



# 자기효능감, 사회부과 완벽주의가 간호대학생의 시험불안에 미치는 영향

장인순<sup>1)</sup> · 박승미<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>한국성서대학교 간호학과 교수, <sup>2)</sup>충북대학교 간호학과 교수

## Effect of Self-Efficacy and Socially Prescribed Perfectionism on Test Anxiety of Nursing Students

Jang, Insun<sup>1)</sup> · Park, Seungmi<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Professor, Department of Nursing, Korean Bible University, Seoul  
<sup>2)</sup>Professor, Department of Nursing Science, Chungbuk National University, Cheongju, Korea

**Purpose:** This descriptive research study investigated the effects of self-efficacy and socially prescribed perfectionism on test anxiety among nursing students. **Methods:** This study recruited nursing students at K University located in S city through convenience sampling. A survey was conducted from September 22 to November 4, 2020, using online web questionnaires. A total of 180 answers were analyzed. SPSS 22.0 was used to perform independent t-tests, one-way ANOVA, Scheffé post hoc analysis, Pearson's correlation, and multiple regression analysis. **Results:** The average test anxiety was 3.27 points out of 6 points. The general self-efficacy was 3.81 points out of 5 points; social self-efficacy was 3.58 points and socially imposed perfectionism was 2.79 points out of 5 points. Variables affecting test anxiety were socially prescribed perfectionism, sex, academic stress, and general self-efficacy, and the explanatory power of these variables was 30.9%. **Conclusion:** It was confirmed that academic stress, general self-efficacy, and social imposition perfectionism were factors affecting test anxiety among nursing students. Therefore, it is necessary to develop and provide a program to control the factors affecting test anxiety in nursing students to lower test anxiety.

**Key Words:** Students, Nursing; Efficacy, Self; Perfectionism; Test anxiety

### 서 론

#### 1. 연구의 필요성

대학생은 경쟁 속에서 취업 준비로 인하여 시험불안을 경험하고 있다. 시험불안은 어느 정도 긴장감을 유도하여 시험 대비에 도움을 줄 수 있지만, 과도한 시험불안은 학업에 대한 동기와 신념을 저해할 수 있다(Noh & Lee, 2016). 시험불안은 학습자개인이 가지고 있는 능력을 있는 그대로 표현하는 것을 방

해하고, 과업의 수행을 저해한다는 점에서 학업성취에도 부정적인 영향을 미치며, 자신의 학업 능력에 확신을 갖지 못하게 하고, 학업과 관련된 실력 발휘를 막아 학업 성취를 방해하는 요인이 되기도 하며, 교우관계 위축, 우울증, 신경증, 자신감 저하, 열등감으로 나타날 수 있다(Bak & Im, 2010).

간호대학생은 자신이 설정한 취업목표를 달성하기 위해 다양한 요건을 갖추기 위한 노력과 치열한 학점관리에 대한 부담감으로 교내, 교외에서 수시로 시행되고 있는 다양한 시험으로 불안감을 경험하고 있으며 전문직 교육과정을 이수해야 하므

**주요어:** 간호대학생, 자기효능감, 완벽주의, 시험불안

**Corresponding author:** Park, Seungmi <https://orcid.org/0000-0001-6156-1336>

Department of Nursing Science, Chungbuk National University, 1 Chungdae-ro, Seowon-gu, Cheongju 28644, Korea.

Tel: +82-43-249-1712, Fax: +82-43-266-1710, E-mail: spark2020@chungbuk.ac.kr

**Received:** Jun 16, 2021 / **Revised:** Jul 2, 2021 / **Accepted:** Jul 2, 2021

로 다른 학과 학생들에 비해 과중한 학업뿐만 아니라 진로를 결정하는 학업 성취능력의 평가, 국가시험, 취업시험 등 다양한 시험에 노출되어 불안과 압박감을 경험하고 있다(Yeom & Seong, 2016). 성적이 취업에 중요한 영향을 주는 상황에서 자신의 능력을 가늠하는 시험에 민감할 수 있으며, 시험불안이 매우 높은 경우에는 본인의 실력을 제대로 발휘하지 못할 뿐만 아니라 이로 인하여 자신감 부족과 같은 부정적인 정서 등을 경험할 수 있다(Bak & Im, 2010). 즉, 시험불안과 스트레스를 적절한 방법으로 해소하지 못하게 된다면 간호대학생 자신의 건강뿐만 아니라 대상자 간호수행 및 간호전문직관에도 부정적인 영향을 주어 지속되는 학업과 실습 등에도 어려움을 줄 수 있게 된다(Koh, Jung, & Park, 2013).

Bandura (1977)의 자기효능이론에서 제시된 자기효능감은 어떤 상황에서 적절한 행동을 할 수 있는 기대와 신념으로 학습자가 과제수행에 필요한 행위를 조직하고 실행해 나가는 자신의 능력에 관한 판단을 말한다. 대학생들을 대상으로 시험불안과 자기효능감의 관계 연구에서 자기효능감과 시험불안이 음의 상관관계를 보였고(Park, 2010), 자기효능감이 간호대학생의 시험불안은 예측하는 요인으로 보고되기도 하였다(Noh & Lee, 2016).

