

# 재가노인의 일상생활활동과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향

서순이<sup>1\*</sup>, 장소영<sup>2</sup>, 곽오계<sup>3</sup>

<sup>1</sup>대구과학대학교 간호학과, <sup>2</sup>영남외국어대학 간호과, <sup>3</sup>경운대학교 간호학과

## Effects of Activities of Daily Living and Self-Esteem on Life Satisfaction in Home-Dwelling Elderly

Soon-Yi Seo<sup>1\*</sup>, So-Young Chang<sup>2</sup> and Oh-Gye Kwag<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Department of Nursing, Taegu Science University

<sup>2</sup>Department of Nursing, YoungNam Foreign Language College

<sup>3</sup>Department of Nursing, Kyungwoon University

**요 약** 본 연구는 재가노인의 일상생활활동과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향을 파악하여, 노인의 생활만족도를 향상시키는 방안을 모색하고자 수행하였다. 대상자는 D광역시의 재가노인 153명이었다. 자료는 구조화된 설문지를 이용하여 2013년 7월20일부터 8월20일까지 수집하였다. 자료는 SPSS 20.0 Program을 이용하여 t-test, ANOVA, scheffe test, 위계적 회귀분석으로 분석하였다. 일상생활활동, 자아존중감과 생활만족도간에는 각각 유의한 순상관관계로 나타났다. 대상자의 생활만족도에 영향을 미치는 요인은 여가활동( $\beta=-3.927, p<.05$ ), 지각된 건강상태( $\beta=-2.793, p<.05$ ), 자아존중감( $\beta=1.003, p<.001$ )로 나타났고 설명력은 53.5%였다.

**Abstract** This study was performed to identify the effects of activities of daily living and self-esteem on life satisfaction in Home-dwelling elderly, and to find the strategies improving the elderly's life satisfaction. The participants were 153 in home-dwelling elderly from D city. Data were collected from July 20 to August 20, 2013 through a structured questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson correlation and hierarchical regression analysis with the SPSS 20.0 program. There was a positive correlations between Activities of daily living, Self-esteem and Life satisfaction. Factors that have an effect on Life satisfaction were Leisure activity( $\beta=-3.927, p<.05$ ), Perceived health( $\beta=-2.793, p<.05$ ), Self-esteem( $\beta=1.003, p<.001$ ). These factors explain 53.5% of the variance in life satisfaction.

**Key Words** : ADL, Elderly, Life Satisfaction, Self-esteem

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

과학과 보건 의료 기술의 발달 및 경제수준의 향상으로 인한 평균 수명의 연장으로 현재 고령화 사회로 전환된 우리나라는 2018년에는 14%를 넘어서 고령사회에 도달하며, 2026년에는 20%에 이르러 초고령 사회로, 2030년 24.3% 수준에 이를 것으로 전망되고 있다[1]. 노인인구의

증가에 따라 노후의 질적인 삶을 영위하기 위해 건강에 대한 관심이 높아지고 있으며, 노인에서의 건강상태는 신체적, 기능적 및 심리적 요소들이 서로 균형을 이룰 때 유지되므로 이들 세 요소는 중요한 건강변수라고 볼 수 있다[2].

노인들은 노년기 특징상 신체적 노화에 따른 건강문제로 만성 질환의 증가를 가져오게 되었으며 “2011 노인실태조사”에 따르면 65세 이상 노인의 88.5%가 만성질환을

본 논문은 2013년도 대구과학대학교 교육역량강화사업단의 지원으로 수행되었음

\*Corresponding Author : Soon-Yi Seo(Taegu Science Univ.)

Tel: +82-53-320-1059 email: syseo@tsu.ac.kr

Received December 9, 2013

Revised (1st January 3, 2014, 2nd January 21, 2014)

Accepted February 5, 2014

가지고 있으며, 평균 2.5개의 만성질환을 가지고 있는 것으로 나타났다[3].

노인의 만성질환은 유병률이 높고 장기간 치료와 관리를 요하며 활동의 제한이 초래되어 일상생활에서도 자립성과 활동성을 상실하게 된다. 이로 인해 노인은 신체적, 심리적 고통이 심각해짐으로서 생활만족도를 저하시킬 수 있다. 요즈음 재가노인은 가족구조의 변화에 의해 지지체계가 약화되고 있는 추세이므로 이러한 만성질환은 노인의 건강문제와 함께 노인의 삶의 질, 진료비 부담, 자녀의 부양부담 등 제반사항을 야기함으로써 중요한 문제가 되고 있다[4].

일상생활동작(Activity of Daily Living)이란 생활하기 위하여 매일 해야 할 동작을 독립적으로 수행하기 위한 기본적인 기술이다. 노인의 일상생활동작 수행능력을 사정하는 것은 노인이 어떤 일을 할 수 있는지를 확인하여 독립성의 수준을 파악하고 대상자에게 맞는 적절한 조치를 취할 수 있으므로, 개인의 신체적 기능과 삶의 질을 유지하고 향상시키는데 도움이 된다[5].

