ISSN 2093-5986(Print)
ISSN 2288-0666(Online)

The Korean Journal of Health Service Management
Vol.13 No.4 pp.109-119 December 2019
https://doi.org/10.12811/kshsm.2019.13.4.109

보건의료계열 대학생들의 학업소진과 삶의 질과의 관계에서 자기효능감의 매개효과

김윤영[1], 최정준[2], 박효석[2], 장은수[2‡]
[1]국립안동대학교 간호학과, [2]대전대학교 한의예과

Mediating Effect of Self-Efficacy on the Relationship between Academic Burn out and Quality of Life of College Students of Health and Medical Science

YunYoung Kim[1], Jeong June Choi[2], Hyo Seok Park[2], Eunsu Jang[2‡]
[1]Department of Nursing, Andong National University,
[2]Department of Korean Medicine, Daejeon University

<Abstract>

Objectives: The purpose of this study was to find out the relationship between academic burn out and the quality of life of college students of health and medical science, and to examine the mediating effects of self-efficacy on the relationship between them. **Methods:** The data of 379 college students of health and medical science in the Department of Korean Medicine and Nursing located in A and D cities were collected from March to July 2018, and were analyzed using SPSS 24.0 Statistics Program. **Results:** There was no mediating effect of self-efficacy on the Physical Component Score(PCS), which indicates the physical health index of quality of life in relation to academic exhaustion and quality of life of university students. However, the Mental Component Score(MCS), which indicates the mental health index, had a significant effect on the parameter of self-efficacy (β = .382, p <.001). Although the β value for the school exhaustion and MCS decreased from -.382 to -.209, the effect remains significant (β=-.209, p<.001). **Conclusions:** It is considered that the development and the application of a self-efficacy enhancement program is necessary to improve of self-efficacy and reduce academic burn out of college students of health and medical science.

Key Words : Academic Burn Out, Self-Efficacy, Quality of Life, Moderating Effect

‡ Corresponding author : Eunsu Jang(jang.eunsi@gmail.com) Department of Korean Medicine, Daejeon University
* This research was supported by the Daejeon University Research Grants (2019)

• Received : Oct 12, 2019 • Revised : Nov 26, 2019 • Accepted : Dec 24, 2019

Ⅰ. 서론

1. 연구의 필요성

소진이란 지나친 업무 요구로 인한 정서적 탈진 상태로 정신적·사회적·신체적 문제를 불러일으키고 일에 대한 열정이 감소되어 자신이 하고자 하는 일이 더 이상 의미 없게 느껴지는 것을 의미한다[1]. 이러한 소진은 특정 직업군에서만 나타나는 것이 아니라 대학생들 역시 과도한 학업요구로 인해 정서적 고갈, 학업에 대한 냉소적 태도, 학생으로서의 무능력감 등을 경험하면서 학업소진을 경험하고 있다[2].

대학생들의 주요 과제는 학업성취와 취업준비이다. 대학생들은 이 시기에 사회구성원으로서 교양과 전공에 대한 기초지식과 더불어 직업선택을 위한 다양한 경험과 기회를 가져야 한다. 또한, 새로운 문화 및 생활양식을 정립해야 하고, 자기 자신이 당면한 개인적·심리적·사회적 문제를 스스로 헤쳐 나갈 수 있는 힘을 습득해야 한다[3]. 그러나 우리나라 대학생들의 경우 발달과업 달성과정에서 심한 스트레스를 경험하며, 사회·환경적 요인들의 과도한 경쟁으로 인한 학업소진을 경험하면서 정신건강을 위협하고 있다[4].

특히 보건의료계열 대학생들의 경우 진학 목적이 명확하여 진로 불확실성과 취업스트레스가 다른 계열 대학생들에 비하여 다소 적은 것으로 보이나 사람의 생명을 다루는 학문적 특징에서 오는 심리적 부담감을 비롯한 과도한 학업부담, 임상실습에서의 스트레스로 인해 높은 학업소진을 경험하게 된다. 이와 관련하여 보건의료계열 대학생들의 과도한 학습량, 잦은 시험 및 실습 스트레스 노출이 학업소진과 관련이 있다는 연구가 지속적으로 발표되고 있다[5][6][7].

학업소진이 지속될 경우 개인의 신체적·정신적 질병을 유발할 수 있으며, 이미 다양한 선행연구를 통해 보건의료계열 대학생들의 학업소진이 학생들의 우울, 불안, 강박, 자살사고, 삶의 질과 높은 관련성이 있음이 확인되었다[4][5][8].

