

작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스 간의 관련성

김지훈
가야대학교 작업치료학과

Relationship Between Quality of Sleep and Job Stress among Occupational Therapists

Ji-Hoon Kim
Division of occupational therapy, Kaya University

요약 본 연구는 작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스 간의 관련성을 알아보고자 실시하였다. 이를 통하여 작업치료사의 수면의 질에 관련된 기초 자료를 제공하며, 나아가 수면의 질 향상을 통하여 직무스트레스를 감소하기 위한 방안을 모색하기 위함이다. 이를 위하여 2022년 6월 27일부터 동년 7월 30일까지 전국에서 병원 등의 기관에서 근무하고 있는 작업치료사 194명을 대상으로 수면의 질 측정도구와 단축형 한국인 직무스트레스 측정도구를 사용하여 수면의 질과 직무스트레스를 각각 평가하였다. 수집된 연구 자료는 SPSS 21.0을 사용하여 기술통계, 피어슨 상관분석을 실시하였으며, 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 작업치료사의 수면의 질은 평균 $2.03 \pm .22$ 로 낮은 편이었다. 둘째, 작업치료사의 수면의 질은 직무스트레스와 유의한 상관성이 있었다. 본 연구는 작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스 간의 상관성을 알아보고자 실시하였으며, 그 결과 수면의 질과 직무스트레스 간의 관련성을 확인할 수 있었다. 따라서, 본 연구의 결과를 바탕으로 작업치료사의 수면의 질의 중요성을 인식하고, 수면의 질이 직무스트레스를 감소하기 위한 하나의 준거로 고려되기를 기대한다.

Abstract This study was undertaken to identify the correlation between the quality of sleep and job stress among occupational therapists. The study provides basic data related to the quality of sleep of occupational therapists and suggests ways to reduce job stress through sleep quality improvement. From June 27 to July 30, 2022, the quality of sleep and job stress were assessed through the sleep quality scale and KOSS-SF, respectively. The subjects included 194 occupational therapists working in hospitals and other institutions across the country. The collected data were subjected to descriptive statistics and Pearson's correlation analysis using SPSS 21.0. Our results determined that the average quality of sleep was low, averaging $2.03 \pm .22$, and was significantly correlated with job stress. These results confirm the relationship between quality of sleep and job stress. Based on the data obtained, it is important to recognize that enhanced quality of sleep should be considered a criterion for reducing job stress.

Keywords : Occupational Therapists, Quality of Sleep, Job Stress, KOSS-SF, Reduce

*Corresponding Author : Ji-Hoon Kim(Kaya Univ.)

email: otkjhoon@kaya.ac.kr

Received August 22, 2022

Accepted November 4, 2022

Revised September 28, 2022

Published November 30, 2022

1. 서론

최근 들어 노인인구 및 장애인구의 증가와 작업치료에 대한 인식 향상 등에 따라 작업치료에 대한 수요는 계속적으로 증가하고 있으며, 이에 작업치료사는 의료 및 사회재활서비스를 제공하는 중요한 역할을 담당하고 있다 [1]. 작업치료사는 신체적·정신적·사회적 장애를 가진 모든 연령의 사람을 대상으로 일상생활활동, 일, 여가활동 등 일상활동을 독립적으로 수행하며, 기능 및 발달 수준을 유지 및 향상시킬 수 있도록 의미있는 활동을 통하여 치료하는 보건의료 전문가이다[2]. 이러한 작업치료사는 재활치료에 대한 전문적 지식과 함께 수준 높은 치료 기술을 통한 생명을 다루는 직업으로 인하여 육체적, 정신적 긴장이 높다[3]. 또한 업무 특성상 팀 접근을 위한 영역 간 의사소통, 팀워크, 치료 서비스의 대상인 환자와의 지속적인 접촉과 의사소통이 필요하기에, 이러한 직무 특성에 따른 다양한 건강 문제에 노출되어있다[4].

