

졸업예정 간호대학생의 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스가 삶의 질에 미치는 영향

문덕희
광주대학교 간호학과

The Influence on Self-esteem, Appearance satisfaction, Job-seeking stress of Senior Nursing Students' Quality of Life

Duck-Hee Moon

Department of Nursing, Gwangju University, Korea

[요 약]

본 연구는 졸업예정 간호대학생의 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질 정도와 상관관계를 확인하고 삶의 질에 영향을 주는 요인을 알아보고자 실시하였다. 간호대학생 143명을 대상으로 2019년 6월 1일부터 6월 15까지 설문조사 하였으며, 수집된 자료는 SPSS 20.0 프로그램을 이용하여 t-test, ANOVA, Scheffe test, Person's correlation coefficients, 다중회귀분석 하였다. 자아존중감은 3.04, 외모만족도는 3.67, 취업스트레스는 2.72, 삶의 질은 3.46이었고 자아존중감, 외모만족도는 삶의 질과 유의한 양의 상관관계를 취업스트레스는 삶의 질과 음의 상관관계가 있었다. 삶의 질에 가장 유의한 영향을 준 것은 자아존중감이고 외에 성별, 교우관계, 취업스트레스였으며 설명력은 48.5%였다. 따라서 졸업예정 간호대학생의 삶의 질을 증진시키기 위해 자아존중감을 올려줄 수 있는 중재프로그램의 계획과 적용이 필요하다.

[Abstract]

The purpose of this study was to investigate the influence on self-esteem, appearance satisfaction and job-seeking stress of senior nursing students' quality of life. Subjects were 143 nursing students. Data were collected by questionnaires from nursing students from June 1 to June 20, 2019. Data were analyzed using t-test, ANOVA, Scheffe test, Pearson correlation coefficients and multiple regression analysis. The degree of influence self-esteem was 3.04, appearance satisfaction was 3.67, job-seeking stress was 2.72 and quality of life was 3.46. Quality of life was positive correlated with both self-esteem and appearance satisfaction. Job-seeking stress was negative correlated with quality of life. The self-esteem, gender, satisfaction of relationship and job-seeking stress were identified as factors influencing quality of life. The model explained 48.5% of the variables. These results suggest that we need to develop a program in order to manage the quality of life of senior nursing students.

색인어 : 간호대학생, 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질

Key word : Appearance satisfaction, Job-seeking stress, Nursing student, Quality of life, Self-esteem

<http://dx.doi.org/10.9728/dcs.2019.20.8.1605>



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Received 12 July 2019; Revised 26 July 2019

Accepted 26 August 2019

*Corresponding Author; Duck-Hee Moon

Tel: +82-62-670-2635

E-mail: duckimoon@naver.com

1. 서론

1-1 연구의 필요성

각박하고 경쟁이 치열한 현대사회를 살고 있는 사람들에게 휴식의 필요성이 제기되면서 삶의 질에 대한 논의가 계속되고 있다. 삶의 질이란 행복하고 만족스러운 삶을 의미하며[1], 개인이 스스로 느끼는 삶의 수준에 대한 주관적인 평가로 신체적, 심리적, 사회 환경적 측면 등을 통합한 안녕상태로 볼 수 있다[2]. 삶의 질에 대한 평가는 개인과 그 개인을 둘러싸고 있는 환경 자극과 반응의 상호작용 속에서 인지하는 만족 정도를 통해 결정할 수 있다[3]. 다양한 계층의 삶의 질을 높이기 위한 노력들이 진행되고 있는데 반해 우리나라 대학생들은 학업, 대인관계, 취업 등의 문제로 삶의 질이 크게 위협받고 있는 상황이다. 간호대학생은 일반대학생들에 비해 더 낮은 삶의 질을 경험하고 있으며[4] 특히 졸업예정인 간호대학 4학년 학생들은 국가고사 합격을 위한 학업뿐만 아니라 취업문제까지 가중되어 더욱 힘든 상황을 겪고 있다[5]. 간호학과는 비교적 취업이 용이하다는 이유로 이전부터 인기를 누려왔으나 최근 많은 학교에서 간호학과를 신설하고 기존 간호학과와 정원 증원으로 인해 학생들이 선호하는 대형병원으로의 취업은 갈수록 경쟁이 치열해지고 있는 추세이다[6]. 졸업예정 간호대학생들은 원하는 병원의 취업을 위해 학업성적 향상뿐 아니라 전공과 관련 없는 자격증 취득, 영어점수, 어학연수 경험 등 다양한 취업준비 활동들을 수행하고 있으며[7], 병원 응시 후 면접을 잘 치르기 위한 외모관리까지 많은 신경을 쓰고 있다[8]. 대학생들은 성공적인 취업을 위해 외모가 경쟁력을 높일 수 있는 수단으로 생각하였으며[10], 실제로 면접관의 대다수는 지원자의 외적인 이미지가 평가에 영향을 준다고 했다[9].

