간호대학생의 자아존중감, 자기효능감이 삶의 질에 미치는 영향

이중근*, 황세비**
*여주대학교 간호학과 조교수
**여주대학교 간호학과 재학생
e-mail:gh1511@daum.net

The Effect of Self-esteem and Self-efficacy on the Quality of Life of Nursing Students

Jung-Geun Lee*, Se-Bi Hwang**
*Dept. of Nursing Assistant Professor, Yeoju University
**Dept. of Nursing Student, Yeoju University

요 약

본 연구는 간호대학생의 자아존중감, 자기효능감이 삶의 질에 미치는 영향을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다. 연구 대상은 연구 참여에 자발적 서면 동의를 한 간호대학생으로 하였고, 자료분석은 SPSS 23.0 program을 이용하였다. 자료의 분석은 빈도, 백분율, 평균, 표준편차, t-test, ANOVA, Pearson's correlation, Multiple regression을 이용하였다. 연구결과 간호대학생의 자아존중감 3.15±.89점, 자기효능감 3.09±.70점, 삶의 질 3.48±.59점이었다. 변수 간 상관관계가 유의하게 있는 것으로 나타났다. 자아존중감과 자기효능감이 높을수록 삶의 질이 높은 것으로 나타났다. 또한, 일반적 특성에서 학교생활 만족에 따라 삶의 질이 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 삶의 질은 자아존중감, 자기효능감, 학교생활만족이 높을수록 삶의 질이 높은 것으로 17.4%의 설명력으로 나타났다. 이상의 연구결과에 따라 간호대학생의 삶의 질을 높이기 위해 학교생활만족을 높일 수 있는 다양한 프로그램이 요구되며, 자아존중감과 자기효능감을 상승시킬 수 있는 전략을 개발해야 할 것으로 사료된다.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

대학생은 청소년 후기에서 성인기로 넘어가는 과도기에 해당한다. 이 시기에는 독립적이고 자율적인 사회구성원으로 나아가기 위해 준비하는 것이 요구되며 자유와 책임이 증가하고 자아 정체성 확립, 사회적 적응 등 갑작스러운 생활 변화를 맞이하게 된다[1,2,3]. 대학생은 완전한 성인으로 나아가기 위해 다양한 발달과업이 주어지며 이는 성공과 실패, 성취감과 좌절감 등 다양한 희극과 비극을 오가며 개인의 심리적 건강과 삶의 질에 변화가 나타날 수 있는 시기이다[1]. 또한 이러한 변화 결과에 따라 성인기의 모습이 달라지고 삶의 질에 부정적 영향을 미치므로 매우 중요한 시기라고 할 수 있다[4]. 특히 간호대학생의 경우 타 대학생들에 비해 임상실습 및 국가고시에 대한 부담감과 임상실습을 경험하면서부터 느끼는 이론과 실습의 차이에 대한 혼돈, 비교육적인 실습환경, 간호사정에 대한 경험 부족, 단순한 간호실무의 반복, 전문지식의 부족 등의 요인으로 인해 긴장, 두려움, 피로 등 많은 심리적 변화를 경험하고 있는 것으로 나타난다[5,6,7].

자아존중감은 스스로가 가치 있는 존재임을 알고 존중해주는 자신에 대해 가지고 있는 태도를 말한다[8]. 자아존중감이 높을수록 타인을 존중하며 건강한 대인관계를 유지하고[9], 생활 변화에도 잘 적응할 수 있게 된다[10]. 간호대학생의 경우 자아존중감이 높은 학생은 자신의 전공 및 직업에 긍정적인 만족도와 인식을 부여하여 직업의식이 높아지게[11], 되므로 미래에 좋은 전문직업인으로서 나아가는데 영향을 미칠 수 있다[12]. 이는 자아존중감이 낮은 간호대학생의 경우 스스로를 저평가하게 되며 학업에 지장이 생길 수 있고 미래의 전문 간호사로서 나아가는 것에 어려움이 있다는 것을 의미한다. 나아가 자아존중감은 전 생애에 영향을 미치는 요인이므로 간호대학생은 높은 자아존중감을 형성하여 궁극적 목표인 삶의 질을 높이는 것이 중요하다 할 수 있다[13].