다양한 건강 문제 중 하나는 수면의 질 감소이다. 인간의 삶의 3분의 1을 차지하는 수면은 생리적, 정신적 항상성을 유지하는데 필수적인 요인이다[5]. 충분한 수면은 신체적, 정신적 피로 및 에너지를 충전시켜 최상의 기능을 발휘하게 하지만, 불충분한 수면은 졸음, 피로, 집중력과 기억력 감소, 긴장 등을 초래하여 일상생활 영위 및 삶의 질에 영향을 미치게 된다[6]. 수면의 질적 지표인 수면의 질은 수면의 좋고 나쁜 정도를 의미하는 것으로, 수면의 양 뿐이 아니라 수면 중 깬 횟수, 수면의 깊이, 수면잠복기, 수면 유지의 어려움 정도와 일상생활 등의 영향을 받으며 이는 신체적, 정신적 건강과 관련되어 있다 [5]. 따라서 작업치료사의 수면의 질이 감소될 경우 업무 수행의 효율을 저하시키며 궁극적으로 재활치료의 질적 저하를 유발할 수 있기에, 작업치료사의 수면의 질에 대한 문제는 간과해서는 안 될 중요한 건강 문제로 사료된다.

우리나라의 작업치료사는 선진국에 비해 상대적으로 많은 하루 치료 환자 수, 긴 근무시간, 치료 외 업무량, 후생복지, 휴가 등 근로 조건들이 열악하여 직무스트레스가 높은 편이다[4]. 직무스트레스는 업무상 요구되는 사항이 능력이나 자원, 요구와 일치하지 않을 때 생기는 유해한 신체적, 정서적 반응으로서, 개인이 상황이나 환경을 조절할 수 없을 때, 일의 요구도가 높고 통제력이 낮을 때 발생한다[7]. 적절한 직무스트레스는 심신 활동의 촉진과 업무수행에 있어서 창조적 능력을 발휘하게 되고 동기유발을 유도하여 생산성을 증대시킬 수 있지만 [8], 과도한 스트레스는 역기능을 초래하여 육체적, 정신

적 건강을 위협한다. 이러한 직무스트레스가 높을수록 수면 문제의 발생 증가와[9] 함께 수면의 질에도 상당한 영향을 미친다[10]. 따라서, 작업치료사의 직무스트레스 감소와 함께 수면의 질 증가를 위한 방안이 필요할 것이다.

이와 같이 수면의 질과 직무스트레스는 높은 상관성을 보이지만. 관련 선행 연구들은 대부분 수면에 직접적인 영향을 받는 교대 근무자들을 대상으로 이루어졌다. 직종별로, 119구급대원[11]과 응급의료종사자[12]의 수면의 질은 스트레스에 유의한 영향을 미친다고 보고하였으며. 간호사들의 직무스트레스는 수면과 관련된 문제 발생과 수면의 질에 부정적인 영향을 미친다고 보고하였다 [13-15]. 또한 노인요양병원 근무자들의 수면의 질과 직무스트레스는 음의 상관관계가 있다고 보고하였으며[16] 전공의의 수면의 질과 직무스트레스는 음의 연관성을 보고하였다[17]. 하지만 수면의 질은 교대 근무 여부만이 아니라 연령, 성, 음식, 신체적, 정신적 건강과 삶의 질 등 다양한 요인에 의해 영향을 받는다[10]. 이에 치과위생사 [18], 중년 남성 근로자[10], 노인여성[19] 등 교대 근무자가 아닌 비교대 직업군 및 일반 연령층을 대상으로도 연구가 이루어졌다. 하지만 선행 연구를 살펴본 바와 같이 비교대 보건의료전문직 중 치과위생사를 대상으로만 제한적으로 진행되었을 뿐이다. 더욱이 작업치료사의 경우 타 보건의료전문직과 달리 환자와 오랜시간 동안 대면하며 장기간 재활치료 서비스를 제공하는 업무 특성상 직무스트레스가 높지만[3], 이러한 특성에도 불구하고 작업치료를 대상으로 수면의 질에 관련된 연구는 아직까지 없다. 또한 작업치료사는 수면이 휴식과 회복을 목적으로 하는 활동으로, 작업치료사는 좋은 수면과 휴식을 제공하여 환자들의 낮 동안의 자기관리, 일, 여가 등 다양한 형태의 활동을 지지하는 전문가이지만[20], 정작 작업치료사의 수면의 질에 대한 연구는 전무한 실정으로 이에 대한 연구가 필요할 것으로 사료된다. 이러한 배경으로 본 연구는 작업치료사의 수면의 질 정도를 파악하고, 수면의 질과 직무스트레스 간의 관련성을 알아보고자 한다. 본 연구를 통하여 작업치료사의 수면의 질에 관련된 기초자료와 중요성을 제공함과 동시에 직무스트레스를 감소하기 위한 준거로 고려할 수 있을 것으로 사료된다.

