

Covid-19를 경험한 간호대학생의 스트레스가 대학 생활 적응에 미치는 영향 : 우울의 매개효과를 중심으로

이중근*, 최민지**, 김은민**, 강다영**, 이소영**

*여주대학교 간호학과 조교수

**여주대학교 간호학과 재학생

e-mail: gh1511@daum.net

The stress of nursing students who experienced Covid-19 Effect on college life adjustment: Focusing on the mediating effect of depression

Jung-Geun Lee*, Min-Ji Choi**, Eun-Min Kim**, Da-young Kang**, So-Young Lee**

*Dept. of Nursing Assistant Professor, Yeosu University

**Dept. of Nursing Student, Yeosu University

요약

본 연구는 Covid-19를 경험한 간호대학생의 우울, 스트레스가 대학생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다. 연구 대상은 Covid-19를 1학기 이상 경험한 재학중인 간호대학생으로 하였고, 자료분석은 SPSS 23.0 통계 프로그램을 이용하였다. 빈도와 백분율, 평균과 표준편차, Pearson's correlation, t-test, ANOVA 및 위계적 회귀분석, Sobel test를 이용하였다. 본 연구결과 간호대학생의 우울은 평균 2.34±.31점, 스트레스는 평균 3.64±.50점, 대학생활적응은 평균 2.65±.49점으로 나타났으며, 변수들 간에 상관관계가 유의한 것으로 나타났다. 우울과 스트레스가 높을수록 대학생활적응이 낮은 것으로 나타났다. 또한, 일반적 특성에서 성별, 학년에 따라 대학생활적응이 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 매개효과의 검증하기 위해 Sobel test를 시행한 결과 Covid-19를 경험한 간호대학생의 스트레스가 대학생활적응과의 관계에서 우울이 매개되어 스트레스의 직접 효과에 유의하였고, 우울을 통한 간접 효과에 유의한 것으로 나타났다(Z=2.53, p<.001).. 이상의 연구결과에 따라 대학생활적응을 높이기 위해 학년별 우울과 스트레스를 낮출 수 있는 전략 및 프로그램 개발이 요구되는 것으로 사료된다.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

코로나바이러스 감염병-19 (COVID-19)는 높은 전염성을 가진 신종 감염병으로 전 세계로 전파되어 세계보건기구는 2020년 3월 11일에 코로나 대유행을 선포하였다. 코로나의 전파력으로 사회적 거리 두기를 시행하며 2020년 1학기부터 비대면 수업이 진행되었으나, (교육부, 2020) [2] 갑작스러운 수업 방식의 변화로 온라인 수업 질 저하, 학생들의 집중력과 학습 동기 저하, 낮은 수업 만족도 등 많은 문제가 발생하였다[1].

대학생은 청소년기에서 성인기를 진입하는 발달과정 시기로 새로운 경험과 다양한 활동을 하며 진로를 설정하고 정체성을 확립한다. 대학 생활은 미래 사회구성원으로서 역할 수행하기 위해 준비를 하며 대비하는 과정으로 중요한 시기이다 [3]. 그러나 대학생은 입학 후 고등학교 생활과는 다른 학업 체계와 새로운 대인관계 형성, 독립적인 환경, 진로 문

제 등을 직면하며 대학 생활 스트레스를 경험한다[4]. 간호대학생은 입학 전 직업적 선택을 마치고 자발적으로 입학한 경우가 많아[5, 6], 졸업 후 취업 안정적인 대학 생활을 보내는 것처럼 보이나 다양한 스트레스를 경험한다. 방대한 학업량과 체계적인 교육과정, 교내 실습, 임상 실습 이수 시간, 국가고시에 대한 중압감으로 인해 많은 스트레스를 경험한다[7].

우울은 지각, 판단, 인지, 사고, 태도 등에서부터 대인관계에 이르기까지 광범위한 부분에 부정적인 영향을 미치는 마음의 상태로[8] 슬픔, 상실감 같은 정서적 기능과 무력감, 의욕상실과 같은 동기적 측면, 식욕부진, 불면증, 피로감, 체중감소 등과 같은 생리적 기능을 포괄해 인간의 전 기능에 영향을 미치는 정서적 상태이다[9]. 우울은 청소년의 대표적인 정서 질환 중 하나로 성별, 대인관계, 학업 성적, 대학 생활 만족도가 영향을 미치는 것으로 보고되었다[10].