자기효능감이란 스스로 일을 성공적으로 진행할 수 있는 능력이 있다고 믿는 기대와 신념을 말한다[14]. 특히 자기효능감은 학점, 취업 등 치열한 경쟁 속에서 개인의 존재감을 잃지 않고 올바른 정체성과 가치관을 확립해야 하는 대학생에게 중요한 요인으로 작용한다[15]. 선행연구로 자기효능감과 자기발달과의 관계성을 연구한 Bandura[17]는 개인의 효능적 신념이 개인의 발달, 성공적인 적응 및 변화에 핵심 자원이 됨을 말하고 있다[16]. 간호대학생의 경우 자기효능감이 높은 학생은 어려운 상황에서도 극복하기 위해 노력을 하게 되어 개인의 성장과 발달에 도움을 주고 결과적으로 간호업무 능력이 향상되지만, 반면 자기효능감이 낮은 학생은 쉽게 포기하고 진로선택과 관련된 정보탐색활동

을 덜하게 되어 삶의 질이 낮아지게 된다[15,17].

세계보건기구에서 말한 삶의 질이란 “개개인이 살고 있는 문화와 가치의 맥락에서 개개인의 기대, 관심, 목표에 대한 자신이 차지하는 상태의 지각”이라고 하고 있다[18]. 즉 다시 말해 삶 전체에 대해 느끼는 만족감의 개인적 평가라 할 수 있으며 심리적 및 사회적, 경제적으로 미성숙한 대학생에게 성인이 된 후에도 큰 영향을 끼칠 수 있는 요인이 될 수 있다. 특히 간호대학생은 다양한 과목 이수와 과중한 학습시간, 임상실습에 대한 부담감으로 인해 삶의 질이 떨어질 수 있다[19,20]. 삶의 질이 떨어진 간호학생의 경우 전공과목에 대한 만족도 저하, 졸업 후 전문직업인으로서의 사회 적응력 감소, 미래 직업에 대한 사회적 가치 형성에 부정적 영향을 미칠 수 있으며 이는 곧 간호대상자인 환자에게도 부정적 영향을 끼칠 수 있게 된다[21]. 따라서 간호교육의 최종 목표인 대상자의 안녕을 위해 간호대학생의 삶의 질을 심층적으로 살펴보는 것은 중요하다 할 수 있다.

간호대학생의 삶의 질과 관련된 선행연구를 보면, 삶의 질의 영향 요인인 만족도, 스트레스, 대인관계 등 개인을 둘러싼 외부 요인에 집중되고 있으며[22], 간호학과 대학생은 자아존중감이 높을수록 삶의 질이 향상되어 있다는 연구 결과가 언급되고 있다[23]. 그러나 삶의 질은 개인의 심리적 내적 요인과도 깊은 연관성이 있으며 자아존중감과 자기효능감이 삶의 질에 미치는 영향에 대한 연구를 추가적으로 할 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 간호대학생을 대상으로 하여 개인의 내적 요인인 자아존중감과 자기효능감에 대한 삶의 질과의 연관성을 살펴보아 간호대학생의 궁극적인 삶의 질 향상에 대해 고민하고자 한다.

2. 본론

2.1 연구 방법

본 연구는 간호대학생들의 자아존중감, 자기효능감이 삶의 질에 미치는 영향을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구는 2022년 4월 15일에서 2022년 5월 14일까지 G도 소재의 대학교 간호대학생을 대상으로 하였다. 대상자 모집은 연구원들이 직접 목적과 절차에 대해 설명하였고, 연구 참여는 서면동의로 이루어졌다. 연구 대상자들에게는 언제든지 중단할 수 있으며, 그에 따른 불이익은 없음을 설명하였다. 총 160명의 응답자 가운데 불성실한 응답을 한 설문지 12부를 제외하고 최종 분석에 이용된 자료는 148명이었다.

2.3 연구 도구

2.3.1 자아존중감

본 연구에서 자아존중감의 측정은 Rogenberg[23]가 개발한 자아존중감 측정 도구를 전병재[24]가 번안·수정한 도구를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 자아존중감의 설문 문항은 긍정문항 5문항, 부정문항 5문항의 총 2가지 하위척도를 기준으로 10개의 문항으로 구성되었다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘항상 그렇다’ 4점을 부여한 4점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 전병재[24]의 연구에서 Cronbach′s alpha는 .81이었고, 본 연구에서는 Cronbach′s alpha는 .86이었다.