또한 노년기의 신체적, 심리적, 사회적 변화로 인한 자아존중감의 상실은 자신을 무가치한 존재로 간주하여 삶의 질을 저하시키고 이로 인한 심리적 위축감도 심각한 추세이다[6]. 자아존중감이란 자신의 존재를 수용하고 존중하며 본질에 대한 신뢰를 나타내는 것이며, 노인의 성공적인 인생에 있어 중요한 심리적 요인이 된다[7].

따라서 자아존중감을 고양시켜 노인이 자기수용을 증진하고 자기 확신과 자기 자신의 능력을 존중하며, 모든 생활을 영위함에 있어 긍정적이고, 진취적으로 그 상황에 필요한 주의력을 갖고 스스로 행동하여 삶의 질이 향상될 수 있도록 해주는 것이 중요하다[8].

생활만족도는 노년기에의 적응, 성공적인 노화 및 정신건강의 지표로서 노인이 과연 자신의 생활에 얼마나 만족하느냐 하는 삶의 질적인 측면을 반영하며 지각된 건강상태가 좋을수록 자아존중감이 높고, 자아존중감이 높을수록 생활만족도도 높았다고 보고하여[9,10], 노인의 생활만족도는 노인의 건강과 밀접한 관계에 있음을 알 수 있다.

이에 노년기의 삶이 보다 건강하고 만족한 삶이 되도록 독립적인 일상생활 유지와 자아존중감을 높이는 것이 중요함을 알 수 있다.

노인의 일상생활활동, 자아존중감 및 생활만족도와 관련된 선행연구를 살펴보면, 재가 도시노인의 주관적 건강상태, 우울, 일상생활수행능력에 관한 연구[11], 노인의 생활스트레스, 자아존중감과 생활만족도와와의 관계[12], 입원노인과 재가노인의 지각된 건강상태, 자아존중감, 우울 및 생활만족도 비교[9], 지역사회 재가노인의 성공적

노화영향요인[13] 등이 있었으나 재가노인을 대상으로 한 생활만족도에 영향을 미칠 수 있는 일상생활활동과 자아존중감을 동시에 고려한 연구는 흔하지 않았다. 따라서 본 연구는 재가노인을 대상으로 일상생활활동과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향을 파악하여 노인의 생활만족도를 향상시킬 수 있는 효율적인 방안을 모색하는데 필요한 자료를 제시하고자 하였다.

## 1.2 연구 목적

본 연구의 목적은 재가노인의 일상생활활동, 자아존중감 및 생활만족도를 파악하고 이들 간의 상관관계를 확인하며 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하여 노인의 생활만족도를 향상시킬 수 있는 효율적인 방안을 모색하기 위한 근거자료를 제공하기 위한 기초조사 연구로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성에 따른 일상생활활동, 자아존중감, 생활만족도의 차이를 파악한다.
- 대상자의 일상생활활동, 자아존중감 및 생활만족도 간의 상관관계를 확인한다.
- 대상자의 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## 2. 연구 방법

### 2.1 연구 설계

본 연구는 일 도시지역의 복지관이나 경로당을 이용하는 노인을 대상으로 일상생활활동과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향을 파악하기 위해 설문지법을 이용한 서술적 조사연구이다.

### 2.2 연구 대상

본 연구의 대상자는 D광역시에 위치한 복지관이나 경로당을 이용하는 65세 이상의 재가노인을 대상으로 편의추출하였다. 연구대상자의 선정기준은 의사소통이 가능하고 설문지의 내용을 이해할 수 있는 자로 본 연구의 목적, 연구과정, 연구 참여의 거부, 중단 및 권리, 자료의 익명성 유지 및 연구목적외로만 사용함을 설명하여 동의를 구하였고, 이를 이해하고 연구 참여에 서면 동의한 160명이었다. 연구대상자 수는 Cohen의 표본추출 공식에 따른 표본수 계산 프로그램인 G\*Power 3.1 프로그램을 이용해 유의수준.05, 효과크기 .15, 검정력 .85이었을 때 산출된 표본의 수는 140명으로 탈락률을 고려하여도 본 연구대상자 수는 충분하였다.

