

# 일부 치위생과 학생의 스트레스 반응이 극복력에 미치는 영향

윤미숙<sup>1</sup>, 정효정<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>신한대학교 치위생학과, <sup>2</sup>연세대학교 치의학대학원 구강내과학교실

## The Effect of Stress Reaction on the Resilience among Dental Hygiene Students

Mi-Suk Yoon<sup>1</sup>, Hyo-Jung Jung<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Dept. of Dental Hygiene, Shinhan University

<sup>2</sup>Dept. of Oral Medicine, Yonsei University Graduate School of Dentistry

**요약** 본 연구는 일부 치위생과 학생이 경험하는 스트레스 반응과 극복력 수준을 파악하고, 스트레스 반응이 극복력에 미치는 영향을 조사하였다. 2016년 7월 11일부터 2016년 7월 29일까지 일부 지역 치위생과 재학생 274명을 대상으로 설문지를 수집하였다. 수집된 자료는 IBM SPSS Statistics ver.21.0 프로그램을 이용하여 descriptive statistics, t-test, One-way ANOVA, Pearson correlation coefficient, multiple regression으로 분석하였다. 연구 결과, 치위생과 학생의 스트레스 반응 수준은 5점 만점 중에 2.59점이고, 극복력 수준은 7점 만점 중에 4.47점이었다. 스트레스 반응과 극복력은 피로, 긴장, 좌절, 분노, 우울, 공격성( $p<0.001$ ), 신체화( $p<0.05$ )에서 유의한 부적 상관관계가 나타났다. 즉, 극복력이 낮을수록 스트레스 반응 정도는 높아진다. 극복력에 영향을 미치는 스트레스 반응의 요인은 우울과 신체화로, 이들 변인은 25.6%( $R^2=0.256$ )의 설명력을 나타냈다. 따라서 치위생과 학생의 극복력을 증진시키기 위해서는 스트레스 반응 수준을 조사하여 우울과 신체화 반응이 높은 학생에 대해서는 더욱 관심을 가지고, 스트레스 반응을 조절하기 위한 노력이 필요하다고 사료된다.

**Abstract** This study examined the stress reaction, resilience levels, and the effects of the stress reaction on the resilience among dental hygiene students. From July 11, 2016 to July 29, 2016, questionnaires were collected from 274 dental hygiene students in several areas. The collected data were analyzed by descriptive statistics, t-test, One-way ANOVA, Pearson correlation coefficient, and multiple regression using SPSS Statistics ver.21.0. The stress reaction level of dental hygiene students was found to be 2.59 out of 5 points and the resilience level was 4.47 out of 7 points. The stress reaction and resilience showed a significant negative correlation in Fatigue, Tension, Frustration, Anger, Depression, Aggression( $p>0.001$ ), and somatization( $p>0.05$ ). In other words, the lower the resilience, the higher the stress reaction. The factors of stress reaction influencing the resilience were depression and somatization, which explained 25.6%( $R^2=0.256$ ). Therefore, to enhance the resilience of dental hygiene students, it is important to investigate the stress reaction and there should be more concern with students who have higher depression and somatization. In addition, efforts to control the stress reaction are needed.

**Keywords** : Dental hygiene students, Resilience, Stress, Stress reaction

### 1. 서론

스트레스라는 용어는 'stringer'라는 라틴어에서 유래된 말로 국어사전에서는 적용하기 어려운 환경에 처할

때 느끼는 심리적·신체적 긴장 상태라고 하였다. 최근 우리를 괴롭히는 질환들에 대한 의학적 인식의 변화에는 스트레스와의 관련성이 언급되고 있으며, 지속적인 스트레스는 무수한 경로로 우리의 신체를 병들게 할 수도 있

\*Corresponding Author : Hyo-Jung Jung (Yonsei Univ.)

Tel: +82-2-2228-8885 email: hjjung@yuhs.ac

Received February 28, 2017

Revised June 8, 2017

Accepted June 9, 2017

Published June 30, 2017

다[1]. 그러나 Lazarus와 Folkman[2]은 스트레스를 어떻게 해결하느냐에 따라 개인의 신체적, 심리적, 사회적 안정에 결정적인 영향을 미친다고 하였다. 또한, Spence 등[3]도 같은 스트레스 상황에서 그 스트레스를 인지하는 각 개인의 대처에 따라 반응적 결과가 달라진다고 하였다.

스트레스는 현대인들의 삶 속에서 연속적인 작용으로 피해 갈 수 없으며, 대학생들 또한 예외는 아니다. 후기 청소년기에서 성인이 된 대학생들은 급작스럽게 맞이한 환경에서 적응이 필요하고, 그 과정에서 다양한 과제들을 직면하게 된다. 특히 우리나라 대학생들은 대학에 입학한 후에야 비로소 진로 및 취업문제로 인한 좌절과 갈등으로 대학생활 적응에서 어려움을 겪는 것으로 보고되어[4], 입시와는 또 다른 스트레스 상황을 경험하게 된다.