2.3.2 학업적 자기효능감

본 연구에서 학업적 자기효능감 측정은 김아영 등[25]이 개발한 학업적 자기효능감 측정 도구를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 학업적 자기효능감의 설문 문항은 과제 난이도 10문항, 자기조절 효능감 9문항, 자신감 8문항의 총 3가지 하위척도를 기준으로 27개 문항으로 구성되었다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’는 1점, ‘그렇지 않다’는 2점, ‘보통이다’는 3점, ‘그렇다’는 4점, ‘매우 그렇다’는 5점을 부여한 Likert 5점 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 학업적 자기효능감이 높음을 의미한다. 김아영[25]의 연구에서 Cronbach′s alpha는 .87이었고, 본 연구에서는 Cronbach′s alpha는 .88이었다.

2.3.3 삶의 질

본 연구에서는 삶의 질 측정은 민성길 등[26]이 한국인에 맞게 개발한 한국판 세계보건기구 삶의질 척도(WHOQOL-BREF)를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 삶의 질의 설문 문항은 긍정적인 문항 23문항, 부정적인 문항 3문항의 총 2가지 하위척도를 기준으로 26개의 문항으로 구성되었다. 각 문항은 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’는 1점, ‘그렇지 않다’는 2점, ‘보통이다’는 3점, ‘그렇다’는 4점, ‘매우 그렇다’는 5점을 부여한 Likert 5점 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 삶의 질이 높음을 의미한다. 민성길[26]의 연구에서 Cronbach′s alpha는 .90이었고, 본 연구에서는 Cronbach′s alpha는 .89이었다.

2.4 자료분석

수집된 자료는 SPSS 23.0 program을 이용하여 분석하였다.

1) 간호대학생의 일반적 특성은 빈도 및 백분율을 산출 하였다.
2) 간호대학생의 자아존중감, 자기효능감 및 삶의 질 정도는

Table 1. Differences between self esteem, self-efficacy, and quality of life to the general characteristics

(n=148)

Characteristics	Categories	n(%)	self esteem		self-efficacy		quality of life	
			Mean(SD)	t or F(p)	Mean(SD)	t or F(p)	Mean(SD)	t or F(p)
Age	20-24	76(51.3)	2.96±.97	12.20 (.722)	3.01±.79	2.05 (.421)	3.64±.61	3.27 (.154)
	25-29	39(26.3)	3.16±.86		3.06±.84		3.43±.62	
	30-	33(22.4)	3.12±.76		3.07±.69		3.65±.57	
Gender	Male	34(22.3)	3.24±.78	-1.41 (.159)	3.08±.59	-0.71 (.486)	3.45±.58	1.64 (.743)
	Female	115(77.7)	3.26±.75		3.12±.64		2.99±.69	
Degree	1-yearb	29(19.8)	3.23±.94	0.25 (.188)	2.97±.88	6.28 (.012) b,c>a	3.57±.54	3.21 (.395)
	2-yearb	43(29.0)	3.34±.78		3.16±.71		3.66±.40	
	3-yearc	42(28.3)	2.87±.86		3.20±.78		3.49±.63	
	4-yeard	34(22.9)	3.18±.81		3.17±.73		3.27±.55	
Subjective health	good	67(45.2)	3.08±.86	-0.89 (.321)	2.86±.69	1.16 (.097)	3.46±.64	-2.14 (.448)
	moderate	53(35.8)	3.01±.88		3.23±.68		3.63±.41	
	poor	28(19.0)	3.13±.91		3.05±.63		3.58±.58	
Motivation of nursing	Aptitude	31(20.9)	2.96±.86	1.15 (.429)	3.08±.78	4.48 (.616)	3.64±.58	1.24 (.538)
	Profession	59(39.8)	3.18±.94		3.09±.71		3.43±.60	
	Advice	38(25.6)	3.34±.99		2.91±.68		3.60±.59	
	Other	20(13.7)	3.04±.86		2.96±.73		3.31±.62	
University life satisfaction	Satisfied	41(27.7)	2.98±.94	-0.52 (.744)	3.24±.74	2.70 (.925)	3.76±.51	2.16 (.002) a>b
	moderate	67(45.2)	3.28±.90		3.16±.70		3.22±.48	
	Unsatisfied	40(27.1)	3.15±.91		3.18±.73		3.57±.52	

평균과 표준편차를 산출하였다.