외모만족도는 개인이 자신의 신체나 기능에 대해 가지고 있는 느낌이나 태도로서, 타인과 비교를 통한 주관적인 판단에 의해 인지되는 경향이 많다[10]. 자신의 외모에 만족하는 학생은 사회생활에서도 자신감을 보이지만, 외모에 불만족하는 학생은 스스로 위축감을 가지게 되어 취업 면접에서도 불리할 가능성이 높다. 외모와 취업의 관련성을 살펴본 연구에서도 외모에 대한 스스로의 판단이 부정적이면 취업스트레스가 높아질 수 있다고 하였다[11].

취업스트레스란 취업 준비과정에서 느끼는 스트레스로 정도가 심해지면 불안, 분노, 우울감 등 정서·심리적 장애를 유발하게 되고 전반적인 건강에 부정적인 영향을 미친다[12] 단지 취업을 위해 다양한 교과외 활동을 수행하고 자격증을 취득하며 호감 있는 외모를 만들기 위해 노력하는 것들은 모두 취업스트레스로 작용할 수 있다. 취업스트레스는 대학교 저학년비해 3.4학년으로 올라갈수록 더욱 높아졌으며[22], 스트레스로 인한 부정적인 심리상태는 긍정적인 감정 상태를 저해하는 요인이 되어 결국은 삶의 질을 악화시키는 요인으로 작용하였다[13].

또한 삶의 질과 관련하여 영향을 주는 내적 변인으로 자아존중감을 들 수 있다[14]. 자아존중감은 스스로에 대한 긍정적인 혹은 부정적인 가치에 대한 내적 평가로써 스트레스에 대처하는 중요한 특질이며, 삶의 질과 관련성을 갖는다[15]. 높은 자아존중감은 긍정적인 외모만족도와도 관련이 있어 자아존중감이 낮은 사람에 비해 자신의 신체적 외모 매력성을 높게 평가하였으며 취업스트레스를 낮추는 데에도 주요한 영향요인이었다[16].

이상의 연구결과들을 종합하여 볼 때 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질은 서로 연관성을 갖는 변수이며 대학생들이 당면하고 있는 문제들과 관련되었음을 확인할 수 있다. 선행연구들에서 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스 등을 각각의 변인으로 두고 살펴본 경우는 다수 있었지만 졸업예정 간호대학생을 대상으로 삶의 질과 연관시켜 영향을 미치는 요인을 확인하고자 한 사례는 아직 없다.

미래 사회의 주인이 될 대학생들의 건전한 성장을 위해 삶의 질을 증진시킬 환경을 조성해 주는 것은 개인의 문제가 아닌 사회적인 수준에도 영향을 미칠 수 있다. 삶의 질이 낮을 경우 전문직업인으로서 사회 적응력이 낮아지고 직업에 대한 사회적 가치를 형성하는데 부정적인 영향력을 행사할 수 있다.

졸업예정 간호대학생은 졸업 후 병원 임상현장에서 간호 전문가로서 환자를 돌보며 그들의 삶의 질을 증진시키기 위해 노력할 의무를 가지지만, 정작 본인들의 삶의 질에 대해서는 관심을 갖기 어렵다. 따라서 졸업예정 간호대학생의 삶의 질을 확인하고 관련된 변인을 파악하여 긍정적인 방향으로 중재해줄 수 있다면 의미 있는 일이 될 것이다.

따라서 본 연구에서는 졸업예정 4학년 간호대학생을 대상으로 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질 정도를 살펴보고 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 규명하여 졸업예정 간호대학생의 삶의 질을 증진시킬 수 있는 중재프로그램의 기초자료를 제공하고자 한다.

1-2 연구목적

본 연구는 졸업예정 간호대학생의 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질을 파악하고 이들 간의 관계를 분석하여 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 규명하고자 함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 졸업예정 간호대학생의 일반적인 특성과 그에 따른 삶의 질을 파악한다.
- 졸업예정 간호대학생의 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질 정도를 파악한다.
- 졸업예정 간호대학생의 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질의 상관관계를 파악한다.
- 졸업예정 간호대학생의 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

II. 본 론

2-1 연구설계

본 연구는 일 지역 간호대학 2곳에 재학중인 졸업예정 4학년 학생들을 대상으로 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질을 파악하고 변수간의 관계, 영향요인을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

2-2 연구대상 및 자료수집방법

본 연구는 G시에 소재한 간호대학 중 연구를 허락한 2곳의 간호대학에 재학중인 졸업예정 4학년 학생 160명을 표집 대상으로 선정하여 2019년 6월 1일부터 6월 15일까지 설문지를 배부하고 자료조사 하였다.