치위생과 학생은 다른 전공의 일반 대학생과 비교하여 엄격한 교육과정, 과중한 학습량, 치과위생사 국가시험에 합격해야 한다는 심리적 중압감, 다양한 임상 실습 등 치위생과가 가지고 있는 특수성으로 인해 보다 다양한 스트레스를 경험하게 된다[5]. 더구나 최근 국민들의 삶의 질 향상과 구강건강에 대한 욕구가 증가함에 따라 치과계의 의료 환경이 급속도로 발전하면서 전문직업인으로서의 치과위생사 역할이 강조되고 있다[6]. 따라서 치위생 교육기관은 치과위생사의 역량을 키우기 위해 힘을 쏟고 있으며, 더욱 세분화 된 전문 교육의 실시로 학생의 부담감과 스트레스는 가중될 수밖에 없다. Kang과 Yu[7]의 연구에서 스트레스의 수준이 높을수록 소화장애, 심장증상, 두통, 불면증 등 건강하지 못한 신체적 증상이 높게 조사되었다. 또한, Magnussen과 Amundson [8]은 스트레스가 적절하게 조절되지 않으면 우울 및 불안 등의 정신적 증상으로 학교생활 적응에도 부정적인 영향을 미치게 된다고 하였다. 이러한 상황이 오랫동안 지속되면 자신감이 위축되고, 학업을 중단하거나 포기하는 등 대학생활에 있어 큰 지장을 초래할 수 있기 때문에 치위생과 학생이 스트레스를 경험할 때 나타나는 신체적·심리적인 스트레스 반응을 파악해 보는 것이 필요하다.

스트레스에 대한 반응은 스트레스를 발생시키는 요인 그 자체보다 각자가 느끼는 지각과 대처방법에 따라 개인차가 나타난다. Garmezy[9]는 어려움을 겪고 있는 상황에서 개인의 특성과 능력에 따라 극복이 가능하며, 스

트레스 이전의 적응 수준으로 복귀할 수 있는 힘이냐 긍정적인 결과를 가져오게 하는 심리 사회적 능력을 극복력(resilience)이라고 하였다. 극복력이란 삶의 과정 가운데 어려운 상황이나 역경, 스트레스, 고통 등을 이겨냄과 진화하여 앞으로 나아가는 능력으로 스트레스의 부정적 효과를 완충시키고, 적응을 증진시키는 정서적 활기 또는 긍정적인 성격 특성이다[10]. 극복력의 강화는 스트레스 상황에 적응하면서 회복할 수 있도록 유도하는 역동적인 과정[11]으로 치위생과 학생의 극복력 수준을 강화시켜 줄 수 있다면 스트레스 반응으로 나타나는 부정적인 문제 발생을 사전에 방지하여 대학생활을 지속적으로 영위해 나갈 수 있는 원동력이 될 것이다.

그동안 치위생과 학생의 스트레스와 관련된 여러 선행연구들을 살펴보면 주로 스트레스의 원인이 되는 요인 [12-13]과 임상실습 스트레스[14-15]에 초점이 맞추어져 있었다. 스트레스를 조절하기 위한 대처 방안으로는 자기통제력[16], 자기효능감[17] 등이 연구되었으나 이들이 경험하고 있는 스트레스의 반응 수준과 극복력에 대해서 조사한 연구는 없었다. 이에 본 연구에서는 일부 치위생과 학생들에게 나타나는 스트레스 반응과 수준을 조사하고, 스트레스 반응이 극복력에 미치는 영향을 파악하여 스트레스 반응의 조절과 극복력 증진을 위한 방안 및 전략을 제공하고자 하였다.

## 2. 연구대상 및 방법

### 2.1 연구대상

본 연구는 경기, 충남, 경남 등에 위치한 3년제 일부 치위생과 재학생을 대상으로 편의표본 추출하였고, 2016년 7월 11일부터 2016년 7월 29일까지 자료를 수집하였다. 설문지는 자기 기입 방식으로 이루어졌으며, 연구목적과 설문지 작성요령 및 유의사항에 대해 설명하고, 동의를 받아 300부의 설문지를 배부하였다. 설문 종료 후 287부의 설문지가 수거되었고, 미완성되었거나 응답이 불성실한 13부를 제외한 274부의 설문지를 최종 자료로 사용하였다. 본 조사는 신한대학교 생명윤리심의위원회의 심의면제 승인을 받은 후 분석을 실시하였다 (SHIRB-201606-HR-005-02).

## 2.2 연구방법

### 2.2.1 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 연령, 성별, 학년, 종교, 지원 동기, 전공만족도, 학교성적, 경제상태, 건강상태, 대인관계로 10문항으로 구성하였다. 전공만족도, 경제상태, 건강상태, 대인관계는 주관적 인지도로 본인이 지각하고 있는 상태를 말한다.

### 2.2.2 스트레스 반응

스트레스 반응을 측정하기 위한 도구로 Koh 등[18]이 개발한 감정적, 신체적, 인지적, 행동적 반응들이 포함된 스트레스 반응 척도를 사용하였다. 설문 문항은 총 39문항으로 긴장(6문항), 공격성(4문항), 신체화(3문항), 분노(6문항), 우울(8문항), 피로(5문항), 좌절(7문항)로 총 7개의 하위척도로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 점수가 높을수록 스트레스 반응 정도가 높음을 의미하며, 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach  $\alpha=0.97$ 로 측정되었다.

