

간호대학생의 대학생활 적응에 미치는 영향

차현수
세한대학교 간호학과

Influence on Adjustment of University Life among Nnursing Students

Hyun Su Cha
Department of Nursing, Sehan University

요약 이 연구의 목적은 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감이 간호대학생 1, 2 학년의 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하기 위함이다. 자료는 1개 대학교 간호대학생 150명을 대상으로 2018년 11월 1일부터 11월 20일까지 자기기입식 설문지로 설문조사하여 수집하였다. 자료는 SPSS 22.0 (frequency, ANOVA, pearson's correlation, multiple regression) program 으로 분석하였다. 대학생활 적응 평균점수는 75.85±9.43 (범위:25 ~ 125) 이었다. 대학생활 적응은 스트레스와 부적 상관관계를 보였고 자아효능감과 정적 상관관계를 보였다. 스트레스는 자아효능감과 부적 상관관계를 보였다. 간호대학생 1, 2학년의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인들은 건강증진행위 (수면시간, 간식섭취, 음주, 취미활동), 스트레스, 자아효능감 등이었다. 덧붙여 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등은 대학생활 적응에 13.9%의 설명력을 보였다. 이 연구의 결론은 건강증진행위(수면시간, 간식섭취, 음주, 취미활동), 스트레스, 자아효능감 등은 간호대학생 1, 2학년의 대학생활 적응에 중요한 영향을 미친다. 후속 연구에서는 건강증진행위와 자아효능감을 향상시키고 스트레스를 감소시키려는 연구가 필요하다. 간호대학생의 대학생활 적응을 향상시키기 위하여 위의 의미있는 변수들을 반영한 대학생활 적응 향상 프로그램을 개발해야 할 것이다.

Abstract The purpose of this study was to investigate the factors having an influence on adjusting to the university life of freshmen and sophomore nursing students. The data was collected from questionnaires that were filled out by 150 nursing students in one school from November 1, 2018 to November 20, 2018. The data was analyzed by the SPSS 22.0 program (frequency, ANOVA, Pearson's correlation and multiple regression analysis). The mean score of university life adjustment was 75.85±9.43 (range: 25 ~ 125). A negative correlation was found between adjustment to university life and stress, A positive correlation was found between adjusting to university life and self efficacy. Negative correlation was found between stress and self efficacy. The factors influencing the adjustment of freshmen and sophomore nursing students to university life were health promoting behavior (sleeping time, snacks, drinking, and leisure time or having a hobby), stress and self efficacy. In addition, health promoting behaviors, stress and self efficacy accounted for 13.9% of the variance in adjusting to university life. The results of this study suggest that health promoting behavior, stress and self efficacy are important to the adjustment to university life for freshmen and sophomore nursing students. Further research on improving health promoting behavior, reducing stress and improving self efficacy is warranted. An intervention program that includes these significant variables of such subjects should be developed to improve adjusting to the university life of nursing students

Keywords : Nursing Students, Health Promotion Behavior, Stress, Self Efficacy, University Life Adjustment.

본 논문은 2019년도 세한대학교 교내 연구비 지원에 의하여 수행되었음.

*Corresponding Author : Hyun-Su Cha(Sehan Univ.)

email: cha-hyn-su@hanmail.net

Received May 14, 2019

Revised June 19, 2019

Accepted August 2, 2019

Published August 31, 2019

1. 서론

1.1. 연구의 필요성

최근 우리나라 대학생의 대학교 중도 탈락률이 매년 증가 추세에 있다. 대학교 중도 탈락률은 2015년 4.97%, 2016년 5.10%, 2017년 5.12%로 매년 증가 추세를 보인다. 최근 3년간 중도 탈락한 대학생의 수는 42만 명에 이른다. 2017년 대학교 중도 탈락 사유 중 1위는 자퇴(49%)였다. 자퇴의 주된 원인은 타 대학 진학과 개인사정이었다[1]. 자퇴는 대학생활 적응 요인 중 사회 체험 수준과 대인관계가 낮은 개인일수록 높았다[2]. 대학교 중도탈락을 감소시키려면 대학생활 적응을 증진 시켜야 한다.

대학생활 적응이란 대학생이 대학생활과의 상호작용을 하여 자신의 욕구와 대학 환경사이에서 균형을 찾아가는 과정으로[3] 대학생활의 요구에 적절하게 대처하는 반응이며 이는 성숙한 성인이 된 이후 개인적, 사회적 삶에 대한 적응에도 중요한 영향을 준다[4].

본 연구에서 간호대학생 1,2학년생을 대상으로 정한 이유는 첫째, 대학생은 청소년 말기에서 성인초기로 이행되는 시기이므로 새로운 발달과업을 성취해야 하는데 그 과정에서 새로운 위기를 겪기 때문이다. 대학생은 성인초기가 되면서 부모로부터 독립, 직업 선택과 직업을 갖기 위한 준비, 가족, 친구와 친밀한 관계형성, 성 역할 수용 등의 발달과업을 성취해야 한다. 둘째 간호학과는 생명을 다루는 간호사를 양성하기 때문에 타과의 학업에 비하여 난이도가 높으면서 양도 방대하다. 학업 난이도가 높고 학업량이 방대할수록 대학생활 적응에 어려움을 겪기 때문이다. 셋째 새로운 환경에 적응해야 하는 간호학과 1학년과 임상실습전인 간호학과 2학년은 임상실습을 경험한 3, 4학년에 비해 대학생활 적응에 더 어려움을 겪기 때문이다. 임상실습을 시작한 후인 3학년 2학기에서 4학년에 해당하는 시기의 간호학과생은 간호학과에 적응하고자 하는 자세에 변화가 있었는데, 수동적이고 소극적이었던 자세에서 능동적이고 적극적인 자세로 변화하였다[5]. 이는 실습을 통해 형성된 긍정적인 간호이미지가 학문적, 사회적 좌절에도 불구하고 간호학과 학업을 지속하도록 했기 때문이다[6].