2. 본론

2.1 연구기간 및 연구대상

본 연구는 2022년 6월 27일부터 동년 7월 30일까지

전국에 소재한 병원 등의 기관에서 작업치료사로 근무하고 있는 대상자를 모집단으로 선정하여 설문조사를 실시하였다. 연구대상자의 선정기준으로는 첫째, 대한작업치료사협회에 작업치료사로 등록되어 있는 자, 둘째, 연구기간 동안 작업치료사로 근무하고 있는 자, 셋째, 본 연구의 취지를 이해하고 자발적으로 참여의사를 밝힌 자이다. 자료 수집은 전국에서 근무하고 있는 작업치료사를 대상으로 편의표집 하였다. 서울·경기, 부산·경남, 대구·경북 및 기타 지역에 근무하는 작업치료사를 대상으로 개별적으로 유선 연락을 통하여, 연구 참여에 대한 동의를 득하였다. 이후 자발적으로 참여 의사를 밝힌 200명을 대상으로 온라인 설문지를 배부하였으며, 이중 응답내용이 일부 누락된 6명을 제외한 194부(97.0%)를 분석 대상으로 하였다. 대상자의 표본 크기는 G-power 3.1.5 프로그램을 이용하여 확인한 결과로, 최소 표본은 중간 효과 크기(f^2)=0.15, 유의수준(α)=.05, 검정력($1-\beta$)=.95로 지정하여 총 153명으로 나타났다. 따라서 본 연구의 표본 수는 분석을 위해 충분함을 확인할 수 있었다.

2.2 연구도구

2.2.1 일반적 특성

일반적 특성은 성별, 연령, 결혼유무, 최종학력, 근무지역, 근무기관, 임상경력 등 7개 항목으로 구성하였다.

2.2.2 수면의 질 측정도구

본 연구에서는 작업치료사의 수면의 질을 평가하기 위하여 [21]의 연구에서 개발한 수면의 질 측정도구를 사용하였다. 이 도구는 주간 기능장애 12개 문항, 수면 후 회복 4개 문항, 잠들기 어려움 4개 문항, 일어나기 어려움 3개 문항, 수면 만족도 3개 문항, 수면 유지의 어려움 2개 문항 등 총 6가지의 요인으로 구성되어있다[10]. 각 문항은 '거의 그렇지 않다' 0점부터 '거의 항상 그렇다' 3점까지 4점 리커트 척도로서, 점수는 최소 0점에서 최고 84점까지이다. 부정 문항인 수면 후 회복 4문항과 수면 만족도 3문항은 역환산 처리하였으며, 점수가 높을수록 수면의 질이 낮음을 의미한다. 개발 당시 Cronbach α 값은 .92이었고, 본 연구의 Cronbach α 값은 .91이다.

2.2.3 단축형 한국인 직무스트레스 측정도구

본 연구에서는 작업치료사의 직무스트레스를 평가하기 위하여 [22]의 연구에서 개발한 단축형 한국인 직무스트레스 측정도구(KOSS-SF)를 사용하였다. 본 평가도구

는 직무 요구, 직무 자율성, 대인관계 갈등, 직무 불안정, 조직 체계, 보상 부적절, 직장 문화 등 7개 항목, 총 24개 문항으로 구성되어있다. 각 항목의 점수는 4점 리커트 척도로 1점 '전혀 그렇지 않다'에서 4점 '매우 그렇다'로 점수가 높을수록 직무스트레스가 높음을 의미하며, 부정형 문항의 경우 역환산 처리하였다. [22]의 연구에서 Cronbach α 값은 .75이었으며, 본 연구에서 Cronbach α 값은 .83이었다.