이렇게 다양한 문제 중에서도 특히 보건의료계열 대학생들의 소진으로 인한 삶의 질 저하는 단순히 개인적인 생활의 만족감 차원을 넘어 전문직업인으로서의 사회적응력 감소 및 직업에 대한 사회적 가치 형성에 부정적인 영향을 끼칠 뿐만 아니라 전문 직업관을 형성하는데 있어 저해요인으로 작용할 수 있으므로 매우 중요하게 다루어져야 할 부분이다[9].

이러한 점에서 보건의료계열 대학생들의 삶의 질 향상을 위해 학생들의 학업소진 감소방안이 필요한 실정이며, 학업소진을 경험하고 있는 학생들을 조기에 발견하여 학습과 생활에 대한 적극적인 지원이 필요하다 여겨진다.

한편 이렇게 과도한 학업부담과 다양한 스트레스로 어려운 상황 속에서도 일부 학생들의 경우 자신의 강점을 적절하게 활용하여 긍정적인 적응양상을 보이기도 하는데 이러한 학습자 수행능력과 학업성취를 예측하는 요인으로 자기효능감이 대두되고 있다[8].

자기효능감은 어떤 행동에 대한 긍정적 결과 혹은 자기에게 영향을 미칠 수 있는 상황을 조절하고 그에 합당한 행동을 선택하며 유지하는데 중요한 정서적 요인이다[10].

자기 효능감 수준의 변화는 소진과 같은 심리적 건강상태 변화와 관련이 높아 학업소진을 감소시키는데 중요한 요인으로 작용하게 된다[11]. 실제로 스페인, 포르투갈, 중국, 네덜란드의 대학생을 대상으로 진행한 연구에서도 대학생들은 학업과 관련된 과업으로 인해 소진을 경험하며, 효능감이 감소한다고 하였다[12].

이러한 측면에서 볼 때 보건의료계열 대학생들의 삶의 질 향상과 학업소진 감소방안 마련을 위해 보건의료계열 대학생들이 느끼는 학업소진 정

도 파악 및 학업소진과 삶의 질 사이에서 자기효능감의 효과를 확인하고, 보건의료계열 대학생들의 삶의 질 향상을 위한 중재방안이 마련되어야 할 것으로 보인다. 더불어 학업소진에 대해서는 심리학적 요인, 성격특성, 사회력 등 다양한 변인이 있을 것으로 추정되며, 이에 대한 고려도 필요하다.

국가의 면허를 받은 보건의료계열은 의사, 한의사, 치과의사, 약사, 한약사, 간호사, 조산사, 임상병리사, 방사선사, 물리치료사, 작업치료사, 치과기공사, 치과위생사, 보건의료정보관리사, 안경사, 응급구조사, 간호조무사 등[13] 다양한 직업군이 있어 모두를 포함하는 연구를 진행하기 어려운 상황이다. 따라서 본 연구에서는 보건의료계열 대학생들 중 6년제 편제를 가지고 있는 한의예학과 학생들과 4년제 편제를 가지고 있는 간호학과 학생들을 임의표집하여 학업소진과 삶의 질의 관계를 파악하고 학업소진과 삶의 질의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 확인하고 보건의료계열 대학생들의 학업소진 감소를 위한 방안을 모색하기 위한 기초자료를 제공하고자 하였다.

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상 및 자료 수집 방법

본 연구는 2018년 03월부터 2018년 07월까지 A시와 D시에 위치한 한의과대학과 간호학과를 중심으로 한 보건의료계열 대학생을 대상으로 자료를 수집하였으며, 총 430명의 대학생이 참가하였다. 대상자 보호를 위해 기관생명윤리심의위원회(Institutional Review Board; IRB) 승인(승인 번호: 1040191-201712-HR-008-01)을 받았다. 연구 진행에서는 대상자에게 본 연구의 목적을 충분히 설명하고 서면 동의를 얻은 후 설문지를 작성하도록 하였다.

대상자들은 자발적으로 참여하였으며, 대상자가 참여를 원하지 않는 경우 언제라도 철회가 가능하다는 내용과 더불어 연구자료의 익명성과 개인정보 비밀보장에 대해 설명하였다. 연구에 참여한 430명의 대상자 중 382명이 설문을 제출하였으며, 이 중 일부 누락된 문항이 있는 3부를 제외한 379부를 분석에 사용하였다.

2. 연구도구

1) 학업소진

본 연구에서 대상자의 학업소진 정도를 측정하기 위하여 Schaufeli 등[14]이 대학생을 대상으로 개발한 MBI-SS(Maslach Burnout Inventory-Student Survey)를 Lee 등[15]이 타당화한 척도를 사용하여 측정하였다. 본 연구에서 사용한 학업소진 측정 척도(MBI-SS)는 총 14문항의 5점 likert 척도이며, '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지로 점수가 높을수록 학업소진 경향이 강한 것을 의미한다. Lee 등[14]의 연구에서 Cornbach α=.77-84였으며, 본 연구에서 Cornbach α=.85이었다.