건강증진행동이란 집단이나 개인의 최적의 안녕 상태를 이루고 개인적 욕구 충족을 유지, 증진하고 자아실현 하려는 행위로서, 더 높은 수준의 건강을 위하여 능동적으로 환경에 반응하는 것을 의미하며 생활양식의 통합된

부분을 의미한다[7]. 최근에는 감염성 질병의 유병률 보다 생활습관성 질병의 유병률이 더 높아지고 있어 건강 증진행위는 질병 예방과 건강증진을 위해 더 중요해지고 있다. 대학생 시기의 형성된 건강증진행위는 이 후의 나머지 긴 생애동안 건강을 좌우하게 된다는 점에서 더욱 중요하다. 대학생 시기는 생애 중 가장 건강이 좋은 시기로 이환률과 사망률이 적기 때문에 건강증진행위를 등한시 하는 경향이 있다[8]. 대학생 건강증진행위가 대학생 생활 적응에 정적인 영향을 미친다고 보고되고 있다[9].

스트레스란 사람에게 영향을 미치는 자극적인 사건을 의미한다. 스트레스를 3가지로 분류한 Lazarus와 Cohen[10]에 의하면 첫째 다수의 사람들에게 중대한 영향을 미치며 어느 누구도 통제할 수 없는 자연재해(홍수, 가뭄, 폭설), 인간에 의한 재해(전쟁, 투옥, 추방) 등이 있다. 둘째 소수의 사람에게 중대한 영향을 주는 사랑하는 사람의 죽음, 직장에서의 해고, 생명을 위협하는 병, 출산 등이 있다. 셋째 개인이 일상생활을 하면서 겪는 문제로 인한 생활 스트레스가 있다. 대학생은 대학생활을 하면서 경제, 이성 관계, 교수와의 관계, 가족과의 관계, 장래, 가치관, 학업, 친구와의 관계 등의 문제로 인한 생활 스트레스를 일상적이고 반복적으로 경험하게 된다. 일상적이고 반복적인 생활 스트레스는 심각하고 특별한 스트레스보다 신체적 및 심리적 장애를 더 잘 예측하고 대학생활 적응에 더 많은 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[11,12].

자아효능감이란 어떤 결과를 이루기 위해 필요한 행위를 조직하여 실행하는 능력에 관한 개인적 개념으로 개인의 행동에 중요한 역할을 한다[13]. 자아효능감이 높을 때는 설정한 목표를 달성하기 위해 행동을 조직하고 수행하는데 어려움이 없지만, 자아효능감이 낮을 때는 체념이 빠르며 실망하기 쉽고 자신에 대해 무관심하고 무기력하게 된다[14]. 대학생의 자아효능감이 높을수록 대학생활 적응을 잘한다고 보고되고 있다[15].

지금까지의 대학생활 적응에 관한 선행연구들의 연구 대상자는 한 부모 가족 학생[16], 장애 학생[17], 외국인 유학생[18] 등이 주를 이루었으나 최근 대학 진학률이 높아지면서 일반 학생에 관한 연구도 증가하고 있다. 일반 학생 중 간호대학생의 학교생활 적응에 관한 선행연구들[19-28]을 살펴보면 연구대상은 간호학과 신입생[19,20,22-24,27,28], 졸업학년[21], 전학년[25,26]이었다. 선행연구들에서 간호대학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는지 살펴 본 요인으로 모애착, 심리적 안녕감, 대처방식[19], 자아존중감, 자아효능감, 스트레스[20], 애착, 스트레스, 임상 스트레스, 심리적 안녕감, 대처방식

[21], 감성지능, 자아효능감[22], 학업적 자아효능감, 전공만족도[23], 대인관계, 자아 탄력성, 셀프리더십[24], 분노표현방식, 사회적지지[25], 생활스트레스, 우울, 자아 탄력성[26], 행동유형, 스트레스, 스트레스 대처방식[27], 자아존중감, 자아 효능감, 스트레스[28] 등이었다. 선행 연구들[19-28] 모두에서 학교생활 적응을 하위요인으로 나누어 분석하지 않고 전체 학교생활 적응에 대해 분석하였다. 선행연구의 제한점과 본 연구만의 차별성으로는 첫째 선행연구들은 신입생, 졸업학년, 전 학년 등을 대상으로 한정해서 1, 2학년에 재학 중인 학생들 만에 대해서는 연구되지 않았다는 제한점이 있다. 1학년은 새로운 환경에 적응해야 하므로 학교생활 적응에 어려움을 겪고 2학년은 전 학년 중 친구와 가족의 사회적지지, 자아존중감이 가장 낮고 스트레스가 1학년보다 높아[29] 학교생활 적응에 어려움을 겪는다. 특별히 간호학과 1, 2학년은 임상실습을 통한 긍정적인 간호이미지가 형성되기 이전이라서 3, 4 학년보다 학교생활 적응의 어려움이 더 크기 때문에[5,6] 1, 2학년만의 연구가 필요하다. 둘째 선행연구들은 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인으로 건강증진행위를 포함하지 않아서, 건강증진행위가 학교생활 적응에 영향을 미치는지에 대해서는 연구되지 않았다는 또 다른 제한점이 있다. 일생 중 건강이 가장 좋은 시기인 성인 초기의 대학생들은 건강증진행위를 등한시 하여 잘 이행하고 있지 않으므로[8] 건강증진행위가 학교생활적응에 영향을 미치는지에 대한 연구가 필요하다. 셋째 선행연구들은 대학생활적응 전체에 영향을 미치는 요인에 대해서만 분석하였기 때문에 학교생활적응 하위영역 각각에 영향을 미치는 요인에 대해서는 분석되지 않았다는 제한점이 있다. 한 하위영역에서의 적응과 다른 하위영역에서의 적응은 별개라서, 전체 적응만으로 적응을 판단할 경우 서로 다른 적응의 양상을 동일한 것으로 간주하여 실질적인 적응을 왜곡하기 때문이다[30]. 대학생활에 대한 적응을 전체 적응뿐만 아니라 5개의 하위영역으로 나누어 분석할 필요가 있다.

간호대학생 1, 2학년을 대상으로 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학생활 적응 전체와 5개 하위영역에 미치는 영향을 파악하고자 시도되었다. 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하여 대학생활 적응을 증진시키기 위한 프로그램 개발의 기초자료로 사용하고 자 한다. 대학생활 적응을 위한 프로그램의 실행은 대학교 중도탈락을 감소시킬 것으로 기대한다.

1.2 연구목적

본 연구는 간호대학생의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응정도를 파악하고, 대학생의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 간호대학생의 일반적 특성, 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응 등의 정도를 파악한다.
- 2) 간호대학생의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응간의 상관관계를 파악한다.
- 3) 간호대학생의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악한다.