### 2.2.3 극복력

극복력을 측정하기 위한 도구로 Wangnild, Young [19]이 개발하고, Song[20]이 번역한 RS(Resilience Scale) 척도를 사용하였다. 설문 문항은 총 25문항으로 개인의 유능성에 관한 17문항과 삶의 수용에 관한 8문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert 7점 척도로 ‘동의하지 않는다’ 1점에서 ‘동의한다’ 7점으로 점수가 높을수록 극복력이 높음을 의미하며, 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach  $\alpha=0.91$ 로 측정되었다.

## 2.3 분석방법

수집된 자료는 SPSS Statistics ver. 21.0 for Windows (IBM Co. Armonk, NY, USA) 프로그램을 이용하였으며, 일반적 특성은 빈도와 백분율을 산출하였다. 대상자의 스트레스 반응과 극복력은 t-test와 One-way ANOVA를 시행하였으며, Duncan test로 사후검증 하였다. 스트레스 반응과 극복력과의 관계를 알아보기 위해서 Pearson's correlation coefficient를 이용한 상관관계분석을 시행하였고, 스트레스 반응이 극복력에 미치는 영향은 다중회귀분석을 시행하였다.

## 3. 결과

### 3.1 일반적 특성

연구 대상자의 일반적 특성에서 연령은 22세 이상이 41.6%(114명)로 많았고, 성별은 여학생이 94.2%(258명)로 대부분을 차지했다. 학년은 3학년이 43.4%(119명), 종교는 없음이 65.3%(179명), 치위생과 지원동기는 취업률이 높아서가 39.4%(108명)로 많았다. 치위생과 전공만족도는 45.9%(126명)가 만족하였다. 학교성적은 중위권이 40.9%(112명), 경제상태는 보통이 61.3%(168명), 건강상태는 보통이 75.6%(207명), 대인관계는 좋음이 85.4%(234명)로 많았다[Table 1].

Table 1. General characteristics of the study subjects

|                         | Category                            | N (%)       |
|-------------------------|-------------------------------------|-------------|
| Age (y)                 | ≤20                                 | 110 (40.2)  |
|                         | 21                                  | 50 (18.2)   |
|                         | ≥22                                 | 114 (41.6)  |
| Gender                  | Male                                | 16 (5.8)    |
|                         | Female                              | 258 (94.2)  |
| Grade                   | 1                                   | 113 (41.3)  |
|                         | 2                                   | 42 (15.3)   |
|                         | 3                                   | 119 (43.4)  |
| Religion                | Yes                                 | 95 (34.7)   |
|                         | No                                  | 179 (65.3)  |
| Reason for application  | Taking into account the achievement | 25 (9.1)    |
|                         | The advice of those around one      | 56 (20.4)   |
|                         | High employment rate                | 108 (39.4)  |
|                         | Aptitudes and interests             | 38 (13.9)   |
|                         | Because the profession              | 38 (13.9)   |
|                         | Etc.                                | 9 (3.3)     |
| Department Satisfaction | Satisfaction                        | 126 (45.9)  |
|                         | Normal                              | 120 (43.8)  |
|                         | Dissatisfaction                     | 28 (10.3)   |
| Academic achievement    | Above average                       | 55 (20.1)   |
|                         | Average                             | 112 (40.9)  |
|                         | Lower than average                  | 107 (39.0)  |
| Economic status         | High                                | 54 (19.7)   |
|                         | Middle                              | 168 (61.3)  |
|                         | Low                                 | 52 (19.0)   |
| Health status           | Healthy                             | 53 (19.3)   |
|                         | Moderate                            | 207 (75.6)  |
|                         | Unhealthy                           | 14 (5.1)    |
| Interpersonal relations | Very good                           | 34 (12.4)   |
|                         | Good                                | 234 (85.4)  |
|                         | Normal                              | 6 (2.2)     |
| Total                   |                                     | 274 (100.0) |

### 3.2 스트레스 반응과 극복력 수준

연구 대상자가 경험한 스트레스 반응은 5점 만점 중 평균이 2.59점으로 나타났다. 7개의 하위영역 중에서 피로가 3.01점으로 가장 높았고, 좌절 2.85점, 신체화 2.58점, 우울 2.46점, 긴장과 분노 2.44점 순으로 나타났으며, 공격성이 2.09점으로 가장 낮았다. 연구 대상자의 극복력은 7점 만점 중 평균이 4.47점으로 나타났다. ‘개인의 유능성’은 4.57점으로 ‘자신의 삶의 수용’ 4.25점 보다 높았다[Table 2].

### 3.3 일반적 특성에 따른 스트레스 반응과 극복력

연구 대상자의 종교와 지원동기에 따른 스트레스 반응은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 연령(F3.14, p<0.05), 학년(F=3.95, p<0.05), 전공만족도(F=8.09, p<0.001), 학업성적(F=3.31, p<0.05), 경제상태(F=10.19, p<0.001), 건강상태(F=6.87, p<0.01), 대인관

Table 2. Stress reaction and resilience levels

| Category                  | Mean | S.D. |
|---------------------------|------|------|
| Fatigue                   | 3.01 | 0.83 |
| Tension                   | 2.44 | 0.84 |
| Frustration               | 2.85 | 0.91 |
| Anger                     | 2.44 | 0.82 |
| Depression                | 2.46 | 0.81 |
| Somatization              | 2.58 | 0.96 |
| Aggression                | 2.09 | 0.89 |
| Stress reaction           | 2.59 | 0.75 |
| Personal competence       | 4.57 | 0.79 |
| Acceptance of their lives | 4.25 | 0.79 |
| Resilience                | 4.47 | 0.74 |

