

## 도시지역 독거노인의 스트레스가 삶의 질에 미치는 영향 : 사회적 지지의 매개효과를 중심으로

김형기  
한세대학교 사회복지학과

## The Effects of the Stress of Elderly People Living Alone in Urban Areas on the Quality of Life : With a Focus on the Mediating Effect of Social Support

Gim hyoung-gee  
Dept. of Social Welfare, Hansei University

**요약** 본 연구에서는 도시지역 독거노인의 스트레스, 사회적 지지와 삶의 질 정도를 파악하고 그 관계를 분석함으로써 독거노인의 삶의 질 향상 방안을 모색하는데 도움이 되고자 하였다. 본 연구는 서울과 경기지역의 10곳 노인복지관 이용노인 중, 만 65세 이상 독거노인 232명을 대상으로 약 2주간 설문조사를 실시하였다. 수집된 자료를 바탕으로 분석을 실시한 결과, 도시지역 독거노인의 스트레스 중, 건강, 가족, 경제, 심리사회적 스트레스는 사회적 지지와 삶의 질에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 독거노인의 사회적 지지는 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 추가적으로 도시지역 독거노인의 스트레스와 삶의 질 관계에서 사회적 지지는 매개역할을 한다는 것을 검증하였다. 즉, 도시지역 독거노인의 건강, 가족, 경제, 심리사회적 스트레스가 사회적 지지를 통하여 삶의 질을 좀 더 향상시킬 수 있는 완충제 역할을 한다는 것이다. 본 연구는 일반노인이 아닌 독거노인을 대상으로 연구를 진행한 것에 큰 의의가 있고, 독거노인은 일반노인보다 취약한 환경 속에서 더 많은 스트레스 상황에 놓일 뿐 아니라 그에 따른 삶의 질 수준도 현저히 낮은 상태이다. 이러한 독거노인들을 사회적 차원에서 더 이상 방치해서는 안 되고, 독거노인을 위한 적극적인 관심과 차별화된 정책적 개입이 필요하다고 시사하였다.

**Abstract** The purpose of this research is to examine ways to improve the quality of life of elderly people living alone in urban areas by identifying their stress, social support, and quality of life as well as analyzing the relationships between these factors. In this research, a questionnaire survey was conducted for approximately two weeks including 232 elderly people aged 65 years and above who were using 10 senior welfare centers in the Seoul and Gyeonggi regions. The results of the analysis based on the collected data showed that of the stresses experienced by elderly people living alone in urban areas, the stresses of health, family, and psychological and social stresses had negative effects on social support and quality of life. Also, it was found that the social support of elderly people living alone had positive effects on the quality of life. Additionally, it was found that social support had a mediating effect in the relationship between stress and quality of life of elderly people living alone in urban areas. In other words, social support plays a buffer role in enhancing the quality of life regarding health, family, economy, and psychological and social stresses. This research has significant implications in that it was conducted on elderly people living alone, since elderly people living alone are not only under more stressful circumstances in a vulnerable environment than other seniors but also their quality of life is much lower. The implications of this research are that, from a social point of view, these elderly people living alone should no longer be neglected and that differentiated policy interventions for elderly people living alone is required.

**Keywords** : Elderly people Living alone, Stress, The quality of life, Social support, Mediating effect

\*Corresponding Author : Hyoung-gee Gim(Hansei Univ.)

Tel: +82-10-4446-7007 email: kisggimkissgim@hanmail.net

Received October 27, 2017

Revised (1st November 29, 2017, 2nd December 7, 2017)

Accepted December 8, 2017

Published December 31, 2017

## 1. 서론

우리나라 65세 이상의 노인 인구는 2018년에는 14.3%로 고령사회(aged society)로의 진입과 2026년에는 20.8%로 초 고령화 사회(super-aged society)로 그 속도가 빠르게 진행될 것으로 전망된다[1]. 이렇듯 노인인구 수의 급속한 증가는 사회적인 관심뿐만 아니라 노인의 건강문제와 생계적인 문제로 이어져 사회적인 문제와 국가적인 부담을 야기 시키고 있다[2].

독거노인이라 배우자나 자녀, 친척 등 노인 본인 이외에는 전혀 동거인이 없고, 일반가정에서 거주하는 노인 단독세대를 의미하는데, 일반노인에 비해 전반적으로 건강상태가 불량하고, 대부분이 질병을 가지고 있으며, 정서적 측면에서도 다양한 문제점을 가지고 있는 특성이 있다[3]. 특히 독거노인 중, 도시지역에 거주하고 있는 노인이 비율이 증가하고 있고, 혈연 및 지연 공동체가 해체되고 있는 도시화 사회에서는 농촌에서 거주하는 노인보다 도시노인의 우울수준이 더 높게 나타났다[4].

이러한 독거노인은 경제적 상실 문제, 질병, 역할상실, 소외감, 고독감 등으로 스트레스에 노출되고 있으며, 많은 연구들을 통해 독거노인의 스트레스는 노인의 삶의 질에 크게 좌우되는 것으로 나타났다[5-6]. 삶의 질을 향상시키기 위한 일환으로 독거노인을 포함한 노인을 지지해온 가족, 친척 등 혈연 중심의 가족 지지망에 대한 지지와 지역사회 차원에서 지역주민을 활용한 사회적 지지망 개입이 독거노인의 지속적이고 안정적인 삶의 질 향상에 중요한 사회복지 실천 방법으로 대두되고 있다[7].