[Table 1] General Characteristics of Participants

(N=153)

Characteristics	N	%	M±SD
Gender			
Male	70	45.8	
Female	83	54.2	
Age(years)			79.5±6.32
Spouse			
Yes	40	26.1	
No	113	73.9	
Educational status			
None	52	34.0	
Elementary school	65	42.5	
Middle school	18	11.8	
High school<	18	11.8	
Religion			
Yes	102	66.7	
No	51	33.3	
Leisure activity			
Yes	36	23.5	
No	117	76.5	
Perceived health			
Good	5	3.3	
Moderate	72	47.1	
Bad	76	49.7	
Number of chronic disease			
No	3	2.0	
1	10	6.5	
2	45	29.4	
3	49	32.0	
4<	46	30.1	
Diagnosed chronic disease			
Hypertension	87	19.3	
Diabetes mellitus	50	11.1	
Arthritis	96	21.3	
Cardiac disorder	46	10.2	
Chronic Obstructive Pulmonary Diseases	30	6.7	
Kidney disease	16	3.5	
Digestive trouble	46	10.2	
Cerebrovascular disease	22	4.9	
Others	58	12.9	

### 2.3 연구 도구

#### 2.3.1 일상생활활동

일상생활활동 정도는 Parr[14]의 네 요소 모형에 근거하여 Barthel Index[15]와 Lawton & Brody[16]의 IADL(Instrumental activities of daily living)을 기초로 한 Song[17]의 측정 도구를 사용하였다. 15개 문항 4점 척도로 ‘할 수 없다’는 1점, ‘매우 어렵다’는 2점, ‘약간 어렵다’는 3점, ‘잘한다’가 4점으로, 점수가 높을수록 일상생활활동을 잘함을 의미한다. 개발 당시 도구의 신뢰도는 Cronbach’s alpha .90이었고, 본 연구에서는 Cronbach’s alpha .925이었다.

#### 2.3.2 자아존중감

자아존중감의 정도를 측정하기 위하여 Rosenberg[18]의 자아존중감측정도구를 Chun[19]이 번역한 것을 이용하였다. 이 도구는 긍정적인 문항 5개, 부정적인 문항 5개로 총 10문항 4점 Likert 척도로 10점에서 40점 범위이고 점수가 높을수록 자아존중감 정도가 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 개발당시 Cronbach’s alpha .85였다. 본 연구에서는 Cronbach’s alpha .766이었다.

#### 2.3.3 생활만족도

생활만족도 측정은 노인의 전반적인 생활에 관한 만족의 정도를 묻는 문항으로, Yoon 등[20]의 측정도구를 수정·보완하여 15개 문항으로 구성한 Lee[21]의 측정도구를 사용하였다. 이 도구는 긍정적인 문항 10개, 부정적인 문항 5개로 총 15문항 5점 Likert 척도로 15점에서 75점 범위이고 점수가 높을수록 생활만족도가 높음을 의미한다. 이 도구의 신뢰도는 개발당시 Cronbach’s alpha .924이었다고, 본 연구에서는 Cronbach’s alpha .877이었다.

### 2.4 자료수집방법

자료수집기간은 2013년 7월 20일부터 8월 20일까지 시행되었으며, 자료수집방법은 구조화된 설문지를 이용하였다. 설문지 기입이 가능한 대상자는 본인이 직접 작성하도록 하였으며, 직접 기입이 어려운 노인은 연구자와 자료수집에 대해 훈련받은 연구보조원 3인이 설문내용을 읽어드린 후 기입하는 방법으로 수집하였다. 응답이 불충분한 7부를 제외하고 분석에는 153명의 자료가 이용되었다.

### 2.5 자료 분석

수집된 자료를 SPSS 20.0 Program을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성 및 일상생활활동, 자아존중감, 생활만족도를 알아보기 위해 평균, 표준 편차, 실수, 백분율을 산출하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 일상생활활동, 자아존중감, 생활만족도를 비교하기 위해 t-test, ANOVA를 실시하였으며, 사후검정을 위해 scheffe test를 이용하였다.
- 대상자의 일상생활활동, 자아존중감, 생활만족도간의 상관관계를 알아보기 위해 pearson correlation coefficient를 구하였으며 대상자의 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해서는 위계적 회귀분석(hierarchical regression analysis)을 실시하였다.

## 3. 연구 결과

### 3.1 대상자의 인구 사회학적 특성

본 연구의 대상자는 총 153명으로 성별에서 남자 45.8%, 여자 54.2%, 평균 연령은 79.5±6.32세이며, 배우자가 없는 경우는 73.9%, 배우자가 있는 경우가 26.1%이었다. 교육정도는 초졸 42.5%로 가장 많았으며 종교는 있는 경우가 66.7%이었고, 여가활동은 없는 경우가 76.5%이었다. 지각된 건강상태는 ‘나쁘다’가 49.7%, ‘보통이다’가 47.1%, ‘좋다’가 3.3% 순으로 나타났다. 만성질환 수는 3개가 32.0%으로 가장 많았고 질병명은 관절염 21.3%, 고혈압 19.3%, 당뇨병 11.1%순으로 나타났다.

### 3.2 대상자의 일상생활활동, 자아존중감, 생활만족도

대상자의 일상생활활동, 자아존중감, 생활만족도는 Table 2와 같다. 일상생활활동은 총 60점만점에 평균 51.36점으로 나타났으며 자아존중감은 총 40점 만점에 평균 28.27점이었고 생활만족도는 총 75점 만점에 40.90점이었다.