2) 자기효능감

본 연구에서 대상자의 자기효능감을 측정하기 위해 Bandura[10]의 자기효능감 이론을 근거로 Sherer et al.[16]이 개발한 자기효능감 척도(Self-Efficacy Scale, SES)를 Hong[17]이 번안한 도구를 이용하여 측정하였다. 본 연구에서 사용한 자기효능감 척도는 총 23문항의 5점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 신뢰도는 Cronbach's α=.70-.86이었고 Hong[18]의 연구에서는 Cronbach's α=.86이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's α=.87이었다.

3) 삶의 질

대상자의 삶의 질을 측정하기 위해 건강 관련

삶의 질 측정도구인 SF-12(Short Form‐12 Health Survey Questionnaire)를 사용하였다. SF-12는 Ware & Sherbourne[18]의 Short Form-36 Health Survey Questionnaire(SF-36) 설문지의 단축형 설문으로 총 12문항이며, 신체적 건강지수(Physical Component Score, PCS)와 정신적 건강지수(Mental Component Score, MCS)로 구분된다. SF-12는 미국 Qualitymetric Incorporated로부터 허가를 받았고, SF-12를 이용한 삶의 질 점수계산 역시 Qualitymetric Incorporated가 제공한 계산방법을 이용하였다. SF-12의 측정 점수가 높을수록 삶의 질이 높은 것을 의미한다.

4) 기타 설문

대상자에게 거주형태에 대한 질문을 하여 자기 집에서 출퇴근 하는지와 기숙사 혹은 자취형태로 학교에 다니는지를, 경제상태가 좋은지 나쁜지를 물어서 자기보고식 설문으로 조사하였다. 흡연은 최근 1개월을 기준으로 현재 흡연하는지와 흡연하지 않는지를 나누되 금연기간이 1개월 미만인 자는 흡연자로 분류하였다. 음주여부 역시 최근 1개월을 기준으로 현재 음주하는 자와 음주하지 않는 자를 분류하였다. 이 항목 역시 자가보고식으로 설문조사 하였다.

3. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS 24.0 Statistics Program을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도분석 하였으며, 일반적 특성에 따른 학업소진, 자기효능감은 t-test, ANOVA로 분석하였고 사후검정은 Duncan's test로 분석하였다. 학업소진, 삶의 질, 자기효능감과의 관계는 Pearson's Correlation Coefficient로 분석하였다. 학업소진과 삶의 질과의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 분석하기 위하여 계층적 다중회귀분석(Hierarchical Multiple Regression)을 이용하였다. 학업소진과 삶의 질과의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 검증하기 위해 3가지 회귀방정식을 사용하여 4단계 검증절차를 거쳤다. 첫 단계로 종속변수인 삶의 질을 독립변수인 학업소진에 대해 회귀분석하고 두 번째 단계에서 매개변수인 자기효능감을 독립변수인 학업소진에 대해 회귀분석하였다. 다음 단계로 독립변수인 학업소진이 종속변수인 삶의 질에 미치는 영향에서 자기효능감이 매개변수로 작용하는지에 대해 회귀분석하였으며, 매개효과에 대한 통계적 유의성은 Sobel test로 검증하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성 및 일반적 특성에 따른 학업소진, 자기효능감, 삶의 질

대상자의 일반적 특성을 살펴본 결과 남학생이 190명(50.1%), 여학생이 189명(49.9%)이었으며, 분야별 전공은 간호학이 96명(25.3%), 한의학이 283명(74.7%)이었다. 거주형태의 경우 자가 주택에 거주하고 있는 경우가 79명(20.8%)이었고 나머지 300명(79.2%)은 기숙사에 거주하거나 자취를 하고 있는 것으로 나타났다. 경제상태의 경우 좋다고 응답한 경우가 284명(74.9%), 나쁘다 95명(25.1%)이었으며, 현재 술을 마시지 않는 경우는 177명(46.7%), 술을 마시는 경우가 202명(53.3%)이었다. 흡연의 경우 담배를 피우는 경우가 48명(12.7%), 담배를 피운 경험이 없거나 금연 한 달 이상 된 경우가 331명(87.3%)이었다. 또한, 대상자의 일반적 특성에 따른 학업소진, 자기효능감, 삶의 질을 살펴보았을 때 학업소진의 경우 간호학 전공학생보다 한의학 전공학생의 학업소진 정도가 높았으며(t=-6.143, p=<.001), 현재 음주를 하는 경우(t=-2.578, p=.010)와 흡연을 하는 경우(t=-2.214, p=.027), 학업소진 정도가 높은 것으로 나타났다. 삶의 질의 경우 신

체적 건강지수를 나타내는 PCS 점수가 남성이 여성보다 더 높은 것으로 나타났다(t=3.232, p=<.001)<Table 1>.