완벽주의는 모든 일을 완벽하게 해내야 한다는 생각이나 행동방식으로 완벽주의자는 자신과 타인에게 도달하기 어려운 높은 기대 수준을 요구하며, 자기비판이 심하고 경직된 강박적인 성격장애를 특징으로 가지고 있다(Stress & Resilience Institute, 2020). 완벽주의자는 평가위협이 높은 과제일수록 더 강한 불안을 느끼게 되는데 수행에 대한 높은 기대 수준, 타인의 평가에 대한 두려움과 자신감 부족 등으로 인해 심한 불안으로 이어질 수 있다(Stress & Resilience Institute, 2020). 이와 같이 완벽주의에 대해 부정적으로 해석하는 접근이 많았으나, 완벽주의가 순기능적으로 작용하여 개인의 성취감을 증진시키고 이로 인한 자기효능감 증진에 도움이 될 수 있다는 긍정적 측면도 있어, 현재는 다차원적인 측면에서 완벽주의를 바라보고 있다(Stress & Resilience Institute, 2020). 완벽주의를 다차원적으로 구분한 대표적인 학자는 Hewitt와 Flett (1991)이며 완벽주의의 기준을 설정 방향에 따라 자기지향적(self-oriented), 타인지향적(other-oriented), 사회부과(socially prescribed) 완벽주의의 세 유형으로 나누었으며, 최근에는 명백히 드러난(overt) 완벽주의와 폐쇄적이며 은밀한(covert) 완벽주의를 포함하여 다섯 가지 유형으로 구분한다(Stress & Resilience Institute, 2020). 이 중 사회부과 완벽주의는 중요한 타인이 자신에게 높은 기준을 부과하고 엄격하게 자신을 평가하므로 그

기준을 충족하지 못하면 자신이 거부될 것이라는 신념으로 사회부과 완벽주의 성향이 시험불안을 매개하거나 높이며(Jung & Kang, 2014; Stoeber, Feast, & Hayward, 2009), 타인이 부과하는 기준에 집중하여 스스로 학습상황을 통제하고 조절하는 능력이 떨어질 수 있어(Lee & Sohn, 2013), 간호대학생의 시험불안을 설명하는 변인으로 주목할 필요가 있다.

따라서 본 연구에서는 시험불안을 효과적으로 중재할 수 있는 기초자료를 수집하기 위해 간호대학생의 자기효능감, 사회부과 완벽주의가 시험불안에 어떠한 영향을 미치는지 파악하여 시험불안을 관리하는 중재 프로그램의 기초자료로 삼고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 자기효능감, 사회부과 완벽주의와 시험불안의 관계를 확인하고자 하며, 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 간호대학생의 자기효능감, 사회부과 완벽주의, 시험불안의 수준을 파악한다.
- 간호대학생이 일반적 특성에 따라 시험불안의 차이가 있는지 파악한다.
- 간호대학생의 자기효능감, 사회부과 완벽주의와 시험불안 간의 관계를 파악한다.
- 간호대학생의 시험불안에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 자기효능감, 사회부과 완벽주의가 간호대학생의 시험불안에 미치는 영향을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상

본 연구대상자는 연구자의 편의표출에 의해 S시 소재 K대학의 간호학과를 다니고 있는 학생들을 대상으로 하였다. 연구대상자 수는 표본 수 산출 프로그램 G\*Power 3.1.9.7 프로그램을 이용하여 계산하였을 때 회귀분석으로 유의수준( $\alpha$ ).05, 검정력 .95, 중간정도의 효과크기 .15, 예측변인수 11개(일반적 특성 9개, 독립변수 2개)로 설정하여 계산하였을 때, 최소 표본

178개로 산출되었으며, 탈락률을 고려하여 196명을 대상으로 자료를 수집하였다.

### 3. 연구도구

#### 1) 자기효능감

자기효능감은 Sherer 등(1982)이 개발한 도구를 Hong (1995)이 수정·보완한 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 총 23 문항으로 일반적 자기효능감 17문항, 사회적 자기효능감 6문항으로 구성되었다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. Hong (1995)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 전체 .86, 일반적 자기효능감 .86, 사회적 자기효능감 .68로 나타났고, 본 연구에서는 전체 .92, 일반적 자기효능감 .90, 사회적 자기효능감 .86이었다.

#### 2) 사회부과 완벽주의

완벽주의는 Hewitt과 Flett (1991)이 다차원적 관점에서 완벽주의를 측정하기 위해 개발한 도구를 Han (1993)이 변안한 한국판 다차원적 완벽주의 척도 총 45문항 중 사회부과 완벽주의 척도 15문항을 사용하였다. Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 사회부과 완벽주의 성향이 높음을 의미하였다. Han (1993)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .76이었고, 본 연구에서는 .89로 나타났다.

