

# 간호대학생의 교내 저염식이 캠페인 참여 경험

김수이<sup>1</sup>, 이상준<sup>2\*</sup>, 김은아<sup>2</sup>

<sup>1</sup>화순전남대학교병원 내과계중환자실 간호사, <sup>2</sup>동신대학교 간호학과 교수

## Experience of Nursing University Students Participating in Low-Salt Diet Campaign

Su-I Kim<sup>1</sup>, Sang-Jun Woo<sup>2\*</sup>, Eun-A Kim<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Registered Nurse, Medical intensive care unit, Hwasun Chonnam university hospital

<sup>2</sup>Professor, Department of nursing, Dongshin University

**요약** 본 연구의 목적은 교내 저염식이 캠페인 참여 경험이 간호대학생에게 미치는 교육적 효과를 확인하고 그 내용을 분석하고자 하는 연구이다. 연구대상은 N시에 위치한 D대학교에서 진행한 교내 저염식이 캠페인에 참여한 간호학과 2~3학년 학생 36명 중 32명이다. 연구분석방법은 원자료 중 의미있는 단어 별로 고유번호 부여하여 요인 확정하고 1차, 2차, 3차 영역으로 분류한 후 SPSS 23.0 프로그램을 사용하여 빈도분석 하였다. 대상자의 교내 저염식이 캠페인 참여 후 경험은 3가지 유형으로 분류되었다. 연구결과를 기초하여 간호대학생의 참여 학습의 교육적 효과 및 다양한 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용되고자 한다.

**주제어** : 경험, 간호대학생, 저염식이, 캠페인, 참여

**Abstract** The purpose of this study is to investigate the educational effect of participation experience in nursing university students and to analyze the content. The subjects of this study were 32 of the 36 students in the 2nd to 3rd grade nursing students who participated in the D university in N city. Data analysis was classified into primary, secondary, and tertiary domains by assigning unique numbers to meaningful words in the original data. Participants were classified into three types of experiences after participating in the campus low salt diet campaign. Based on the results of this study, It was found that the experience of participating in and experiencing the education program of the nursing university students is educational effect.

**Key Words** : Experience, Nursing University Students, Low-Salt Diet, Campaign, Participating

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

저염식은 세계보건기구(World Health Organization, WHO)에서 권고한 하루 소금 섭취 권장량인 5g, 나트륨 2,000mg 이하[1]의 기준에 맞게 식단을 짜놓은 것이다. 그러나 이 권장량에 비해 보건복지부가 발표한 우리나라

하루 평균 나트륨 섭취량은 4,791mg(=소금 12g)으로 약 2배 이상 높다[2].

심장질환은 우리나라 인구 10만 명당 52.4%의 사망률을 보이며 2014년 사망원인 2번째이고[3] 고혈압은 심혈관질환의 주요 위험요인인데 전 세계적으로 심혈관 질환으로 인한 사망의 57%가 고혈압에 의한 것이며, 전체 사망의 약 14% 정도를 차지한다[4]. 이같은 고혈압을

\*Corresponding Author : Sang-Jun Woo(woosj@dsu.ac.kr)

Received June 22, 2020

Accepted August 20, 2020

Revised July 27, 2020

Published August 28, 2020

유발하는 주요 인자는 나트륨 섭취와 관련되어 있어[5] 짜게 먹는 사람일수록 혈압 상승이 촉진되고, 뇌출혈, 뇌색중 등 대부분의 뇌혈관질환이나 심장병과 같은 만성질환으로 발전할 수 있는 가능성이 높다[6].

나트륨 섭취는 외식 빈도와 관련성이 있는데[7], 특히 20~30대의 외식 빈도가 높아[8] 젊은 층에서 나트륨 섭취량이 많다고 볼 수 있다. 이들은 현재 자신들이 건강하다는 생각으로 저염식에 대한 관심이 적고, 짜게 먹는 식습관으로 인한 나쁜 영향이 즉시 나타나지 않는다. 그러나 이런 식습관은 중·장년기에 이르러 심장질환 및 고혈압 등 만성질환으로 발전될 가능성이 높다. 따라서 대학생들을 대상으로 저염식에 관한 교육을 하는 것은 그 의미가 크다고 볼 수 있다[9].