노인의 삶의 질을 향상시키는 것은 노인들에게 단순한 수명연장이 아니라 건강하고 오래 살 수 있도록 지원함으로써 행복한 노후를 보내기 위한 중요한 관심사이다. 특히, 도시의 독거노인들은 농촌의 노인들보다 가족, 친척, 친구, 이웃으로부터의 사회적 상호작용이 약하여 삶의 질에도 부정적인 영향을 끼친다고 하였다[8]. 이러한 삶의 질 문제가 사회적 관심사로 부각되는 이유는 노인의 문제가 단순한 개인의 문제가 아닌 국가적, 사회적 차원에서 해결해야 할 문제로 변화되었기 때문이다. 그러나 독거노인을 대상으로 한 선행연구는 건강문제, 생활만족도, 사회복지서비스, 사회적 지원 실태파악, 여가이용 실태 등에 집중되어 있어 실질적인 스트레스와 삶의 질의 관계에서 사회적 지지의 매개효과에 대한 연구는 부족한 실정이다. 또한 도시지역의 독거노인을 대

상으로 하여 삶의 질 향상을 위한 실질적인 정책 마련 방안에 대하여 논의한 연구도 매우 미흡한 편이다. 따라서 본 연구에서는 도시지역 독거노인의 스트레스, 사회적 지지와 삶의 질 정도를 파악하고 그 관계를 분석함으로써 많은 독거노인들이 집중되어 있는[9] 도시지역 독거노인의 삶의 질 향상 방안을 모색하는데 도움이 되고자 한다.

## 2. 이론적 배경

### 2.1 도시지역 독거노인

일반적으로 독거노인(獨居老人:the aged living alone)이란 가족 없이 혼자 살아가는 노인을 의미하며, 배우자 및 친족, 비친족 중 누구와도 함께 거주하지 않거나 가계를 함께 하지 않는 단독세대 또는 그 상태에 있는 노인을 의미한다[10]. 현재 노인복지법을 비롯한 행정적, 법적 측면에서는 만 65세 이상을 노인이라고 규정하고 있기 때문에 독거노인에 대한 연령기준은 만 65세 이상으로 자녀 및 친척과 동거하지 않고 1개월 이상 독립된 가구 형태로 생활하고 있는 독신가구 또는 부부가구를 의미한다[11]. 독거노인은 다른 비독거 노인들보다 경제적으로 빈곤상태에 놓여 있으며, 동시에 고독이나 우울감에 처해 있고 신체적 질병 등에 따른 보호나 지지를 받기 어렵다. 또한 자신을 보호해줄 사회적 인적 자원을 가지지 못한 경우가 대부분이다.

도시지역 독거노인의 선행연구를 살펴보면, 독거노인들의 절반 정도만이 공공부문으로부터 복지서비스를 받고 있었고, 기초노령연금이나 국민 기초생활보장급여와 같은 소득 전형 서비스가 대부분이었으며, 민간부문으로부터 받는 서비스는 극히 미미하였다[12]. 또한 주요한 지원 분야인 경제적 빈곤과 다른 빈곤 차원들 간 교차분석을 통해서 독거노인의 소득빈곤과 여타 차원의 빈곤, 즉 건강, 주거, 사회적 관계에서의 빈곤이 상당 부분 일치하지 않는다는 것을 확인할 수 있었으며[13], 이러한 환경에서 비롯되는 스트레스로 인해 삶의 질에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다[14]. 우리나라의 도시지역 독거노인은 전체 독거노인들의 약 40%를 차지할 정도로 많은 독거노인들이 거주하고 있다[15]. 대부분의 선행연구들은 지역구분 없이 독거노인의 삶의 질 자체에 초점을 두고 있고, 현재 독거노인 삶의 질 향상과 관련된

노인복지법은 농촌과 도시지역의 구분 없이 획일화된 복지정책이 실행되고 있다[16]. 본 연구에서는 도시지역만의 차별화된 노인복지정책 마련의 필요성에 따라 도시지역의 독거노인으로 연구대상을 한정하고자 한다.

## 2.2 노인의 스트레스

스트레스란 일상생활에서 경험하는 사소하지만 부담스러운 사건들로서 좌절감이나 분노감, 공포심, 우울감, 소외감, 불안감, 압박감, 거부감, 긴장감을 유발시키는 상태라고 할 수 있으며, 이러한 스트레스의 원인은 친구의 죽음, 이사, 은퇴, 이혼, 사별 등과 같이 갑작스러운 환경의 변화가 스트레스 원인이라고 설명하고 있다[17]. 노인의 스트레스에 대한 선행연구를 살펴보면, 서인균과 조혜정(2013)는 노인의 스트레스와 우울과의 관계에 관한 실증분석의 모형을 적용하여 분석하였다[18]. 분석 결과, 스트레스 정도에 따라 우울과 자살생각이 다르게 나타났으며, 우울은 스트레스와 자살생각 간의 관계에서 완전 매개효과를 보이는 것으로 나타났다. 또한 하경분과 송선희(2013)는 노인의 스트레스는 우울과 자살생각에 정적(+)인 영향을 미치는 것으로 나타난 결과는 노인의 스트레스가 정신건강을 위협함에 따라 심각한 사회문제로 대두되고 있음을 시사하였다[19]. 김희조(2016)는 독거노인의 스트레스가 높을수록 삶의 질이 낮아진다는 것을 실증적으로 검증하였고, 도시지역 독거노인의 건강 및 주거에 대한 스트레스와 삶의 질의 관계에서 자존중감이 매개효과가 있음을 밝혔다[20].