#### 3) 시험불안

시험불안은 Bak, Im과 Kim (2008)이 개발한 시험불안 척도 (Anxiety Responses in Testing Scale, ARTS)를 사용하여 측정하였다. 시험준비 24문항, 시험도중 23문항으로 구성되어 있었고, '확실히 아니다'에서 '확실히 그렇다'의 6점 Likert 척도로 점수가 높을수록 시험불안이 높음을 의미하였다. Bak, Im과 Kim (2008)의 연구에서 12개의 하위요인 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .73~.93이었고, 본 연구에서는 시험불안 전체는 .97로, 하위요인에서 시험준비 .95, 시험도중 .96으로 나타났다.

### 4. 자료수집

자료수집은 2020년 9월 22일부터 11월 4일까지 이루어졌다. 연구자가 연구목적 등 절차를 설명한 후 학생들이 운영하는 Google 계정을 통해 온라인 설문에 참여하게 하였다. 학생들이 운영하는 계정을 통해 학교의 다양한 온라인 설문조사가 이루어지는 상황에서 조사가 실시되었고, 설문조사 참여를 독려

할 수 있도록 소정의 상품을 제공하였다. 작성시간은 약 10분 정도 소요되었고, 전체 대상자 196명에게 안내하였는데, 자발적으로 응답한 대상자는 191명으로 응답률이 97.4%였다. 이 중 불성실하거나 중복된 답변을 제외한 총 180부를 최종 분석하였다.

### 5. 자료분석

수집된 자료는 연구목적에 따라 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성은 빈도분석과 백분율로 분석하였다.
- 대상자의 자기효능감, 사회부과 완벽주의, 시험불안은 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 시험불안의 차이는 independent t-test, one-way ANOVA, Scheffé 사후 분석을 하였다.
- 대상자의 자기효능감, 사회부과 완벽주의, 시험불안 간의 상관관계는 Pearson 상관계수로 분석하였다.
- 간호대학생의 시험불안에 영향을 미치는 요인은 다중회귀분석(multiple regression analysis)으로 분석하였다.

### 6. 윤리적 고려

설문조사 앞 부분에 연구의 배경과 목적, 연구방법과 소요되는 시간, 연구참여 도중 중도 탈락 가능, 자발적 참여, 연구참여에 따른 이익과 불이익, 개인정보 관리 및 비밀보장에 대한 안내, 연구에 대한 문의 사항 시 연구자의 연락처 등을 기술한 설명문을 포함하였다. 온라인상으로 위의 내용을 이해하고 동의하는 경우 설문이 진행되도록 하였으며 이들의 설문지만 연구 분석에 활용되었다. 연구를 허락한 후에도 원하지 않을 경우에는 언제든지 중단할 수 있고, 그에 따른 불이익이 없으며 연구 참여자의 개인정보가 철저히 보장될 것이고, 자료는 연구를 위해서만 사용됨을 설명하였다. 설문조사 참여를 독려할 수 있도록 소정의 상품을 전체에게 미리 제공하여 누가 설문에 참여하였는지 파악하지 않았다.

## 연구결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성으로 나이는 만 18~20세 85명(47.2%), 만 21~23세 76명(42.2%), 만 24세 이상 19명(10.6%)

순이었다. 성별은 여학생이 158명(87.8%)으로 많았으며, 학년은 2학년 60명(33.3%), 3학년 49명(27.2%), 4학년 38명(21.2%), 1학년 33명(18.3%) 순이었다. 종교가 있는 경우는 134명(74.4%), 없는 경우는 46명(25.6%)이었다. 지난 학기 학점은 3.0~3.5 미만 80명(44.4%), 3.5~4.0 미만 63명(35.0%), 3.0 미만 25명(13.9%), 4.0 이상 12명(6.7%) 순이었다. 전공만족도는 보통 96명(53.3%),

불만족 54명(30.0%), 만족 30명(16.7%) 순이었다. 주관적 건강 상태는 좋음 76명(42.2%), 보통 47명(26.1%), 좋지 않음 33명(18.3%), 매우 좋음 24명(13.4%) 순이었다. 대인관계 정도는 보통 109명(60.6%), 나쁨 37명(20.5%), 좋음 34명(18.9%) 순이었다. 학업 스트레스는 많음 85명(47.2%), 보통 45명(25.0%), 매우 많음 41명(22.8%), 적음 9명(5.0%) 순이었다(Table 1).