2. 연구 방법

2.1 연구 설계

본 연구는 간호대학생 1, 2학년의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응 정도를 파악하고, 대학생의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구 대상 및 자료수집

본 연구의 자료수집에 앞서 S대학교 생명윤리위원회에서 심의를 통과하였다(SH : IRB 2018-24). 본 연구의 대상자는 전라남도에 있는 S대학교 간호학과 1,2학년에 재학 중인 학생이며, 2018년 11월 1일부터 11월 20일까지 자기기입식 설문지를 배부한 후 설문지를 작성하도록 하여 자료를 수집하였다. 연구의 목적을 설명하고 연구에 참여하기를 동의한 학생들 중 편의 추출하여 설문 조사를 하였다. 본 연구에서 필요한 표본 수는 G*Power(3.0.10) 프로그램을 이용하여 다중회귀분석 검정을 위한 유의수준 .05, 검정력 .95, 신입 간호대학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 연구한 선행연구[31]에 따라 효과크기 .15(medium), 변수 3개로 계산하였으며, 연구에 필요한 표본 수는 129명이었다[32]. 대상자 탈락률을 고려하여 155명의 연구대상자에게 설문지를 배부하였고, 응답이 불충분한 설문지 5부를 제거한 후 150명의 설문지 결과를 최종적으로 분석하였다.

2.3 연구 도구

2.3.1 건강증진행위

Breslow & Enstrom(1980) 이 개발한 건강증진행위 도구를 Kim(2011)[33]이 변안한 도구를 사용하였다. 건강증진행위 점수는 수면시간을 7~8시간, 식습관은 규칙적, 간식은 안함, 운동은 규칙적으로 함. 현재 흡연은 하지 않음, 현재 음주는 전혀 하지 않거나 가끔 함, BMI 18.5~24.9 kg/m²에 해당하는 경우에 각 1점을 주어 총합계 (범위0~7점)로 계산하였다. 점수가 높을수록 건강증진행위를 많이 하고 있음을 의미한다.

2.3.2 스트레스

Jeon, Kim과 Yi (2000)[34]이 개발한 개정판 대학생용 생활 스트레스 척도를 사용하였다. 총 50문항으로 대학생에게 적용되는 동성친구, 이성친구, 가족관계, 교수관계를 포함하는 대인관계 차원(23문항)과 학업문제, 경제문제, 장래문제, 가치관 문제와 관련된 당면 과제 차원(27문항)으로 구성되어 있다. 4점 Likert 척도를 사용하였고, '전혀 아니다' 0점에서부터 '매우 그렇다' 3점까지 부여하여 산출하였다. 전체점수는 최하 0점에서 최고 150점으로 점수가 높을수록 경험하고 있는 생활스트레스가 높음을 의미한다. Jeon, Kim과 Yi (2000)[34]의 연구에서 Chronbach alpha= .75~.88 이었고 본 연구에서 Chronbach alpha= .965 이었다.

2.3.3 자아효능감

Lee와 Ji (2017)[35]이 개발한 자아효능감 척도를 사용하였다. 총 12문항으로 일반적 효능감(5문항), 긍정적 효능감(5문항), 사회적 효능감(2문항)으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 5단계 척도로 답하도록 되어있다. '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지 부여하여 가능한 최소점수는 12점, 가능한 최대점수는 60점이었다. 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. Lee와 Ji (2017)[35]의 연구에서 Chronbach alpha=.83~.94 이었고 본 연구에서 Chronbach alpha= .77 이었다.

2.3.4 대학생활 적응

Baker 등(1989)이 개발한 대학생 적응도 검사(SACQ: Student Adaptation to College Questionnaire, 이하 SACQ)를 번안·수정하여 요인분석과 문항 내적 일관성 검사로 신뢰도와 타당도를 검증한 Lee(1999)[36]의 SACQ를 사용하였다. Lee(1999)[36]의 SACQ는 5개의 하위영역(학문적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 신체적

적응, 대학에 대한 애착)으로 구성된다. 각 하위영역은 5문항으로 구성되고 각 문항은 Likert식 5단계 척도로 답하도록 되어있다. '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지 부여하여 각 하위영역의 가능한 최소점수는 5점, 가능한 최대점수는 25점이다. 전체 대학생활 적응은 5개의 하위점수를 모두 합한 점수이므로 가능한 최소점수는 25점, 가능한 최대점수는 125점이다. Lee(1999)[36]의 연구에서 Chronbach alpha= .85 이었고 본 연구에서 Chronbach alpha= .77 이었다.

2.4 연구 자료 분석

수집된 자료는 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 연구대상자의 일반적 특성, 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응 등은 빈도, 백분율, 평균, 표준편차 등으로 구하였다. 측정도구에 대한 신뢰도는 Cronbach's alpha 계수로 산출하였고 연구대상자의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응 등간의 상관관계는 Pearson's Correlation으로 분석하였고, 연구대상자의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학생활 적응에 미치는 영향은 multiple regression 으로 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

Table 1. General characteristics of the subjects

N=150

Variables	Category	N(%) Mean±SD
Age(years)	19-21	143 (95.3)
	22-25	7 (4.7)
	Average	20.0±0.80
Gender	Male	25 (16.7)
	Female	125 (83.3)
Grade	Freshman	97 (64.7)
	Sophomore	53 (35.3)
Educational background of father	Middle school	5 (3.3)
	High school	81 (54.0)
	University	56 (37.3)
	Graduate school	8 (5.3)
Educational background of mother	Middle school	8 (5.3)
	High school	82 (54.7)
	University	50 (33.3)
	Graduate school	10 (6.7)
Income of parents(won)	>200 ten thousand	5 (3.3)
	200-400 ten thousand	49 (32.6)
	400-600 ten thousand	54 (36.0)
	600 ten thousand <	42 (28.0)
Type of residence	Dormitory	79 (52.6)
	Self	32 (21.3)
	Home	39 (26.0)

본 연구대상자가 간호대학교 1,2학년이기 때문에 연구대상자의 연령은 19세~21세가 143명 (95.3%)으로 대다수를 차지하였고 성별은 여성은 125명 (83.3%)으로 대다수를 차지하였다. 학년은 1학년이 97명 (64.7%), 2학년이 53명 (35.3%)이었다. 아버지의 학력은 고등학교 졸업이 81명 (54.0%), 대학교 졸업이 56명 (37.3%)순이었다. 어머니의 학력은 고등학교 졸업이 82명 (54.7%), 대학교 졸업이 50명 (33.3%)순이었다. 부모님의 월수입은 200만원~400만원이 49명 (32.6%), 400만원~600만원이 54명 (36.0%), 600만원 초과가 42명 (28.0%), 200만원 미만이 5명 (3.3%)순이었다. 거주형태는 기숙사 거주가 79명 (52.6%), 자택 거주가 39명 (26.0%), 자취 거주가 32명 (21.3%) 순이었다(Table 1).