## 2.3 노인의 삶의 질

삶의 질(quality of life) 개념은 사회에서 일상적으로 폭넓게 사용되어 왔지만, 보는 사람의 관점이나 목적에 따라 그 정의에 많은 차이가 있을 뿐만 아니라, 각 학문 영역별로 다르게 정의함에 따라 합의된 개념을 도출하기가 매우 어렵다[21]. 삶의 질은 대체로 개인이나 집단을 둘러싼 삶의 객관적 조건뿐만 아니라, 개인이나 집단이 경험하는 안녕 복지에 대한 주관적인 느낌, 행복감, 안녕감, 만족감, 좌절감, 실망감을 동등하게 강조하는 개념으로 1970년대 중반부터 사용되기도 하였다[22].

노인들에게 삶의 질을 향상시키는 것은 단순한 수명연장이 아니라 건강하고 오래 살 수 있도록 지원함으로써 행복한 노후를 보내기 위한 중요한 관심사이다[23]. 이러한 노인의 삶의 질 문제가 사회적 관심사로 부각되

는 이유는 고령사회 진입 이후 복지비 지출이 큰 폭으로 확대되면서 노인의 문제는 개인의 문제가 아닌 국가적 차원의 이슈로 부각되었기 때문이다. 이렇듯 독거노인의 증가에서 오는 노인 문제의 현상은 건강의 약화, 소득의 감소, 역할상실, 노인부양의식의 약화 및 여가시간의 증가로 인한 심리적, 사회적 소외감 등으로 노인의 삶의 질 저하로 나타났으며, 신체적, 정신적 장애와 경제적 결핍에 처해 있는 비율이 높은 것으로 나타났다[24]. 독거노인의 삶의 질에 관한 선행연구에서는 노인복지정책과 서비스에 중요한 이슈로 등장하는 노인차별로 인한 삶의 질 저하 문제에 대한 관심이 늘어나는 추세라고 언급하였고[25], 독거노인의 일상생활수행능력이 높아지고 우울이 낮아짐에 따라 삶의 질 정도가 높아진다고 하였다[26]. 또한 자녀, 친척, 친구 및 이웃과 접촉하는 빈도, 전화 및 방문 빈도, 이웃의 역할 정도는 독거노인의 삶의 질에 영향을 미치는 요인이라고 하였다[27].

## 2.4 사회적 지지

인간의 욕구 충족 과정에서 일어나는 협조의 관계인 사회적 지지는 사회적 결속을 통하여 개인의 사회적 욕구를 충족시켜 줄 수 있는 지지로 대상자가 배우자, 가족, 친구, 이웃 등의 대인 관계적 상호작용을 통하여 받는 물질적, 정신적 도움이라고 하였다[28]. 또한 House(1981)는 정서적 관심, 도구적 도움, 정보, 칭찬 중 한 개 또는 둘 이상이 포함된 대인 관계적 거래로 정의하고 있으며, 사회적 지지는 긍정적 영향을 주는 대화를 포함하여 사회적 통합에 초점을 맞추고 있어야 하고 상호작용의 지속과 상호만족을 위해 상호 호혜성이 있어야 하며 인간욕구의 충족은 사회망의 구조와 기능 모두가 관계한다고 했다[29].

노인에게 사회적 지지는 성공적인 노화에 영향을 미치는 주요한 변인이며 노화과정에서 가족이나 친구 등으로부터 제공받는 사회적 지지가 누구나 경험할 수 있는 상실을 완충하는 효과가 있다고 설명하고 있다[30]. 독거노인에 대한 사회적 지지는 가족 및 공식적인 사회적 지지망의 부재로 인해 지역주민 참여의 필요성이 점차 강조되고 있다[31]. 독거노인의 경우 그들의 상황을 점검할 인적자원의 취약성으로 인해 사회적 고립 또는 위험에 대한 가능성이 있다. 즉, 가족 및 친척의 역할이 미비한 독거노인의 경우 노년기에 새롭게 형성할 수 있는 친구관계가 매우 제한적이다. 채현탁(2006)의 연구에 의

하면 우리나라 독거노인의 경우 비공식적 및 공식적 지지망으로부터 격리되어 매우 심각한 사회적 고립상황이라고 하였다[32]. 노인의 사회적 지지와 관련된 선행연구를 살펴보면, 노인의 사회적 지지는 삶의 질에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다[33-34]. 이러한 사회적 지지는 스트레스를 경감시키고 건강유지와 증진을 통해 노인의 질적인 삶을 향상시키는 중요한 요인으로써[35] 독거노인의 스트레스와 삶의 질의 관계에서 중요한 매개 역할을 할 것이라고 사료된다.

### 3. 연구방법

#### 3.1 연구모형 및 가설

본 연구의 연구모형은 다음의 [Figure 1]과 같다.

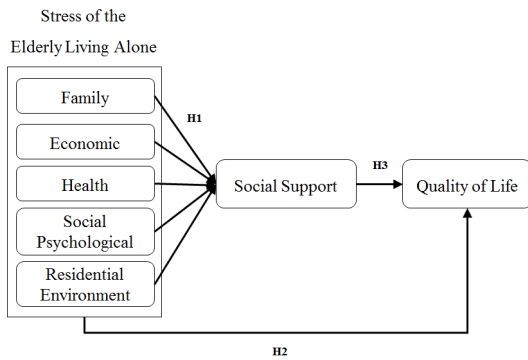


Fig. 1. Research Model

김귀분과 석소현(2008)의 연구에 의하면 도시지역 독거노인의 스트레스 삶의 질은 밀접한 연관성이 있는 것으로 분석되었고[36], 심옥수(2010)의 연구에서는 개인의 신체적 환경인 질병에 의해 입원 중인 노인의 경우 질병에 대한 스트레스가 완화되고 건강이 호전됨에 따라 삶의 질이 높게 나타난 것을 알 수 있다[37].