2.3 자료수집

본 연구는 실시 전 연구의 목적을 설명하고, 자발적으로 연구에 참여 의사를 밝힌 작업치료사를 대상으로 실시하였다. 연구 대상자에게는 본 연구의 목적을 설명한 후 순수 연구 목적으로 무기명으로 처리되며, 연구 자료는 보관기간이 지난 이후 모든 연구 자료는 파기할 것을 설명하였다. 이러한 내용을 포함한 문서화된 연구 참여 동의서에 자발적으로 동의를 받아 실시를 하여, 연구 대상자의 윤리적 측면을 보장하였다.

2.4 자료분석

자료 분석은 SPSS 21.0 프로그램을 사용하였으며, 일반적 특성은 빈도와 백분율을 구하였다. 작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스 정도는 평균과 표준편차로 산출하였다. 작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스 간의 상관성은 피어슨 상관계수를 실시하였다. 본 연구의 통계학적 유의수준 α 값은 .05이다.

3. 연구결과

3.1 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자 194명의 일반적 특성은 다음과 같다(Table 1). 성별은 남자 59명(30.4%), 여자 135명(69.6%)이었다. 연령은 20대 98명(50.5%), 30대 85명(43.8%), 40대 이상 11명(5.7%)이었다. 최종학력은 전문대학교 졸업 82명(42.3%), 대학교 졸업 95명(49.0%), 대학원 이상 17명(8.8%)이었으며, 근무 지역은 서울 경기 25명(12.9%), 부산·경남 63명(32.5%), 대구·경북 83명(42.8%), 기타 23명(11.8%)이었다. 근무기관은 대학·종합병원 15명(7.7%), 재활·요양병원 121명(62.4%), 아동센터 41명(21.2%), 기타 17명(8.8%)이었다. 근무형태는 정규직 173명(89.2%), 비정규직 21명(10.8%)이었으며, 임상경력은 1~5년 94명(48.5%),

6~10년 74명(38.1%), 11년 이상 26명(13.4%)이었다.

Table 1. General characteristics of participants (n=194)

Characteristics	Category	N	%
Gender	Male	59	30.4
	Female	135	69.6
Age(year)	20~29	98	50.5
	30~39	85	43.8
	40≤	11	5.7
Educational background	College	82	42.3
	University	95	49.0
	Master≤	17	8.8
Working areas	Seoul· Gyeonggi	25	12.9
	Pusan· Gyeongnam	63	32.5
	Daegu· Gyeongbuk	83	42.8
	Ect	23	11.8
The type of working agency	University· General hospital	15	7.7
	Rehabilitation· Geriatric hospital	121	62.4
	Child center	41	21.2
	The others	17	8.8
Forms of employment	Regular work	173	89.2
	Contract work	21	10.8
Length of work(year)	1~5	94	48.5
	6~10	74	38.1
	11≤	26	13.4

3.2 연구대상자의 수면의 질과 직무스트레스 정도

연구대상자의 수면의 질과 직무스트레스에 대한 기술 통계 분석 결과는 Table 2와 같다. 수면의 질은 평균 2.03±.22이었으며, 수면의 질 하위 요인별로 주간기능장애 1.97±.37, 수면 후 회복 2.03±.29, 잠들기 어려움 2.03±.43, 일어나기 어려움 2.02±.30, 수면 만족도 2.14±.52, 수면 유지의 어려움 2.03±.31이었다.

직무스트레스 평균은 2.25±.41이었으며, 하위 요인별로 직무요구 2.48±.55, 직무 자율성 2.15±.62, 대인관계 갈등 2.01±.33, 직무 불안정 2.38±.68, 조직 체계 2.33±.48, 보상 부적절 2.55±.43, 직장 문화 1.85±.60이었다.