수거한 설문지 중 응답이 부적합한 17명을 제외하고 최종적으로 143부를 분석하였다.

대상자의 윤리적 고려를 위해 설문 안내서와 동의서를 통해 연구 목적을 설명하고, 자유의사에 따라 자발적으로 설문참여를 결정할 수 있으며, 연구 중 원치 않는 경우 언제든지 거절하고 중지할 수 있음을 설명하였다. 설문결과는 익명 처리되며, 개인 정보 비밀 보장을 위해 설문지는 잠금장치가 있는 캐비닛에 보관하였다가, 연구종료 후 빠른 시간 안에 문서를 폐기할 것임을 설명하였다.

표본의 크기는 선행연구들을 참고하여 회귀분석을 위해 효과 크기 .15, 검정력 .90, 유의수준 .05, 독립변수 7개를 기준으로 설정하였을 때 G*Power analysis program 3.1을 이용하여 산출한 결과 최소 표본 수는 130명으로 본 연구대상자의 수는 적합하였다.

2-3 연구도구

1) 일반적 특성

일반적 특성은 선행 논문들을 참고하여 성별, 종교, 학점, 학과 만족도, 교우관계, 건강상태, 가족의 경제상태 등 7문항으로 구성하였다.

2) 자아존중감

자아존중감은 자기존중 정도와 자아승인양식을 측정하는 검사로 Rosenberg(1965)가 개발하고 전병제(1974)가 변안한 도구를 사용하여 측정하였다. Likert 4점 척도를 사용하여 ‘거의 그렇지 않다 (1점)’에서 ‘항상 그렇다(4점)’ 사이에 응답하도록 하였으며, 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항 등 총 10문항으로 구성되어 있다. 부정적 문항은 역산처리 하였으며, 점수범위는 10점에서 40점까지로 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 는 .829 이었다.

3) 외모만족도

외모만족도는 김추성(2002)이 개발하고, 김은혜(2013)가 수정 보완한 도구를 사용하여 측정하였다. Likert 5점 척도를 사용하여 ‘전혀 아니다 (1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’ 사이에 응답하도록 하였으며, 긍정적 외모만족도 2문항과 부정적 외모만족도 5문항 등 총 7문항으로 구성되어 있다. 부정적 문항은 역산처리 하였으며, 점수범위는 7점에서 35점까지로 점수가 높을수록 자신의 외모에 만족하고 있음을 의미한다. 원 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 는 .832 이고 본 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 는 .869 이었다.

4) 취업스트레스

취업스트레스는 대학생을 대상으로 생활 스트레스를 측정하기 위한 척도를 전경구, 김교현, 이준석(2000)이 수정, 보완한 도구를 사용하여 측정하였다. Likert 5점 척도를 사용하여 ‘전혀 아니다 (1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’ 사이에 응답하도록 하였으며, 도구는 총 8문항으로 구성되어 있다. 점수의 범위는 8-40점까지로 전체 점수가 높을수록 취업 스트레스가 높은 것을 의미한다. 원 도구의 Cronbach's α 는 .776이었고 본 연구에서 Cronbach's α 는 .852였다.

5) 삶의 질

삶의 질은 Bigot(1974)가 표준화한 생활만족지수(Life Satisfaction Index)를 기초로 허선우(2006)가 사용한 설문도구를 임아름(2012)이 연구 목적에 맞도록 수정, 보완한 도구를 사용하여 측정하였다. 측정도구는 Likert 5점 척도를 사용하여 ‘전혀 좋지 않다(1점)’에서 ‘매우 좋다(5점)’ 사이에 응답하도록 하였으며, 도구는 총 10문항으로 구성되어 있다. 점수의 범위는 10-50점까지로 전체 점수가 높을수록 삶의 질이 높은 것을 의미한다. 원 도구의 Cronbach's α 는 .891이었고 본 연구에서 Cronbach's α 는 .926이었다.

2-4 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 20.0을 이용하여 통계처리 하였으며 구체적인 방법은 다음과 같다.

대상자의 일반적 특성과 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질은 빈도, 백분율, 평균, 표준편차로 산출하였다. 일반적 특성에 따른 삶의 질은 t-test와 ANOVA로, 사후분석은 Scheffe's test 하였다. 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질의 상관관계는 Pearson Correlation Coefficient로 분석하고 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위해 다단계 회귀분석을 실시하였으며, 연구 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 로 확인하였다.