**Table 1.** General Characteristics of Participants (N=180)

Characteristics	Categories	n (%)
Age (year)	18~<21	85 (47.2)
	21~<24	76 (42.2)
	≥24	19 (10.6)
Sex	Male	22 (12.2)
	Female	158 (87.8)
Grade	1	33 (18.3)
	2	60 (33.3)
	3	49 (27.2)
	4	38 (21.2)
Religion	Yes	134 (74.4)
	No	46 (25.6)
Last semester's grades (out of 4.5)	< 3.0	25 (13.9)
	3.0~<3.5	80 (44.4)
	3.5~<4.0	63 (35.0)
	≥4.0	12 (6.7)
Major satisfaction	Unsatisfied	54 (30.0)
	Average	96 (53.3)
	Satisfied	30 (16.7)
Perceived health status	Not good	33 (18.3)
	Regular	47 (26.1)
	Good	76 (42.2)
	Very good	24 (13.4)
Degree of interpersonal relationship	Bad	37 (20.5)
	Regular	109 (60.6)
	Good	34 (18.9)
Academic stress	Low	9 (5.0)
	Moderate	45 (25.0)
	High	85 (47.2)
	Very high	41 (22.8)

## 2. 자기효능감, 사회부과 완벽주의, 시험불안 정도

대상자의 자기효능감 평균은 5점 만점에 3.75±0.52점이었고, 하부영역에서는 일반적 자기효능감 3.81±0.52점, 사회적 자기효능감 3.58±0.76점으로 일반적 자기효능감이 사회적 자기효능감보다 높게 나타났다.

사회부과 완벽주의 평균은 5점 만점에 2.79±0.66점이었고, 시험불안의 평균은 6점 만점에 3.27±1.03점이었고, 하부영역에서는 시험준비 3.62±1.04점, 시험도중 4.23±0.66점으로 시험도중이 시험준비보다 높게 나타났다(Table 2).

## 3. 일반적 특성에 따른 시험불안 차이

시험불안 정도는 성별( $t=-3.12, p=.002$ ), 학년( $F=3.18, p=.025$ ), 지난 학기 학점( $F=2.74, p=.045$ ), 학업 스트레스( $F=7.50, p<.001$ )에서 유의한 차이를 보였다. 여성이 남성보다 시험불안이 높게 나타났고, 사후 분석 결과 2학년이 4학년보다, 지난 학기 학점이 3.0 미만인 경우가 4.0 이상인 경우보다, 학업 스트레스가 매우 많은 경우가 적은 경우보다 시험불안이 높게 나타났다(Table 3).

## 4. 자기효능감, 사회부과 완벽주의와 시험불안 간의 상관관계

시험불안은 일반적 자기효능감과 유의한 음의 상관관계가

**Table 2.** Self-efficacy, Socially Prescribed Perfectionism and Test Anxiety

(N=180)

Variables (Scale)	M±SD	Min	Max
Self-efficacy (1~5)	3.75±0.52	2.22	4.96
General self-efficacy (1~5)	3.81±0.52	2.41	4.94
Social self-efficacy (1~5)	3.58±0.76	1.00	5.00
Socially prescribed perfectionism (1~5)	2.79±0.66	1.20	4.40
Test anxiety (1~6)	3.27±1.03	1.13	6.00
Exam preparation period (1~6)	3.62±1.04	1.13	6.00
During the exam (1~6)	4.23±0.66	1.00	6.00

**Table 3.** Differences in Test Anxiety according to General Characteristics

(N=180)

Characteristics	Categories	Test anxiety		
		M±SD	t or F (p)	Scheffé
Age (year)	18~<21	3.40±0.10	2.55 (.081)	
	21~<24	3.25±1.07		
	≥24	2.82±0.95		
Sex	Male	2.65±0.91	-3.12 (.002)	
	Female	3.37±1.02		
Grade	1 <sup>a</sup>	3.35±1.03	3.18 (.025)	d < b
	2 <sup>b</sup>	3.52±0.99		
	3 <sup>c</sup>	3.24±1.01		
	4 <sup>d</sup>	2.88±1.04		
Religion	Yes	3.21±1.10	-0.53 (.596)	
	No	3.30±1.04		
Last semester's grades (out of 4.5)	< 3.0 <sup>a</sup>	3.57±0.73	2.74 (.045)	d < a
	3.0~<3.5 <sup>b</sup>	3.37±1.02		
	3.5~<4.0 <sup>c</sup>	3.18±1.10		
	≥ 4.0 <sup>d</sup>	2.62±1.03		
Major satisfaction	Unsatisfied	3.39±0.89	2.32 (.102)	
	Average	3.33±1.11		
	Satisfied	2.91±0.97		
Perceived health status	Not good	3.67±0.94	2.52 (.063)	
	Regular	3.28±1.04		
	Good	3.20±1.00		
	Very good	2.97±1.12		
Degree of interpersonal relationship	Bad	3.36±1.02	0.15 (.858)	
	Regular	3.26±0.99		
	Good	3.25±1.20		
Academic stress	Low <sup>a</sup>	2.58±1.25	7.50 (<.001)	a < d
	Moderate <sup>b</sup>	2.98±0.96		
	High <sup>c</sup>	3.24±0.90		
	Very high <sup>d</sup>	3.84±1.08		

**Table 4.** Correlation between Self-efficacy, Socially Prescribed Perfectionism, and Test Anxiety

(N=180)

Variables	General self-efficacy	Social self-efficacy	Socially prescribed perfectionism	Test anxiety
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
General self-efficacy	1			
Social self-efficacy	.57 (<.001)	1		
Socially prescribed perfectionism	.06 (.457)	.06 (.442)	1	
Test anxiety	-.17 (.021)	.06 (.400)	.44 (<.001)	1

있었고( $r=-.17, p=.021$ ) 사회부과 완벽주의와 유의한 양의 상관관계가 있었다( $r=.44, p<.001$ ). 일반적 자기효능감은 사회적 자기효능감과 통계적으로 유의한 양의 상관을 보였다( $r=.57, p<.001$ )(Table 4).