3) 간호대학생의 자아존중감, 자기효능감 및 삶의 질의 차이는 t-test, ANOVA를 사용하였으며, Scheffe′ test로 사후 검증을 진행하였다.

4) 자아존중감, 자기효능감 및 삶의 질의 상관관계는 Pearson's correlation으로 분석하였다.

5) 간호대학생의 삶의 질에 영향 요인은 Multiple regression을 이용하여 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 간호대학생의 일반적 특성 및 자아존중감, 학업적 자기효능감, 삶의질 차이

간호대학생의 일반적 특성에 따른 삶의 질은 대학생활 만족에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후 검정결과 만족이 보통보다 유의하게 삶의 질이 높은 것으로 나타났다(F=2.16, p=.002). 학업적 자기효능감은 학년에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후 검정결과 2학년, 3학년이 1학년 보다 학업적 자기효능감이 유의하게 높은 것으로 나타났다(F=6.28, p=.012). (Table 1).

3.2 간호대학생의 자아존중감, 학업적 자기효능감, 삶의 질 정도

코로나19로 인한 간호대학생의 자아존중감은 4점 만점에 평균 3.15±.89점이었고, 학업적 자기효능감은 5점 만점에 평균 3.09±.70점 이었으며, 삶의 질은 5점 만점에 평균 3.48±.59점으로 나타났다(Table 2).

Table 2. Nursing students' self esteem, self-efficacy, and quality of life.

	Mean±SD	Range
self esteem	3.15±.89	1~4
self-efficacy	3.09±.70	1~5
quality of life	3.48±.59	1~5

3.3 간호대학생의 자아존중감, 학업적 자기효능감, 삶의질의 관계

간호대학생의 삶의 질은 자아존중감(r=.35, p=.001), 학업적 자기효능감(r=.18, p=.003)과 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 자아존중감은 학업적 자기효능감(r=.56, p=.231)과 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났다(Table 3).

Table 3. The Relationship between Nursing students′ self esteem, self-efficacy, and quality of life.

	self esteem	self-efficacy	quality of life
self esteem	1		
self-efficacy	.56 (.231)	1	
quality of life	.35 (<.001)	.18 (.003)	1

3.4 간호대학생의 삶의 질에 영향을 미치는 요인

간호대학생의 삶의 질에 미치는 요인 분석을 위해 일반적 특성에서 유의한 차이를 나타낸 대학생활 만족을 설정하여 회귀분석을 실시하였다. 잔차분석결과

Durbin- Watson 통계량 1.761로 2와 가깝고 0이나 4와 멀어져 있으므로 잔차 독립성을 만족하였고, 변인 간의 공선성 검정 결과 공차한계는 0.638으로 1.0 이하의 값이었으며, 분산팽창요인은 5.381로 기준치 10이하로 나타나 변수들 간에 다중공선성의 문제는 없었다. 간호대학생의 삶의 질에 영향을 미치는 변인은 대학생활 만족(β=.376, p=.004), 자아존중감(β=.261, p=.001), 학업적 자기효능감(β=.189, p=.005)으로 나타났으며, 간호대학생의 삶의 질에 대한 설명력은 17.4%였다(Table 4).

Table 4. Factors affecting quality of life.

Spec.	B	SE	β	t	p
University life satisfaction	.534	.091	.376	6.018	.004
self esteem	.318	.098	.261	3.401	.001
self-efficacy	.264	.094	.189	2.813	.005
Adusted R^2=.174 F=21.543(p<.001)					

References

[1] 공마리아, 강윤주 (2012). 대학생의 대학생활 스트레스가 정신건강에 미치는 영향. 재활심리연구, 19(1), 1-22

[2] 김광민 (2001). 대학생의 스트레스 요인과 대처방식에 관한 연구. 명지대학교 석사학위논문

[3] 이용교 (2006). 디지털 청소년복지. 서울: 인간과 복지/

[4] Keinan, G., Ben-Zur, H., Zilka, M., & Carel, R. S. (1992). Anger in or out, which is healthier?: An attempt to reconcile in consistent findings. Psychology and Health, 7(2), 83-98