스트레스와 사회적 지지에 관한 연구에서 안경숙(2005)은 독거노인에 대한 연구에서 자녀, 친척, 친구·이웃과 접촉하는 수(크기)가 매우 작았으며, 전화접촉과 방문 접촉 빈도도 매우 낮았으며, 자녀, 친구·이웃, 친척의 순으로 스트레스와 사회적 지지가 관계성이 있는 것으로 나타났다[38].

사회적 지지는 스트레스 상황에서 사용할 수 있는 대

처 자원이며 삶의 질에 긍정적으로 영향을 미치는 유용한 요인이다[39]. 스트레스가 발생하였을 때 통제할 수 없는 상황에서는 개인이 부정적인 심리 상태가 되기 쉬운데, 이때 사회적 지지는 긍정적인 방향으로 작용하여 우울증을 완화시키고 부정적 심리 상태를 긍정적인 심리 상태로 전환하여 결과적으로 삶의 질을 향상시키는 완충 효과가 있다[40]. 따라서 본 연구에서는 이와 같은 선행 연구들을 토대로 상기 연구 모형을 도출하고 이를 검증하고자 다음과 같은 연구 가설을 설정하였다.

연구가설 1: 도시지역의 독거노인의 스트레스는 사회적 지지에 영향을 미칠 것이다.

연구가설 2: 도시지역의 독거노인의 스트레스는 삶의 질에 영향을 미칠 것이다.

연구가설 3: 도시지역의 독거노인의 사회적 지지는 삶의 질에 영향을 미칠 것이다.

연구가설 4: 도시지역의 독거노인의 스트레스와 삶의 질의 관계에서 사회적 지지는 매개역할을 할 것이다.

#### 3.2 연구대상 및 자료 분석

본 연구는 서울지역과 경기지역 10곳의 노인복지관 이용노인들 가운데 만 65세 이상 독거노인을 대상으로 유의표집(purposive sampling)하였으며, 기간으로는 2017년 09월 15일부터 09월 27일까지 총 232명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 본 연구는 연구대상이 노인이라는 특수성과 윤리적인 측면을 고려하여 사전에 훈련된 조사를 통해 면대면 방식으로 설문문항에 대한 직접적인 설명 과정 중 응답자가 신체적, 심리적 불편함을 호소할 경우 즉시 중단시켰다.

본 연구의 자료는 SPSS 22.0과 AMOS 22.0을 이용하여 분석을 실시하였다. 본 연구에서 사용된 척도의 신뢰도와 타당성을 검증하기 위해 확인적 요인분석과 Cronbach's  $\alpha$ 계수를 산출하였으며, 주요 변수들 간의 상관관계를 알아보기 위하여 피어슨 상관계수를 실시하였다. 마지막으로 구조방정식 모형(structural equation model)을 통한 연구가설 검증을 실시하였다

#### 3.3 측정도구

##### 1) 스트레스

본 연구에서 스트레스를 측정하기 위하여 윤희화

(2007)의 스트레스 척도를 참고하였으며[41], 이는 건강, 주거환경, 가족, 경제, 심리사회 스트레스에 관한 20개 문항을 포함하고 있다. 건강 스트레스는 ‘시력과 청력이 감소되었다’, ‘치아 상태가 나빠졌다’, ‘만성적인 질병이 있다’, ‘기억력이 감소되었다’ 등의 8문항, 주거환경 스트레스는 ‘주거 및 이웃 환경에 큰 변화가 생겼다’, ‘현재 살고 있는 집이 사용하기가 불편하다’, ‘현재 내가 사용하고 있는 방에 불편을 느낀다’의 3문항, 가족 스트레스는 ‘집안 일 결정권과 권위가 감소되었다’, ‘자녀들에게 소외감 혹은 무시를 당했다’ 등의 5문항으로 구성되었다. 경제 스트레스는 ‘용돈이 부족했다’, ‘노후 생활 대책이 없어서 걱정이다’, ‘생활비가 적어 힘이 들었다’ 등의 6문항, 심리사회 스트레스는 ‘외로운 적이 있다’, ‘가족 중의 한 사람이 사망했다’ 등의 4문항으로 구성되었다.

각 문항은 조사대상 어르신이 지난 1년 동안 경험한 스트레스에 대해 스트레스가 ‘전혀 없다’의 1점에서 ‘항상 있다’의 Likert 5점 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 스트레스가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach의  $\alpha$ 는 건강=0.770, 주거환경=.785, 가족=.865, 경제=.774, 심리사회=0.900 으로 나타났으며, 전체 Cronbach의  $\alpha$ 는 0.922로 나타났다.

## 2) 사회적 지지

본 연구에서 사회적 지지는 장영희(2012)의 연구와 박영희와 노은미(2015)의 연구에서 사용된 사회적 지지 12문항 척도를 사용하였다[42-43]. 이에 본 연구에서 사회적 지지에 관한 설문은 정서적 지지, 정보적 지지, 도구적 지지, 사회활동적 지지와 관련하여 각각 3문항씩 12문항으로 구성되어 있으며, Likert 5점 척도로 구성하였다. 본 연구에서 Cronbach의  $\alpha$ 는 정서적=0.790, 정보적=.796, 도구적=0.788, 사회활동적=0.798 으로 나타났으며, 전체 Cronbach의  $\alpha$ 는 0.918로 나타났다.