스트레스는 인간이나 동물에게 생리적, 사회적, 심리적으로 장애를 초래할 정도로 지나친 부담을 요구하는 상태이며 [11], 질병, 슬픔, 상실, 위협, 긴장, 기쁨 등의 감정과 연관되어 있어 인간의 삶에 이롭기도 하고 해롭기도 한 것이다

[11]. 스트레스가 누적되어 해소되지 못하면 신경이 예민해져 걱정, 불안 등의 현상으로 나타나 신경쇠약, 우울 등의 징후까지 이어진다(정호윤, 2008).[11] 대학 생활 스트레스란 대학 생활 환경에서 발생하는 혼란이 개인의 항상성을 위협할 때 충분히 대처하지 못하며 경험하는 것으로[8], 요인은 이성 관계, 친구 관계, 교수와의 관계, 학업, 경제, 장래, 가치관 문제로 구분한다[12]. 간호대학생의 스트레스 요인은 전공 만족도, 교우관계, 학년, 성향, 임상실습에 대한 부담감, 과중한 학업량이 영향을 미친다는 연구 결과가 있다[7]. 간호대학생은 우울과 스트레스를 잘 관리하지 못하면 학습 방해요인이 되며 원만한 대인관계를 형성하기 어렵고 이는 대학 생활에 대한 만족도가 떨어뜨리기 때문이다[3].

대학 생활 적응은 대학생이 학업, 사회 환경 및 대인관계, 정서, 대학 환경 다양한 영역에서 요구되는 것에 적절하게 반응하여 대처하는 것이다[12]. 대학 생활 적응은 학생 개인이 느끼는 학교생활에 대한 만족도이자 대학의 교육 성과 지표로 활용되는 중요한 개념이며 학생의 대학 생활 적응 정도는 성공적인 대학 생활의 척도를 나타내며 졸업 후 사회생활 적응에도 영향을 미치는 개념이다[3].

간호대학생의 대학 생활 적응은 대학 생활 스트레스와 대학생활 만족도 및 건강상태와 연관이 있다는 선행연구 결과가 있다[13]. 그러므로 간호대학생 스스로 신체적, 정신적 건강을 관리하며 노력하는 자세는 매우 중요하다[13]. 간호대학생의 학업 스트레스와 대학 생활 적응 관계는 스트레스가 잘 관리되어야 대인관계를 형성하며 전공 만족도가 증가하며 지원동기가 자발적일수록 대학 생활 적응도가 증가한다는 선행 연구 결과가 있다[14].

그러나 간호대학생의 스트레스가 대학 생활 적응에 미치는 영향을 우울의 매개효과로 조사한 선행 연구는 부족한 실정이다. 이에 본 연구는 간호대학생의 스트레스 정도가 대학 생활 적응에 미치는 영향을 파악하며 우울이 두 변수간의 관계에서 매개효과를 파악하여 대학 생활에 적응 가능한 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용하기 위해 본 연구를 시도하였다.

2. 본론

2.1 연구 방법

본 연구는 Covid-19를 경험한 간호대학생들의 우울, 스트레스, 대학생활적응의 상관관계를 파악하며, Covid-19를 경험한 간호대학생들의 스트레스가 대학생활적응에 미치는 영향을 파악하고 이들 간의 관계에서 우울의 매개효과를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구는 2022년 7월 01일에서 2022년 8월 31 일까지 G도 소재의 3개 4년제 대학교 간호대학생을 대상으로 하였다. 대상자 모집에는 연구자가 직접 연구목적과 내용에 대해 설명하였고, 연구 참여 의사는 자발적 서면동의로 이루어졌다. 연구 대상자들에게는 연구 도중 언제라도 중단할 수 있으며, 이로 인한 불이익은 없음을 설명하였다. 총 124명의 응답자 가운데 불성실한 응답을 한 설문지 3부를 제외하고 최종 분석에 이용된 자료는 121명 이었다.