3.2 대상자의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응 등의 정도

대상자의 건강증진행위는 8점 만점에 평균 3.65점 (± 1.40)이며 건강증진행위의 하부영역인 BMI는 18.5 kg/m² 미만이거나 24.9 kg/m² 초과인 대상자는 42명 (28%), 18.5 kg/m²~24.9 kg/m² 대상자는 108명 (72%)이었다. 하부영역인 흡연은 흡연하는 대상자는 16명 (10.7%), 흡연하지 않는 대상자는 134명 (89.3%)이었다. 하부영역인 음주는 음주하는 대상자는 91명 (60.7%), 음주하지 않는 대상자는 59명 (39.3%)이었다. 하부영역인 운동은 운동하지 않는 대상자는 110명 (73.3%) 운동하는 대상자는 40명 (26.7%)이었다. 하부영역인 수면시간은 수면시간이 7시간 미만이거나 8시간 초과하는 대상자는 85명 (56.7%)이고 7시간~8시간인 대

Table 2. Health promoting behaviors, life stress, self efficacy, adjustment of university life

N=150

Variables	Domain	Category	n(%) Mean \pm SD	Range
Health promoting behaviors	BMI (kg/m ²)	<18.5, >24.9	42 (28)	1
		18.5~24.9	108 (72)	0
	Smoking	Yes	16 (10.7)	0
		No	134 (89.3)	1
	Drinking	Yes	91 (60.7)	0
		No	59 (39.3)	1
	Health	Yes	40 (26.7)	1
		No	110 (73.3)	0
	Sleeping hours	7-8	65 (43.3)	1
		<7, >8	85 (56.7)	0
	Snack	Yes	126 (84.0)	0
		No	24 (16.0)	1
	Breakfast	Yes	36 (24.0)	1
		No	114 (76.0)	0
Leisure or hobby	Yes	81 (54.0)	1	
	No	69 (46.0)	0	
Total			3.65 \pm 1.40	0~7
Life stress	Economic problems		0.93 \pm 0.73	0~3
	Relations with opposite sex		0.65 \pm 0.65	0~3
	Relationship with the professor		0.75 \pm 0.72	0~3
	Family relationship		0.57 \pm 0.68	0~3
	Future issues		1.23 \pm 0.56	0~3
	One's values issues		0.95 \pm 0.70	0~3
	Academic problems		1.38 \pm 0.67	0~3
	Friendship		0.59 \pm 0.70	0~3
Total			45.56 \pm 25.70	0~150
Self efficacy	General self efficacy		3.35 \pm 0.73	1~5
	Positive self efficacy		3.05 \pm 0.68	1~5
	Social self efficacy		3.26 \pm 0.91	1~5
	Total			38.54 \pm 6.10
Adjustment of university life	Academic adjustment		13.99 \pm 2.58	5~25
	Social adjustment		16.33 \pm 2.58	5~25
	Emotional adjustment		15.29 \pm 3.42	5~25
	Physically adjustment		14.62 \pm 2.32	5~25
	Attachment to the university		15.61 \pm 2.72	5~25
Total			75.85 \pm 9.43	25~125

상자는 65명 (43.3%)이었다. 하부영역인 간식섭취 여부는 간식을 섭취하는 대상자는 126명 (84.0%)이고 간식을 섭취하지 않는 대상자는 24명 (16.0%)이었다. 하위영역인 아침식사 섭취 여부는 아침식사를 하지 않는 대상자는 114명 (76.0%), 아침식사를 하는 대상자는 36명 (24.0%)이었다. 하위영역인 여가 및 취미활동 여부는 여가 및 취미활동을 하고 있는 대상자는 81명 (54.0%), 여가 및 취미활동을 하지 않는 대상자는 69명 (46.0%)이었다.

대상자의 스트레스는 150점 만점에 평균 45.56 (± 25.70)이었다. 스트레스 하위영역은 0-3점 범위 내에서 학업문제(1.38 ± 0.67), 장애문제(1.23 ± 0.56), 가치관문제(0.95 ± 0.70), 경제문제(0.93 ± 0.73), 교수관계(0.75 ± 0.72), 이성친구(0.65 ± 0.65), 동성친구(0.59 ± 0.70), 가족관계(0.57 ± 0.68) 순이었다.

대상자의 자아효능감은 60점 만점에 평균 38.54 (± 6.10)이었다. 자아효능감 하위영역은 0-5점 범위 내에서 일반적 효능감(3.35 ± 0.73), 사회적 효능감(3.26 ± 0.91), 긍정적 효능감(3.05 ± 0.68) 순이었다.

대상자의 대학생활 적응은 125점 만점에 평균 75.85 (± 9.43)이었고 대학생활적응의 하부영역인 학문적응은 25점 만점에 평균 13.99 (± 2.58)이었고, 사회적응은 25점 만점에 평균 16.33 (± 2.58)이었고, 정서적응은 25점 만점에 평균 15.29 (± 3.42)이었고, 신체적응은 25점 만점에 평균 14.62 (± 2.32)이었고 학교 애착은 25점 만점에 평균 15.61 (± 2.72)이었다(Table 2).

3.3 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응간의 상관관계

건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응간의 상관관계를 분석한 결과 대학생활 적응은 스트레스($r = -.294, p < .001$)와 부적 상관관계를 보였고, 자아효능감($r = .190, p = .020$)과 정적 상관관계를 보였다. 자아효능감은 스트레스($r = -.226, p = .006$)와 부적 상관관계를 보였다(Table 3).