### 5. 시험불안에 영향을 미치는 요인

일반적 특성 중 시험불안에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 확인된 변수인 성별(여자=1), 학년(2학년=1), 지난 학

Table 5. Influencing Factors on Test Anxiety

(N=180)

Independent variables	B	SE	$\beta$	t	p
(Constant)	1.72	0.60		2.87	.005
Gender (1=female) <sup>†</sup>	0.70	0.20	.22	3.48	.001
Grade (1=sophomore) <sup>†</sup>	0.16	0.14	.07	1.13	.259
Last semester's grades (1=<3.0) <sup>†</sup>	0.27	0.19	.09	1.37	.171
Academic stress (1=very high) <sup>†</sup>	0.41	0.16	.17	2.63	.009
General self-efficacy	-0.23	0.13	-.14	-2.16	.032
Socially prescribed perfectionism	0.65	0.10	.42	6.45	<.001
Durbin-Watson=2.103, R <sup>2</sup> =.332, Adj. R <sup>2</sup> =.309, F=14.346, p<.001 Tolerance=.909~.952, VIF=1.050~1.100					

<sup>†</sup>Dummy variables.

기 학점(3.0 미만=1), 학업 스트레스(매우 많음=1)를 더미변수로 전환하여 투입하였고, 상관분석 결과 유의한 상관관계를 나타낸 일반적 자기효능감과 사회부과 완벽주의도 독립변수로 투입하여 다중회귀분석을 하였다. 회귀분석의 가정을 검정한 결과, Durbin-Watson 통계량은 2.103으로 2에 근접해 인접한 오차항의 자기 상관성 문제가 없음을 확인하였고, 공차 한계는 .909~.952로 0.1 이상이었으며, 분산팽창인자(VIF)는 1.050~1.100으로 기준치인 10 이하로 나타나 모든 독립변수의 다중공선성 문제는 없는 것으로 검토되었다. 다중회귀분석 결과 회귀모형은 유의하였으며(F=14.35, p<.001), 사회부과 완벽주의( $\beta$ =.42, p<.001), 성별( $\beta$ =.22, p=.001), 학업 스트레스( $\beta$ =.17, p=.009), 일반적 자기효능감( $\beta$ =-.14, p=.032)이 간호학생의 시험불안을 30.9% 설명하는 것으로 나타났다. 간호학생의 시험불안에 가장 영향을 많이 미치는 변인은 사회부과 완벽주의이었으며, 여자인 경우, 사회부과 완벽주의와 학업 스트레스가 높을수록, 일반적 자기효능감이 낮을수록 간호학생의 시험불안은 높아지는 것으로 나타났다(Table 5).

## 논 의

본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 사회부과 완벽주의 및 시험불안의 관계를 알아보고, 자기효능감과 사회부과 완벽주의가 시험불안에 미치는 영향을 파악하여 시험불안에 대한 적절한 중재 프로그램을 마련하기 위한 기초 근거자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구의 결과 간호대학생의 시험불안의 평균은 3.27점(6점 만점)으로 간호대학생 대상으로 4점 만점 척도로 측정할 결과 2.27점(Lee & Kim, 2010), 한의대학생 대상 2.29점(Yang et al., 2008)과 비슷한 수준임을 확인할 수 있었다. 본 연구에서 자

기효능감은 5점 만점에 평균 3.75점으로 Kim, Lee, Park, Kim과 Lee (2016)의 연구결과인 3.26점보다, Kang과 Ko (2016)의 연구결과인 3.53점보다 높았다. 자기효능감의 하위요인인 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감은 각각 평균 3.81점, 3.58점으로 일반적 자기효능감이 사회적 자기효능감보다 높아 Lee와 Kim (2016)의 연구결과와 일치한다. 본 연구에서 사회부과 완벽주의 점수는 5점 만점에 2.79점으로 Park (2019)이 대학생을 대상으로 한 연구의 평균 2.35점보다 높게 나타났지만, Noh, Park와 Im (2016)이 간호사를 대상으로 한 연구의 평균 3.42점보다 낮게 나타났다. 간호대학생은 학과 특성상 주어진 과제와 학습량이 많고 전문직 자격증을 취득해야 하기 때문에 일반 대학생보다 사회부과 완벽주의 성향이 높게 나오는 것으로 생각된다. 또한 간호사는 임상 환경에서 직면하는 대상자의 심각한 질병, 죽음으로 인한 성찰과 인간 생명과 관련된 직접적인 활동으로 인해 사회부과 완벽주의 성향이 간호대학생보다 높게 나오는 것으로 사료된다.