2.3 연구도구

2.3.1 우울

본 연구에서 우울의 측정을 위해서 Radloff[15]가 개발한 역학 연구 우울척도 개정판(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale : CES-D)를 진검구 등[16] 번역한 도구를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 우울의 설문 문항은 4점 Likert 척도로 되어 있으며, 총 13개 문항으로 구성되었다. 진검구[19]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .89이었고, 본 연구에서는 Cronbach's alpha는 .90이었다.

2.3.2 스트레스

본 연구에서 대학생활 스트레스의 측정을 위해서 유지수 등[17]이 개발한 개정판 스트레스 척도를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 대학생활 스트레스의 설문 문항은 5점 Likert 척도로 되어 있으며, 임상차원 스트레스, 대학차원 스트레스의 총2가지 하위척도를 기준으로 59개 문항으로 구성되었다. 유지수[20]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .92이었고, 본 연구에서는 Cronbach's alpha는 .90이었다.

2.3.3 대학생활적응

본 연구에서 대학 생활 적응의 측정을 위해서 Baker 등[18]이 개발한 대학생활적응도(Student Adjustment to College Questionnaire: SACQ)를 현진원[19]이 번안한 척도를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 대학생활 적응의 설문 문항은 5점 Likert 척도로 되어 있으며, 개인정서적 적응, 학업적 적응, 사회적 적응, 대학환경 적응으로 총 4가지 하위척도를 기준으로 67개 문항으로 구성되었다. 현진원[19]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .95이었고, 본 연구에서는 Cronbach's alpha는 .89이었다.

2.4 자료분석

수집된 자료는 IBM SPSS/Win 23.0 통계 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- 1) 간호대학생의 일반적 특성, 우울, 스트레스 및 대학 생활 적응 정도는 기술통계로 분석하였다.
- 2) 간호대학생의 일반적 특성에 따른 우울, 스트레스 및 대학 생활

적용은 차이는 Independent t-test, ANOVA를 이용하였으며, 사후검증은 Scheffe' test로 분석하였다.

- 3) 우울, 스트레스 및 대학생활 적응간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.
- 4) 간호대학생의 스트레스와 대학생활적응 관계에서 우울의 매개효과를 검증하기 위해 Baron & Kenny[100]이 개발한 Process에 따라 3단계 분석을 진행하였다. 1단계 독립변수와 매개변수와의 회귀분석, 2단계 독립변수, 종속변수와 회귀분석, 3단계 독립변수, 매개변수, 종속변수와의 회귀분석을 실시하여 분석하였다. 매개효과 유의성 검정은 Sobel test를 실시하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성 및 우울, 스트레스, 대학생활 적응 차이

Covid-19를 경험한 간호대학생의 일반적 특성에 따른 대학생활적응은 성별과 학년에 따라 유의한 차이가 있었다. 성별은 여성이 남성보다 대학생활적응이 유의하게 높은 것으로 나타났고(F=-2.198, p=.038), 학년은 사후 검정 결과 4학년, 3학년, 2학년 순으로 대학생활적응이 높은 것으로 나타났고(F=.074, p=.002). (Table 1).

3.2 Covid-19를 경험한 간호대학생의 우울, 스트레스, 대학생활적응 정도

Covid-19를 경험한 간호대학생의 우울은 4점 만점에 평균 2.34±.31점이었고, 스트레스는 5점 만점에 평균 3.64±.50점 이었으며, 대학생활적응은 5점 만점에 평균 2.65±.49점으로 나타났고(Table 2).

Table 2. Nursing students' Depression, stress, and adjusting to college life

	Mean±SD	Range
Depression	2.34±.31	1~4
stress	3.64±.50	1~5
adjusting to college life	2.65±.49	1~5

3.3 Covid-19를 경험한 간호대학생의 우울, 스트레스, 대학생활 적응과의 관계

Covid-19를 경험한 간호대학생의 우울은 스트레스(r=.590, p<.001)와 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 대학생활적응(r=-.230, p<.001)은 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 스트레스는 대학생활적응(r=-.329, p<.001)은 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Table 3).

Table 3. The Relationship between Nursing students' Depression, stress, and adjusting to college life.