Table 3. Correlation matrix of variables N=150

	Health promoting behaviors r(p)	Life stress r(p)	Self efficacy r(p)
Life stress	-.031 (.712)		
Self efficacy	.019 (.822)	-.226 (.006)	
Adjustment of university life	.136 (.104)	-.294 (<.001)	.190 (.020)

3.4 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학 생활 적응에 미치는 영향

건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학생활 적응에 미치는 영향을 확인하기 위해 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등을 독립변수로 대학생활 적응은 종속변수로 다중회귀분석을 실시하였다. 다중회귀분석 전에, 회귀분석 가정을 충족하는지 검정한 결과 모두 충족한 것으로 나타났다. 공차한계(Tolerance)가 0.886-0.963으로 1 이하면서 분산팽창지수(VIF: Variance Inflation

Table 4. Influence of health promoting behaviors, life stress, self efficacy on adjustment of university life among nursing students N=150

Independent Variable	Independent Domain	Dependant Domain	B	SE	t(p)	Adj R ²	F(p)
Health promoting behaviors	Sleeping hours	Total	4.370	4.370	2.88(.005)	.047	8.30(.005)
	Snack	Total	5.711	2.022	2.82(.005)	.045	7.98(.005)
	Snack	Academic adjustment	-1.797	.564	-3.19(.002)	.058	10.16(.002)
	Drinking	Academic adjustment	.860	.427	2.02(.046)	.020	4.06(.046)
	Leisure or hobby	Social adjustment	1.261	.412	3.07(.003)	.053	9.39(.003)
Self efficacy		Academic adjustment	0.078	.034	2.28(.024)	.028	5.22(.024)
		Social adjustment	0.075	.034	2.18(.031)	.025	4.77(.031)
Life stress		Social adjustment	-0.023	.008	-2.79(.006)	.044	7.78(.006)
		Emotional adjustment	-0.042	.010	-4.06(.000)	.094	16.44(.000)
		Attachment to the university	-0.034	.008	-4.06(.000)	.095	16.49(.000)

Factor)값이 1.052~1.155로 10보다 크지 않아 모든 독립변수들은 다중공선성에 문제가 없는 것으로 나타났고, Durbin-Watson값을 구한 결과 1.737으로 2에 근접하여 자기상관이 없는 것으로 나타났다. 회귀모형을 분석한 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났으며($F=3.665$, $p<.001$), 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수(R^2)는 13.9%로 나타났다.

대학생활 적응 전체에 영향을 미치는 변수는 건강증진행위의 하부영역인 수면시간($\beta=4.370$, $p=.005$), 간식섭취($\beta=5.711$, $p=.005$)이고 대학생활 적응의 하부영역인 학문적응에 영향을 미치는 변수는 건강증진행위의 하부영역인 간식섭취($\beta=-1.797$, $p=.002$)와 음주여부($\beta=.860$, $p=.046$)와 자기효능감($\beta=.078$, $p=.024$)이었다. 대학생활 적응의 하부영역인 사회적응에 영향을 미치는 변수는 건강증진행위의 하부영역인 여가 및 취미활동($\beta=1.261$, $p=.003$)과 자아효능감($\beta=.075$, $p=.031$), 스트레스($\beta=-.023$, $p=.006$) 등이었다. 대학생활 적응의 하부영역인 정서 적응에 영향을 미치는 변수는 스트레스($\beta=-.042$, $p<.001$)이었고 대학생활 적응의 하부영역인 대학애착에 영향을 미치는 변수는 스트레스($\beta=-.034$, $p<.001$)이었다(Table 4).

4. 논의

본 연구는 간호대학생 1, 2학년을 대상으로 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응정도 등을 파악하고 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하고자 실시되었다. 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하여 대학생활 적응을 높임으로 대학교 중도 탈락률을 낮추는 프로그램의 기초자료로 사용하려는 본 연구의 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

본 연구 대상자의 건강증진행위 특성을 선행연구[33] 대상자인 중환자실 간호사의 건강증진행위 특성과 비교해 보면 음주를 제외한 모든 특성에서 본 연구대상자가 중환자실 간호사보다 건강증진행위 점수가 낮아 대학생이 건강증진행위를 소홀히 하는 경향을 보이고 있었다.

적절한 시간의 수면을 취할수록 대학생활 전체적응을 잘 하였고 ($\beta=4.370$, $p=.005$), 음주를 하지 않을수록 하위영역 대학생활 학문적응을 잘 하였고($\beta=.860$, $p=.046$), 간식(끼니와 끼니 사이에 요기가 되도록 먹는 간단한 음식물)을 섭취할수록 대학생활 전체적응($\beta=5.711$, $p=.005$)

과 하위영역 대학생활 학문적응($\beta=-1.797$, $p=.002$)을 잘 하였고 여가 및 취미활동을 할수록 하위영역 대학생활 사회적응을 잘 하였다($\beta=1.261$, $p=.003$), 건강증진행위를 많이 할수록 대학생활 적응을 잘 한다는 선행연구[37]와 동일한 결과를 보였다. 대학생활 적응을 향상시키기 위해서는 건강증진행위를 등한시 하는 경향이 있는 대학생들에게 적절한 시간의 수면을 취하게 하고 음주를 하지 않도록 하고, 간식을 섭취하도록 하고 여가 및 취미활동을 하도록 하는 건강증진행위 프로그램을 개발할 필요가 있다.

대상자의 스트레스 점수는 총 150점 만점에 평균 45.56 (± 25.70)이었고 스트레스 원인으로 1순위는 학업문제이고 2순위는 장래에 관한 문제이었다. 스트레스는 대학생활 적응과 부적 상관관계($r=-.294$, $p<.001$)에 있었다. 2018년 전라남도 영암 지역 대학생 150명의 스트레스 정도를 조사한 본 연구결과를 2015년 서울과 충청도 지역 대학생 235명의 스트레스 정도를 조사한 연구[38]결과와 비교할 때 [38]의 연구결과에서 스트레스 점수는 45.57 (± 2.39)로 본 연구결과와 거의 유사하였고 스트레스 유발원인 1,2 순위는 본 연구결과와 일치하였다. 본 연구결과 스트레스 정도는 Moreira와 Furegato (2013)[39]의 연구에서 대부분의 간호학생들이 중등도 수준의 스트레스를 경험하고 있다는 결과와 일치한다. 스트레스 유발원인 1순위가 학업문제인 이유는 학업성적이 졸업 후 병원 취업에 직접적인 영향을 미치기 때문으로 사료된다. 대학생 스트레스가 대학생활 적응과 부적상관관계에 있다는 본 연구의 결과는 여러 선행연구들[40-45]의 결과와 일치한다. 스트레스는 대학생활 적응의 하위영역들 중 사회적응($\beta=-.023$, $p=.006$), 정서적응($\beta=-.042$, $p<.001$), 대학애착($\beta=-.034$, $p<.001$) 등에 영향을 미친다는 본 연구결과는 스트레스가 대학생활 적응의 하위영역들 중 학문적응, 사회적응, 정서적응 등에 영향을 미친다는 선행연구[46]과 부분적으로 일치하였다. 대학생활 적응을 높이기 위해서 스트레스를 감소시켜야 한다. 스트레스 감소를 위해서 스트레스 하위영역 중에서 특별히 학업문제와 장래에 관한 문제 등으로 인한 스트레스를 감소시킬 수 있는 프로그램 개발이 필요하다. 학업을 잘 할 수 있도록 1학년 학생에 대해서는 간호학과에 합격하자마자 부족한 기초학습을 스스로 선행할 수 있도록 하고, 학업이 부진한 2학년 학생에게는 부진한 부분에 대한 보충수업을 받을 수 있도록 하는 프로그램 개발이 필요하다. 1, 2학년에게 졸업 후 장래에 대한 비전을 가질 수 있도록 하는 프로그램 개발이 필요하다.