본 연구에서는 시험불안에 영향을 주는 변인으로 사회부과 완벽주의, 성별, 학업 스트레스, 일반적 자기효능감 순으로 나타났다. 사회부과 완벽주의는 간호대학생의 시험불안을 가장 높게 설명하는 예측요인이었다. 이는 대학생을 대상으로 진행한 Yang (2018)의 연구와 같은 결과였다. 인문계고등학생을 대상으로 진행한 Jeong, Kim과 Shin (2017)의 선행연구에서 사회부과 완벽주의가 시험불안에 미치는 매개효과로 나타났으며 Cho (2003)의 중학생을 대상으로 한 연구에서는 완벽주의 하부요인 중 사회부과 완벽주의가 시험불안을 설명하는 데에 가장 유용한 변인으로 나타났다. 이러한 결과는 외부의 기준과 요구에 민감하게 반응하는 사회부과 완벽주의자들의 특성이 반영된 것으로 볼 수 있으며, 사회부과 완벽주의의 성향이 높을수록 시험불안이 높다고 보고한 선행연구들(Cho, 2003; Lee

& Sohn, 2013; Jung & Kang, 2014; Stoeber, Feast, & Hayward, 2009)과 일치한다. 사회부과 완벽주의는 대인관계에서 어려움을 겪게 되고, 타인의 평가와 비판에 신경을 쓰게 되어, 그 결과 대인기피, 우울, 시험불안 등의 부정적인 정서를 경험하게 된다는 선행연구(Hewitt & Flett, 1991) 결과를 기반으로 사회부과 완벽주의와 시험불안과의 높은 관련성을 해석할 수 있을 것이다(Lee & Sohn, 2013). 완벽주의의 하위 구분에 따라 간호대학생의 시험불안과의 상관관계를 연구한 결과가 부족하므로 반복 연구 후 비교가 필요하다고 생각된다.

본 연구에서 시험불안에 영향을 주는 두 번째 요인은 성별이었다. 성별에서는 남자보다 여자의 시험불안이 더 높았는데, 이는 Noh와 Lee (2016)의 연구, Misra와 McKean (2000)의 연구결과와 유사하였으나, Yeom과 Seong (2016)의 연구에서는 남학생의 시험불안이 더 높은 것으로 보고되기도 하여, 성별에 따른 시험불안의 차이는 추후 연구가 필요하다. 그다음으로 시험불안에 영향을 주는 요인은 학업 스트레스였다. 학업 스트레스가 높을수록 시험불안이 높았으며, 이는 청소년을 대상으로 한 선행연구(Misra & McKean, 2000; Shin, 2014)에서 평소 학업 스트레스에 대한 지각이 높아질수록 시험불안을 많이 경험하는 것으로 나타난 결과와 유사하였다. 여학생이 학업 스트레스가 더 높다는 연구결과(Jang, 2020)에 근거하여 여학생의 비율이 높은 간호학과의 특성상 학업 스트레스가 높게 측정되었을 수 있으며 이에 따라 시험불안이 증가하였을 수 있다고 사료된다. 본 연구에서는 대상자의 표본 수가 크지 않아 후속 연구로 대상자의 수를 확대하여 학업 스트레스에 대한 반복연구가 필요하다.

본 연구에서 일반적 자기효능감은 간호대학생의 시험불안에 예측요인으로 나타났다. Noh와 Lee (2016)의 간호대학 4학년을 대상으로 한 연구에서도 시험불안에 가장 큰 영향을 미친 변수가 자기효능감으로 보고되었으며, 대학생을 대상으로 한 연구에서 시험불안이 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감 모두와 유의한 부적 상관관계를 보였던 선행연구(Choi, 2017)와 부분적으로 일치한다. 그러나 본 연구에서 시험불안과 사회적 자기효능감 간에는 상관관계를 보이지 않았는데, 이는 사회적 자기효능감이 사회적 상황에서 적절한 기술을 사용할 수 있는 자신의 능력에 대한 믿음으로 시험불안이 타인과의 관계에서 나타나는 사회적 상황보다는 자기 스스로 시간을 관리하고 학습에 몰입하여 시험을 준비해야 하는 상황이므로 유의한 상관관계를 보이지 않았을 것으로 추론할 수 있다. 자기효능감의 하위 요인에 따라 시험불안에 미치는 상관관계의 선행연구들이 부족하고 일관된 결과를 보이지 않으므로 자기효능감의

하위 요인이 시험불안에 미치는 영향을 파악하기 위한 반복연구가 필요하다.

본 연구의 회귀모형에서 시험불안에 영향을 미치는 유의한 요인으로 규명되지는 않았으나 시험불안은 일반적 특성 중 학년, 성적에 따라 유의한 차이가 있었다. 학년에서는 2학년의 시험불안이 가장 높고 4학년이 가장 낮았다. 이는 간호대학생의 2학년이 4학년보다 시험불안이 높게 나타난 Kim과 Baek (2019)의 연구결과와 일치하였는데, 2학년이 되어 갑작스럽게 부과된 전공과목과 실습과목에 대한 부담감으로 인하여 나타난 결과로 사료된다. 성적이 낮을수록 시험불안 점수가 높게 나왔고, 이는 국가고시를 앞둔 대학생을 대상으로 한 Noh와 Lee (2016)의 연구결과 일치한다.