하지만 대학생들은 음식 선택 시 맛과 가격을 가장 중요하게 생각했고, 염분 섭취에 대한 인식은 낮은 편이었다[10]. 대학생들의 이런 식습관은 저염식에 관한 교육을 받지 못한 것이 가장 중요한 요인이라고 할 수 있다[11]. 대학 시절 저염식이로 교정할 수 있는 교육이 이루어진다면 향후 바람직한 식생활을 실천할 수 있을 것이다[10].

대학생들을 대상으로 한 다양한 교육프로그램의 효과는 교육몰입도 뿐만 아니라 교육 효과에 있어서도 긍정적인 영향을 미치며[12], 교육 후 영양지식과 식습관 태도에서 소금 함량이 높은 음식에 대한 섭취 빈도와 외식 횟수도 감소하는 효과를 가져왔다[13].

또한 이론 위주의 대학생들에게 있어 다양한 프로그램 등의 참여 학습은 학생들로 하여금 학업에 있어 능동적으로 작용하여 직접적인 영향을 미치며[24], 참여 학습을 통해 자기 주도 학습능력이 높아지고 수행 자신감 또한 높인다는 연구 결과가 있다[25].

이에 본 연구는 간호대학생 2, 3학년을 대상으로 교내에서 진행한 저염식이 캠페인에 참여를 통해 배운 점, 좋았던 점, 어려웠던 점 및 개선점 등의 경험을 확인하였다. 이를 통해 간호대학생들의 참여 학습의 교육적 효과를 파악 및 다양한 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용하고자 한다.

## 1.2 연구의 목적

본 연구는 교내 저염식이 캠페인 참여 경험이 간호대학생에게 미치는 교육적 효과를 파악하고자 하는 것이다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 교내 저염식이 캠페인 참여 경험이 간호대학생에게 미치는 교육적 효과를 파악하고 그 내용을 분석하고자 하는 내용분석(content analysis) 연구이다.

### 2.2 연구대상

본 연구의 대상은 전남 N시에 위치한 4년제 D대학교에서 진행한 교내 저염식이 캠페인 참여한 간호학과 2~3학년 학생 36명 중 32명을 연구 참여자로 하였다. 연구 참여자에게 연구목적과 절차에 대해 설명하고 연구 참여에 대한 동의를 받았다. 또한 본 연구자는 연구를 통해 알게 된 대상자의 개인정보는 비밀이 보장되고, 연구에 참여를 원하지 않을 때는 언제라도 철회할 수 있음을 고지하였다. 자료는 2018년 9월 17일부터 2018년 11월 30일까지 진행된 저염식이 캠페인 종료 후 개방형 설문지를 사용하여 수집하였다.

### 2.3 연구진행 방법

저염식이 캠페인 활동은 나트륨 섭취 감소를 위해 나트륨줄이기운동본부 자료[14]와 선행연구[15]를 토대로 저염식이 지식, 태도, 이행 단계로 구성하여, 2018년 9월 17일부터 2018년 11월 30일까지 시행하였다. 저염식이 지식은 나트륨 섭취 감소에 대한 이해를 돕고, 태도에 영향을 주며, 나트륨 섭취를 줄이기 위한 실천을 할 수 있도록 저염식이의 정의, 저염식이 실천 방법 등에 관한 특강을 대학병원 임상영양사가 실시하였다. 저염식에 대한 태도는 저염식이 지식의 영향을 받아 저염식이 실천을 유발할 수 있도록 캠페인을 시행하였다.

저염식이 캠페인은 크게 2가지 주제인 '그것이 알고 싶다?! 소금!', '현명한 식품 고르기와 구매하기'로 구성하여 각 주제 별로 2회씩 총 4회로 운영하였다. 캠페인은 간호학과 학생 36명이 주도하여 학생들의 이동이 많은 교내 스쿨버스 정류장, 학교건물 입구 등에서 실시하였다. 저염식이 이행은 저염식에 대한 지식과 태도에 영향을 받아 실제로 나트륨 섭취 감소를 실천하는 것으로 이를 위해 식품영양학과 교수 주도 하에 식품영양학과 학생들이 전교생을 대상으로 짤막테스트를 2회 실시하였다(Table 1 참고).

Table 1. Low-Salt Diets are Campaign Activities.