계(F=5.64, p<0.01)에 따른 스트레스 반응은 유의한 차이가 나타났다. 연령이 22세 이상인 학생에서 스트레스 반응이 가장 높았고, 학년이 높은 학생일수록, 전공에 대해 불만족하는 학생일수록, 학업성적이 하위권인 학생일

Table 3. Stress reaction and Resilience by General Characteristics

| Category                | Stress reaction                          |      |      |      |          |        | Resilience |      |       |          |        |   |
|-------------------------|--|------|------|------|----------|--------|------------|------|-------|----------|--------|---|
|                         | N  | Mean | S.D. | t(F) | p        | Duncan | Mean       | S.D. | t(F)  | p        | Duncan |   |
| Age (y)                 | ≤20                                      | 110  | 2.50 | 0.66 | 3.14*    | 0.045  | 4.47       | 0.69 | 0.19  | 0.832    |        |   |
|                         | 21                                       | 50   | 2.48 | 0.83 |          |        | 4.40       | 0.64 |       |          |        |   |
|                         | ≥22                                      | 114  | 2.72 | 0.79 |          |        | 4.48       | 0.83 |       |          |        |   |
| Grade                   | 1  | 113  | 2.47 | 0.67 | 3.95*    | 0.020  | 4.50       | 0.70 | 0.31  | 0.732    |        |   |
|                         | 2  | 42   | 2.51 | 0.82 |          |        | 4.47       | 0.72 |       |          |        |   |
|                         | 3  | 119  | 2.73 | 0.78 |          |        | 4.43       | 0.79 |       |          |        |   |
| Religion                | Yes                                      | 95   | 2.62 | 0.67 | 0.48     | 0.633  | 4.60       | 0.72 | 2.29* | 0.023    |        |   |
|                         | No                                       | 179  | 2.57 | 0.80 |          |        | 4.39       | 0.74 |       |          |        |   |
| Reason for application  | The advice of those around one           | 56   | 2.65 | 0.70 | 1.49     | 0.204  | 4.40       | 0.79 | 1.67  | 0.158    |        |   |
|                         | High employment rate                     | 108  | 2.66 | 0.81 |          |        | 4.38       | 0.68 |       |          |        |   |
|                         | Aptitudes and interests                  | 38   | 2.38 | 0.61 |          |        | 4.69       | 0.63 |       |          |        |   |
|                         | Because the profession                   | 38   | 2.44 | 0.81 |          |        | 4.61       | 0.78 |       |          |        |   |
|                         | Taking into account the achievement/Etc. | 34   | 2.62 | 0.72 |          |        | 4.43       | 0.89 |       |          |        |   |
| Department Satisfaction | Satisfaction                             | 126  | 2.44 | 0.77 | 8.09***  | 0.000  | A          | 4.71 | 0.65  | 14.69*** | 0.000  | B |
|                         | Normal                                   | 120  | 2.64 | 0.70 |          |        | B          | 4.30 | 0.72  |          |        | A |
|                         | Dissatisfaction                          | 28   | 3.02 | 0.73 |          |        | C          | 4.09 | 0.87  |          |        | A |
| Academic achievement    | Above average                            | 55   | 2.48 | 0.76 | 3.31*    | 0.038  | A          | 4.71 | 0.71  | 11.41*** | 0.000  | B |
|                         | Average                                  | 112  | 2.50 | 0.71 |          |        | B          | 4.58 | 0.66  |          |        | B |
|                         | Lower than average                       | 107  | 2.73 | 0.77 |          |        | C          | 4.21 | 0.77  |          |        | A |
| Economic status         | High                                     | 54   | 2.48 | 0.72 | 10.19*** | 0.000  | A          | 4.60 | 0.84  | 5.05**   | 0.007  | B |
|                         | Middle                                   | 168  | 2.49 | 0.73 |          |        | A          | 4.51 | 0.67  |          |        | B |
|                         | Low                                      | 52   | 3.00 | 0.72 |          |        | B          | 4.18 | 0.81  |          |        | A |
| Health status           | Healthy                                  | 53   | 2.40 | 0.76 | 6.87**   | 0.001  | A          | 4.57 | 0.70  | 3.67*    | 0.027  | B |
|                         | Normal                                   | 138  | 2.51 | 0.74 |          |        | B          | 4.53 | 0.72  |          |        | B |
|                         | Unhealthy                                | 83   | 2.83 | 0.71 |          |        | C          | 4.28 | 0.78  |          |        | A |
| Interpersonal relations | Very good                                | 34   | 2.27 | 0.84 | 5.64**   | 0.004  | A          | 4.69 | 0.78  | 7.57**   | 0.001  | B |
|                         | Good                                     | 145  | 2.55 | 0.71 |          |        | B          | 4.56 | 0.64  |          |        | B |
|                         | Normal                                   | 95   | 2.75 | 0.74 |          |        | C          | 4.24 | 0.82  |          |        | A |
| Total                   |  | 274  | 2.59 | 0.75 |          |        |            | 4.47 | 0.74  |          |        |   |

\* p<0.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<0.001

수록, 경제상태가 부족한 편인 학생일수록, 건강상태와 대인관계가 보통 이하인 학생일수록 스트레스 반응이 높았다.