자아효능감은 총 60점 만점에 평균 38.54 (± 6.10)이었고, 하부영역중 가장 낮은 점수를 보인 긍정적 자아효능감은 1-5점 범위중 3.05(± 0.68)이었다. 긍정적 자아효능감 5문항(“나는 자신감이 있다.” “어떤 일을 처음에 잘못했더라도 나는 될 때까지 해본다.” “나는 계획을 짤 때 계획 그대로 할 수 있다고 확신한다.” “실패는 나로 하여금 더 열심히 노력하도록 만든다.” “나는 뭔가 할 일이 있을 때 바로 그 일을 시작한다.”)의 내용에서 알 수 있듯이 긍정적 자아효능감 점수가 낮음은 자기 스스로에 대한 긍정적인 자아상 형성이 미흡함을 의미한다. 대학생활 적응 전체와 정적 상관관계 ($r=.190, p=.020$)에 있었고 대학생활적응의 하위영역인 학문적응($\beta=0.078, p=.024$)과 사회적응($\beta=.075, p=.031$)에 영향을 미쳤다. 이러한 결과는 SACQ를 사용한 44,668문헌에 대해 메타분석을 한 선행연구[43]에서 자아효능감이 대학생활적응의 학문적응과 사회적응에 영향을 미친다는 결과와 일치한다. 자아효능감이 높은 사람은 어려운 환경 속에서도 체념하지 않고 열심히 노력하여 이루려는 목표를 달성하는 경향이 있다. 생명을 다루는 간호사를 양성하는 간호학과 학업은 타과의 학업에 비하여 양이 많고 난이도가 높다. 간호학과 학생이 많은 양과 높은 난이도의 학업을 할 때, 자기효능감이 높을수록 학업을 체념하지 않고 열심히 노력하므로 학업성취도가 높다고 사료된다. 대학생활 적응을 향상시키기 위해서는 자아효능감 중 특별히 긍정적 자아효능감을 증진시키는 프로그램을 개발할 필요가 있다.

1, 2학년 간호대학생의 학교생활 적응 하위 요소에 영향을 미치는 요인을 분석하면, 하위요소인 학업적응에 영향을 미치는 요인은 건강증진행위(간식 섭취, 음주여부), 자아효능감이고 사회적응은 건강증진행위(여가 및 취미활동), 자아효능감, 스트레스이고 정서적응과 대학애착은 각각 스트레스이었다. 분석결과 각 하위 구성 요소별 영향을 미치는 요인에 차이가 있었다. 학교생활 적응의 하위 구성 요소에 영향을 미치는 요인을 분석한 선행연구가 없어 직접적으로 비교할 수 없었다. Baker과 Siryk[30]은 학업적응은 성적, 정서적응은 상담요청 정도와 상관이 있다고 하였다.

이상의 논의를 통해 건강증진행위를 많이 하고 스트레스를 적게 느끼고 자아효능감이 높은 간호대학생이 대학생활 적응을 잘하였다. 따라서 대학생활 적응을 못하는 학생을 선별할 때 학생의 취약한 부분인 건강증진행위(간식 섭취, 음주 여부, 여가 및 취미활동), 스트레스(학업문제, 장래에 관한 문제), 자아효능감(긍정적 자아효능감) 등을 먼저 파악해야 한다. 대학생활 적응을 못하는 간호

대학생의 대학생활 적응을 높이기 위해서 파악된 취약부분을 중점적으로 향상시킬 수 있는 신입생 오리엔테이션, 멘토-멘티 활동, 워크숍, 학생과의 상담 등의 프로그램을 개발해야 할 것이다.

본 연구는 1개 대학만을 대상으로 실시하였으므로 본 연구결과를 일반화하는 데는 주의가 필요하다는 제한점이 있다. 본 연구의 결과 건강증진행위 중 간식섭취가 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인으로 밝혀졌으나 어떻게 간식섭취가 학교생활 적응에 영향을 미치는지에 대해서는 연구되지 못했다는 제한점이 있다. 향후 연구에서는 연구대상자를 확대하고 간식섭취가 어떻게 학교생활 적응에 영향을 미치는지를 밝힐 것을 제안한다. 본 연구의 의의는 주로 일반 대학생들을 대상으로 주로 시행되었던 학교생활 적응을 간호학과 1,2학년 학생으로 확대 연구했다는 점이다. 또한 간호학과 1,2학년의 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인이 건강증진행위(간식 섭취, 음주 여부, 여가 및 취미활동), 스트레스, 자아효능감 등 이러한 점을 발견하였고, 스트레스 중 학업문제, 장래에 관한 문제 등으로 인한 스트레스에 취약하고, 자아효능감 중 긍정적 자아효능감에 취약하다는 점을 발견하였다는 점이다. 또한 이러한 취약분야를 향상시킬 수 있는 학교생활 적응 프로그램 개발의 기초자료를 마련하여 학생지도를 효율적으로 만들었다는 점이다.