Purpose	Activities	Count	Contents	preparation materials
Knowledge	Special lecture	1	1st: Lecture by nutritionist at university hospital(N: 100)	Lecture materials
Attitude	Campaign	4	1st: Want to know that?! Salt!(N: 1,350) 2nd: Want to know that?! Salt!(N: 1,110) 3rd: Choosing and buying smart foods(N: 1,400) 4th: Choosing and buying smart foods(N: 1,100)	Promotional material (file holder), Banner, Picket, shoulder strap
Practice	Taste test	2	1st: Food and Nutrition department professors and students conduct tests(N: 80) 2nd: Food and Nutrition department professors and students conduct tests(N: 60)	Food model, Reagent

## 2.4 자료분석 방법

본 연구에서 수집된 자료는 Downe-Wamboldt (1992)가 제시한 내용분석(content analysis)의 8단계에 의해 분석하였다[16].

- ① 분석단위 선정(Selecting the unit of analysis)
- ② 범주생성과 정의(Creating and defining the categories)
- ③ 범주정의와 규칙의 사전검사(Pretesting the category definitions and rules)
- ④ 신뢰도와 타당도 확인(Assessing reliability and validity)
- ⑤ 필요 시 코딩규칙의 수정(Revising the coding rules if necessary)
- ⑥ 수정된 범주의 사전검사(Pretesting the revised category scheme)
- ⑦ 모든 자료의 코딩화(Coding all the data)
- ⑧ 신뢰도와 타당도의 재확인(Reassessing reliability and validity)

분석과정에서 타당도와 신뢰도 문제를 해결하기 위하여 1차적으로 귀납적 내용분석의 연구경력이있는 전문가 2인과 함께 논의하여 코딩된 원자료 중 의미 있는 단어 별로 고유번호를 부여하여 분류한 다음 다시 연구진과 전문가의 회의를 통하여 요인들을 확정하였다. 또한 1차 분류된 자료들을 2차 소영역으로 분류하고 3차 대영역으로 분류하였다. 분류된 자료는 SPSS 23.0 프로그램을 사용하여 빈도를 분석하여 빈도수와 비율을 산출하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 참여자의 일반적 특성

참여자의 학년 분포는 2학년과 3학년 각각 16명(50.0%)이었고, 성별은 남학생이 5명(15.6%), 여학생이 27명(84.3%)이었다. 나이는 20~24세 20명(62.5%), 25~30세 7명(21.8%), 31~40세와 41~50세 각각 2명(6.2%) 순이었다(Table 2 참고).

Table 2. General Characteristics of Subject (N=32)

Variable	Categories	n	%
Grade	2nd	16	50.0
	3rd	16	50.0
Gender	Male	5	15.6
	Female	27	84.3
Age	20~24	20	62.5
	25~30	7	21.8
	31~40	2	6.2
	41~50	2	6.2

### 3.2 캠페인 후 참여자의 변화

#### 3.2.1 캠페인 후 참여자의 배운점 분석

캠페인 후 참여자의 배운 점은 1차적으로 16개의 요인으로 범주화 되었으며 2차적으로 7개의 소영역으로 범주화 되었다. 마지막으로 4개의 대영역으로 범주화되었다(Table 3 참고).

1차 분류에서는 '스스로 저염식 식습관의 필요성을 배웠다'라는 배움 요인이 18.7%로 가장 높았고 이어서 '중재활동을 하면서 사람들의 관심을 이끌어 내는 것이 쉽지 않음을 배웠다', '시각적인 자료와 도구가 홍보효과에 좋다는 것을 알게 되었다', '야외에서 홍보활동을 하면서 소극적인 성격을 적극적으로 바꿀 수 있었다', '저염식에 대해서 사람들이 무지함을 알게 되었고 활동의 중요성에 대해 배웠다'라는 배움 요인이 각각 9.3%로 높게 나타났다. 다음으로 '캠페인에 사람들이 관심 갖게 할 수 있는 방법들에 대해 생각했다', '어떤 일을 추진하는데 있어

서 협동심이라는 것이 얼마나 중요한지 알게 되었다’, ‘철저하게 준비를 잘해야 홍보효과가 크다는 것을 배웠다’, 는 배움 요인이 6.2%로 나타났다. 2차 분류 소 영역에서는 ‘저염식의 중요성에 대해 배움’이 28.1%, ‘어떻게 홍보 효과를 올릴 수 있는지 배움’이 18.7%, ‘상대방에 대한 반응의 중요성에 대해 배움’, ‘상대방의 관심 유도 방법에 대해 배움’, ‘자신감을 얻음’이 각각 12.5%이었으며 ‘함께 일하는 것의 중요성을 배움’이 9.3%, ‘저염식에 대한 지식을 배움’이 6.2% 순서로 저염식이 증재활동을 통한 배움 요인으로 나타났다.