## 3) 삶의 질

본 연구에서 삶의 질은 최성재(1986)가 개발한 측정 도구를 손신영(2006)이 수정 보완하여 사용한 도구를 본 연구에 사용하였다[44-45]. 이에 본 연구에서 삶의 질에 관한 문항은 과거차원 4문항, 미래차원 4문항으로 구성되어있으며, Likert 5점 척도로 구성하였다. 본 연구에서 Cronbach의  $\alpha$ 는 과거차원=0.833, 미래차원=.884 으로 나타났으며, 전체 Cronbach의  $\alpha$ 는 0.905로 나타났다.

## 4. 실증분석

### 4.1 타당성 및 신뢰도 검증

본 연구에서는 각 변수들의 타당성과 신뢰성 검증을 위하여 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였다. 각 변수들의 확인적 요인분석 결과, 측정모형에 대한 적합도 지수가  $\chi^2=1652.241(p=.000, df=685)$ , GFI=0.864, AGFI=0.837, CFI=0.923, NFI=0.876, IFI=0.924, TLI=0.912, RMR=0.028, RMSEA=0.052로 나타났으며, 요인부하량은 모든 측정 항목이 0.5이상으로 나타났다. 또한 각 요인의 개념신뢰도와 AVE 값을 확인한 결과, 각 변수의 개념신뢰도는 .863~.943으로 나타났고, AVE 값은 .611~.808로 나타나 모든 측정항목의 집중타당성이 성립되었으며, 판별타당성 및 범칙타당성도 성립이 되어 제거된 항목을 제외한 본 연구의 측정항목은 개념타당성과 신뢰성이 충분한 것으로 판단할 수 있다. 또한 확인적 요인분석 결과, 모든 요인에서 좋은 요인부하량( $\lambda > 0.50$ )을 보여줄 뿐만 아니라 모든 t값이 모두(t값 = 비표준화계/ 표준오차)이 1.965 이상으로 유의적인 것으로 나타나고 있다.

### 4.2 상관관계 분석

본 연구에서는 독거노인의 스트레스, 사회적 지지, 삶의 질의 관계를 살펴보고자 상관분석을 실시한 결과이다. 분석 결과, 상관계수는 -.687~.748의 범위로 나타났고, 독거노인의 스트레스의 하위 요인인 건강, 주거환경, 심리사회, 가족, 경제 요인은 종속변수인 사회적 지지와 삶의 질 척도에서 유의한 부(-)적 상관이 있는 것으로 나타났다.

### 4.3 가설검증

본 연구에서는 독거노인의 스트레스 요인이 사회적 지지 및 삶의 질에 미치는 영향에 대하여 분석하고자 한다. 본 연구에 이용된 연구단위 간의 구조방정식 모형 분석결과를 다음과 같다. 연구모형의 적합도는  $\chi^2=800.497(p=.000, df=278)$ , GFI=0.898, AGFI=0.872, CFI=0.937, NFI=0.907, IFI=0.937, TLI=0.926, RMR=0.028, RMSEA=0.060으로 나타났으며, 양호한 기준치를 보이는 것으로 나타났다.

**Table 1.** Research Model Hypothesis Test Results

Hypothesis	Standardized $\beta$	S.E	C.R.	P	
Health →	Social support	-0.434	0.065	-7.162***	.000
Residential environment →					
Family →					
Economic →					
Social psychological →					
Health →	Quality of life	-0.428	0.119	-6.499***	.000
Residential environment →					
Family →					
Economic →					
Social psychological →					
Social support →	Quality of life	.864	0.174	11.853***	.000

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

<Table 1>의 연구모형 가설 검증결과를 살펴보면 다음과 같다. 연구가설 1에 대한 검증결과, 독거노인 스트레스의 하위요인 중, 건강( $\beta = -.434$ ,  $t$ -값 =  $-7.162$ ,  $p < .001$ ), 가족( $\beta = -.112$ ,  $t$ -값 =  $-2.504$ ,  $p < .05$ ), 경제( $\beta = -.355$ ,  $t$ -값 =  $-5.954$ ,  $p < .001$ ), 심리사회( $\beta = -.124$ ,  $t$ -값 =  $-3.426$ ,  $p < .001$ )는 사회적 지지에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 연구가설 2에 대한 검증결과, 독거노인의 스트레스 하위요인 중, 건강( $\beta = -.428$ ,  $t$ -값 =  $-6.499$ ,  $p < .001$ ), 가족( $\beta = -.137$ ,  $t$ -값 =  $-2.158$ ,  $p < .001$ ), 경제( $\beta = -.339$ ,  $t$ -값 =  $-3.438$ ,  $p < .001$ ), 심리사회( $\beta = -.108$ ,  $t$ -값 =  $-2.085$ ,  $p < .05$ )는 삶의 질에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 연구가설 3에 대한 검증결과, 독거노인의 사회적 지지는 삶의 질에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta = .864$ ,  $t$ -값 =  $11.853$ ,  $p < .001$ ).

본 연구의 이론모형은 사회적 지지 요인이 독거노인의 스트레스와 삶의 질의 관계에서 영향을 미치리라 가정하고 있어, 추가적으로 사회적 지지 매개효과를 검증하기 위한 분석을 실시하였다. 분석결과는 다음의 <Table 2>와 같다.