연구 대상자의 연령, 학년, 지원동기에 따른 극복력은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 종교(F=2.29, p<0.05), 전공만족도(F=14.69, p<0.001), 학업 성적(F=11.41, p<0.001), 경제상태(F=5.05, p<0.01), 건강상태(F=3.67, p<0.05), 대인관계(F=7.57, p<0.01)에 따른 극복력은 유의한 차이가 나타났다. 종교가 있는 학생과 전공에 대해 만족하는 학생일수록, 학업성적이 상위권인 학생일수록, 경제상태가 여유가 있는 편인 학생일수록, 건강상태가 매우 건강한 학생일수록, 대인관계가 매우 좋은 학생일수록 극복력이 높았다[Table 3].

### 3.4 스트레스 반응과 극복력의 상관관계

연구 대상자의 스트레스 반응과 극복력의 관계를 알아보기 위해서 Pearson's correlation coefficient를 이용하여 분석하였다. 그 결과, 피로, 긴장, 좌절, 분노, 우울, 공격성에서 통계적으로 유의한 부적 상관관계가 나타났다(p<0.05, p<0.001). 즉, 개인의 유능성과 자신의 삶의 수용, 스트레스에 대한 극복력이 낮을수록 피로, 긴장, 좌절, 분노, 우울, 공격성에 대한 스트레스 반응이 높아지는 것을 의미한다. 다만 신체화 반응에서는 개인의 유능성과 스트레스에 대한 극복력이 통계적으로 유의한 부적 상관관계가 나타났고(p<0.05), 자신의 삶의 수용과는 유의한 상관관계를 보이지 않았다[Table 4].

Table 4. Correlation between stress reaction and resilience

| Category        | Personal competence  | Acceptance of their lives | Resilience           |
|-----------------|----------------------|---------------------------|----------------------|
| Fatigue         | -0.299***<br>(0.000) | -0.364***<br>(0.000)      | -0.339***<br>(0.000) |
| Tension         | -0.337***<br>(0.000) | -0.324*<br>(0.026)        | -0.353***<br>(0.000) |
| Frustration     | -0.311***<br>(0.000) | -0.317***<br>(0.000)      | -0.332***<br>(0.000) |
| Anger           | -0.319***<br>(0.000) | -0.344***<br>(0.000)      | -0.347***<br>(0.000) |
| Depression      | -0.440***<br>(0.000) | -0.451***<br>(0.000)      | -0.471***<br>(0.000) |
| Somatization    | -0.139*<br>(0.021)   | -0.065<br>(0.000)         | -0.122*<br>(0.043)   |
| Aggression      | -0.329***<br>(0.000) | -0.324***<br>(0.000)      | -0.347***<br>(0.000) |
| Stress reaction | -0.374***<br>(0.000) | -0.382***<br>(0.000)      | -0.399***<br>(0.000) |

\* p<0.05, \*\*\* p<0.001

### 3.5 극복력에 영향을 미치는 요인

연구 대상자의 극복력에 미치는 스트레스 반응의 하위영역을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 우울(p<0.001), 신체화(p<0.01)가 부적으로 유의한 영향을 미쳤다. 따라서 치위생과 학생들의 극복력이 낮을수록 우울과 신체화 반응이 높았고, 우울( $\beta=-0.521$ )은 신체화( $\beta=-0.223$ )보다 극복력에 큰 영향을 미쳤다. 스트레스 반응이 극복력에 미치는 요인들의 적합모형 유의성을 나타내는 F통계량은 13.049이고, 25.6% ( $R^2=0.256$ )의 설명력을 나타냈다[Table 5].

Table 5. Influential Factors for resilience

| Category       | Resilience        |         |           |       |
|----------------|-------------------|---------|-----------|-------|
|                | b                 | $\beta$ | t         | p     |
| Fatigue        | -0.059            | -0.066  | -0.644    | 0.520 |
| Tension        | -0.075            | -0.085  | -0.804    | 0.422 |
| Frustration    | 0.103             | 0.126   | 1.007     | 0.315 |
| Anger          | -0.039            | -0.043  | -0.386    | 0.700 |
| Depression     | -0.478            | -0.521  | -4.496*** | 0.000 |
| Somatization   | -0.172            | -0.223  | -2.937**  | 0.004 |
| Aggression     | -0.030            | -0.036  | -0.438    | 0.662 |
| constant       | 5.950             |         | 30.394*** | 0.000 |
| R <sup>2</sup> | 0.256             |         |           |       |
| F (p)          | 13.049*** (0.000) |         |           |       |

\*\* p<0.01, \*\*\* p<0.001

## 4. 고찰

본 연구는 일부 치위생과 학생의 스트레스 반응과 극복력의 수준을 파악하고, 스트레스 반응이 극복력에 미치는 영향을 조사하여 극복력의 증진 방안과 활용을 위한 기초근거를 마련하고자 시행하였다.