III. 연구 결과

3-1 대상자의 일반적 특성과 삶의 질

대상자는 남학생이 18.2%(26명), 여학생이 81.8%(117명)를 차지하였다. 종교는 있다고 응답한 학생은 28.7%(41명), 없다고 응답한 학생이 71.3%(102명)이었으며 평균 학업 점수는 4.0 이상이 11.9%(17명), 3.0-4.0이 76.9%(110명), 2.0-3.0이 9.8%(14명), 2.0미만이 1.4%(2명)순이었다. 학과만족도는 만족함이 35.0%(50명), 보통이 58.0%(83명)이었으며 불만족은 7.0%(10명)이었다. 교우관계는 만족함이 55.2%(79명), 보통이 42.7%(61명)이었으며 불만족은 2.1%(3명)이었다. 건강상태는 건강함이 79.0%(113명), 건강하지 않음이 21.0%(30명)이었으며 경제상태는 부유함이 16.8%(24명), 보통이 76.9%(110명)이었으며 곤란함은 6.3%(9명)이었다(Table 1).

삶의 질은 학점을 제외한 모든 일반적 특성에서 유의한 차이를 보였으며 남학생($t=3.729, p=.000$), 종교를 가지고 있지 않은 경우($t=-3.107, p=.002$), 건강상태가 좋은 경우($t=4.853, p=.000$) 삶의 질이 높았으며, 외에도 학과만족도, 교우관계, 경제상태에 따른 차이가 있었다. 사후검증 결과 학과만족도에서 만족한 경우가($F=29.043, p=.000$) 보통이나 불만족보다 높았고, 교우관계에서 만족한 경우가($F=33.700, p=.000$) 보통이나 불만족보다 높았으며, 경제상태는 부유한 경우가($F=11.480, p=.001$) 보통이나 곤란한 경우보다 높게 나타났다(Table 1).

표 1. 대상자의 일반적 특성과 삶의 질

Table 1. Quality of life according to General characteristics

Variables	Categories	n(%)	Quality of Life		
			M±SD	F/t (Scheffe)	p
Gender	Male	26(18.2)	3.89±0.85	3.729	.000
	Female	117(81.8)	3.36±0.61		
Religion	Yes	41(28.7)	3.18±0.69	-3.107	.002
	No	102(71.3)	3.57±0.66		
Score	≥4.0	17(11.9)	3.62±0.91	2.179	.142
	3.0-3.9	110(76.9)	3.46±0.65		
	2.0-2.9	14(9.8)	3.33±0.71		
	<2.0	2(1.4)	3.00±0.00		
Satisfaction of major	High	50(35.0)	3.80±0.59	29.043 (a>b,c b>c)	.000
	Middle	83(58.0)	3.33±0.67		
	Low	10(7.0)	2.80±0.50		
Satisfaction of relationship	High	79(55.2)	3.68±0.64	33.700 (a>b,c b>c)	.000
	Middle	61(42.7)	3.24±0.59		
	Low	3(2.1)	1.83±0.29		
Health state	Yes	113(79.0)	3.59±0.66	4.853	.000
	No	30(21.0)	2.95±0.54		
Family economic status	High	24(16.8)	3.82±0.68	11.480 (a>b,c b>c)	.001
	Middle	110(76.9)	3.41±0.62		
	Low	9(6.3)	3.01±1.09		

3-2 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질

자아존중감은 3.04, 외모만족도는 3.67, 취업스트레스는 2.72, 삶의 질은 3.46 이었다(Table 2).

3-3 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질 상관관계

자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질의 관련성을 확인하기 위하여 person 상관분석을 실시한 결과 자아존중감은 외모만족도, 삶의 질과 유의한 양의 상관관계를, 취업스트레스와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 외모만족도는 취업스트레스와 유의한 음의 상관관계를 보였고 삶의 질과 유의한 양의 상관관계를 보였다. 취업스트레스는 삶의 질과 유의한 음의 상관관계를 보였다(Table 3).

표 2. 자아존중감, 외모만족도, 삶의 질

Table 2. Self-esteem, Appearance Satisfaction, Job-seeking stress and Quality of life

Variables	Self-esteem r(ρ)	Appearance Satisfaction r(ρ)	Job-seeking stress r(ρ)	Quality of life r(ρ)
Self-esteem	1			
Appearance Satisfaction	.626 (.000)	1		
Job-seeking stress	-.511 (.000)	-.476 (.000)	1	
Quality of life	.523 (.000)	.340 (.000)	-.421 (.000)	1

표 3. 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질의 상관관계
Table 3. Correlation for Self-esteem, Appearance Satisfaction, Job-seeking stress and Quality of life

Variables	Range	M±SD
Self-esteem	1.30-4.00	3.04±.039
Appearance Satisfaction	1.00-5.00	3.67±.057
Job-seeking stress	1.00-5.00	2.72±.061
Quality of life	2.00-5.00	3.46±.058