Table 2. Mean score for quality of sleep and job stress participants (n=194)

Variable	M±SD
Quality of sleep	2.03±.22
Day time dysfunction	1.97±.37
Restoration	2.03±.29
Difficulty of falling asleep	2.03±.43
Difficulty of awakening	2.02±.30
Satisfaction	2.14±.52
Difficulty of maintaining sleep	2.03±.31
Job stress	2.25±.41
Job demand	2.48±.55
Insufficient job control	2.15±.62
Interpersonal conflict	2.01±.33
Job insecurity	2.38±.68
Organizational system	2.33±.48
Lack of reward	2.55±.43
Occupational climate	1.85±.60

3.3 수면의 질과 직무스트레스의 상관관계

작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스 간의 상관관계를 분석한 결과로, 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다(r=.542, p<.01)(Table 3). 또한 수면의 질의 하위 요인들과 직무스트레스 간의 상관관계를 분석한 결과 주간 기능장애(r=.369, p<.01), 수면 후 회복(r=.249, p<.01), 잠들기 어려움(r=.471, p<.01), 일어나기 어려움(r=.152, p<.05), 수면 만족도(r=.350, p<.01)와 수면 유지의 어려움(r=.256, p<.01) 등 모든 하위 요인들이 유의한 양의 상관관계를 보였다(Table 4).

Table 3. correlation between quality of sleep and job stress

	Quality of sleep	Job stress
Quality of sleep	1	
Job stress	.542**	1

**p<.01

Table 4. Correlation between sub-factors of quality of sleep and job stress

	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Job stress
Q1	1						
Q2	.209**	1					
Q3	.305**	.148*	1				
Q4	.213**	.189**	.152*	1			
Q5	.338**	.321**	.153*	.174*	1		
Q6	.276**	.256**	.153*	.198**	.181*	1	
Job stress	.369**	.249**	.471**	.152*	.350**	.256**	1

*p<.05, **p<.01, Q1: Day time dysfunction, Q2: Restoration, Q3: Difficulty of falling asleep, Q4: Difficulty of awakening, Q5: Satisfaction, Q6: Difficulty of maintaining sleep

4. 고찰

본 연구는 작업치료사의 수면의 질 정도를 알아보고 수면의 질과 직무스트레스간의 관련성을 알아보려고 실시하였다. 이를 통하여 수면의 질에 관련된 기초자료를 제공하며, 수면의 질의 중요성을 강조하고자 하며, 본 연구의 결과를 토대로 논의하고자 한다.

첫째, 작업치료사의 수면의 질은 평균 $2.03 \pm .22$ 이었으며, 수면의 질 하위 요인별로 주간기능장애 $1.97 \pm .37$, 수면 후 회복 $2.03 \pm .29$, 잠들기 어려움 $2.03 \pm .43$, 일어나기 어려움 $2.02 \pm .30$, 수면 만족도 $2.14 \pm .52$, 수면 유지의 어려움 $2.03 \pm .31$ 이었다. 이 결과는 작업치료사를 대상으로 수면의 질을 평가한 연구가 없으므로, 직접적인 비교에는 제한이 있다. 하지만 동일한 평가도구를 적용한 간호사를 대상으로 진행된 Ha 등[23]의 연구에서 수면의 질 평균이 $2.06 \pm .39$ 로 보고한 결과와 비슷한 수치이다. 또한 소방공무원을 대상으로 진행한 Lee[24]의 연구에서 수면의 질 합이 53.7 ± 11.9 로 보고하였으며, 이는 평균으로 계산하면 본 연구와 비슷한 수치를 확인할 수 있었다. 하지만 중년 남성 근로자를 대상으로 진행한 Kim과 Park[10]의 연구에서는 대상자의 수면의 질은 $1.72 \pm .41$ 로 보고하여, 본 연구의 결과보다 낮은 점수를 보였다. 따라서 본 연구의 결과를 토대로 작업치료사의 수면의 질은 교대 근무자인 간호사, 소방공무원들과 같은 교대 근무자와 비슷한 수준으로 낮다고 할 수 있겠다. 이러한 수면의 질 감소는 피로의 증가, 집중력 저하, 인지감소 등 다양한 문제점을 야기하며[23], 이는 궁극적으로 작업치료사가 작업치료 서비스를 제공함에 있어 질적 저하의 요인이 될 수 있다. 따라서, 작업치료사의 수면의 질 정도를 정확하게 파악하고 이를 개선하기 위한 방안이 필요할 것으로 사료된다.