5. 결론

본 연구는 간호학과 1, 2학년의 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감, 대학생활 적응 등의 정도를 파악하고 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하기 위해 실시되었다. 연구결과 대학생활 적응에 건강증진행위, 스트레스, 자아효능감 등이 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 대학생활 적응을 잘하도록 프로그램을 개발하여 학생지도를 할 때 건강증진행위(간식 섭취, 음주 여부, 여가 및 취미활동)를 적게 하거나, 스트레스(학업문제, 장래에 관한 문제)가 많거나, 자아효능감(긍정적 자아효능감)이 낮은 학생들을 선별하여 건강증진행위(간식 섭취, 음주 여부, 여가 및 취미활동)를 증진시키고 스트레스(학업문제, 장래에 관한 문제)를 줄이고 자아효능감(긍정적 자아효능감)을 높이도록 하는 프로그램을 개발·적용한다면 효율적인 지도가 될 것이다.

References

- [1] H. Y. Kim, 420 thousands of University & College Students gived up their's Studies Midway, that Follow Growing Trend Annual [Internet]. H. Y. Kim member of the National Assembly press release, c2018[cited 2018 October 12], Available from: DOI: <http://blog.naver.com/hykim0417/221375913174> (accessed June 10, 2019)
- [2] E. S. Park, K. H. Kim "Effects of the Factors of Academic Suspension and College Adjustment on the Intention of College Freshmen's School Dropouts", *Korean Journal of Youth Studies*, vol. 23, no.10, pp.361-384, 2016. DOI: <https://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2016.10.23.10.361>
- [3] H. J. Choi, E. J. Lee, "Mediation Effects of Self-Efficacy between Academic Stress and College Adjustment in First Year Nursing Students", *The Korean Journal of Fundamentals of Nursing*, vol.19, no.2, pp.261-268, 2012. DOI: <https://dx.doi.org/10.7739/jkafn.2012.19.2.261>
- [4] S. Hurtado, D. F. Carter, A. Spuler, "Latino Student Transition to College: Assessing Difficulties and Factors in Successful College Adjustment", *Research in Higher Education*, vol.37, no.2, pp.135-157, 1996. DOI: <https://dx.doi.org/10.1007/BF01730113>
- [5] S. Y. Min, "Adjustment Experiences of Students in Nursing Education", *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nursing*, vol.15, no.4, pp.409-419, 2006. DOI: <https://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2648.2000.01534.x>
- [6] J. Spouse "An impossible Dream? Image of Nursing held by pre-Registration Students and their Effect on sustaining Motivation to become Nurse," *Journal of Advanced Nursing*, vol.32, no.3, pp.730-739, 2000. DOI: <https://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2648.2000.01534.x>
- [7] N. J. Pender, Health promotion in nursing practice. p.1-438, Appleton-Century-Crofts, 1996, .
- [8] H. Cho, S. J. Lee, R. S. Cui, "Comparison of Health Promotion Lifestyles and Self-Esteem of Korean and Chinese Nursing Students", *Journal of Korean Academy of psychiatric and mental health nursing*, vol.19, no.1, pp.22-33, 2010.
- [9] Y. K. Kim, H. Ju, "The Effects of Stress and Health Status on Adaptation to College Life among College Students", *Journal of Sport and Leisure Studies*, vol.56, no.1, pp.749-757, 2014.
- [10] R. S. Lazarus, J. B. Cohen, Environment Stress, In:Attman, I & Wohlwill, J.F.(Eds). Human Behavior and Environment. Current Theory and Research, p.1-284, Plenum Press, 1977.
- [11] S. S. Noh, Y. R. Cho, M. K. Choi, "The Influences of Self-Compassion and Life Stress on suicidal Ideation among Undergraduate Students: mediating Roles of Rumination and Depression", *The Korean Journal of Clinical Psychology*, vol. 33, no. 4, pp. 735-754, 2014.
- [12] G. Felsten, "Stress Reactivity and Vulnerability to depressed Mood in College Student," *Personality Individual Differences*, vol. 36, no.4, pp.789-800, 2004. DOI: [https://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00152-1](https://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00152-1)
- [13] A. Bandura, Social Foundation of Thought and Actio. p.335-453, Englewood Cliffs, 1986.
- [14] H. J. Hwang, Y. W. Choi, "The Effects of Parent's Child-rearing Attitudes perceived by their Children on Self-Efficacy and academic Achievement", *Journal Social Science*, vol.22, no.1, pp.285-304, 2003.
- [15] K. A. Kang, H. Y. Cho, "Mediating Effect of Social Support on the Relationship between Self-Efficacy and Adjustment to University Life", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, vol.19, no.3, pp.210-218, 2018. DOI: <https://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.3.210>
- [16] E. J. Jo, H. K. Lee, "The Study of Adaptation to College Life in Single Parent Family", *Journal of Christian Education Information*, vol.48, no.-, pp.237-263, 2016.
- [17] J. K. Kim, B. H. Shin, S. W. Jang, "The Effect of Disability Acceptance and Interpersonal Competence on College Adjustment of College Students with Disabilities", *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, vol.7, no.14, pp.65-82, 2017. DOI: <https://dx.doi.org/10.22251/ilcci.2017.17.14.65>
- [18] J. A. Jung, H. S. Bu, "A study on the Perception Types of International Students toward College Life Adaptation in Korea," *Multicultural Education Studies*, vol.11, no.3, pp.169-198, 2018. DOI: <https://dx.doi.org/10.14328/MES.2018.9.30.169>
- [19] E. A. Kim, K. I. Park, "Factor Affecting Adjustment of Freshmen Nursing Students to College Life". *Journal of Korean Academic Society Nursing Education*, vol.20, no.2, pp.234-243, 2014. DOI: <https://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2014.20.2.234>
- [20] K. H. Yang, J. R. Lee, B. N. Park, "Factors Affecting Adaptation to School Life of Freshmen Enrolled in Nursing at a Junior College", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol.18, no.1, pp.5-13, 2012. DOI: <https://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2012.18.1.005>
- [21] E. A. Kim, K. S. Jang, "Developing a Prediction Model regarding Adjustment of Nursing Students to College Life", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol.18, no.2, pp.312-322, 2012. DOI: <https://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2012.18.2.312>
- [22] S. O. Choi, J. K. Park, S. H. Kim, "Factors influencing the Adaptation to the College Life of Nursing Students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol.21, no.2, pp.182-189, 2015. DOI: <https://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2015.21.2.182>
- [23] Y. H. Kim, "Influence of academic Self-Efficacy and Department Satisfaction on College Life Adaptation of Nursing Freshman", *Journal of the Korea*