표 4. 삶의 질 영향요인
Table 4. Factors influencing of Quality of life

Variables	B	SE	β	t	p
Self-esteem	.685	.098	.472	7.015	.000
Gender	.646	.111	.364	5.845	.000
Satisfaction of relationship	.317	.091	.230	3.478	.001
Job-seeking stress	.267	.095	.176	2.823	.005

3-4 삶의 질에 영향을 미치는 요인

간호대학 졸업예정인 4학년 학생들의 삶의 질에 대한 모형을 개발하고자 일반적인 특성에서 유의한 차이를 보인 변수들과, 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스를 독립변수로 두고 분석을 하였다. 성별, 종교, 학과만족도, 교우관계, 건강상태, 경제상태를 각각의 더미변수로 전환시켜 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 회귀계수들은 유의확률이 .05보다 작으므로 유의수준 5%에서 유의하였다. 추정된 회귀모형에서 유난히 작은 공차한계나 월등하게 큰 VIF는 보이지 않아 공선성의 문제는 존재하지 않았으며, Durbin-Watson은 2.26으로 자기상관이 없었다. 베타계수로 본 독립변수들의 상대적인 영향력은 자아존중감이 가장 크고 다음이 성별, 교우관계, 취업스트레스 순이었다. 모형의 적합도에 대한 F통계량은 32.508로 (p=.000) 유의했고 R2은 .485의 설명력을 보였다(Table 4).

IV. 논의

본 연구는 졸업예정 간호대학생을 대상으로 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질 정도와 관련성을 파악하고 삶의 질에 미치는 요인을 확인하여 간호대학생의 삶의 질을 향상시키기 위한 중재프로그램의 기초자료를 제공하고자 시행되었다.

대상자의 자아존중감은 3.04로(4점 만점) 동일한 동구를 사용하여 간호대학 3학년 학생에게 측정된[14]3.78보다 낮고, 졸업예정 간호·보건계열 대학생에게 측정된[16]3.63보다 낮은 수준이었다. 기존연구에서[16] 자아존중감은 취업 병원의 수준에 따라 유의한 결과를 보였는데 본 연구의 설문 조사 시기가 수도

권의 상급 종합병원 지원 결과가 나오는 시기로 합격하지 못한 다수의 학생들에서 자아존중감이 낮아져 비교 연구들보다 훨씬 낮은 점수가 측정되었다고 추측해 볼 수 있다. 취업 결과로 인해 자아존중감이 많이 떨어진 학생들에게는 취업의 기회는 여러 번 주어질 수 있음을 알려주고 해낼 수 있다는 자신감을 갖도록 지속적인 격려와 지도가 필요하다.

외모만족도는 3.67로 간호대학생 4학년을 대상으로 도구는 다르지만 5점 척도로 측정된[18] 2.93보다 높고, 간호대학생 4학년의 성별에 따라 측정된 연구에서[8] 남자 3.24, 여자 2.89보다 높았으며, 간호대학생 전체 학년을 대상으로 측정된 2.75점보다 높았다. 사람을 평가하는 기준에서 외모를 중시하는 우리나라의 사회풍조로 인해 취업 전까지 면접에 부합하는 이미지를 만들기 위해[25] 일찍부터 외모를 관리하는 학생들이 많았을 것으로 추측할 수 있으며 따라서 학생들 스스로가 관리하기 이전의 외모에 비해 현재의 모습에 높은 만족감을 보였을 것으로 사료된다.

취업스트레스는 2.72로 간호보건계열 4학년 학생들을 대상으로 도구는 다르지만 5점 척도를 사용하여 측정된[16] 2.79와는 비슷한 결과였고, 간호대학생 4학년을 대상으로 측정된 [18]2.23, [19]2.51보다는 약간 높은 수준이었다. 간호대학생의 취업과 관련해서는 대학이 위치하고 있는 지역적 특성 및 보건 인프라, 대학 특성을 고려해야 하는데[21], 본 연구 대상자가 소재하는 지방대학의 경우 서울·경기 소재 대학에 비해 수도권의 대형병원 취업이 불리할 수 있다는 생각에 취업스트레스를 많이 느낄 수 있었다고 본다. 간호학과 재학생의 70%이상에서 대형병원을 선호하고 있지만[6] 본인의 성적, 외부 환경 등을 고려해 현실적으로 취업 가능한 병원을 선택하도록 관련된 취업 정보를 알려주고 필요한 준비사항을 점검하는 등 맞춤형 진로교육을 통해 학생들의 취업 스트레스를 낮추고 심리적인 안정 상태를 유지하도록 돕는 전략이 필요하다.