치위생과 학생의 스트레스 반응은 5점 만점에 평균 2.59점이었다. 각 하위영역의 평균점수는 피로가 가장 높았으며, 좌절, 신체화, 우울, 분노 순서였다. 간호대학생을 대상으로 한 Park[21]의 연구에서 스트레스 반응은 4점 만점에 평균 1.47점이었고, 각 하위 영역은 피로, 좌절, 신체화, 분노 순서였다. 본 연구와 비교하여 스트레스 반응으로 나타나는 순위는 비슷하였지만 치위생과 학생의 스트레스 반응이 더 높은 수준으로 스트레스 반응에 대한 조절이 필요하다. Han과 Lee[22]는 스트레스에 의한 피로는 학습에 대한 흥미와 의욕을 저하시키는데 그 강도가 너무 높거나 빈도가 잦고, 기간이 길어지면 부적응 상태가 되어 신체적 정신적 건강문제까지 일

으킬 수 있으며, 불만과 실패감, 불안과 긴장, 좌절과 우울을 느낀다고 하였다. 따라서 학생들에게 충분한 휴식과 영양공급 등을 통해서 피로를 회복시켜 주는 것이 중요하다.

치위생과 학생의 극복력은 7점 만점에 평균 4.47점이었다. ‘개인의 유능성’이 4.57점, ‘자신의 삶의 수용’이 4.25점이었다. 보건계열 학생을 대상으로 한 Choi 등[23]의 연구에서 극복력은 평균 4.49점으로 본 연구와 거의 비슷한 수준이었다. 일반 대학생을 대상으로 한 Park과 Kwon[24]의 연구에서는 평균 4.7점으로 치위생과 학생의 극복력이 상대적으로 낮다는 것을 알 수 있었다. Kim과 Yoo[25]는 극복력이 높을수록 자신과 주변에 대한 긍정적인 생각을 바탕으로 적절한 자아통제 수준을 유지할 수 있으며, 주변의 지지체계를 잘 파악하여 스트레스가 증가되는 상황에서도 영향을 덜 받고, 반응을 적게 한다고 하였다. 또한 자신의 유능감이나 수용으로 스트레스에 대한 반응을 조절하여 적응을 잘하게 된다. 반대로 극복력이 낮은 경우에는 스트레스에 대한 반응의 악영향으로 신체적·정신적 질병까지 일으킬 수 있으며, 부적응 양상을 보이게 된다. 따라서 치위생과 학생이 스트레스 및 반응으로 어려운 상황을 경험하는 과정에서 긍정적인 마인드로 유연하게 대처할 수 있도록 극복력을 증진시켜주는 것이 필요하다.

일반적 특성에 따른 스트레스 반응은 연령, 학년, 전공만족도, 학업성적, 경제상태, 건강상태, 대인관계에서 유의한 차이가 나타났다. 연령이 많고, 학년이 높고, 전공만족도와 학업성적이 낮고, 경제상태, 건강상태, 대인관계가 좋지 못한 학생일수록 스트레스의 반응은 높았다. 이러한 결과는 연령과 학년에 따라 느끼는 사회적 압박감이나 스트레스가 다르다는 것을 시사한다. 특히, 치위생과 학생의 교육과정 특성상 학년이 높아질수록 학업과 임상실습의 병행, 치과위생사 국가고시에 대한 압박감, 취업에 대한 두려움과 고민 등의 다양한 스트레스 요인이 작용하기 때문에 치위생과 학생들을 대상으로 상담 및 지도를 할 때에는 학년별 특성을 고려하여 접근하는 것이 필요하다고 사료된다. 일반적 특성에 따른 극복력은 종교, 전공만족도, 학업성적, 경제상태, 건강상태, 대인관계에서 유의한 차이가 나타났다. 종교가 있고, 전공만족도와 학업성적이 높고, 경제상태, 건강상태, 대인관계가 좋은 학생일수록 극복력이 높았다. Lee[26] 등의 연구에서 극복력은 학년, 전공만족도, 건강상태, 대인관

계, 희망진로가 관련요인으로 본 연구와는 약간의 차이가 있었고, 일반적인 특성에 따른 스트레스 반응과 극복력에 대한 결과를 일반화시키기 위해서는 앞으로도 반복적인 연구가 시행되어야 한다.

치위생과 학생의 스트레스 반응과 극복력의 관계는 유의한 부적 상관관계가 나타났다. 즉, 치위생과 학생의 극복력이 낮을수록 스트레스 반응 정도는 높아졌으며, 스트레스를 극복하고자 노력하는 대처 방식에 따라 스트레스에 대한 반응이 달라질 수 있다는 것을 의미한다. 우리가 삶을 살아가는 과정에서 스트레스 요인으로부터 완전히 벗어나는 것은 불가능하기 때문에 스트레스의 반응을 조절해 주는 것이 중요하다. 그러므로 본 연구에서는 스트레스 이전의 상태로 회복하려는 극복력의 긍정적인 특성을 스트레스 반응을 조절하기 위한 방안의 하나로 초점을 맞추었다. Kim[27]은 극복력이 시간과 상황에 따라 변화되며, 후천적으로 육성될 수 있는 특성이 있다고 하였다. 따라서 예방적인 차원의 극복력 향상 프로그램을 개발하여 운영한다면 치위생과 학생들의 스트레스 반응을 감소시켜 주는데 기여할 수 있을 것이라고 사료된다.