‘독거노인의 스트레스 요인과 삶의 질의 관계에서 사회적 지지는 건강(경로계수 =  $.644$ ,  $p < .001$ ), 주거환경(경로계수 =  $.121$ ,  $p < .001$ ), 가족(경로계수 =  $.167$ ,  $p < .001$ ), 경제(경로계수 =  $.526$ ,  $p < .001$ ), 심리사회(경로계수 =  $.184$ ,  $p < .001$ )의 모든 변수에서 간접효과가 유의하게 나타나 매개효과가 있는 것으로 나타났다.

**Table 2.** Mediation Effect Analysis of Social Support

Path	Direct	$p$	Indirect	$p$	Total	$p$
Health	-.443***	.000	.644***	.000	.201***	.000
Residential environment	-.036	.665	.121***	.000	.085	.119
Family	-.141***	.000	.167***	.000	.026	.764
Economic	-.394***	.000	.526***	.000	.132***	.000
Social psychological	-.108*	.037	.184***	.000	.076	.224

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

또한 사회적 지지의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny(1986)가 제시한 sobel test 방법을 사용하였으며[46], 분석 결과를 정리한 <Table 3>에 따르면 독거노인의 스트레스 요인과 삶의 질 간 관계에 미치는 사회적 지지의 매개효과는 독거노인의 스트레스 요인 중 주거환경과 삶의 질의 관계를 제외하고 모두 유의한 것으로 나타났다. 즉, 독거노인의 건강, 가족, 경제, 심리사회적 스트레스와 삶의 질의 관계에서 사회적 지지가 촉매제 역할을 함으로써 독거노인 삶의 질을 더욱 향상시켜주는 요소로 작용하는 것이다.

**Table 3.** Result of Sobel-test

Path	Z-value	$p$
Health	-4.191***	.000
Residential environment	-1.203	.229
Family	-2.241*	.025
Economic	-3.893***	.000
Social psychological	-2.855**	.004

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

### 5. 결론 및 논의

본 연구는 도시지역 독거노인이 일상생활 속에서 발생할 수 있는 스트레스와 삶의 질의 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 검증하기 위한 연구이다. 본 연구는 독거노인 232명을 대상으로 약 2주 동안 설문조사를 실시하였고, 수집된 자료를 바탕으로 SPSS 22.0과 AMOS 22.0을 이용하여 분석을 실시하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 도시지역 독거노인의 스트레스 요인 중, 건강, 가족, 경제, 심리사회 스트레스는 사회적 지지에 부(-)적

인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 노인의 생활 스트레스가 높을수록 사회적 지지가 낮아진다는 연구결과와 동일하였다[47]. 둘째, 도시지역 독거노인의 스트레스 요인 중, 건강, 가족, 경제, 심리사회적 스트레스는 삶의 질에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 김덕조(2016)의 연구에서처럼 독거노인의 스트레스가 높을수록 삶의 질이 낮아진다는 결과와 일맥상통하고, 독거노인의 스트레스를 해결할 수 있는 능력을 향상시키기 위한 복지서비스의 제공과 복지 정책 개발 방안이 필요함을 확인하였다[48]. 독거노인의 스트레스 중, 주거환경에 대한 스트레스는 사회적 지지와 삶의 질에 모두 유의하지 않게 나타난 결과는 주거환경 스트레스가 주거 상실과 관련된 내용으로 측정하였다면, 노인의 우울로 연결되어 삶의 질 저하로 영향을 미칠 수 있었겠지만[49] 본 연구에서는 상실의 내용으로 측정된 것이 아니므로 사회적 지지와 삶의 질에 유의한 영향을 미치지 않은 것으로 사료된다. 셋째, 독거노인의 사회적 지지는 삶의 질에 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 남기민과 정은경(2011)의 연구에서 여성독거노인의 사회적 지지와 삶의 질은 정적인 상관성이 있다는 결과와 일맥상통하는 결과이다[50]. 넷째, 도시지역 독거노인의 스트레스와 삶의 질 관계에서 사회적 지지의 매개효과 검증결과, 도시지역 독거노인의 건강, 가족, 경제, 심리사회적 스트레스가 사회적 지지를 통하여 삶의 질을 좀 더 향상시킬 수 있는 완충제 역할을 한다고 하였다. 이러한 결과는 강혜자(2013)의 연구에서처럼 노인의 스트레스는 성공적인 노화에 부정적인 영향을 미치지만, 사회적 지지의 역할로 인하여 노인의 삶에 대한 상실을 극복할 수 있다고 검증한 것과 일맥상통한다[51].

본 연구는 일반노인이 아닌 도시지역 독거노인을 대상으로 연구를 진행한 것에 큰 의의가 있다. 도시지역 독거노인들의 스트레스는 사회적 지지에 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 즉, 사회적지지 향상을 위해서는 독거노인의 스트레스 해소를 위한 실질적인 복지서비스가 필요하다고 본다. 도시지역에서 독거노인의 스트레스를 관리하기 위한 체계적인 프로그램과 사회적 지지망을 형성하기 위한 이웃과의 유대, 동네조직의 참여 등과 같은 실천적인 개입이 필요할 것이다. 또한 도시지역 독거노인의 스트레스는 삶의 질에도 영향을 미치는 중요한 요인으로 나타났다. 독거노인의 삶의 질 향상을 위해서는 지역단체 및 국가기관에서 독거노인에 대한 취업지원을 강

화하여 도시거주 독거노인의 경제력 상실로 인한 스트레스 문제를 해결할 수 있을 것이다. 예를 들어, 취업소개, 고용정보센터의 활성화, 고용주에 대한 지원, 퇴직자의 재고용 등을 이용하여 노후 소득보장체계를 강화하기 위한 정책적 개발이 필요할 것이다. 또한 독거노인의 건강, 가족과 심리사회적 스트레스를 해소하기 위해서 노인복지시설, 건강지원센터, 마을회관 및 경로당 등의 활용을 통한 가족적 생활공동체를 형성할 수 있는 장소를 확대함으로써 도시지역 독거노인의 삶의 질을 향상시킬 수 있을 것이다. 이러한 다양한 지역사회 차원의 정책을 활성화시킴으로써 독거노인의 스트레스 해소와 사회적 지지 및 삶의 질을 위해 크게 기여할 수 있을 것으로 보인다.