삶의 질은 3.46으로 다른 도구를 사용하여 간호대학생을 측정된 [13]3.54, [17]3.41, [22]3.20과 비슷하거나 약간 높은 수준이었다. 대상자의 일반적인 특성에 따른 삶의 질은 남성인 경우, 종교가 없는 경우, 학과 만족도가 낮은 경우보다 보통 또는 높은 경우, 교우관계가 좋지 않은 경우보다 보통 또는 높은 경우, 건강상태가 좋은 경우, 집안의 경제 상태가 좋지 않은 경우보다 보통 또는 높은 경우에서 통계적으로 유의하였다. 간호대학생의 스트레스, 우울, 삶의 질을 변수로 본 연구에서는[17] 경제상태, 건강상태, 학업성적, 전공만족도, 대인관계 등에서 삶의 질이 유의한 차이를 보여 본 연구결과와 유사했다. 또한 간호대학생 3학년을 대상으로 삶의 질을 살펴본 연구에서는[14] 건강상태가 좋은 경우와 전공만족도가 높은 경우 통계적으로 유의하였으며, 생활스트레스와 삶의 질을 살펴본 연구에서는 [13] 대학생활 만족도가 높은 경우와 음주를 하는 경우 통계적으로 유의하여 본 연구 결과와 부분적으로 동일했다. 다만 본 연구에서는 종교가 없는 경우 삶의 질이 유의하게 높았는데, 이는 비교한 연구들과 시기, 대상자의 차이로 인한 결과로 해석할 수 있다. 졸업예정 대학생들이 취업 시기의 스트레스를 풀기 위

한 유희 행동에서 종교적인 제약을 받지 않아 그만큼 삶의 질이 높게 평가되지 않았을까 추측할 수 있다. 그러나 삶의 질을 살펴본 연구들에서 종교를 일반적 특성으로 넣지 않은 경우도 많아 변수관련성에 대해서는 추가적인 연구가 필요함을 제언한다.

자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질의 상관관계를 살펴본 결과 자아존중감은 외모만족도, 삶의 질과 유의한 양의 상관관계를 보였고 취업스트레스와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 간호대학생의 스트레스, 우울, 삶의 질의 상관관계 연구에서도[17] 삶의 질과 스트레스는 유의한 부적 상관관계가 있었고, 스트레스와 삶의 질, 자아존중감의 관계에서도 [14] 자아존중감은 삶의 질과 정적인 상관관계를, 스트레스는 삶의 질과 부적 상관관계를 보여 본 연구결과를 지지하였다. 또한, 외모만족도는 취업스트레스와 유의한 음의 상관관계를 보였고 삶의 질과 유의한 양의 상관관계를 보였으며 취업스트레스는 삶의 질과 유의한 음의 상관관계를 보였다. 이는 4학년 간호대학생의 외모만족이 취업스트레스와 부적 상관관계를 보인 결과와 동일하였다[17].

졸업예정 간호대학생의 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위한 회귀분석 결과 자아존중감의 영향력이 가장 컸으며 성별, 교우관계, 취업스트레스 순이었음을 확인할 수 있었다. 간호대학생 3학년을 대상으로 지각된 스트레스와 삶의 질을 본 연구에서는[14] 건강상태와 전공만족이 삶의 질에 유의한 영향을 미치며 지각된 스트레스는 삶의 질에 직접 효과를, 자아존중감은 삶의 질에 간접 매개효과를 가진다고 하여 본 연구와 유사한 결과를 보였다. 또한 간호학과 학생들의 삶의 질에 영향을 미치는 변수로 학업스트레스, 건강상태, 취업 스트레스를 보였던 결과와도[13] 유사하였다.

자아존중감은 자신에 대한 평가와 타인으로부터 받는 평가에 영향을 받아 형성되며 특히 주변 또래의 영향을 많이 받는 시기에 더욱 주요한 변인으로 작용하므로[23] 주위 시선에 민감한 시기인 대학생들에게 중요한 내적 자원이라고 할 수 있다. 자아존중감은 단기적으로 형성될 수 있는 부분이 아니라 성장과정 또는 교육과정 안에서 서서히 내재화 된다[21]. 자신의 강점을 인식하고 스스로에 대해 긍정적인 평가를 할 수 있도록 학교 또는 지역사회 자원을 활용한 상담 프로그램 등이 도움이 되며 가족, 지도교수의 관심과 지지가 있다면 한층 도움이 될 것이라 사료된다.

남학생의 경우 여학생보다 삶의 질이 좋았으며, 남학생이 여학생에 비해 동일한 환경, 동일한 심리상태에서 더 긍정적인 평가를 내린다고[23] 알려진 반면, 여학생들이 좀 더 정서적으로 예민하여 민감하게 받아들인 결과라고 본다.