[Table 2] Summary of Descriptive Statistics for Study Variables

(N=153)

	M±SD	MIN	MAX	Possible range
ADL	51.36±7.757	25	60	15 - 60
Self-esteem	28.27±5.329	16	40	10 - 40
Life satisfaction	40.90±10.542	16	70	15 - 75

ADL: Activity of Daily Living

### 3.3 일반적 특성에 따른 일상생활활동, 자아존중감, 생활만족도

일반적 특성에 따른 일상생활활동, 자아존중감, 생활만족도의 차이를 분석한 결과는 Table 3과 같다. 대상자의 일상생활활동은 여가활동( $t=2.242, p<.05$ ), 지각된 건강상태( $F=27.790, p<.001$ ), 만성질환 수( $F=38.071, p<.001$ )에 따라서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 사후검증 결과, 지각된 건강상태에서 ‘좋다’, ‘보통이다’가 ‘나쁘다’보다 유의하게 높았고 질병 수에서는 ‘없음’이 2개, 3개, 4개 이상보다 유의하게 높았으며 1개인 경우에는 3개, 4개 이상보다 유의하게 높게 나타났다.

대상자의 자아존중감은 여가활동( $t=3.618, p<.001$ ), 지각된 건강상태( $F=4.689, p<.05$ )에 따라서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 사후검증 결과, 지각된 건강상태에

서는 ‘좋다’가 ‘나쁘다’보다 유의하게 높게 나타났다.

대상자의 생활만족도는 종교( $t=2.916, p<.01$ ), 여가활동( $t=4.388, p<.001$ ), 지각된 건강상태( $F=11.007, p<.001$ ), 만성질환 수( $F=2.858, p<.05$ )에 따라서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 사후검증 결과, 지각된 건강상태에서는 ‘보통이다’가 ‘나쁘다’보다 유의하게 높았고 질병 수에서는 ‘없음’이 2개, 3개, 4개 이상보다 유의하게 높은 것으로 나타났다.

### 3.4 일상생활활동 및 자아존중감과 생활만족도 간의 관계

일상생활활동 및 자아존중감과 생활만족도간의 관계는 Table 4와 같다. 생활만족도와 일상생활활동과는 통계적으로 유의한 순상관관계를 보여 일상생활활동 점수가

[Table 3] ADL, Self-esteem and Life Satisfaction by General Characteristics (N=153)

Variables	ADL			Self-esteem			Life satisfaction		
	M±SD	S	t or F	M±SD	S	t or F	M±SD	S	t or F
Gender			.330			-.236			-2.248
Male	51.59±7.82			28.16±5.42			40.67±10.27		
Female	51.17±7.75			28.36±5.29			41.10±10.83		
Spouse			-.364			-.266			.190
Yes	50.98±8.83			28.08±5.04			41.18±10.07		
No	51.50±7.38			28.34±5.45			40.81±10.75		
Educational status			.625			.455			.934
None	50.48±7.83			27.92±5.62			39.13±12.06		
Elementary school	52.26±7.33			28.20±5.10			41.97± 9.21		
Middle school	51.67±8.36			29.61±5.27			42.83± 8.40		
High school<	50.33±8.69			28.17±5.75			40.22±12.19		
Religion			.692			1.904			2.916**
Yes	51.67±7.38			28.84±5.19			42.62±10.55		
No	50.75±8.51			27.12±5.47			37.47± 9.75		
Leisure activity			2.242*			3.618***			4.388***
Yes	53.86±6.83			30.97±4.76			47.28± 9.97		
No	50.59±7.89			27.44±5.24			38.94± 9.96		
Perceived health status			27.790***			4.689*			11.007***
Good <sup>a</sup>	57.40±3.21	A		30.60±5.46	A		44.60±14.33	A B	
Modeate <sup>b</sup>	55.10±5.46	A		29.46±5.44	A B		44.64± 9.28	A	
Bad <sup>c</sup>	47.42±7.85	B		26.99±4.96	B		37.12±10.19	B	
Number of chronic disease			38.071***			1.706			2.858*
No <sup>a</sup>	59.67± .58	A		35.00±1.73			58.33± 2.31	A	
1 <sup>b</sup>	56.80±3.68	A B		27.80±6.78			44.10± 9.87	A B	
2 <sup>c</sup>	53.91±6.40	B C		28.93±5.11			41.78± 9.32	B	
3 <sup>d</sup>	51.00±6.80	C D		27.47±4.79			39.73±10.52	B	
4< <sup>e</sup>	47.52±8.85	D		28.13±5.69			39.46±11.21	B	

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

[Table 4] Relationships among the Variables (N=153)

Variable	ADL	Self-esteem	Life satisfaction	r
ADL	1			
Self-esteem	.421***	1		
Life satisfaction	.432***	.660***	1	

