173>

[40] M. S. Kang, Y. S. Kim, Y. H. Kim, “The Influence of Stress on Game Addiction in University Students: Moderating Effect of Human Relation Skills”, *Journal of Service Research and Studies*, Vol.6, No.2, pp.65-82, Apr. 2016.  
<https://doi.org/10.18807/jsrs.2016.6.2.065>

[41] Y. O. Park, Y. A. Ku, S. S. Ahn, “A Study on the Effects of Career Decision Making Self-Efficacy of College

Students on Satisfaction on Career” *Education and University Life Adjustment*, Vol.9 No.4, pp.1-23, 2019.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.35273/iec.2019.9.4.001>

[42] E. J. Kwon, “The Study of relation of Big 5 Personality and College Adaptation according to Sex”, *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol.20, No.23, pp.1147-1167, 2020.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.22251/ilcci.2020.20.23.1147>

[43] S. A. Kim, “The effects of e-sports game addiction on university life adaptation of department security programs”, *Journal of the Korean Society of Private Security*, Vol.17, No.17, pp.163-184, 2011.

[44] E. Yang, “Relationships between Computer Game Addiction, Sport Commitment, and Life Satisfaction”, *Journal of the Korea Entertainment Industry Association*, Vol.6, No.4, pp.93-102, 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.21184/jkeia.2012.12.6.4.93>

이 효 정(Hyo Jung Lee)

[정회원]



- 2008년 2월 : 울산대학교 산업대학원 임상전문간호학 (간호학 석사)
- 2020년 2월 : 아주대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 박사 수료)
- 2018년 3월 ~ 현재 : 강동대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

만성질환, 삶의 질, 간호대학생

이 경 주(Kyoung Ju Lee)

[정회원]



- 2013년 2월 : 이화여자대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 석사)
- 2018년 2월 : 이화여자대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 박사)
- 2016년 3월 ~ 현재 : 강동대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

간호관리, 인적자원관리, 간호교육



곽 소 영(So Young Kwak)

[정회원]



- 2012년 8월 : 이화여자대학교 일  
반대학원 간호과학과 (간호학 석사)
- 2016년 8월 : 이화여자대학교 일  
반대학원 간호과학과 (간호학 박사)
- 2020년 2월 ~ 현재 : 강동대학교  
간호학과 조교수

〈관심분야〉

시뮬레이션 교육, 기초간호학