교우관계는 학교에서 겪는 일종의 사회생활이며 대인관계로, 학과 구성원들간의 상호관계가 잘 이루어져야 대학생들이 원만하고 긍정적인 사고를 가진다고 하였다[24]. 이러한 관계속에서 경험하게 되는 만족 또는 불만족의 감정들은 결국 삶의 질과 직결되므로 평상시 학과 구성원들과의 생활이 어떤지 세심한 관찰과 면담이 필요하다.

취업스트레스는 학년이 올라갈수록 정도가 심해지며 긍정적으로 해결되지 못하면 본인의 직업에 대해서도 부정적인 시각을 가질 수 있다[19]. 졸업학년이 되어 과도한 스트레스를 받지 않도록 미리 대학 입학 시기부터 학교 또는 학과차원에서 체계적인 준비과정들을 지원해주는 것이 필요하다. 선행 연구결과들에서[14, 17] 스트레스는 삶의 질을 설명하는 강력한 변인이었으나 취업스트레스는 졸업예정 대학생의 삶의 질을 설명하는데 영향력이 아주 크지는 않았다. 스트레스는 외부적인 자극에 의해 감정적, 신체적으로 어려움을 느끼는 것으로[16] 정확히 하나의 원인으로 설명하기보다는 복합적인 문제로 발생할 수 있어 4학년 학생들이 단지 취업 자체만을 놓고 삶의 질 전체를 평가하기는 부족한 부분이 있었을 것으로 생각된다.

외모만족도가 삶의 질에 영향을 미치지 않은 것은 최근 여성의 외모와 관련된 기존의 사회적 분위기에 반하는 입장들 또한 팽배해지고 있고 일반적인 미의 기준보다 개성이 더욱 중요하다고 생각하는 의견이 많이 반영된 결과라고 생각한다. 그러나 이 부분에 대해서는 반복연구가 필요함을 제언한다. 결론적으로 졸업예정 간호대학생의 삶의 질을 증진시키기 위해서는 자아존중감을 높여주고 교우관계가 원만하게 유지될 수 있도록 하며 한편으로는 취업스트레스를 낮춰줄 수 있는 중재프로그램을 계획하고 적용하는 것이 필요하다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 졸업예정 간호대학생의 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질 정도와 상관관계를 확인하고 삶의 질에 영향을 주는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구결과, 일반적 특성에 따른 삶의 질은 성별, 종교, 학과만족도, 교우관계, 건강상태, 집안의 경제 상태에서 통계적으로 유의하였다. 졸업예정 간호대학생의 자아존중감은 3.04, 외모만족도는 3.67, 취업스트레스는 2.72, 삶의 질은 3.46 이었다. 자아존중감, 외모만족도, 취업스트레스, 삶의 질의 관련성을 확인한 결과 자아존중감은 외모만족도, 삶의 질과 유의한 양의 상관관계를, 취업 스트레스와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 외모만족도는 취업스트레스와 유의한 음의 상관관계를 보였고 삶의 질과 유의한 양의 상관관계를 보였으며 취업스트레스는 삶의 질과 유의한 음의 상관관계를 보였다.

삶의 질에 영향을 미치는 요인은 자아존중감이 가장 크고 성별, 교우관계, 취업스트레스 순이었으며 .485설명력을 보였다. 본 연구는 일개 지역의 간호대학생만을 대상으로 하였으므로 결과를 일반화하는데 한계가 있어 신중한 해석이 요구된다. 추후연구로 졸업예정 간호대학생의 삶의 질과 관련된 다양한 변수들의 측정과 요인규명을 제언하며, 본 연구는 졸업예정 간호대학생의 삶의 질을 향상시키기 위한 프로그램의 기초자료를 제공했다는 점에서 의의가 있다.

감사의 글

본 연구는 2019년도 광주대학교의 학술지원에 의하여 이루어진 연구로서, 관계부처에 감사드립니다.