3차 분류 대 영역에서는 ‘저염식이의 이해’가 34.3%, ‘의사소통 방법’은 31.2%, ‘타인에 대한 이해’는 21.8%, ‘개인적 성장’은 12.5%의 순서로 캠페인 후 참여자의 배움요인으로 나타났다.

3.2.2 캠페인 후 참여자의 좋았던 점 분석

캠페인 후 참여자의 좋았던 점은 1차적으로 10개의 영역으로 범주화되었으며 2차적으로 6개의 소영역으로 범주화되었다. 마지막으로 3개의 대 영역으로 범주화되었다.

1차 분류에서는 ‘다른 학생에게 좋은 정보를 전달할 수 있어서 좋았다’는 요인이 28.1%로 가장 높게 나타났고 다음으로 ‘간호학과 학생으로서 건강과 관련된 캠페인

을 해 볼 수 있어 좋았다’가 15.6%로 나타났고 다음으로 ‘여러 가지 물품을 들고 홍보를 하니 반응이 좋아서 좋았다’는 요인이 12.5%로 나타났다.

2차 분류 소 영역에서는 ‘건강과 관련된 캠페인을 직접 해 볼 수 있어 좋았다’, ‘좋은 정보를 전달할 수 있어 좋았다’가 각각 28.1%로 높았고 다음으로 ‘물품을 통한 홍보 활동이 좋았다’ 18.7%, 여러 사람들과 활동하여 좋았다, ‘스스로 저염식을 실천 할 수 있게 되어 좋았다’ 각각 9.3%로 높았으며 ‘자신감을 키울 수 있어서 좋았다’ 6.2% 순으로 저염식이 증재활동을 통한 좋았던 요인으로 나타났다.

3차 분류 대 영역에서는 ‘실천’이 65.6%, ‘참여’ 28.1%, ‘개인적 성장’ 6.2%의 순서로 캠페인 후 참여자의 좋았던 요인으로 나타났다(Table 4 참고).

3.2.3 캠페인 후 참여자의 어려웠던 점 및 개선점 분석

캠페인 후 참여자의 어려웠던 점 및 개선점은 1차적으로 10개의 영역으로 범주화 되었으며 2차적으로 5개의 소영역으로 범주화되었다. 마지막으로 2개의 대영역으로 범주화되었다.

1차 분류에서는 ‘하교 시간에 학생들이 없어서 홍보하기가 어려웠다’가 37.5%로 가장 높게 나타났고 다음으로 ‘사람들이 무관심해서 어려웠다’는 21.8%로 나타났고 다

Table 3. What was Learned of the Participants

(N=32)

3rd Categories (n/%)	2nd Categories (n/%)	1st Categories (n/%)
Personal growth (4/12.5)	Gain confidence (4/12.5)	Being outdoors, I was able to actively change my passive personality(3/9.3) Through this campaign, I gained confidence that I could do better next time(1/3.1)
Understanding of others (7/21.8)	Learned the importance of the other person's response(4/12.5)	After hearing the reactions of many people, I realized that it was important to respond to others(1/3.1) Campaigns, advertising on the street can know the people's minds(1/3.1) The people can think about ways to get attention(2/6.2)
	Learn the importance of working together(3/9.3)	Felt that it was not easy to work with people(1/3.1) Learned the importance of cooperation(2/6.2)
Communication method (10/31.2)	Learn how to draw attention from others (4/12.5)	Felt that it was not easy to draw people's attention during the campaign(3/9.3) Learned how to approach a stranger(1/3.1)
	Learned how to promote effectively(6/18.7)	Learned that thorough preparation would have a great effect on promote(2/6.2) Learned that visual materials and tools are good for promote(3/9.3) Learned that people can get more positive effects when they get familiar with the campaign(1/3.1)
understanding of low-salt diet (11/34.3)	Learned about the importance of low-salt diet (9/28.1)	People learned ignorance about low-salt diet and learned the importance of activity(3/9.3) learned the need for a low-salt diet myself(6/18.7)
	Learned knowledge of low-salt diet (2/6.2)	Learned processed foods had much higher sodium levels than raw materials(1/3.1) learned that there is a need for awareness of the dangers of sodium that pose a health threat(1/3.1)