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

[Table 5] Hierarchical Regression of Variables on Life satisfaction

Variable	model I				model II			
	B	SE	$\beta$	t	B	SE	$\beta$	t
(Constant)	81.270	17.812		4.563	16.689	19.076		.875
Gender	1.052	2.444	1.052	.430	1.259	1.984	1.259	.635
Spouse	-2.340	2.594	-2.340	-.902	-2.125	2.114	-2.125	-1.005
Education	.257	1.000	.257	.257	.196	.812	.196	.241
Religion	-3.924	1.810	-3.924	-2.167*	-2.488	1.481	-2.488	-1.679
Leisure activity	-7.334	1.839	-7.334	-3.9882***	-3.927	1.544	-3.927	-2.544*
Perceived health	-5.810	1.475	-5.810	-3.9402***	-2.793	2.114	-2.793	-2.094*
Number of chronic disease	.003	.848	.003	.003	.152	.724	.152	.210
ADL					.155	.113	.155	1.380
Self-esteem					1.003	.137	1.003	7.3452***
R <sup>2</sup>			.284				.535	
Adj R <sup>2</sup>			.229				.492	
F			5.0942***				12.3212***	

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

높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났으며( $r=.432, p<.001$ ) 생활만족도와 자아존중감에서도 통계적으로 유의한 순상관관계로 자아존중감이 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다( $r=.660, p<.001$ ). 또한 일상생활활동과 자아존중감에서도 유의한 순상관관계로 나타났다( $r=.421, p<.001$ ).

### 3.5 대상자의 생활만족도에 영향을 미치는 요인

대상자의 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시한 결과는 [Table 5]와 같다. 모델 I 은 통제변수들이 생활만족도에 미치는 영향 정도를 나타내는 것으로 회귀모형 적합도에서 통계적으로 유의하게 나타났으며( $F=5.094, p<.001$ ) 종교( $\beta=-3.924, p<.05$ )와 여가활동( $\beta=-7.334, p<.001$ ), 지각된 건강상태( $\beta=-5.810, p<.001$ )가 생활만족도에 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 모델 II에서는 일상생활활동과 자아존중감을 추가로 포함하였을 때, 생활만족도에 미치는 영향은 회귀모형 적합도에서 통계적으로 유의하게 나

타났으며( $F=12.321, p<.001$ )여가활동( $\beta=-3.927, p<.05$ ), 지각된 건강상태( $\beta=-2.793, p<.05$ ), 자아존중감( $\beta=1.003, p<.001$ )이 설명력 53.5%로 생활만족도에 영향을 미치는 요인으로 나타났다.

## 4. 논의

본 연구는 노화로 인한 신체적, 정신적, 사회적 요인들이 노인의 건강과 기능 상태에 포괄적인 전인적 차원의 건강문제를 야기하므로 재가 노인을 대상으로 일상생활활동과 자아존중감, 생활만족도 정도를 파악하고 이들 간의 관계를 확인하며 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하여 건강한 노령기의 생활만족도를 향상시킬 수 있는 효율적인 방안을 모색하기 위한 근거자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구 대상자의 지각된 건강상태는 ‘나쁘다’가 대상자의 절반정도에서 나타나 Ministry of Health and Welfare[3]의 “2011 노인실태조사”에서 노인은 자신의

평소 건강상태를 부정적으로 인식한다는 결과와 유사하게 나타났다. 또한 대상자의 질병별 유병률은 관절염이 가장 높게 나타났으며 그 다음으로 고혈압, 당뇨병의 순으로 나타났다. 이러한 결과는 Lee 등[22]의 연구에서 질병별 유병률은 관절염이 가장 높게 나타났으며 그 다음으로 고혈압, 디스크의 순으로 나타난 것과 유사하였다.

본 연구에서 만성질환을 앓고 있는 노인들이 대부분이나 지각된 건강상태는 '나쁘다'가 대상자의 절반정도에서 나타났다. 이는 지각된 건강상태는 개인이 인지하는 건강수준을 나타내는 주관적인 평가이기에 대다수의 노인들이 만성질환을 가지고 있음에도 불구하고 자신이 평상시에 하던 일을 수행 할 수 있다면 자신을 건강하다고 여기기 때문이라고 생각한다.

대상자의 일상생활활동은 독립적 일상생활을 수행하는데 큰 어려움이 없는 것으로 나타났다. 이는 독거노인을 대상으로 연구한 Park[23]의 연구결과와 유사하게 나타났으나, 재가노인을 대상으로 연구한 Yu 등[24]의 연구에서 보다는 낮게 나타났다. 이러한 결과는 본 연구 대상자의 평균 연령이 높았기 때문인 것으로 생각한다.