본 연구는 국내의 간호대학생을 대상으로 사회부과 완벽주의와 시험불안에 미치는 영향을 파악하고자 시도한 최초의 연구로서 의의가 있다. 시험불안에 영향을 미치는 요인인 사회부과 완벽주의는 타인의 인정과 평가가 아닌 자신의 가치와 평가가 중심이 될 수 있도록 돕는 상담적 개입이 필요하다. Oh와 Shin (2019)의 연구에서는 사회부과 완벽주의를 낮추기 위한 프로그램으로 현재 자기 생각과 감정을 그대로 자각하고 수용하며, 스스로에 대해 너그러운 태도를 키울 수 있는 마음챙김 프로그램 제공의 필요성을 제시하였다. 간호대학생의 사회부과 완벽주의에 대한 선행연구가 부족하므로 간호대학생을 대상으로 사회부과 완벽주의를 평가하고 이들의 시험불안을 낮추기 위한 간호학적 중재 개발을 위한 후속연구가 필요하다.

본 연구를 통해 간호대학생의 사회부과 완벽주의, 학업 스트레스, 일반적 자기효능감이 시험불안에 영향을 미치는 요인임을 알 수 있었다. 즉 이들 요인을 고려한 프로그램 개발 및 적용이 간호대학생의 시험불안을 완화할 수 있는 가능성이 있음을 보여주며 관련 기초자료를 제공한 것에 연구의 의의가 있다.

본 연구는 일부 지역 간호대학생만을 대상으로 편의표본 추출에 의한 편중이 있기에 연구결과의 일반화에 제한점이 있으므로, 대상자를 확대한 반복연구가 필요할 것이다. 또한, 단면 조사연구로서 간호대학생의 시험불안에 미치는 영향요인들 간의 인과관계와 상호작용을 분명히 규명하는데 제한이 있으므로 시험불안에 영향을 줄 수 있는 다양한 변수를 고려한 반복 연구를 제언한다.

## 결론

본 연구는 간호대학생을 대상으로 자기효능감, 사회부과 완벽주의가 시험불안에 미치는 영향을 파악하여 시험불안을 낮

추기 위한 차별화된 전략을 수립하고자 시도되었다. 시험불안의 평균은 6점 만점에 3.27점이었고, 하부영역에서는 시험도중이 시험준비보다 높게 나타났다. 시험불안에 영향을 미치는 변수는 사회부와 완벽주의, 성별, 학업 스트레스, 일반적 자기효능감 순으로 나타났으며, 이 변수들의 설명력은 30.9%였다. 간호대학생의 시험불안을 감소시키기 위해 학생들의 사회부와 완벽주의 성향을 사정하고 이런 성향을 가진 학생들을 위한 상담과 차별화된 학습지도와 진로지도 등이 필요하며, 간호대학생의 시험불안 완화와 학업 스트레스를 조절하고 자기효능감을 향상시키기 위한 다양한 프로그램에 대한 적용과 개발이 필요하다.

본 연구는 일부 지역 간호대학생만을 대상으로 하였기 때문에 일반화하기에 어려움이 있으므로, 전국의 간호대학생을 대상으로 무작위 표집한 추후연구를 제언하며, 시험불안에 영향을 줄 수 있는 다양한 변수를 고려할 필요가 있다.

## CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflicts of interest.

## ORCID

Jang, Insun <https://orcid.org/0000-0002-0135-5319>  
Park, Seungmi <https://orcid.org/0000-0003-2124-7558>