3. 대상자의 학업소진, 자기효능감. 삶의 질 정도

대상자의 학업소진, 자기효능감. 삶의 질 정도를 살펴본 결과 학업소진은 평균 55.99±12.94점이었으며, 자기효능감은 77.27±12.04점으로 나타났으며, 삶의 질의 경우 신체적 건강지수를 나타내는 PCS는 51.15±7.29점, 정신적 건강지수를 나타내는 MCS는 42.44±9.67점으로 나타났다<Table 2>.

4. 학업소진, 자기효능감, 삶의 질의 상관관계

학업소진, 자기효능감, 삶의 질의 상관관계를 살펴보았을 때 학업소진의 경우 자기효능감과 부적 상관관계(r=-.438, p<.001)가 있었으며, 삶의 질과는 신체적 건강지수를 나타내는 PCS(r=-.120, p=.019)와 정신적 건강지수를 나타내는 MCS(r=-.367, p<.001) 모두 부적 상관관계가 있음을 확인하였다.

<Table 1> Academic Bourn out, Self-Efficacy, and Quality of Life according to the General Characteristics of Subjects. (N=379)

Variables	Categories	n(%)	Academic Burn out		Self-Efficacy		Quality of Life (PCS)		Quality of Life (MCS)	
			Mean ±SD	t(p)	Mean ±SD	t(p)	Mean± SD	t(p)	Mean ±SD	t(p)
Gender	Male	190(50.1)	57.2± 12.88	1.899 (.058)	78.0± 10.98	1.284 (.200)	52.35± 6.89	3.232 (.001)	41.6± 9.07	-1.560 (.120)
	Female	189(49.9)	54.7± 12.91		76.4± 13.00		49.96± 7.50		43.2± 10.21	
Major	Nursing	96(25.3)	49.2± 12.09	-6.143 (<.001)	75.7± 13.15	-1.390 (.165)	52.1±7 .23	1.578 (.115)	43.7± 9.68	1.509 (.132)
	Korea Medicine	283(74.7)	58.2± 12.44		77.7± 11.62		50.8±7 .29		42.0± 9.65	
Residenc e	Own House	79(20.8)	57.1± 13.07	0.870 (.385)	78.1± 11.62	0.755 (.451)	49.7±7 .84	-1.871 (.062)	43.5± 9.13	1.181 (.238)
	Rent or Dormitory	300(79.2)	55.6± 12.91		77.0± 12.16		51.5±7 .11		42.1± 9.81	
Economic Condition	Good	284(74.9)	55.6± 12.55	-0.872 (.384)	77.8± 11.91	1.749 (.081)	51.33± 7.09	0.806 (.421)	42.9± 9.35	1.812 (.071)
	Bad	95(25.1)	56.9± 14.06		75.4± 12.30		50.63± 7.86		40.9± 10.47	
Drinking	No	177(46.7)	54.1± 13.33	-2.578 (.010)	76.8± 12.32	-.582 (.561)	50.9±7 .23	-0.416 (.678)	42.3± 9.63	-0.162 (.871)
	Yes	202(53.3)	57.5± 12.40		77.6± 11.81		51.3±7 .36		42.5± 9.74	
Smoking	No	331(87.3)	55.4± 13.03	-2.214 (.027)	77.3± 12.16	0.407 (.684)	51.1±7 .40	0.084 (.933)	42.7± 9.66	1.564 (,119)
	Yes	48(12.7)	59.8± 11.74		76.6± 11.28		51.0±6 .54		40.4± 9.64	

<Table 2> Level of Academic Burn out, Self-Efficacy and Quality of Life (N=379)

Scales	Mean±SD	Min	Max
Academic Burn out			
Exhaustion	21.41±6.77	5	35
Inability	19.13±4.92	5	35
Antipathy	15.44±5.76	4	28
Total	55.99±12.94	14	87
Self-Efficacy			
General Self-Efficacy	57.99±9.40	24	83
Social Self-Efficacy	19.27±4.30	7	30
Total	77.27±12.04	37	110
Quality of Life			
Physical Component Score (PCS)	51.15±7.29	25.01	67.93
Mental Component Score (MCS)	42.44±9.67	8.35	66.35

<Table 3> Correlation between Academic Burn out, Self-Efficacy, Quality of Life of Subjects. (N=379)

Variables	Academic Burn out	Self-Efficacy	Quality of Life (PCS)	Quality of Life (MCS)
	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)
Academic Burn out	1			
Self-Efficacy	-.438 (<.001)	1		
Quality of Life (PCS)	-.120 (.019)	.115 (.025)	1	
Quality of Life (MCS)	-.367 (<.001)	.473 (<.001)	-.211 (<.001)	1

또한, 자기효능감의 경우 정신적 건강지수를 나타내는 MCS와 정적 상관관계가 있었으며(r=.473, p<.001), PCS는 MCS와 부적 상관관계(r=-.211, p<.001)가 있는 것으로 나타났다<Table 3>.