또한 대상자의 일반적인 특성에 따른 일상생활활동은 여가활동, 지각된 건강상태, 만성질환 수에서는 통계적으로 유의한 차이가 있었으나 성별, 교육정도, 종교 등에서는 유의한 차이가 없었다. 이는 Hong 등[25]의 재가노인을 대상으로 한 연구에서는 연령, 남녀 비율, 교육정도 등 인구학적 특성에는 차이를 거의 보이고 있지 않았으나 관절염/류마티스질환, 낙상/골절, 그리고 동통으로 인한 일상활동의 어려움이 있는 그룹에서는 ADL은 낮으며, 주관적인 건강이 나쁘다는 결과와는 유사한 결과를 나타냈다. 따라서 노인의 신체적 기능수준 평가에 가장 중요한 부분인 일상생활활동 정도를 평가하여[26], 대상자의 특성에 따른 독립적인 생활과 자율성 유지를 위한 프로그램 제공과 체계적이고 지속적인 관리가 필요하다고 생각한다.

본 연구에서 대상자의 자아존중감은 긍정적으로 나타났다. 이는 재가노인을 대상으로 한 Seo와 Jung[27]의 자아존중감에 대한 연구 결과와 유사하였으며, 시설노인을 대상으로 한 Park 등[28]의 연구 결과보다 높게 나타났는데 이는 재가노인과 시설노인에 따른 연구대상자의 자아존중감 차이로 생각할 수 있다. 또한 대상자의 일반적인 특성에 따른 자아존중감은 여가활동과 지각된 건강상태에서 통계적으로 유의한 차이가 있었으나 성별, 교육정도, 종교 등에서는 유의한 차이가 없었다.

이는 Seo와 Jung[27]의 연구에서 생활정도, 건강상태, 일상생활동작에서 유의한 차이가 있으나 성별, 종교, 교육정도에서는 유의한 차이가 없었다는 결과와는 부분적

으로 일치하였으며 Park 등[29]의 연구에서 나이, 배우자 유무, 가족형태, 교육정도, 건강상태 등에 유의한 차이가 있다는 결과와는 건강상태를 제외하고 일치하지 않아서 이에 대한 반복연구를 통한 추후 확인이 필요하다.

본 연구에서 대상자의 생활만족도는 중간 정도로 나타났다. 이는 Seo와 Ryu[30]의 연구에서 생활만족도보다 낮게 나타났는데 이는 본 연구대상자의 대부분이 만성질환을 앓고 있어 생활만족도에 차이를 가져온 것으로 생각할 수 있다. 또한 대상자의 일반적인 특성에 따른 생활만족도는 종교, 지각된 건강상태, 여가활동, 만성질환 수에 따라 유의한 차이가 있었다. 이는 Kim[7]의 연구에서 종교활동 참여도, 건강상태, 재산상속 완료여부가 생활만족도에 유의미한 영향을 미친다는 연구결과와 부분적으로 일치하였다. 노인에게 여가활동은 즐겁고 유익한 활동으로 사회적인 접촉을 통하여 생활만족도가 높아진 것으로 추측할 수 있으므로 노인의 여가활동을 촉진 할 수 있는 체계적인 방안의 제시가 필요하다고 생각한다.

일상생활활동과 자아존중감과 생활만족도와와의 관계를 본 결과, 생활만족도와 일상생활활동과는 통계적으로 유의한 순상관관계를 보여 일상생활활동 점수가 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났으며, 생활만족도와 자아존중감에서도 통계적으로 유의한 순상관관계로 자아존중감이 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다. 이는 생활만족도와 일상생활활동은 유의한 상관성이 있었다는 연구결과[31]와 노인의 자아존중감과 생활만족도는 정적관계로 나타나 자아존중감이 높은 노인이 생활만족도가 높다는 연구[32, 33]와 일치하였다. 또한 Backman과 Hentinen[34]은 높은 자아존중감은 자가간호를 증진시키므로 자아존중감의 강화를 통해 노인의 생활만족도를 높일 수 있다고 하였다. 이러한 결과로 볼 때 노후과정을 극복·적응하여 육체적, 정신적, 사회적으로 건강하게 살며 최상의 삶의 질을 누릴 수 있도록 노인 건강과 관련된 요소인 일상생활활동 및 자아존중감과 생활만족도를 향상시킬 수 있는 통합적인 건강관리 프로그램 개발이 필요하다고 생각된다.

대상자의 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시한 결과 여가활동, 지각된 건강상태, 자아존중감이 유의한 변수로 확인되었으나, 이와 같은 결과는 재가노인을 대상으로 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 규명하는 선행연구가 부족한 실정으로 독립변수가 각기 달라 본 연구 결과들을 비교 통합하여 논의하는데 어려움이 있어 추후 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 재확인하는 연구가 시도되어야 할 것으로 생각된다.

노인들이 최대의 생활만족도를 누리면서 건강한 노후

를 보내도록 하기 위해 노인들의 여가활동 참여 확대 및 자아존중감 향상을 위한 적극적인 사회적 지지 체계가 필요하다. 또한 노인의 생활만족도에 영향을 미치는 개인적 특성을 고려한 다양한 차원에서의 통합적인 건강관리 프로그램 개발과 체계적이고 지속적인 운영관리가 필요하다고 생각된다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 재가 노인을 대상으로 일상생활활동과 자아존중감, 생활만족도 정도를 파악하고 이들 간의 관계를 확인하며 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하여 건강한 노령기의 생활만족도를 향상시킬 수 있는 효율적인 방안을 모색하는데 근거자료를 제공하고자 시도되었다.