## REFERENCES

- Bak, B. G., & Im, S. I. (2010). A meta-analysis of test anxiety with related variables. *Journal of Educational Psychology, 24*(4), 875-894.
- Bak, B. G., Im, S. I., & Kim, E. J. (2008). Scale development and factor structure exploration based on the re-conceptualization of test anxiety. *Journal of Educational Psychology, 22*(1), 87-109.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Cho, Y. M. (2003). *The effect of adolescent perfectionism and self-efficacy on test anxiety*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Choi, E. Y. (2017). The effect of perfectionism and self-efficacy on test anxiety in simulation evaluation of nursing students. *Journal of Korean Nursing Research, 1*(2), 1-9.
- Han, K. Y. (1993). *Multidimensional perfection: Concepts, measures and relevance to maladaptive*. Unpublished doctoral dissertation, Korea University, Seoul.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(3), 456-470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hong, H. Y. (1995). *Relationship of perfectionism, self-efficacy and depression*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Jang, H. J. (2020). 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, 37*(4), 969-985. <https://doi.org/10.12925/jkocs.2020.37.4.969>
- Jeong, A., Kim, E., & Shin, H. (2017). The effects of socially-prescribed perfectionism and academic stress on test anxiety: Moderated mediating effects of maladaptive cognitive emotional regulation strategies. *The Korean Journal of School Psychology, 14*(3), 281-304. <https://doi.org/10.16983/kjsp.2017.14.3.281>
- Jung, A., & Kang, M. J. (2014). The effects of perfectionism and cognitive-emotion regulation strategies on test anxiety. *Korean Journal of Child Studies, 35*(1), 61-76. <https://doi.org/10.5723/KJCS.2014.35.1.61>
- Kang, K. S., & Ko, Y. S. (2016). Effects of self-efficacy, major satisfaction on nursing professionalism in nursing students. *Korean Journal of Health Communication, 11*(2), 179-189. <https://doi.org/10.15268/KSIM.2019.7.4.253>
- Kim, M. A., Lee, K. H., Park, H. J., Kim, E. J., & Lee, I. H. (2016). Relationships among irrational beliefs, self-efficacy, and adjustment to college with four-year-course nursing freshmen: mediating effect of self-efficacy. *Journal of the Korean Data Analysis Society, 18*(2), 1163-1178.
- Kim, S. H., & Baek, M. J. (2019). The mediating effects of self-esteem in the relationship of test anxiety and career identity in nursing students. *Journal of the Korean Society for Wellness, 14*(3), 327-346.
- Ko, Y. J., Jung, M. S., & Park, K. S. (2013). Effects of aroma inhalation method on test anxiety, stress response and serum cortisol in nursing students. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing, 20*(4), 410-418.
- Lee, H. J., & Sohn, W. S. (2013). Effects of self-oriented and other-oriented socially prescribed perfectionism on self-regulated learning and test anxiety for Korean high school students. *The Korean Journal of School Psychology, 10*(1), 219-239. <https://doi.org/10.16983/kjsp.2013.10.1.219>
- Lee, S. H., & Kim, J. K. (2010). Impact of self-esteem and test anxiety on mental health among nursing students taking the national examination for registered nurses. *The Journal of Korean academic society of nursing education, 16*(2), 177-185. <https://doi.org/10.5977/JKASNE.2010.16.2.177>
- Lee, S. Y., & Kim, Y. Y. (2016). The effects of self-efficacy and self-directed learning readiness to self-leadership of nursing stu-



- dent. *Journal of Digital Convergence*, 14(3), 309-318.  
<https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.3.309>
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1), 41-51.
- Noh, G. O., Park, K. S., & Im, Y. S. (2016). A study on the mediating effect of emotional intelligence between perfectionism and burnout in advanced practice nurses (APN). *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, 22(2), 109-118.  
<https://doi.org/10.11111/jkana.2016.22.2.109>
- Noh, Y. G., & Lee, Y. S. (2016). Influence of self-efficacy and social support on test anxiety among nursing students taking the national examination for registered nurses. *The Journal of the Korea Contents Association*, 16(11), 633-643.  
<https://doi.org/10.5392/JKCA.2016.16.11.633>
- Oh, C. K., & Shin, J. C. (2019). The relationship between socially prescribed perfectionism and academic procrastination: The mediating effects of fear of failure and mindfulness. *Korean Journal of Youth Studies*, 26(11), 253-277.  
<https://doi.org/10.21509/KJYS.2019.11.26.11.253>
- Park, H. R. (2010). *The effect of state-trait anxiety, self-efficacy, behavior inhibition system on test anxiety*. Unpublished master's thesis, Gyeongsang National University, Gyeongsangnam-do.
- Park, W. H. (2019). *The mediating effect of self-discrepancy in the relationship between socially prescribed perfectionism and social anxiety*. Unpublished master's thesis, Daegu University, Daegu.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and Validation. *Psychological Reports*, 51(2), 663-671.  
<https://doi.org/10.2466/pr0.1982.51.2.663>
- Shin, Y. S. (2014). *The effect of adolescents' academic stress, resilience, coping strategies on the test anxiety*. Unpublished master's thesis, Gangnam University, Yongin.
- Stoeber, J., Feast, A. R., & Hayward, J. A. (2009). Self-oriented and socially prescribed perfectionism: Differential relationships with intrinsic and extrinsic motivation and test anxiety. *Personality and Individual Differences*, 47(5), 423-428.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.04.01>
- Stress & Resilience Institute. (2020, August 20). *5 Styles of Perfectionism*. Retrieved June 16, 2021, from  
<https://stressandresilience.com/5-styles-of-perfectionism/>
- Yang, D. H., Oh, Y. J., Cheun, Y. H., Cho, Y. S., Oh, K. M., & Kim, B. K. (2008). Test anxiety investigation of students in oriental medicine college by using Korea's version-test anxiety inventory, state-trait anxiety inventory, symptom check list-90-revision. *Journal of Oriental Neuropsychiatry*, 19(1), 55-70.
- Yang, H. B. (2018). *The relationship between socially-prescribed perfectionism and test anxiety in college students: The mediating effect of maladaptive self-focused attention and safety behaviors*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Yeom, E. Y., & Seong, J. A. (2016). The influence of career identity, job-seeking stress, self control on test anxiety in nursing students. *The Journal of Korean Society for School & Community Health Education*, 17(2), 57-69.