둘째, 작업치료사의 수면의 질은 직무스트레스와 유의한 양의 상관관계를 보였다($p < .01$). 또한 하위 요인인 주간 기능장애($r = .369$, $p < .01$), 수면 후 회복($r = .249$, $p < .01$), 잠들기 어려움($r = .471$, $p < .01$), 일어나기 어려움($r = .152$, $p < .05$), 수면 만족도($r = .350$, $p < .01$)와 수면 유지의 어려움($r = .256$, $p < .01$) 등 모든 하위 요인들이 유의한 양의 상관관계를 보였다. 이 결과 역시 작업치료사를 대상으로 수면의 질을 평가한 연구가 없으므로, 직접적인 비교에는 제한이 있다. 하지만 간호사를 대상으로 진행된 Ha 등[23]의 연구에서 수면의 질과 직무스트레스간의 양의 상관관계를 보고하였으며, 이는 본 연구의 결과와 일치함을 확인할 수 있었다. 그리고 Han 등

[25]의 연구에서는 수면의 질과 직무스트레스 간의 역 상관관계를 보고하였으며, 이는 동일한 평가도구를 사용하였지만 해당 연구의 연구자가 해석의 편의상 척도의 순서를 바꾼 결과로서 본 연구의 결과와 일치함을 확인할 수 있었다. 또한 Kil 등[15]의 연구에도 수면의 질과 직무스트레스 간의 양의 상관관계를 보고하였으며, 본 연구의 결과를 지지하였다. 이와 같이 수면의 질이 좋지 않을수록 직무스트레스가 증가할 수 있으며, 이는 교대 근무자가 아닌 비교대 근무자에게도 상관성이 있다는 점을 본 연구에서는 시사한다. 따라서, 상대적으로 교대 근무자에게 집중되어 있는 수면의 질 관련 연구를 폭넓게 적용하여볼 필요성이 있다. 또한 본 연구는 잠들기 어려움, 주간 기능장애와 수면 만족도 등과 상대적으로 높은 상관성을 제시한 바, 향후 작업치료사의 수면의 질을 향상하기 위한 연구의 기초자료로 활용될 수 있을 것이며, 이를 바탕으로 건강한 수면을 통하여 직무스트레스를 감소시키는 방안 역시 필요할 것으로 사료된다.

본 연구는 작업치료사의 수면의 질을 파악하고, 수면의 질과 직무스트레스 간의 관련성을 알아보려고 하였다. 이를 통하여 작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스간의 상관성과 그 중요성을 시사하였다는 점에서 의의가 있지만 본 연구는 제한점을 포함하고 있다. 첫째, 연구대상자가 20대 작업치료사가 다수이므로, 결과를 일반화하기는 제한점이 있다. 둘째, 연구대상자가 부산·경남, 대구·경북에 근무하는 작업치료사가 75.3%로 대부분이었기에, 이 결과를 일반화하기에는 제한이 있다. 셋째, 본 연구는 횡단적 조사연구로 수면의 질과 직무스트레스간의 인과관계를 명확하게 파악하기는 제한이 있다. 넷째, 작업치료사의 수면의 질에 관련된 연구가 전무하여, 구체적인 결과 비교에 제한이 있으므로, 향후 이에 관련된 연구가 지속적으로 이루어져야 할 것이다. 마지막으로, 작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스를 평가하기 위해 주관적인 자가 보고형 설문지를 통하여 조사하였기에, 일반화하여 해석하는 것의 주의가 필요하다.

이러한 본 연구의 제한점을 토대로 작업치료사의 수면의 질을 향상시키기 위한 연구가 지속적으로 필요할 것이다.

5. 결론

본 연구는 작업치료사의 수면의 질과 직무스트레스간의 관련성을 알아보려고 실시하였으며, 이를 통하여 작

업치료사의 수면의 질에 관련된 기초자료를 제공하며, 나아가 수면의 질 향상을 통하여 직무스트레스를 감소하기 위한 방안을 모색하기 위함이다. 본 연구의 결론은 다음과 같다.