## References

- [1] Statistical Office, Future population estimate for 2016. 2016.
- [2] Ministry of Health and Welfare, Guide to health and welfare for the elderly in 2016. 2016.
- [3] G. T. Kim, B. K. Park, "Life satisfaction and social support network of the elderly living alone", *Korean Journal of Research in Gerontology*, vol. 20, no. 1, pp. 153-168, 2000.
- [4] I. K. Seo, Y. S. Lee, "Mediated Effects of Depression on the Relationship between Social Resources of the Elderly Living Alone and Their Suicidal Ideation: With a focus on the comparison between the elderly living alone in rural and urban areas", *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, vol. 71, no. 2, pp. 219-247, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw.71.2.201606.219>
- [5] S. W. Kim, H. S. Cho, "Relationships between life satisfaction and finance, health, psychology status of the middle aged and elderly who are living alone", *Financial Planning Review*, vol. 5, no. 3, pp. 89-116, 2012.
- [6] S. S. Lee, S. H. Kim, "A study on the living conditions and social welfare needs of the elderly who lives alone in the farming and fishing communities: Focused on the province of Jeollanamdo", *Journal of Korea Regional Development*, vol. 11, no. 1, pp. 23-60, 2011.
- [7] B. I. Nho, S. H. Mo, "The effect of levels and dimensions of social support on geriatric depression", *Journal of the Korea Gerontological Society*, vol. 27, pp. 53-69, 2007.
- [8] K. M. Park, E. K. Ha, "Ability of self care and health promotion lifestyle for vulnerable elderly in urban community", *Korean Public Health Researches*, vol. 30, no. 1, pp. 96-103, 2004.
- [9] D. J. Kim, Verification of the correlation among the stress, self-respect and quality of life of single-elderlies : comparison between the urban and rural groups. Doctoral Thesis, Dongbang Culture University of Korea, 2016.
- [10] G. Y. Lim, *Sense-making of physical activity for senior citizens who live alone*. Master's Thesis, Kyung-hee