Table 4. What was Good of the Participants

(N=32)

3rd Categories (n/%)	2nd Categories (n/%)	1st Categories (n/%)
Personal growth (2/6.2)	Good to be able to build confidence(2/6.2)	It was good to be able to build confidence while explaining(2/6.2)
Participation (9/28.1)	Promotional activities through goods were good(6/18.7)	It was good to think about preparing various items and promoting them the next day(2/6.2) Promotional activities with various items were well received(4/12.5)
	It was good to work with many people(3/9.3)	It was good to meet various people(2/6.2) Learned how to approach a stranger(1/3.1)
Practice (21/65.6%)	It was good to be able to practice that low-salt diet on my own(3/9.3)	It was good to be an opportunity to practice that low-salt diet on my own.(3/9.3)
	It was good to be able to deliver good information(9/28.1)	It was good to give good information to other students(9/28.1)
	It was good to be able to do a health-related campaign myself(9/28.1)	As a student of nursing department, it was good to have a campaign related to health(5/15.6) It was a good opportunity to experience it in person, away from theory(2/6.2) It was good to know better about the campaign(2/6.2)

Table 5. Difficulties and Improvements of Participants

(N=32)

3rd Categories (n/%)	2nd Categories (n/%)	1st Categories (n/%)
Internal difficulties (7/21.8)	Shortage of Promotion personnel(2/6.2)	It was difficult because of the lack of promote personnel during the busy hours of the students(2/6.2)
	Difficulty of producing promotional materials (5/15.6)	The pamphlet is small and has only letters, so it seems that interest has declined(2/6.2) It was difficult to modify promotional materials and make message productions(1/3.1) It was difficult because I was not good at making pamphlets(1/3.1) It was hard because I didn't want to receive promotional materials because I had existing items(1/3.1)
External difficulties (24/75.0)	People's indifference to promotion(8/25.0)	It was difficult because people were indifferent(7/21.8) It was difficult to promote because I was only interested in things rather than the purpose of the campaign(1/3.1)
	People's repulsion of promotion(1/3.1)	It was difficult because of people's reluctance to print promotional materials(1/3.1)
	Shortage of students (15/46.8)	It was difficult to promote because there were no students in school(12/37.5) Many students overlapped at the same time(3/9.3)

음으로 '같은 시간대에 하니 겹치는 학생들이 많았다'가 9.3%로 나타났다.

2차 분류 소 영역에서는 '학생들의 부족'이 46.8%, '사람들의 홍보에 대한 무관심' 25.0%, '홍보물 제작의 어려움' 15.6%, '홍보 인원의 부족' 6.2%, '사람들의 홍보에 대한 거부감' 3.1% 순으로 나타났다.

3차 분류 대 영역에서는 '내부적 어려움' 21.8%, '외부적 어려움' 75.0%의 순서로 캠페인 후 참여자의 어려웠던 점 및 개선 요인으로 나타났다(Table 5 참고).

#### 4. 결론 및 제언

본 연구는 교내 저염식이 캠페인 참여 경험이 간호대 학생 2,3학년을 대상으로 배운 점, 좋았던 점, 어려웠던 점 및 개선할 점에 대한 경험을 확인하여 앞으로 간호학 교과과정에서 교내 캠페인 참여 경험이 미치는 교육적 효과를 파악하고자 시도되었다.

연구에 참여한 학생은 전남 N시에 위치한 4년제 D대 학교에서 진행한 교내 저염식이 캠페인 참여한 간호학과

2~3학년 학생 36명 중 32명이었다. 저염식이 캠페인 활동은 나트륨 줄이기 운동본부 자료[15]와 선행연구[16]를 토대로 저염식이 지식, 태도, 이행 단계로 구성하여, 2018년 9월 17일부터 2018년 11월 30일까지 시행하였다. 캠페인은 간호학과 학생 36명이 주도하여 학생들의 이동이 많은 스쿨버스 정류장, 건물 입구 등에서 실시하였다. 저염식이 캠페인 프로그램에 참여한 학생은 배운 점, 좋았던 점, 어려웠던 점 및 개선할 점으로 경험 요소를 나누었다.