5. 학업소진과 삶의 질의 관계에서 자기효능감의 매개효과

학업소진이 삶의 질에 미치는 영향에서 자기효능감의 매개효과를 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제시한 조건에 따른 검증 절차를 따랐다. 1단계에서 독립변수인 학업소진이 매개변수인 자기효능감에 유의미한 영향을 검증하기 위해 단순 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 학업소진은 자기효능감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=-.438, p=<.001). 다음 2단계로 독립변수인 학업소진이 종속변수인 삶의 질에 유의한 영향을 미치는가를 확인하기 위해 삶의 질을 나타내는 신체적 건강지수(PCS)와 정신적 건강지수(MCS)를 구분하여 단순회귀분석을 실시하였으며, 그 결과 학업소진은 삶의 질의 신체적 건강지수를 나타내는 PCS(β=-.120, p=.019)와 정신적 건강지수를 나타내는 MCS(β=-.376, p<.001) 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

마지막 3, 4단계에서는 독립변수인 학업소진이 종속변수인 삶의 질에 미치는 영향에서 매개변수인 자기효능감의 매개효과를 검증하기 위해 다중회귀분석을 하였다. 3단계의 경우 독립변수가 통제된 상태에서 매개변수가 종속변수에 미치는 영향을 파악하는 단계이며, 4단계는 3단계 독립변수의

종속변수에 대한 효과가 1단계 독립변수의 효과보다 줄어드는 것을 확인하는 단계이다. 먼저 신체적 건강지수를 나타내는 PCS의 경우 3단계에서 독립변수인 학업소진이 통제된 상태에서 매개변수인 자기효능감이 종속변수인 PCS에 미치는 영향력이 유의하지 않았다(β=.078, p=.173). 4단계에서는 1단계 독립변수인 학업소진이 종속변수 PCS에 미치는 영향력(β=-.120, p=.019)이 3단계에서 학업소진과 자기효능감을 동시에 투입하자 학업소진이 PCS에 미치는 영향력에 유의성이 없어져 매개효과가 없는 것으로 나타났다. 또한, 정신적 건강지수를 나타내는 MCS의 경우 독립변수인 학업소진이 통제된 상태에서 매개변수인 자기효능감이 MCS에 미치는 설명력이 유의하면서(β=.382, p<.001) 독립변수인 학업소진과 MCS에 대한 β값이 -.376에서 -.209로 감소하였으나 유의성이 사라지지는 않아(β=-.209, p<.001) 부분 매개하는 것으로 나타났다. 자기효능감의 매개효과에 대한 유의성 검증을 위해 Sobel test를 실시한 결과, 학업소진과 정신적 건강지수(MCS)와의 관계에서 자기효능감의 매개효과가 유의한 것으로 확인되었다(Z=5.639, p=.001)<Table 4>.

Ⅳ. 고 찰

보건의료계열 대학생들의 과도한 학습량과 임상실습으로 인한 학업소진은 그동안 꾸준하게 문제점으로 제기되어 왔으며, 이러한 학업소진으로 인해 전공에 대한 만족감 저하는 물론 우울, 불안, 강박증, 편집증, 정신증, 자살사고와과 같은 정신과적 문제가 발생하기도 하는 등 보건의료계열 대학생들의 삶의 질 저하와 깊은 관련이 있는 것으로 나타났다[4][5][7]. 이에 본 연구에서는 보건의료계열 대학생들의 학업소진과 삶의 질의 관계를 파악하고 학업소진과 삶의 질의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 확인하여 보건의료계열 대학생들의 학업소진 감소를 위한 방안을 모색하고자 하였다.

<Table 4> Mediating Effect of Self-Efficacy between Academic Burn out and Quality of Life (N=379)

		β	t	p	R^2	Adj. R^2	F	p
PCS	BO→SE	-.438	-9.458	<.001	.192	.190	89.458	<.001
	BO→PCS	-.120	-2.352	.019	.014	.012	5.530	.019
	BO, SE→PCS	-	-	-	.019	.014	3.703	.026
	SE→PCS	.078	1.366	.173	-	-	-	-
	BO→PCS	-.086	-1.518	.130				
MCS	BO→SE	-.438	-9.458	<.001	.192	.190	89.458	<.001
	BO→MCS	-.376	-7.878	<.001	.141	.139	62.064	<.001
	BO, SE→MCS	-	-	-	.259	.255	65.797	<.001
	SE→MCS	.382	7.736	<.001	-	-	-	-
	BO→MCS	-.209	-4.227	<.001				

* Sobel Test Statistic : MCS=5.639
* BO=Burn out, SE-=Self-Efficacy, PCS=Physical Component Score, MCS=Mental Component Score

An et al.[19]은 학업소진에 영향을 미치는 요인으로 음주와 흡연을 같이 조사한 바 있으며, 본 연구에서도 이를 참고하여 일반적으로 학생들이 많이 노출되어있는 음주와 흡연의 사회력, 거주형태와 더불어, 재정상태 등의 차이를 같이 살펴보았다.