	Depression	stress	adjusting to college life
Depression	1		
stress	.590 (<.001)	1	
adjusting to college life	-.230 (<.001)	-.329 (<.001)	1

3.3 Covid-19를 경험한 간호대학생의 스트레스와 대학생활과의 관계에서 우울의 매개효과

Covid-19를 경험한 간호대학생의 스트레스와 대학생활적응과의 관계에서 우울의 매개효과를 확인하기 위해 Baron & Kenny가 제시한 절차에 따라 3단계 회귀분석을 실시하였으며, 유의성 검정은 Sobel test를 실시하였다. 다중공선성은 공차한계 1.0이하로 나타났고, 분산팽창은 10을 넘지 않아 다중공선성에 문제는 없었다. 1단계에서 스트레스가 매개변수인 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=.171, p<.001). 2단계에서 독립변수 스트레스가 종속변수 대학생활적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=-1.012, p<.001). 3단계에서 매개변수인 우울과 종속변수 대학생활적응에 미치는 영향을 분석하기 위해 회귀분석을 실시하여 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=-1.120, p<.001). 연구결과를 바탕으로 매개변수 우울의 투입으로 독립변수 스트레스가 대학생활에 미치는 영향에 변화가 있었으므로 두 변수 관계에서 우울은 매개효과를 보이는 것으로 확인되었다. 매개효과 유의성 검정을 위해 Sobel test를 실시한 결과 Covid-19를 경험한 간호대학생의 스트레스가 대학생활적응과의 관계에서 우울이 매개되어 스트레스에 직접효과에 유의하였으며, 우울을 통한 간접 효과에도 유의한 것으로 나타났다(Z=2.53, p<.001). (Table 4).(Table 4).

References

- [1] Kyongsuk Hong, Jeongwon Han, 2021, The Effect of Online Classes due to COVID 19 on Academic Stress: For Nursing Students, 인문사회 21 12권 4호, pp.1973-1987
- 김수연·신나민, 2019, 동영상 강의 중 판짚과 몰입의 세대 간 비교, 교육정보미디어연구, 25(2):273-298
- 김수연. "동영상 강의 중 판짚과 몰입의 세대 간 비교." 국내석사학위논문 동국대학교, 2016. 서울
- [2] 교육부, 2021. 5 대학 코로나 19 감염예방 관리 안내 <https://www.moe.go.kr/boardCnts/viewRenew.do?boardID=72756&boardSeq=88913&lev=0&searchType=null&statusYN=W&page=3&s=moe&m=031304&opType=N>
- [3] Hye-Sun Jeong, 2017, Influence Factors on Academic Stress of Nursing Students: Focused on Dimensions of Empathy, Ego-resilience, Stress-coping Strategies. The Journal of the Korea Contents Association v.17 no.4, pp.256 - 266
- [4] Sun-Kyung Cha, Eun-Mi Lee, 2014, Comparison of Stress, Depression and Suicidal Ideation between Nursing Students and Students of Other Majors, The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education v.20 no.4 , pp.650 - 658
- [5] Seung-ho, Shin, 2021, The Relationships on the Major Selection Motive, occupational values, Satisfaction in Major. Major Commitment of Nursing Students, 학위논문(박사) 동의대학교 대학원

Table 1. Differences between depression, stress, and college life adjustment to the general characteristics

(n=121)

Characteristics	Categories	n(%)	Depression		stress		adjusting to college life	
			Mean(SD)	t or F(p)	Mean(SD)	t or F(p)	Mean(SD)	t or F(p)
Gender	Male	31(25.6)	2.36±.27	-1.508 (.188)	3.02±.46	.428 (.712)	2.29±.40	-2.198 (.038)
	Female	90(74.4)	2.25±.32		3.98±.53		2.34±.44	
Degree	2-yearb	47(38.8)	2.29±.35	0.348 (.659)	3.46±.54	1.072 (.329)	2.53±.48	.074 (.002) c>b>a
	3-yearc	42(34.7)	2.36±.24		3.50±.50		2.61±.52	
	4-yeard	32(26.5)	2.38±.29		3.64±.46		2.66±.49	
Residence type	with parents	54(44.7)	2.21±.34	-1.237 (.409)	3.62±.50	-1.542 (.536)	2.39±.38	-1.799 (0.126)
	lodging	32(26.4)	2.40±.40		3.79±.53		2.30±.30	
	dormitory	35(28.9)	2.38±.29		3.51±.46		2.35±.34	
Extracurricular activities	regular	34(28.0)	2.39±.33	-1.420 (.183)	3.68±.54	-1.342 (0.191)	2.60±.50	-2.264 (.567)
	irregular	64(52.8)	2.46±.40		3.61±.50		2.68±.48	
	none at all	23(19.0)	2.44±.41		3.53±.53		2.64±.53	
Motivation of Department Application	Employment	34(28.0)	2.33±.36	-0.239 (.861)	3.61±.47	2.346 (0.839)	2.68±.43	1.121 (.409)
	Parental Invitation	21(17.3)	2.39±.39		3.49±.49		2.62±.49	
	Aptitude	37(30.5)	2.21±.43		3.53±.51		2.53±.53	
	Etc.	9(7.4)	2.39±.29		3.60±.53		2.69±.50	