첫째, 배운점에서는 저염식이의 이해, 의사소통 방법, 타인에 대한 이해, 개인적 성장 순으로 분석되었다. 전체 응답자의 가장 많은 수인 저염식이의 이해는 간호대학생의 임상시험 참여경험에 대한 인식 및 지식의 정도를 파악했을 때 참여군이 비참여군보다 지식에 대한 차이가 없다고 했으나[17] 본 연구에서는 비참여군과의 지식의 정도에 대한 비교는 없었지만 배운점에서 가장 많은 학생이 저염식이에 대한 이해를 했다는 데에 있어 의의가 있었다고 생각한다. 의사소통 방법은 배운점 에서 두 번째로 높았는데 이 결과는 의사소통 집단 상담 프로그램을 기업 내에서 실시하여 그 효과를 양적인 방법으로 검증하였을 때 실험 집단의 의사소통 능력이 비교집단보다 높아졌는지를 밝힌 결과 실험집단의 의사소통 능력은 프로그램 직후에 향상되었다는 점에서[18] 본 연구는 비참여군과의 의사소통 방법에 대한 배움의 정도에 대한 비교는 없었지만 의사소통 방법에 대해 두 번째로 많은 학생들이 배웠다는 점에서 위 연구결과와 유사하게 나타났다고 생각한다. 타인에 대한 이해는 세 번째로 높았으며 아직까지 연구 중 프로그램을 통해 타인의 이해에 대한 배움을 얻은 프로그램에 대한 연구는 거의 없었으며, 이번 프로그램을 통해 학생들이 타인에 대한 이해를 배웠다는 점은 이번 연구에서 큰 의미가 있었다고 생각한다. 개인적 성장은 네 번째로 많은 학생들의 배운점이었으며 이 결과는 인본주의 상담이론을 배경으로 자기성장 프로그램을 개발하고, 이를 청소년을 대상으로 실시하여 그 효과를 검증하기 위한 연구와 비교했을 때 개인적 성장이 자기성장 프로그램에 참가한 실험집단 학생들이 프로그램에 참여하지 않은 통제집단 학생들보다 자아개념, 자아실현도, 진로성숙도가 유의미한 수준으로 증가했다는 점에서[19] 본 연구와 유사하게 나타났다고 생각한다.

둘째, 좋은점에서는 실천, 참여, 개인적 성장 순으로 캠페인 후 참여자의 좋았던 요인으로 나타났다. 전체 응답자의 가장 많은 수인 실천은 간호학과 학생들에게 있어 항상 수동적으로 지식을 배우며 익혀왔던 것과 다르

게 직접 캠페인에 참여하여 이론적인 부분에 대해 스스로 교육 자료를 만들어보고 타인에게 지식을 전달하고 교육을 하는 데에 있어서 큰 의미와 좋았던 요인으로 작용했다. 이는 간호대학생을 대상으로 심폐소생술 이론교육과 실습교육을 병행한 실험군과 이론교육만 받은 대조군 간의 교육 효과를 비교한 연구를 보았을 때, 이론과 실습을 병행한 심폐소생술 교육이 더 효과적인 것으로 나타났으며 간호대학생의 심폐소생술 교육 시 단순히 지식을 향상시키는데 초점을 맞추기보다는 이론과 실습을 병행한 교육이 필요하다고 했다[20-23] 본 연구도 항상 이론 중심이었던 간호대학생들에게 저염식이라는 캠페인에 참여시켜 직접 중재활동을 시켜봄으로써 학생들로 하여금 실천이 좋았다는 경험을 이끌어 낸 점이 위 연구와 유사하게 나타났다고 생각한다. 그리고 앞으로 간호대학생들에게 이론중심의 수업보다는 이론과 실습이 병행되어 학생들로 하여금 직접 실천해 볼 수 있게 하는 프로그램과 연구들이 더 많이 필요하다고 생각한다. 참여는 두번째로 많은 학생들이 좋았던 경험으로 작용했다. 학생들은 수동적이기보다는 능동적으로 캠페인에 참여했던 것이 좋았던 요인이었다고 한다. 대학생의 능동적·협동적 수업 참여는 그들의 학업 도전에 직접적인 영향을 미친다는 연구결과가 있다[24]. 본 연구는 항상 수동적인 수업중심인 이론에서 벗어나 학생들로 하여금 능동적으로 학습참여를 격려했다는 점에 있어서 큰 의의가 있었던 것으로 생각한다. 세 번째로 개인적 성장은 학생들이 프로그램 참여를 통해 자신감을 얻었으며 이는 간호대학생의 문제해결능력이 높으면 자기주도 학습능력이 높아지며 수행자신감 또한 높아지고 자기 주도 학습능력이 높을수록 수행자신감이 높아진다[25]는 연구와 같이 학생들이 자신감을 얻음으로써 앞으로의 학습이나 수행하는데 있어 조금 더 자신감을 가지고 할 수 있을 것이라 생각한다.