대상자의 일반적 특성에 따른 학업소진 정도를 살펴보았을 때 성별에 따른 차이는 나타나지 않았다. 이는 남녀의 성별 구분 없이 보건의료계열 대학생이라면 누구나 학업소진을 경험한다는 것임을 알 수 있으며, 의과대학생을 대상으로 연구한 Lee와 Jeon[8]의 결과와 일치한다. 또한, 본 연구에서는 음주, 흡연, 거주형태 및 경제상태에서도 군간 차이를 나타내지 않았다. 이는 연구 참여 학생들의 소진이 통상적으로 성별이나 사회력 등에 기인하지 않음을 의미한다.

하지만 전공 분류에 따른 학업소진 정도의 경우 한의대학생의 학업소진이 간호대학생보다 더 심한 것으로 나타났다. 이는 한의대학생의 경우 졸업하기 위해 6년의 학사과정을 이수해야 하므로 3년 혹은 4년의 교육과정으로 구성된 간호대학생 보다 학업부담이 더 심하기 때문으로 여겨진다. 실제로 본 연구에 참여한 한의대학생의 경우 연간 평균 교육주수가 38주였으며, 졸업 시 이수해야 하는 전공 학점은 평균 178.5학점으로 나타나 학교마다 차이는 있으나 일반 4년제 대학에서 학위취득을 위해 이수해야 하는 최소 기준인 전공 60학점 이상, 총 140학점 이상인 기준에 비하여 높은 수준이었다. 또한, 한의대학의 경우 유급제도가 있어 이로 인한 스트레스가 매우 심하기 때문으로 여겨진다. 의대생들의 유급경험에 관한 질적연구에 따르면 유급경험은 학생들의 자아정체감의 심각한 혼란과 함께 자신감을 상실 및 열등감을 느끼게 되며, 심한 경우 우울증을 경험하기도 한다고 하여 이러한 결과를 설명해 준다[6].

삶의 질을 측정하는 다양한 도구 중 SF-12의 경우 기존의 SF-36을 간단하게 축약한 도구로 총 12개 문항, 9개 하부 영역으로 구성되어 신체적 건강지수(Physical Component Score, PCS)와 정신적 건강지수(Mental Component Score, MCS)에 대한 내용으로 건강관련 삶의 질을 측정할 수 있다. SF-12를 이용한 삶의 질 측정은 비교적 동질성이 있는 집단 구성원의 건강관련 삶의 질 측정에 적절하다고 알려져 있으며[20], 신뢰도와 타당도가 검증되어 있어 다양한 분야에서 사용되고 있다. SF-12 도구를 이용하여 보건의료계열 대학생들의 일반적 특성에 따른 삶의 질을 분석한 결과 성별에 따른 차이가 나타났으며, 남성의 경우 신체적 건강지수를 나타내는 PCS 점수가 더 높게 나타났다.

일반적으로 남성이 여성보다 체력 및 신체적 발달수준이 높을 것으로 알려져 있는데, 여성의 경우 남성보다 신체적 불편에 대한 인지 정도가 더 예민하여 남성보다 질병이나 신체적 손상을 더 심각하게 받아들이는 경향이 있기 때문이라 여겨진다[21].

보건의료계열 대학생들의 학업소진, 자기효능감 삶의 질의 상관관계를 살펴본 결과 학업소진과 자기효능감이 부적 상관관계가 있음을 확인하였다. 간호대학생을 대상으로 소진과 자기효능감의 관계를 살펴본 Jeon & Oh[7]의 연구에 의하면 자기효능감이 높을수록 소진이 줄어든다고 하였으며, Lee와 Jeon[8]의 연구에서도 자기효능감이 학업소진을 37% 설명하는 것으로 나타났다. 자기효능감은 새로운 상황에서 지식과 기술을 습득하여 수행하는데 바탕이 되는 정서적 요인으로[22], 자기효능감이 낮은 사람은 새로운 행동을 시도하는데 어려움을 느끼는 경우가 많아[23] 소진을 쉽게 경험하는 것으로 여겨진다.