대상자의 일반적인 특성에 따른 일상생활활동은 지각된 건강상태, 여가활동, 만성질병 수에 따라 유의한 차이가 있었고 자아존중감에 있어서는 여가활동과 지각된 건강상태에 따라 유의한 차이가 있었다. 생활만족도에 있어서는 종교, 여가활동, 지각된 건강상태, 만성질병 수에 따라 유의한 차이가 있었다. 또한 일상생활활동 점수가 높을수록, 자아존중감 점수가 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났으며 대상자의 생활만족도에 영향을 미치는 요인은 여가활동, 지각된 건강상태, 자아존중감로 나타났다.

본 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 일 도시지역을 대상으로 실시하였기 때문에 우리나라 전체 노인으로 일반화하는데 제한점이 있으므로 추후 연구에서는 보다 넓은 지역으로 확대하여 충분한 일반화된 자료를 얻는 노력이 필요하다.

둘째, 경로당이나 복지관 등 지역사회 연계를 통한 노인들이 활동할 수 있는 다양한 여가 프로그램의 개발이 필요하다.

셋째, 노인의 개인적 특성을 고려한 다양한 차원에서의 통합적인 건강관리 프로그램 개발과 그 효과를 검증하는 연구가 필요하다.

## References

[1] Statistics Korea, Population statistics. Retrieved December 20, 2012, from <http://kosis.kr/wsearch/tatalSearch.jsp>. 2013.

[2] W. K. Park, T. Y. Lee, J. K. Oh, D. B. Lee, Y. C. Cho, "A study on the factors related to the depression and instrumental ability of daily living in the urban elderly", *Chung-nam Medical Journal*, 29(1), 71-87. 2002.

[3] Ministry of Health and Welfare, 2011 Elderly Situation Investigation. Retrieved October 24, 2012, from <http://www.mw.go.kr>. 2012.

[4] S. K. Nam, O. S. Shim, "A Study on the Influence Factors on Quality of Life of Elderly with Chronic Disease", *Journal of Welfare for the Aged*, 53, 239-259. 2011

[5] Y. Eun, et al, *Elderly professional nursing general statement*. Hyonmunsa. 2007.

[6] C. G. Kim, "Life Satisfaction among the Rural Elderly: With a Special Focus on the Impact of Religious Life", *Korean Journal of Local Government & Administration Studies*, 25(1), 281-301. 2011.

[7] H. I. Choi, H. T. Chae, I. U. Song, "The effect of self-esteem and social support on relationship between elderly's stressful life events and hopelessness", *Journal of Welfare for the Aged*, 43, 183-202. 2009.

[8] H. K. Lee, "Effects of Self-esteem on the Depression of Elderly with Chronic Disease. Master's Thesis, Kyonggi University, Seoul. 2012.

[9] J. H. Kim, K. B. Kim, "Comparative Study of Perceived Health Status, Self-Esteem, Depression, and Life Satisfaction between Institutionalized Elders and Elders Living Home", *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 10(2), 182-192. 2008.

[10] S. H. Park, *The Relationship among Power lessness, Social Support and Life Satisfaction in Elderly people*. Unpublished Master's thesis, Kosin University, Busan. 2005.

[11] K. J. Lee, H. S. Park, "A Study on the Perceived Health Status, Dpression, and Activities of Daily Living for the Elderly in Urban Areas", *Korean Journal of Women Health Nursing*, 12(3), 221-230. 2006.

[12] J. Y. Kim, B. S. Kwon, "The Relationship of Life Stress, Self-esteem and Life Satisfaction in Elderly", *Journal of Welfare for the Aged Institute*, 37, 111-130. 2007.

[13] M. J. Moon, "Factors Influencing Successful Aging in Elderly people Living in Rural Areas", *Journal of Korean Gerontological Nursing*. 15(2), 165-174, 2012

[14] Parr. J, The interaction of persons and living environments. In L. W. Poon (Ed.), *Aging in the 1980s: Psychological issues* (pp.393-406). Washington, D.C.: American Psychological Association. 1980.

- DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/10050-000>
- [15] Mahone. FI, Barthel. D, "Functional evaluation: the Barthel Index." *Maryland State Medical Journal*. 14:56-61. 1965.
- [16] Lawton MP, Brody. EM, "Assessment of older people: self maintaining and instrumental activities of daily living", *Gerontologist* 9(3), 179-186. 1969.  
DOI: [http://dx.doi.org/10.1093/geront/9.3\\_Part\\_1.179](http://dx.doi.org/10.1093/geront/9.3_Part_1.179)
- [17] M. S. Song, *Construction of a functional status prediction model for the elderly*. Unpublished Doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul. 1991.
- [18] Rosenberg. M, *Society and The Adolescent Self-Image*, Princeton, NJ: Princeton, University Press. 1965.
- [19] B. J. Chun, "Self-esteem: A test of its measure ability", *Yonse Chongron*, 11, 109-129. 1974
- [20] J. Yoon, "Life satisfaction scale production study of elderly", *Korean Journal of Psychology*, 26-30. 1982.
- [21] E. J. Yi, *A Study on the Effect of Older People's Voluntary Activities on Their Self-Esteem and Life Satisfaction*. Unpublished Master's thesis, Chongju University, Busan. 2005.
- [22] T. J. Lee, S. S. Bae, G. H. Yi, J. Y. Lim, K. H. Kang, "Healt Behaviors Practice of Urban Elders", *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 10(1), 58-67. 2008
- [23] K. M. Park, "The effect of an empowerment health management program on self-esteem and the quality of life for the urban elderly", *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 19(2), 226-233. 2008.
- [24] S. J. Yu, K. C. Lim, H. M. Seo, E. H Kong, J. H. Kim, "Powerlessness in Community-dwelling Older Korean Adults: Association of Depression, Stress, Social Support, Health Promotion Behavior & Activities of Daily Living", *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 15(2), 103-111. 2013.
- [25] G. R. Hong, Y. K. Lee, Y. S. Park, E. M. Oh, "The Impacts of Difficulty on Daily Activities, Grip Strength, and Activities of Daily Living on Perceived Health in Community-living Older Adults", *Journal of Muscle Joint Health*, 17(2), 192-202. 2010.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5953/JMJH.2010.17.2.192>
- [26] K. C Song, D. K. Kim, "Activities of daily living of elderly in a rural area and study correlated factors", *Journal of the Korean Geriatrics Society*, 6(1), 29-40. 2002.
- [27] H. S. Seo, I. S. Jung, "The Relationship between Self-esteem, Family Support and Suicide Ideation in Home Dwelling Elders", *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 12(1), 1-9. 2010.
- [28] G. J. Park, J. H. Lee, K. E. Bae, Y. H. Kang, H. S. Song, "Self-esteem and Depression of Elders in Welfare Facilities", *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 9(1), 51-59. 2007.
- [29] S. Y. Park, Y. M. Chun, J. H. Seong, S. H. Lee, "Effects of Elder's Role Performance and Self-esteem on Successful Aging", *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 15(1), 43-50. 2013.
- [30] J. H. Seo, H. S. Ryu, "Relations among Depression, Life Satisfaction and Health Promoting Behavior in the Elderly", *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 21(2), 169-177. 2010.
- [31] S. M. Jin, *A study on the ADL, social support and life satisfaction of elderly home residents*. Unpublished master's thesis, Ewha women University, Seoul. 2000.
- [32] Y. S. Kwon, J. A. Song, "Self-esteem and mental health, the effect on the satisfaction of life of elderly", *Journal of Korean Christian Counseling & Psychotherapy*, Vol 11, 53-80. 2010.
- [33] Y. H. Kim, "Factors Influencing the Health-Related Quality of Life by Age among Vulnerable Elderly Women", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society Vol. 14(3)*, 1342-1349, 2013.
- [34] Backman. K, Hentinen. M, "Factors associated with the self-care of home-dwelling elderly", *Nordic College of Caring Science, Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 195-202, 2001.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1046/j.1471-6712.2001.00007.x>

## 서순이(Soon-Yi Seo)

[정회원]



- 1987년 2월 : 경북대학교 보건대학원 보건학과 (보건학석사)
- 2003년 2월 : 경북대학교 보건대학원 보건학과 (보건학박사)
- 1984년 3월 ~ 1989년 2월 : 대구보건대학교 치위생과 교수
- 1989년 3월 ~ 현재 : 대구과학대학교 간호학과 교수

<관심분야>

의생명공학, 간호학, 보건학

---

**장 소 영(So-Young Chang)**

[정회원]



- 2008년 2월 : 계명대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2010년 8월 : 계명대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사수료)
- 2008년 3월 ~ 2010년 4월 : 경운대학교 의료경영학부 전임강사
- 2010년 4월 ~ 2012년 8월 : 가톨릭상지대학교 간호학과 조교수
- 2013년 3월 ~ 현재 : 영남외국어대학 간호과 조교수

<관심분야>

의생명공학, 간호학, 보건학

---

**곽 오 계(Oh-Gye Kwag)**

[정회원]



- 1988년 8월 : 연세대학교 보건대학원 보건학과 (보건학석사)
- 1999년 2월 : 대구가톨릭대학교 대학원 식품영양학과 (이학박사)
- 1980년 3월 ~ 2004년 8월 : 대구과학대학교 간호학과 교수
- 2006년 3월 ~ 현재 : 경운대학교 간호학과 교수

<관심분야>

의생명공학, 간호학, 보건학