셋째, 어려웠던 점 및 개선점에서는 내부적 어려움, 외부적 어려움 순으로 분석되었다. 전체 응답자의 가장 많은 수인 내부적 어려움은 홍보물 부족과 홍보물 제작의 어려움으로 나타났는데 이것은 프로그램에 있어서 재정적인 어려움이 관련되어 있었던 것으로 생각한다. 학교 측에서 프로그램의 효과와 가치를 알았더라면 조금 더 좋은 환경 안에서 프로그램과 연구가 이루어지지 않았을까 생각한다. 또한 간호대학생들을 대상으로 교육 프로그램을 많이 장려하고 지원함으로써 그와 관련된 연구나 논문도 많이 써져 간호대학생들을 대상으로 능동적인 프로그램 활동이 자주 이루어 졌으면 좋겠다고 생각한다.

외부적 어려움은 사람들의 프로그램에 대한 무관심과 거부감, 인원수의 부족으로 나타났는데 이것은 아직 우리나라에 대학생들을 대상으로 교육 건강관련 교육 프로그램이 많이 없는 실정이고 그에 따른 학생들의 거부감이나 무관심이 나타나지 않았나 생각한다. 앞으로 간호학과 내에서나 그리고 외부 타과 대학생들을 대상으로 건강관련 교육 프로그램에 대한 관심과 연구가 많이 이루어져야 한다고 생각한다.

이에 본 연구는 간호대학생 2, 3 학년을 대상으로 교내에서 진행한 저염식이 캠페인에 참여를 통해 배운 점, 좋았던 점, 어려웠던 점 및 개선점 등의 경험을 확인했고, 이를 통해 대학생들의 참여 학습의 교육적 효과를 파악 및 다양한 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용하고자 한다.