[5] 고성미, 김기미(1994). 간호학생의 첫 임상실습 경험에 대한 연구. 대한간호, 33(2), 59-72

[6] 박미영, 김순이(2000). 전문대 간호학생들의 첫 임상실습 체험 연구. 한국간호교육학 회지, 16(1), 23-35

[7] 이혜숙, 김은주(2008). 간호대학생의 학년별 임상실습 스트레스 대처 및 실습 만족도 의 차이 비교. 경희대학교 동서의학연구소, 14(1), 5-13

[8] Rosenberg, M.(2015), "Society and adolescent self-image", Princeton university press.

[9] 김경혜;김경덕(2008). 간호대학생의 신체상 만족도, 스트레스 지각, 및 자아존중감과의 관계, 김천과학대학 논문집, 34, 21-29.

[10] 김소정·송하나(2011), " 재한 중국유학생의 인지적 종결욕구. 자아존중감과 학교적응, 심리적 안녕감의 관계", 한국심리학회지, 8(2): 219-234.

[11] Yeun EJ, Kwon YM. A correlation study on nursing professional values, department satisfaction, sociality, self-esteem among nursing students. Journal of Korean Academy of Nursing Administration. 2007;13(3):285-292

[12] Ha NS, Choi J. A longitudinal study on professional socialization, self-esteem, and self-efficacy in nursing students. Perspectives in Nursing Science. 2011;8(2):73-85

[13] 박 선 애・정 소 형・박 희숙(2019), "간호대학생의 스트레스, 자아존중감 및 회복탄력성이 삶의 질에 미치는 영향" http://www.riss.kr/link?id=A106522248

[14] NAVER 지식백과, 두산백과 https://terms.naver.com/entry.naver?docId=3408345&cid=40942&categoryId=31531

[15] 홍성례(2011), "청년기 남녀 대학생의 자기효능감과 주관적 삶의 질에 관한 연구" 한국가정관리학회지, 29(6):71-87

[16] 박영신・김의철・박영균(2010). 세대 차이와 갈등은 삶의 질을 낮추는가? 자기효능감의 영향. 한국심리학회지: 일반, 29(1), 533-559

[17] Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action, a social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall

[18] WHOQOL Group (1996). Study protocol for the World Health Organization project to develop a quality of life assessment instrument. Quality of life Research, 8, 196-214

[19] RossR,ZellerR,SrisaengP,YimmeeS, SomchidS, Sawatphanit W. Depression, stress, emotional support, and self-esteem among baccalaureate nursing studentsin Thail and.International Journal of Nursing Education Scholarship. 2005; 2(1); 25.

http://dx.doi.org/10.2202/1548-923X.1165

[20] Yu SJ, Song MR, Kim EM. Factors influencing depression among nursingstudents.TheJournalof the Korean Academic Society of Nursing Education. 2014;20(1):71-80.
http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.1.71

[21] Baek WJ, Suh TS. A study on the impact of the quality of life on suicide ideation in the elderly. Journal of the Korean Academy of Health and Welfare for Elderly. 2010;2(2):15-33

[22] 박성희 · 이영진(2018), 간호대학생의 삶의 목적이 삶의 질에 미치는 영향: 소명의식과 삶의 만족의 매개효과를 중심으로, http://www.riss.kr/link?id=A105435660

[23] Choi, H. C. (2000). A study of factors influencing health promoting behavior and quality of life in the nursing students, Journal of Korean Public Health Nursing, 14(1), 161-171. (in Korean).

[23] Rosenber, M. Society and the adolescent self-image. Princeton New Jersey: Princeton University

[24] Jeon BJ. Self-esteem: a test of it's measurability. Yonsei Research Institute, 1974;11(1):107-130.

[25] Kim, A. Y., & Park, I. Y. (2001). Construction and validation of academic self-efficacy scale. Journal of Educational Research, 39(1), 95-123.

[26] S. K. Min, K. I. Kim, S. Y. Suh and D. K. Kim, "Development of Korea version of World Health Organization Quality of Life Scale(WHOQOL)," Journal of Korean Neuropsychiatry Association, Vol. 39, No. 1, pp. 78-88, 2000