첫째, 작업치료사의 수면의 질은 평균 2.03±.22로 낮은 편이었다. 둘째, 작업치료사의 수면의 질은 직무스트레스와 유의한 상관성이 있었다. 이상의 결과를 통하여 다음과 같이 시사점을 제언하고자 한다.

첫째, 작업치료사의 직무스트레스 감소를 위한 수면의 질에 관련된 후속 연구가 요구된다. 둘째, 본 연구의 결과를 바탕으로 수면의 질 향상을 위한 중재 개발과 관련 연구를 제안한다.

References

- [1] C. Eriksson, G. Eriksson, U. Johansson, S. Guidetti, "Occupational therapists' perceptions of implementing a client-centered intervention on close collaboration with researchers: a mixed methods study", *Scandinavian journal of occupational therapy*, Vol. 27, No. 2, pp.142-153, 2019.
DOI: <https://doi.org/10.1080/11038128.2019.1573917>
- [2] W. R. Kim, J. Y. Park, Y. J. Yun, W. H. Choi, I. K. Lee, S. M. Jung, "Effects of occupational therapists job stress on burnout and turnover intention", *Journal of the Korea Entertainment Industry Association*, Vol.12, No.3, pp.287-295, 2018.
DOI: <https://doi.org/10.21184/ikeja.2018.4.12.3.287>
- [3] J. H. Kim, J. H. Jung, "Influence of the perception of vocational ethics and education on job stress and job commitment in occupational therapists", *Journal of Digital Convergence*, Vol.19, No.10, pp.367-376, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2021.19.10.367>
- [4] S. H. Shim, E. J. Kim, E. Y. Park, "Meta-analysis of factors influencing job stress of occupational therapists in korea", *The Journal of Korean Society of Community Based Occupational Therapy*, Vol.10, No.1, pp.1-15, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.18598/kcbot.2020.10.1.01>
- [5] M. J. An, J. S. Kim, S. K. Heo, S. H. Kim, Y. Y. Hwang, "Factors affecting sleep quality of clinical nurses working in a hospital", *Korean Journal of Adult Nursing*, Vol.30, No.2, pp.126-135, 2018.
DOI: <https://doi.org/10.7475/kjan.2018.30.2.126>
- [6] Y. S. Kim, "Factors influencing quality of sleep in nursing students", *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, Vol.7, No.6, pp.473-483, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.35873/ajmahs.2017.7.6.043>
- [7] S. K. Park, J. M. Park, D. J. Yang, J. G. Kang, J. H. Kim, D. K. Jeong, J. W. Heo, "Analysis of the job stress factors affecting job satisfaction and job involvement in physical therapists", *Journal of The Korean Society of Integrative Medicine*, Vol.5, No.3, pp.39-47, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.15268/ksim.2017.5.3.039>
- [8] J. H. Moon, I. K. Lee, Y. S. Won, "An investigation of job stress and musculoskeletal pain in occupational therapists", *Journal of Knowledge Information Technology and System*, Vol.15, No.1, pp.145-157, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.34163/jkits.2020.15.1.015>
- [9] J. H. Bae, J. H. Jeong, "Combined effects of individual background, work shift and job stress on the prevalence of sleep problems in hospital employers", *Korean Journal of Family Medicine*, Vol.24, No.3, pp.232-244, 2003.
- [10] H. S. Kim, E. H. Park, "Factors affecting on sleep quality among middle-aged male workers", *Journal of Digital Convergence*, Vol.15, No.12, pp.615-623, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.12.615>
- [11] S. W. Yun, K. A. Oh, H. Yun, J. Park, "Relationship between job stress and quality of sleep among 119 rescue workers", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.14, No.6, pp.2926-2934, 2013.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.6.2926>
- [12] S. Y. Lim, H. J. Lee, "Influence of the quality of sleep on stress and job satisfaction in emergency medical workers", *Journal of the Korea Academia-Industrial*, Vol.18, No.9, pp.322-333, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.9.322>
- [13] K. S. Lee, I. S. Kwon, Y. C. Cho, "Relationships between quality of sleep and job stress among nurses in a university hospital", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.12, No.8, pp.3523-3531, 2011.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.8.3523>
- [14] E. O. Yang, I. R. Choi, S. M. Kim, "The impact of sleep disorder and job stress on turnover intention of shift-working nurses", *The Korean Journal of Stress Research*, Vol.25, No.4, pp.255-264, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.17547/kjsr.2017.25.4.255>
- [15] S. Y. Kil, W. O. Oh, Y. J. Heo, M. H. Suk, "Mediating effects of sleep quality on the relationship between job stress and stress response of shift-working nurses", *Journal of Korean Biological Nursing Science*, Vol.21, No.4, pp.266-274, 2019.
DOI: <https://doi.org/10.7586/ikbns.2019.21.4.266>
- [16] E. H. Hwang, "Influence of sleep quality, depression and fatigue on job stress of geriatric hospital workers", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.16, No.8, pp.5413-5421, 2015.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.8.5413>