치위생과 학생의 극복력에 영향을 미치는 스트레스 반응의 하위영역을 알아보기 위해서 다중회귀분석을 실시한 결과, 우울과 신체화가 부적으로 유의한 영향을 미쳤다. 따라서 극복력이 낮을수록 우울과 신체화 반응이 높게 나타났고, 우울이 극복력에 더 큰 영향을 미쳤다. 우울이란 정상적인 기분 변화에서부터 병적인 상태를 이르는 근심, 침울감, 무기력감 및 무가치감을 나타내는 상태다[28]. Kim과 Yoo[29]의 연구에서 우울과 극복력은 높은 상관관계를 나타냈고, 우울 정도가 높을수록 극복력이 낮게 나타남에 따라 우울정도가 극복력에 영향을 주는 중요한 변수임을 알 수 있었다. 또한, Yoo[30]의 연구에서 적응에 중요한 역할을 하는 매개 변수인 극복력이 높을수록 우울이 낮아지는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지하였다. 따라서 치위생과 학생의 극복력 향상 프로그램을 도입하기 위해서는 스트레스 반응에 대한 파악을 우선적으로 시행해야 한다고 사료되며, 극복력에 부정적인 영향을 주는 우울과 신체화 반응 요인이 높은 학생에 대해서는 더욱 관심을 가지고, 각 개인별 특성을 반영한 체계적인 상담과 지도가 요구된다.

이상의 결과를 바탕으로 한 본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 표본 수집이 일부지역의 치위생과에 국한

되어 있고, 대상자의 성별, 학년 분포 비율이 동일하지 않기 때문에 연구 결과를 일반화시키기에는 한계가 있다. 또한, 4년제 치위생학과 재학생을 대상으로 한 연구 및 비교분석도 필요할 것으로 사료된다. 둘째, 대상자의 성격이나 잠재적 행동 등 측정되지 않는 변수들로 인한 오류가 발생할 수 있다. 하지만 그동안 활발하게 시행되었던 스트레스 요인 또는 인자의 연구에서 벗어나 스트레스 반응에 대해서 알아보고, 극복력에 미치는 영향을 조사하여 극복력 증진을 위한 스트레스 반응의 중재와 전략을 제시한 것에 의의가 있다고 할 수 있다. 또한 치위생과 학생의 스트레스 반응을 이해하는데 도움이 되고, 극복력 향상 프로그램 개발하는데 본 연구의 결과가 기초자료로 활용되기를 기대한다.

## References

- [1] Sapolsky Robert M., "STRESS(Original : Why Zebras Don't Get Ulcers)", 758, sciencebooks, 2008.
- [2] Lazarus R. S., Folkman S., "Stress, appraisal and coping", 456, New York : Springer Pub. Co., 1984.
- [3] Spence SH, Sheffield J, Donovan C, "Problem-solving orientation and attributional style : moderators of the impact of negative life events on the development of depressive symptoms in adolescence?", Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, vol. 31, no. 2, pp. 219-229, Jun. 2002.  
DOI: [https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP3102\\_07](https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP3102_07)
- [4] S. J. Lee, J. H. Yoo, "Mediation Effect of Self-Efficacy between Academic and Career Stress and Adjustment to college", The Korean Journal of Educational Psychology, vol. 22, no. 3, pp. 589-607, Sep. 2008.
- [5] Y. J. Son, E. Y. Choi, Y. A. Song, "The Relationship between Stress and Depression in Nursing College Students", Korean Journal of Stress Research, vol. 18, no. 4, pp. 345-351, Dec. 2010.
- [6] J. H. Yoo, J. H. Kim, "A Study on the Satisfaction and Stress Factors of Clinical Practice for Dental Hygiene Students", Journal of Dental Hygiene Science, vol. 16, no. 1, pp. 62-69, Jan. 2016.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.17135/jdhs.2016.16.1.62>
- [7] H. J. Kang, B. C. Yu, "The relationship between physical · mental health and life stress in dental hygiene freshman", Journal of Korean Society of Dental Hygiene, vol. 14, no. 4, pp. 495-502, August, 2014.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.13065/jksdh.2014.10.04.495>
- [8] Magnussen L, Amundson MJ., "Undergraduate nursing student experience", Nursing and Health Science, vol. 5, no. 4, pp. 261-267, Dec. 2003.  
DOI: <https://doi.org/10.1046/j.1442-2018.2003.00158.x>
- [9] Garmezy N., "Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments", Pediatr Ann, vol. 20, no. 9, pp. 459-466, Sep. 1991.  
DOI: <https://doi.org/10.3928/0090-4481-19910901-05>
- [10] S. H. Jang, M. Y. Lee, "Relationship Between Stress, Self-efficacy and Resilience among Nursing Student", Journal of the Korea Entertainment Industry Association, vol. 9, no. 2, pp. 255-265, Jun. 2015.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.13065/jksdh.2014.10.04.495>
- [11] Rios-Risquez MI, Garcia-lzquierdo M, Sabuco-Tebal EL, Carrillo-Darcia C, Martinez-Roche ME, "An exploratory study of the relationship between resilience, academic burnout and psychological health in nursing students", Journal Contemporary Nurse, vol. 52, no. 4, pp. 403-439, Aug. 2016.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/10376178.2016.1213648>
- [12] E. J. Jung, M. S. Yoon, H. J. Youn, "A Study on Stressors among Dental Hygiene Students", Journal of Dental Hygiene Science, vol. 12, no. 2, pp. 131-137, Apr. 2012.
- [13] A. H. Song, H. J. Youn, E. J. Jung, "Influential factors for stress and self esteem of dental hygiene students", Journal of Korean Society of Dental Hygiene, vol. 14, no. 1, pp. 49-57, Jan. 2014.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.13065/jksdh.2014.14.01.49>
- [14] H. S. Shim, H. N. Lee, "Stress and coping of dental hygiene students in clinical practice", Journal of Korean Society Dental Hygiene, vol. 14, no. 2, pp. 139-145, Apr. 2014.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.13065/jksdh.2014.14.02.139>
- [15] K. H. Jeon, S. R. Lim, M. Kim, "The Structural Relationship among Sense of Coherence, Clinical Practice Stress, and Departmental Satisfaction of Dental Hygiene Students", Journal of Dental Hygiene Science, vol. 16, no. 5, pp. 323-330, Aug. 2016.  
DOI: <http://doi.org/10.17135/jdhs.2016.16.5.323>
- [16] E. J. Jung, H. J. Youn, "A Study on the Relationship of Self-Control to Stress-Coping Style among Dental Hygiene Students", Journal of Dental Hygiene Science, vol. 13, no. 3, pp. 238-245, Jul. 2013.
- [17] S. Y. Lee, M. J. Lee, S. H. Kwon, "Self-efficacy and stress coping method of students in the department of dental hygiene in some areas", Journal of Korean Society Dental Hygiene, vol. 14, no. 1, Feb. pp. 67-74, 2014.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.13065/jksdh.2014.14.01.67>
- [18] K. B. Koh, J. K. Park, C. H. Kim, "Development of the Stress Response Inventory", Journal of Korean Neuropsychiatric Association, vol. 39, no. 4, June, 2000.
- [19] GM Wagnild, HM Young, "Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale", J Nurs Meas, vol. 1, no. 2, pp. 156-178, 1993.
- [20] Y. S. Song, "Determinants of Resilience of the Physically Disabled at home", Unpublished master's thesis, Kosin University, Busan, 2004.
- [21] J. Y. Park, "Stress, Stress response and influencing factors on Resilience among Nursing students", Unpublished master's thesis, Seonam University, Jeonbuk, 2011.
- [22] S. Y. Han, Y. M. Lee, "The Relationship between Anxiety, Anger and Fatigue among Stress factor of Nursing Students in Clinical Practice", Journal of the