참고문헌

- [1] W. J. Back, T. S. Suh, "A study on the impact of the quality of life on suicide ideation in the elderly," *Journal of Korean Academy of Health and Welfare for Elderly*, Vol. 2, No. 2, pp. 15-33, 2010.
- [2] O. Hwangbo, Y. J. Park, "The analysis on the causal model physically disabled women's social support, social integration and quality of life," *Journal of Rehabilitation Research*, Vol.14, pp. 299-324, 2010.
- [3] C. Cibbons, M. Dempster, M. Moutra, "Index of sources of stress in nursing students: A confirmatory factor analysis," *Journal of Advanced Nursing*, Vol. 65, No. 2, pp. 1095-1102, 2009.
- [4] S. C. Choi, E. K. Byun, "Factors influencing academic stress for the elderly in nursing students," *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 18, No. 4, pp. 2303-2313, 2016.
- [5] J. K. Kim, "A review study on nursing students' stress for improvement of nursing education," *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 20, No. 1, pp. 47-59, 2014.
- [6] M. H. Choi, J. H. Kim, E. S. Nam, Y. M. Lee, J. H. Hwang, M. K. Lee, S. J. Yoon, H. J. Park, "Factors affecting job-seeking stress in nursing students," *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, Vol. 24, No. 2, pp. 122-131, 2015.
- [7] J. Y. Hwang, J. H. Park, "A structural analysis of relations among the variables related to career preparation behavior for college student," *Korean Society for the Study of Vocational Education*, Vol. 34, No. 2, pp. 135-150, 2015.
- [8] M. Y. Park, T. H. Kim, "A study on self-esteem appearance satisfaction, appearance complex, employment anxiety, employment stress in nursing college students," *The Journal of Korean Nursing Research*, Vol. 2, No. 3, pp. 37-46, 2018.
- [9] M. K. Cho, E. J. Choi, J. W. Lee, Y. N. Lee, J. Y. Chae, "Correlations in appearance, job-seeking stress and job seeking anxiety in undergraduates according to gender differences," *Perspectives in Nursing Science*, Vol. 10, pp. 141-150, 2013.
- [10] S. H. Kim, The relationships among appearance satisfaction, interpersonal relations, self-assertion and academic achievement of high school students, Master's degree, Kangwon University, Chuncheon, 2005.
- [11] S. J. Kim, H. H. Kim, "Impact of appearance satisfaction and ego-resilience on employment stress among dental hygiene students," *Korean Academy of Dental Hygiene Education*, Vol. 14, No. 1, pp. 75-84, 2014.
- [12] M. J. Park, J. H. Kim, M. S. Jung, "Career counseling: a qualitative study on the stress of university students for preparing employment," *Korea Journal of Counseling*, Vol. 10, No. 1, pp. 417-435, 2009.
- [13] S. K. Choi, "Relationship between life stress and quality of life of a nursing students," *Journal of Digital Contents Society*, Vol. 20, No. 4, pp. 807-815, 2019.
- [14] M. S. Kim, G. O. Noh, S. H. Lim, "A study on the mediating effects of self-esteem between perceived stress and quality of life in nursing students," *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 19, No. 4, pp. 2233-2245, 2017.
- [15] K. S. Shin, I. J. Cho, "The effects of job-seeking skills, self-esteem and self-efficacy on job-seeking stress in college students," *Social Science Research*, Vol. 29, No. 3, pp. 143-160, 2013.
- [16] H. S. Jeon, M. R. Lee, "Influence of self-esteem and appearance satisfaction on job-seeking stress in nursing and health care related students," *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 17, No. 12, pp. 643-651, 2016.
- [17] Y. K. Kim, S. H. Kwon, H. G. Son, "The influence of perceived stress, depression, and positive psychological capital on quality of life among nursing students," *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 20, No. 3, pp. 1579-1593, 2018.
- [18] S. H. Choi, "The influence of ego-resilience, appearance satisfaction and career motivation on nursing students' job seeking stress," *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 20, No. 3, pp. 386-393, 2019.
- [19] H. S. Song, S. H. Lim, "Influence of major satisfaction and job-seeking stress carrier preparation behavior in senior nursing student," *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol. 17, No. 14, pp. 21-36, 2017.
- [20] S. H. Han, S. H. Park, "Effecting factors employment stress of nursing students," *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities and Sociology*, Vol. 9, No. 2, pp. 675-686, 2019.
- [21] S. A. Yang, "Convergence analysis of the factors influencing job-seeking stress in nursing students," *Journal of Convergence for Information Technology*, Vol. 7, No. 4, pp. 171-183, 2017.
- [22] B. Y. Park, O. S. Shim, "Predictors of quality of life in nursing students and general college students," *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol. 16, No. 11, pp. 811-830, 2016.

[23] J. H. Jeong, C. N. Son, "Effects of positive psychotherapy on depression self-esteem and optimism of adolescents with school maladjustments", *Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 19, No. 1, pp. 99-117, 2014.

[24] E. A. Cho, The effect of optimism and pessimism on college students' adaptation and affect: achievement goal orientation as a mediating variable, Master's degree, Catholic University, Seoul, 2010

[25] E. H. Lee, "A study on the effect of college students' appearance satisfaction, self-efficacy and interpersonal relationship satisfaction on employment stress, Master's degree, Hanyoung university, Seoul, 2017.



문덕희(Duck-Hee Moon)

2007년 : 전남대학교 대학원 (간호학석사)

2011년 : 전남대학교 대학원 (간호학박사)

2013년~현재 : 광주대학교 간호학과 교수

※ 관심분야 : 여성건강, 삶의 질 등