- [17] S. Y. Yoo, Y. A. Choi, Y. K. Park, S. M. Cho, K. S. Lee, G. Y. Joo, H. K. Lee, "Relationship of sleep quality, physical stress, psychological stress, and job stress among residents". Korean Journal of Health Promotion, Vol.17, No.1, pp.9-19. 2017.
DOI: <https://doi.org/10.15384/kjhp.2017.17.1.9>
- [18] M. J. Kim, A study on job stress and sleep quality in dental hygienists, Master's thesis, Dankook University, Yongin, Korea, pp.38, 2013.
- [19] Y. H. Kim, J. S. Han, "Factors related to the quality of sleep in the elderly women". The Journal of Korea Academia-Industrial Cooperation Society, Vol. 12, No. 10, pp.4467-4474. 2011.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.10.4467>
- [20] D. Howell, D. Pierce, "Exploring the forgotten restorative dimension of occupation: quilting and quilt use". Journal of Occupational Science, Vol. 7, No. 2, pp.68-72. 2011.
DOI: <https://doi.org/10.1080/14427591.2000.9686467>
- [21] H. R. Yi. (2005). Development of the sleep quality scale, Doctoral dissertation, Ewha Women University, Seoul. 2005, pp.95-98.
- [22] S. J. Chang, S. B. Koh, D. M. Kang, S. A. Kim, M. G. Kang, C. G. Lee et al., "Developing an occupational stress scale for Korean employees". Korean Journal of Occupational and Environmental Medicine. Vol. 17, No. 4, pp.297-317.
DOI: <https://doi.org/10.35371/kjoem.2005.17.4.297>
- [23] H. J. Ha, J. S. Choe, M. S. Oh, J. A. Jeon, Y. J. Kim, E. Y. Chin, Y. H. Kim, "Hospital nurses' job stress, sleep disturbance, and fatigue". Journal of the Korea institute of oriental medical informatics, Vol. 22, No. 1, pp.13-25, 2016.
- [24] M. Y. Lee, "Association between quality of sleep and depression of fire-fighter", Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol. 23, No. 5, pp. 299-306, 2022.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2022.23.5.299>
- [25] K. S. Han, E. Y. Park, Y. H. Park, H. S. Lim, E. M. Lee, L. Kim, D. Ahn, H. C. Kang, "Factors influencing sleep quality in clinical nurses". Journal of Korean Academy of Psychiatry and Mental Health Nursing, Vol. 20, No. 2, pp.121-131, 2011.
DOI: <https://doi.org/10.12934/ikpmhn.2011.20.2.121>

김 지 훈(Ji-Hoon Kim)

[정회원]



- 2012년 8월 : 대구대학교 재활과 학대학원 재활과학과 (이학석사)
- 2017년 2월 : 대구대학교 대학원 재활과학과 (이학박사)
- 2016년 3월 ~ 2018년 2월 : 김천대학교 작업치료학과 교수
- 2018년 3월 ~ 현재 : 가야대학교 작업치료학과 교수

<관심분야>

신경계작업치료, 재활, 건강