Korea Academia-Industrial cooperation Society, vol. 13, no. 2, pp. 554-561, Feb. 2012.

DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2012.13.2.554>

- [23] J. O. Choi, Y. J. Choi, S. Eom, "The effect of resilience of the negative emotion in health-related university student on the stress of university life", Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, vol. 18, no. 1, pp. 388-394, Jan. 2017.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.1.388>
- [24] J. S. Park, Y. E. Kwon, "Relationship between the Life Stress, Self-Esteem and Resilience of University Students", Journal of The Korean Society of Maternal and Child Health, vol. 19, no. 2, pp. 212-221, Jul. 2015.  
DOI: <https://doi.org/10.21896/jksmch.2015.19.2.212>
- [25] D. H. Kim, I. Y. Yoo, "Development of a Questionnaire to Measure Resilience in Children with Chronic Diseases", Journal Korean Academy Nursing, vol. 40, no. 2, pp. 236-246, Apr. 2010.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.1.388>
- [26] Y. S. Lee, E. J. Ahn, M. J. Kim, M. A. Kim, B. R. Kim, "The Relationship between Stress and Resilience of Baccalaureate Nursing Students", Chonnam Journal of Nursing Science, vol. 17, no. 1, pp. 1-10, Dec. 2012.
- [27] H. S. Kim, "Concept Development of Resilience", Journal of Korean Academy of Nursing, vol. 28, no. 2, pp. 403-413, 1998.  
DOI: <https://doi.org/10.4040/jkan.1998.28.2.403>
- [28] Battle J, "Relationship between self-esteem and depression among children", Psychological Reports, vol. 60, no. 3, pp. 1187-1190, 1987.  
DOI: <https://doi.org/10.2466/pr0.1987.60.3c.1187>
- [29] D. H. Kim, I. Y. Yoo, "Relationship between Depression and Resilience among Children with Nephrotic Syndrome", Journal of Korean Academy of Nursing, vol. 34, no. 3, Jun. 2004.  
DOI: <https://doi.org/10.4040/jkan.2004.34.3.534>
- [30] K. H. Yoo, "A Correlational Study on the Mastery and Depression in Chronic Arthritis Patients", The Korean Journal of Rehabilitation Nursing, vol. 9, no. 2, pp. 161-165, Dec. 2006.

정 효 정(Hyo-Jung Jung)

[준회원]



- 2015년 9월 ~ 현재 : 연세대학교 치의학대학원 통합과정
- 2015년 9월 ~ 현재 : 연세대학교 치과대학 구강과학연구소 조교

<관심분야>

구강내과학, 노인치의학, 예방치과학

윤 미 숙(Mi-Suk Yoon)

[정회원]



- 2005년 2월 : 경희대학교 의과대학 (의학박사)
- 1998년 3월 ~ 2004년 12월 : 동우대학 치위생과 조교수
- 2005년 3월 ~ 현재 : 신한대학교 치위생학과 조교수

<관심분야>

포괄치위생학, 예방치과학, 임상치위생관리, 구강해부학