- Academia-Industrial cooperation Society*, vol.17, no.11, pp.104-113, 2016.
DOI: <https://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.11.104>
- [24] H. S. Song, E. S. La, Y. H. Jeon, K. I. Jung, "Factors influencing College Life Adaptation in Nursing Students", *Journal of Korean Living Environment System*, vol.23, no.1, pp.72-81, 2016.
DOI: <https://dx.doi.org/10.21086/ksles.2016.02.23.1.72>
- [25] W. H. Jun, M. J. Jo, H. J. Na, "Relationships between Anger Expression, social Supports and Adjustment to College Life among Nursing Students", *The Korean Contents Society*, vol.15, no.3, pp.219-228, 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5392/ikca.2015.15.03.219>
- [26] H. Y. Jung, "The Convergence Influence of Life Stress, Depression and Ego Resiliency on College Life Adaptation in Nursing Students", *Journal of Digital Convergence*, vol.14, no.7, pp.259-268, 2016.
DOI: <https://dx.doi.org/10.14400/JDC.2016.14.7.259>
- [27] H. Y. Kang, E. Y. Choi, "Stress, Stress coping Methods, and College Adjustment according to behavioral Styles in Freshman Nursing Students", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol.21, no.3, pp.289-297, 2015.
DOI: <https://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2015.21.3.289>
- [28] B. N. Park, J. S. Park, J. R. Lee, "Factors affecting Adaptation to School Life among Nursing Junior College Freshmen", *Journal of Korea Society of Health Information and Health Statistics*, vol.34, no.2, pp.153-164, 2009.
- [29] H. J. Jo, H. N. Park, M. J. Kang, S. J. Lee, "Sophomores in University Need Attention: Research on College Students' Self-Esteem and Societal Support Relationship", *Annual Scholarship Presentation Thesis of Psychological Society*, vol.1, no.-, pp.436-436, 2014.
- [30] R. W. Baker, B. Siryk, *Student Adaptation to College Questionnaire Manual*. Weston Psychological Services, 1989.
- [31] E. Kim, K. I. Park, "Factor Affecting Adjustment of Freshmen Nursing Students to College Life", *Journal Korean Academy Society Nursing Education*, vol.20, no.2, pp.234-243, 2014.
DOI: <https://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2014.20.2.234>
- [32] F. Franz, "Statistical Power Analyses using G*power 3.1: Tests for Correlation and Regression Analysis", *Behavior Resarch Method*, vol.41, no.4, pp.1149-1160, 2009.
- [33] H. E. Kim, *ICU Nurses' Health promoting Behavior, Depression & Job Stress*. Master's thesis, Kyungpook National University, Daegu, Korea, 2011.
- [34] K. K. Jeon, K. H. Kim, J. S. Yi, "Development of the Revised Life Stress Scale for College Students", *Korean Journal of Psychology: Health*, vol.5, no.2, pp.316-355, 2000.
- [35] Y. K. Lee, E. G. Ji, "Development of Self-Efficacy Scale," *Korean Journal of Social Science*, vol.36, no.1, pp.5-31, 2017.
DOI: <https://dx.doi.org/10.18284/jss.2017.06.36.1.5>
- [36] Y. J. Lee, *The Non-Residential Students' Adaptation to College Life and Career Plans*. Master's thesis, Ewha Women University, Seoul, Korea, 1999.
- [37] Y. N. Young, S. Y. Moon, "The Impact of Health Status, Health Promoting Behaviors, and Social Problem Ability on College Adjustment among Nursing Students", *Journal Korean Academy Society Nursing Education*, vol.19, no.1, pp.33-42, 2013.
DOI: <https://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2013.19.1.33>
- [38] H. J. Lee, H. K. Kim, "The Effect of Intoxication in SNS and Stress of University life on the Adaption of University Life among University Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, vol.16, no.6, pp.3944-3953, 2015.
DOI: <https://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.6.3944>
- [39] D. P. Moreira, A. R. F. Furegato, "Stress and Depression among Students of the last Semester in Two Nursing Courses", *Revista Latino Americana de Enfermagen*, vol.21, no.-, pp.155-162, 2013.
DOI: <https://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692013000700020>
- [40] H. Y. Kang, E. Y. Choi, "Stress, Stress Coping Methods, and College Adjustment according to Behavioral Styles in Freshman Nursing Students", *Journal Korean Academy Society Nursing Education*, vol.21, no.3, pp.289-297, 2015.
DOI: <https://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2015.21.3.289>
- [41] D. H. Kim, H. H. Paek, "Relationship of Life Stress to College Adjustment in Occupational Therapy Students", *Korean Entertainment Industry Association Spring Forum thesis, Korean Entertainment Industry Association*, Korea, vol.1, pp.129-136, 2015.
- [42] Y. D. Kim, G. S. Kim, "Relationships between Life Stress and Adaptation to University Life in University Students Majoring in Art Therapy: Mediating Effects of Ego-Resilience and Social Support", *Korean Journal of Art Therapy*, vol.24, no.1, pp.25-42, 2017.
- [43] M. Credé, S. Niehorster, "Adjustment to College as Measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A Quantitative Review of its Structure and Relationships with Correlates and Consequences", *Educational Psychology Review*, vol.24, no.1, pp.133-165, 2012.
DOI: <https://dx.doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- [44] H. J. Lee, H. K. Kim, "The Effect of Intoxication in SNS and Stress of University life on the Adaption of University Life among University Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol.16, no.6, pp.3944-3953, 2015.
DOI: <https://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.6.3944>
- [45] H. K. Cho, S. K. Chung, "Relationship among College Life Stress, Alienation and College Adjustment: Focused on Transferred and Non-transferred Nursing Students", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, vol.17, no.5, pp.2779-2793, 2015.

- [46] L. J. Friedlander, G. J. Reid, N. Shupak, R. Cribbie, "Social Support, Self-Esteem and Stress as Predictors of Adjustment to University among First-Year Undergraduates", *Journal of College Student Development*, vol.48, no.3, pp.259-274, 2007.
DOI: <https://dx.doi.org/10.13531/csd.2007.0024>

차 현 수(Hyun-Su Cha)

[정회원]



- 2002년 2월 : 가톨릭대학교 산업보건대학원 산업보건간호학과 (보건학 석사)
- 2015년 8월 : 이화여자대학교 간호대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2015년 9월 ~ 2017년 2월 : 서남대학교 간호학과 조교수
- 2017년 3월 ~ 현재 : 세한대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

보완대체요법, 대학생