학업소진과 삶의 질의 상관관계를 살펴본 결과에 의하면 학업소진과 삶의 질을 나타내는 항목 중 신체적 건강지수를 나타내는 PCS뿐만 아니라

정신적 건강지수를 나타내는 MCS에서도 모두 부적 상관관계를 보였다. 이는 학업소진이 의대생의 삶의 질과 높은 관련성이 있음을 주장한 선행연구 결과와[5] 학업소진과 개인의 삶의 질을 평가는 개념으로 알려진 심리적 안녕감과 부적 상관관계를 밝힌 Shon & Jeong[24]의 연구와도 어느 정도 일치하는 결과라 할 수 있다. 반면 자기효능감은 삶의 질과 정적 상관관계가 있음이 확인되었다. 자기효능감은 자신에게 주어진 업무를 실행하고 조직화하는 자신의 능력에 대한 평가로[10] 자기효능감이 높은 사람은 능동적이고 계획적으로 업무에 참여하여 주어진 일을 성공적으로 수행하게 되므로 삶의 질을 결정하는 중요한 요인으로 여겨진다[25]. 이러한 측면에서 볼 때 자기효능감이 낮을수록 삶의 질이 저하되는 것으로 여겨진다.

학업소진과 삶의 질의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 살펴본 결과 학업소진과 삶의 질의 관계에서 신체적 건강지수를 나타내는 PCS의 경우 자기효능감의 매개효과가 없었으나 정신적 건강지수를 나타내는 MCS의 경우 자기효능감의 매개효과가 확인되었다.

이러한 결과는 보건의료계열 대학생들의 신체적 건강지수의 경우 자기효능감이 크게 영향을 미치는 못하는 것으로 여겨지며, 과도한 학습시간과 임상실습으로 인한 신체적 문제는 자기효능감으로 해결하기 힘든 부분이라 여겨진다. 그러나 정신적 건강지수의 경우 삶의 질과의 관계에서 자기효능감의 매개효과가 확인되어 보건의료계열 대학생들의 건강관련 삶의 질의 정신적 건강지수 향상을 위해 자기효능감 증진을 위한 다양한 노력이 요구된다.

특히 자기효능감은 대학생들의 학업 성취도뿐만 아니라 학업지속성을 결정하는 예측인자로도 중요하게 다루어지고 있는 개념이므로[8] 학업소진으로 지친 보건의료계열 대학생들의 자기효능감 향상을 위한 프로그램 개발 및 효과적인 적용 방안 모색이 필요하다 여겨진다. 다만, 본 연구에서는 소진에 영향을 미치는 다른 요인, 즉 심리적 요인, 개인적 성격특성, 학년별 특성 등에 대해서 같이 조사를 하지 못했고, 더불어 보건의료계열 전체 학생을 포함하지 못하여 이 결과를 일반화하기 어려운 점이 있다. 향후 효과적인 프로그램 개발 시 업종별, 분야별로 자기효능감과 상관관계를 파악해 볼 필요가 있다.

Ⅴ. 결론

본 연구에서는 보건의료계열 대학생들의 학업소진과 삶의 질의 관계를 파악하고 학업소진과 삶의 질의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 확인하여 보건의료계열 대학생들의 학업소진 감소를 위한 방안을 모색해 보기 위해 시도되었다. 연구결과 보건의료계열 대학생들의 학업소진과 삶의 질의 관계에서 삶의 질의 신체적 건강지수를 나타내는 PCS의 경우 자기효능감의 매개효과가 없었으나 정신적 건강지수를 나타내는 MCS의 경우 자기효능감의 매개효과가 확인되었다. 이는 보건의료계열 대학생들의 정신적 삶의 질 향상을 위해 자기효능감 고취를 통한 효과적인 중재가 필요함을 시사한다. 따라서 보건의료계열 대학생들의 학업소진 감소뿐만 아니라 학생들의 자기효능감 증진에 초점을 두고 자기효능감 향상 프로그램 개발 및 적용을 통한 관리가 필요하다고 여겨진다. 본 연구는 2개 도시에 위치한 한의과대학 및 간호대학 학생들을 대상으로 시행하였으므로 본 연구결과를 전체 보건의료계열 대학생에게 일반화하기에 어려움이 있다. 따라서 전국의 의과대학 및 기타 보건의료계열 대학을 포함한 후속연구의 필요성과 대학생들의 자기효능감 증진 프로그램 개발 및 효과검증에 대한 후속연구를 제언하는 바이다.