- University of Korea, 2010.
- [11] J. W. Hwang, K. U. Lee, J. Y. Kim, D. H. Lee, D. W. Kim, "The Affection of Depression of the Elderly Living Together and the Elderly Living Alone on Suicidal Ideation and the Moderating Effects of Personal Relation", *The Korean Academy of Mental Health Social Work*, vol. 45, no. 1, pp. 36-62, 2017.  
DOI: <https://doi.org/10.24301/MHSW.2017.03.45.1.36>
- [12] K. S. Kim, "Effects of the health status and health behavior on health-related quality of life of the elderly living alone and living with their families: Using data from the 2014 community health survey", *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, vol. 28, no. 1, pp. 78-87, 2017.  
DOI: <https://doi.org/10.12799/jkachn.2017.28.1.78>
- [13] J. K. Lee, J. H. Kim, "A study on the needs of the elderly living alone in Seoul", *Seoul Studies*, vol. 14, no. 3, pp. 191-211, 2013.
- [14] K. M. Nam, J. E. Lee, "The relationship between older adults' daily life stress and their successful aging: Focusing on the mediating effect of family resilience", *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, vol. 57, pp. 85-112, 2012.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw..57.201209.85>
- [15] D. J. Kim, op. cit., 2016.
- [16] The Elderly Welfare Act, Law no. 13646, 2015.
- [17] Y. O. Lim, H. S. Yoon, "Process of old age stress leading to suicidal ideation: Focus on mediator of social support, mastery, and depression", *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, vol. 72, no. 1, pp. 123-149, 2017.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw.72.1.201703.123>
- [18] I. K. Seo, H. C. Cho, "Mediation effects of depression in the relationship between stress and suicidal ideation of the elderly : A comparative study on people who live alone and those who live with family", *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, vol. 61, pp. 135-162, 2013.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw..61.201309.135>
- [19] K. P. Ha, S. H. Song, "A study on the relationship of daily stress and social support to psychological wellbeing in the elderly", *The Journal of the Korea Contents Association*, vol. 13, no. 7, pp. 278-289, 2013.  
DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.07.278>
- [20] D. J. Kim, op. cit., 2016.
- [21] M. Y. Jung, M. Y. Shim, "A study on the quality of life for the elderly participating social welfare using facilities: Focused on the program's participation, self-esteem and depression", *Korean Journal of Research in Gerontology*, vol. 29, no. 4, pp. 1539-1557, 2009.
- [22] A. Sarvimäki, B. Stenbock-Hult, "Quality of life in old age described as a sense of well being, meaning and value", *Journal of Advanced Nursing*, vol. 32, no. 4, pp. 1025-1033, 2000.  
DOI: <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2000.01568.x>
- [23] E. H. Kim, J. W. Lee, "Factors influencing health-related quality of life in elderly who visited a senior center: With activity of daily living, quality of sleep and depression", *Korean Journal of Research in Gerontology*, vol. 29, pp. 425-440, 2009.
- [24] S. S. Back, K. S. Kim, "A study about depression of elderly women living alone", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, vol. 12, no. 5, pp. 2555-2566, 2010.
- [25] J. N. Yang, E. J. Chop, H. S. Kim, J. Y. Sim, "A study of elders experience on ageism in urban and rural areas in Korea : Focused on social support and quality of life", *Journal of Community Welfare*, vol. 34, pp. 207-229, 2010.
- [26] S. K. Bae, T. Um, E. J. Lee, "A Study of the Effect of Instrumental Activities of Daily Living and the Mediating Effect of Depression on the Quality of Life of Lone Seniors", *Health and Social Welfare Review*, vol. 32, no. 4, pp. 5-30, 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.15709/hswr.2012.32.4.5>
- [27] G. B. Kim, S. H. Seok, "Factors related to the quality of life of the elderly", *The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing*, vol. 20, no. 2, pp. 146-155, 2008.
- [28] J. S. Norbeck, "Social support: A model for clinical research and application", *Advances in Nursing Science*, vol. 3, no. 4, pp. 43-60, 1981.  
DOI: <https://doi.org/10.1097/00012272-198107000-00006>
- [29] J. S. House, *Work stress and social support*. California: Addison-wesley Publishing Company, 1981.
- [30] H. J. Kang, *The effects of elders' stress on successful aging: Moderating effects of selection, optimization, compensation coping strategies and social support*. Doctoral Thesis, Kyunggi University of Korea, 2013.
- [31] W. S. Kim, *A study on the effects of social supports on the life satisfaction of the elders in young Deung Po district*. Mater's Thesis, The Catholic University of Korea, 2013.
- [32] H. T. Chae, *The Strengthening Plan of Social Support Network for the Aged Living Alone with Community Members as the Central Figure: Focused on Intervention of Volunteer Connection*. Doctoral Thesis, Daegu University of Korea, 2006.
- [33] S. J. Kim, "Path Analysis of Religious Activity Effect on the Quality of Life of the Elderly", *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, vol. 33, pp. 29-50, 2006.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw..33.200609.29>
- [34] K. S. Ahn, "Study on the Quality of Life and Social Support of Married Couples and Single Households Elderly", *Korean Journal of Research in Gerontology*, vol. 25, no. 1, pp. 209-223, 2005.
- [35] K. M. Kim, E. K. Jung, "The Influence of Social Activity and Social Support Perceived by Elderly Women Living alone on Their Quality of Life: Focusing on the Mediating Effect of Depression and Death-Anxiety", *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, vol. 52, pp. 325-348, 2011.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw..52.201106.325>
- [36] G. B. Kim, S. H. Seok, op. cit., 2008.
- [37] O. S. Shim, "Effects of stress on health-related quality of life and moderating effect of self-esteem in patients on renal dialysis", *Journal of Korean Gerontological Nursing*, vol. 12, no. 2, pp. 95-107, 2010.
- [38] K. S. Ahn, op. cit., 2005.
- [39] B. I. Nho, S. H. Mo, op. cit., 2007.
- [40] H. S. Yoon, B. M. Koo, "The mediating effects of social support on health status and depression of the elderly", *Korean Journal of Social Welfare*, vol. 61, no. 2, pp.



303-324, 2009.

DOI: <https://doi.org/10.20970/kasw.2009.61.2.012>

- [41] H. H. Yoon. *Stress causing factors and coping behavior of the elderly*. Master's Thesis, Gachon University of Korea, 2007.
- [42] Y. H. Jang, *The influence of social networks and socio-psychological factors of the elderly in urban area on quality of life*. Doctoral Thesis, Chosun University of Korea, 2013.
- [43] Y. H. Park, E. M. Noh, "A study on the effects of social support on the subjective happiness of the elderly people", *Journal of the Korean Academy of Health and Welfare for Elderly*, vol. 7, no. 1, pp. 37-48, 2015.
- [44] S. J. Choi, "A study on the development of measuring scale of he concept of life satisfaction", *Journal of Korea Culture Research Institute*, vol. 49, pp. 233-256, 1986.
- [45] S. Y. Son, *Model construction of the quality of life in the rural elderly*. Doctoral Thesis, Seoul National University of Korea, 2006.
- [46] R. M. Baron, D. A. Kenny, "The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations", *Journal of personality and social psychology*, vol. 51, no. 6, pp. 1173-1182, 1986.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- [47] M. S. Son, *The Effect of the elderly's life stress on Resilience*. Doctoral Thesis, Honam University of Korea, 2012.
- [48] D. J. Kim, op. cit., 2016.
- [49] J. E. Bae, H. H. Kim, M. K. Yang, H. J. Kim, J. H. Kim, H. H. Lim, "Stress and Management Strategies in Korean Elderly", *Crisisonomy*, vol. 9, no. 3, pp. 175-194, 2013.
- [50] K. M. Nam, E. K. Jung, "The Influence of Social Activity and Social Support Perceived by Elderly Women Living alone on Their Quality of Life: Focusing on the Mediating Effect of Depression and Death-Anxiety", *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, vol. 52, pp. 325-348, 2011.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw..52.201106.325>
- [51] H. J. Kang, "Theoretical Analysis of the Effectiveness of Social Support upon Successful Aging", *Social Work Practice & Research*, vol. 8, no. 1, pp. 1-16, 2013.

김형기(Gim, hyoung-gee)

[정회원]



- 2010년 2월 : 한세대학교(사회복지 석사)
- 2017년 10월 : 한세대학교 (사회복지박사과정중)

<관심분야>

평생교육, 사회복지, 노인복지, 아동청소년복지.