a, *b, **c, ***d

Table 4. Mediating effect of depression on the relationship between stress and college life of nursing students who experienced Covid-19

(n=121)

Constant	β	t(p)	Adusted R ²	F(p)	Sobel test
					z (p)
1. stress -> Depression	0.171	5.20(<.001)	.18	204.53(<.001)	2.53(<.001)
2. stress -> adjusting to college life	-1.012	-2.43(<.001)	.25	43.51(<.001)	
3-1 Depression -> adjusting to college life	-1.120	-2.22(<.001)	.22	64.12(<.001)	
3-2 stress -> adjusting to college life	-1.080	-5.64(<.001)			

[6] Yu-Jeong Kim, Hana Yoo, Mijeong Park, 2016, Effect of Motive for Major Selection on Major Satisfaction, Campus-life Satisfaction, and Self-directed Learning Ability among Nursing Students, Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society v.17 no.10 , pp.261 - 270

[7] Hyang-Suk Cho, 2009, Relationship of Stress, Depression and Suicidal Tendencies in Nursing Students, Korean parent-child health journal v.12 no.1 .pp. .3-14

[8] Kyung Hee Yoo, 2019, A Mediator Effect of Social Support in the Association between Stress for College Life and Depression among Nursing Students, The journal of korea society of nursing education v.25 n0.1, pp 125-135

[9] Kwang-Jin Kim, 2018, Life stress, depression in university students and effects of suicidal ideation : moderated mediation effect of self-compassion, 학위논문(석사) 가톨릭대학교 상담심리대학원

[10] Sun-Sook Baek, Eun-Ho Ha1, Eon-Na Ryo, Mi-Seung Song, 2012, Effects of Life Stress and Depression in Undergraduates on Suicidal Ideation, Journal of Korean academy of child health nursing v.18 no.4 .pp.157 - 163

[11] Johnson, J., Sarason, I., Berberich, J., & Siegel, J. (1979). Helping police officers cope with stress: A cognitive-behavioral approach. American Journal of Community Psychology, 7, 593-603.

[12] Compas, B. E., & Phares, V. (1986, August). Child and parental stress and symptomatology: An integrative analysis. Paper presented at the annual convention of the American Psychological Association, Washington, DC

[12] Yoona Park, 2022, The Effect of Life Stress and Interpersonal Skills on Maladjustment of University Students, 학위논문(석사) 건국대학교 교육대학원

[13] Kyung Hee Yoo, 2018, A Study on the Stress and Adjustment to College Life among Nursing Students, The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education v.24 no.3, pp.269 - 278

[14] Myeong-Ja Seo, 2020, The Mediating Effect of Social Support on Academic Stress of Nursing Students and Adjustment to College Life, 학위논문(석사) 단국대학교 대학원

[15] Radlof, L. S. (197). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. Aplied Psychological Measurement, 1, 385-401.

[16] Chon, K. K., Choi, S. C., & Yang, B. C. (2001). Integrated adaptation of CES-D in Korea. Korean Journal of Health Psychology, 6(1), 59-76

[17] J. S. Yoo, S. J. Chang, E. K. Choi, J. W. Park, "Development of a stress scale for korean nursing students", Journal of Korean Academy of Nursing, vol. 38, no.3, pp.410-419, 2008.
DOI: <https://doi.org/10.4040/jkan.2008.38.3.410>

[18] Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measurity adjustment to college. Journal of Counselling Psychology, 31, 179-189.

[19] 현진원, 완벽주의 성향과 평가수준이 과제수준에 미치는 영향, 연세대학교 대학원, 석사학위논문, 1992