REFERENCES

1. C. Maslach, S.E. Jackson, M. Leiter(1996), Maslach Burnout Inventory Manual (3rd ed.), Palo Alot, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
2. S.R. Jacobs, D.K. Dodd(2003), Student Burnout as a Function of Personality, Social Support, and Workload, Journal of College Student Development, Vol.44(3);291-303.
3. R.W. Baker, B. Siryk(1984), Measuring Academic Motivation of Matriculating College Freshmen, Journal of College Student Personnel, Vol.25(5);459-464.
4. C.M. Hong(2015), The Relationship between Burnout using MBI-SS and Mental Health in Nursing Students, Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology, Vol.5(4);353-362.
5. L.N. Dyrbye, M.R. Thomas, F.S. Massie, D.V. Power, A. Eacker, W. Harper, S. Durning, C. Moutier, D.W. Szydlo, P.J. Novotny, J.A. Sloan, T.D. Shanafelt(2008), Burnout and Suicidal Ideation among U.S. Medical Students, Annals of Internal Medicine, Vol.149(5);334-41.
6. S.H. Kim, W.T. Jeon(2008), The Failure Experiences of Medical School Students: A Qualitative Study, Korean Journal of Medical Education, Vol.20(4);351-362.
7. M.K. Jeon, J.W. Oh(2017), Relationship between Rudeness, Burnout, Major Satisfaction and Self-Efficacy which Nursing Students Experience during Clinical Practice, Journal of Digital Convergence, Vol.15(1);339-346.
8. S.H. Lee, W.T. Jeon(2015), The Relationship between Academic Self-Efficacy and Academic Burnout in Medical Students, Korean Journal of Medical Education, Vol.27(1);27-35.
9. B.H. Son, Y.M. Kim, I.G. Jun(2011), A Study on Nursing Students' Job-Esteem, Work Values, and Satisfaction of Their Major. Journal of the Korean Academy of Health and Welfare for Elderly, Vol.20(3);240-249.
10. A. Bandura(1977), Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. Psychological Review, Vol.84(2);191-215.
11. M. Salanova, S. Agut, J.M. Peiro(2005), Linking Organizational Resources and Work Engagement to Employee Performance and Customer Loyalty: The Mediation of Service Climate, Journal of Applied Psychology, Vol.90;1217-1227.
12. Q. Hu, W.B. Schaufeli(2009), The Factorial Validity of the Maslach Burnout Inventory – Student Survey in China, Psychological Reports, Vol.105(2);394-408.
13. Korea Health Personnel Licensing Examination Institute, http://www.kuksiwon.or.kr/
14. W.B. Schaufeli, I.M. Martinez, A.M. Pinto, M. Salanova, A.B. Bakker(2002), Burnout and Engagement in University Students a Cross-National Study, Journal of Cross-Cultural Psychology, Vol.33(5);464-481.
15. S.H. Lee, D.Y. Lee(2013), The Study of Validation for the Academic Burn out Scale, Asian Journal of Education, Vol.14(2);165-187.
16. M. Sherer, J.E. Maddux, B. Mercandante, S. Prentice-dunn, B. Jacobs, R.W. Rogers(1982), The Self-Efficacy Scale: Construction and Validation, Psychological Reports, Vol.51(2);663-671.
17. H.Y. Hong(1995), The Relationship of Perfectionism, Self-Efficacy and Depression, Master Dissertation, Ewha Woman's University, Seoul.
18. J.E. Ware, C.D. Sherbourne(1992), The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36): I.

Conceptual Framework and Item Selection, Medical Care. Vol.30(6);473 - 483.

19. M.J. An, A.Y. Kang, Y.A. Kim, M.J. Kim, Y.L. Kim, H.W. Kim, Y.S. Na, Y.Y. Hwang(2017), Comparison of Academic Engagement, Academic Burnout, Stress, and Social Support by Grade among Undergraduate Nursing Students, Journal of the Korean Society of School Health, Vol.30(2);113-123.
20. S. Ziebland(1995), The Short form 36 Health Status Questionnaire: Clues from the Oxford Region's Normative Data about its Usefulness in Measuring Health Gain in Population Surveys, Journal of Epidemiology and Community Health, Vol.49(1);102-105.
21. K.H. Jeong, Y.J. Jo, Y.H. Oh, J.K. Byun, Y.C. Byun, H.S. Moon(1998), A National Survey on the Elderly Living Status and Welfare Needs, Korea Institute for Health and Social Affairs, Seoul.
22. K.H. Park(2005), The Influence of Learned Helplessness and Failure Tolerance on the Academic Achievement and Job Performance, Knowledge Management Research, Vol.9(1);61-76.
23. S.J. Whang(2006), The Relationship between Clinical Stress, Self-Efficacy, and Self-Esteem of Nursing College Students, The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, Vol.12(2);205-213.
24. K.S. Shon, S.M, Jeong(2017), A Moderating Effect of Social Support between Academic Burnout and Psychological Well-Being of Medical School Students, Journal of Learner Centered Curriculum and Instruction, Vol.17(1);177-196.
25. D.S. Byun, Y.H. Yom(2009), Factors Affecting the Burnout of Clinical Nurses - Focused on Emotional Labor, Journal of Korean Academy of Nursing Administration, Vol.15(3);444-454.