## REFERENCES

- [1] World Health Organization and Pan American Health Organization. (2011). *Expert Group for Cardiovascular Disease Prevention Through Population-wide Dietary Salt Reduction: Final Report*.  
[http://new.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&task=view&id=2015&Itemid=1757](http://new.paho.org/hq/index.php?option=com_content&task=view&id=2015&Itemid=1757).
- [2] Ministry of Health & Welfare. (2012.11.19). *Korea's Salt Intake is Still High*.  
[http://www.mohw.go.kr/react/al/sal0301vw.jsp?PAR\\_MENU\\_ID=04&MENU\\_ID=0403&BOARD\\_ID=140&BOARD\\_FLAG=00&CONT\\_SEQ=279051](http://www.mohw.go.kr/react/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&BOARD_ID=140&BOARD_FLAG=00&CONT_SEQ=279051).
- [3] Statistics Korea. (2016/11/22). Statistical Results of Causes of Death in 2014.  
[https://kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_ko/5/2/index.board?bmode=read&aSeq=348646](https://kostat.go.kr/portal/korea/kor_ko/5/2/index.board?bmode=read&aSeq=348646)
- [4] C. M. Lawes, S. Vander Hoorn & A. Rodgers (2008). Global Burden of Blood-Pressure-Related Disease. *The Lancet*, 371(9623), 1513-1517.
- [5] J. W. Lee. (2016). *Association Between Sodium Intake Index and Hypertension and Obesity*. Doctoral dissertation. CTH University, Seoul.
- [6] S. A. Lim. (2016). *A Study on Knowledge, Dietary Behavior and Food Intake Related to Sodium Between Adult Patients with Chronic Disease and Healthy Adults*. Doctoral dissertation. IH University, Incheon.
- [7] M. G. Kim, K. Y. Kim, H. M. Nam, N. S. Hong & Y. M. Lee. (2014). The Relationship Between Lifestyle and Sodium Intake in Korean Middle-Aged Workers. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 15(5), 2923-2929.
- [8] S. J. Chung, S. H. Kang, S. M. Song, S. H. Ryu & J. H. Yoon. (2005). Developing a Model for Predicting Korean Adult Consumers Who Frequently Eat Food-Away-From Home: Data Mining of the 2001 National Health and Nutrition Survey. *Family and Environment Research*, 43(11), 225-234.
- [9] B. R. Kim. (2006). A Study on Nutrition Knowledge, Dietary Habits, Health related Life Style and Health Condition of College Students in Chuncheon. *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, 35(9), 1215-1223.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.3746/jkfn.2006.35.9.1215>
- [10] J. Zhao. (2011). *The Study into Investigation of Eating Habits and Dining-out Activities according to the Sex of Ulsan University Students*. Doctoral dissertation. US University, Ulsan.
- [11] S. B. Hong. (2012). *Dietary Habits and Snacking among University Students Living on-campus and Condition of Applying Nutrition Labelling -Focused on University Student in Seoul-*. Doctoral dissertation. KK University, Seoul.
- [12] S. J. Kim. (2015). *The Relationship among Culture and Arts Education Program Components, Education Flow and Effect*. Doctoral dissertation. HN University, Gwanju.
- [13] Y. H. Choi. (2007). *Development and Evaluation of Low Salt Diet Education Program for Adults with Hypertension*. Doctoral dissertation. MJ University, Seoul.
- [14] Food and Drug Administration. (2014/9/24). Sodium Reduction Movement.  
[http://www.foodnara.go.kr/Na\\_down/index.mk](http://www.foodnara.go.kr/Na_down/index.mk)
- [15] S. H. Ahn, H. K. Kim, K. M. Kim, J. S. Yoon & J. S. Kwon. (2013). Development of Nutrition Education Program for Consumers to Reduce Sodium Intake Applying the Social Cognitive Theory -Based on Focus Group Interviews-. *Korea Journal Of Community Nutrition*, 19(4), 342-360.
- [16] J. H. Nho & Y. S. Park. (2012). Descriptive Study on Sexuality for Women with Gynecological Cancer. *Korean journal of women health nursing*, 18(1), 17-27.
- [17] S. H. Chu, E. J. Kim, G. L. Park, D. R. Kim & J. H. An. (2011). Student Nurses' Recognition and Knowledge regarding Clinical Trials after a Clinical Trial Education Program. *Journal of East-West Nursing Research*, 17(1), 9-15.
- [18] S. H. Park & M. H. Yon. (2009). A Study on the Effectiveness of Communication Group Counseling Program on Communication Ability, Interpersonal Relationship, Stress & Job Satisfaction -focused on Corporate Environment-. *Korea Journal of Counseling*, 10(2), 887-910.
- [19] O. J. Kim & J. C. Lee. (2007). The Development and Effect of the Self-Growth Group Counseling program for Increasing of Self-Concept Self Actualization and Career Maturity. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 19(3), 635-653.

- [20] S. M. Kim & E. J. Lee. (2011). The Effects of CPR Clinical Training on CPR Performance and Self Efficacy in Nursing Students. *Journal of Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 12(12), 5759-5765.
- [21] H. J. Kim & I. H. Chun. (2018). The effect of Problem-Based Learning and Simulation Practice Convergence Education for Nursing Students. *Journal of the Korea Convergence Society*, 9(7), 355-364. DOI: 10.15207/JKCS.2018.9.7.355
- [22] M. Y. Moon. (2017). Effects of Convergence-based Integrated Simulation Practice Program on the Clinical Decision Making, Problem Solving Process, Clinical Competence and Confidence of Core Fundamental Nursing Skill Performance for Nursing Students. *Journal of Digital Convergence*, 15(7), 271-284. DOI: 10.14400/JDC.2017.15.7.271
- [23] E. H. Park, H. S. Kim & J. O. Kim. (2015). The Effect of Convergence Action Learning Techniques in Simulation Class. *Journal of Digital Convergence*, 6(5), 241-248. DOI: 10.15207/JKCS.2015.6.5.241
- [24] S. H. Bae & H. J. Kim. (2013). Influential Factors for the Academic Challenge of University Students: Mutual Impact of Learning Supportive Environment, Student-Faculty Interaction, and Active and Collaborative Learning. *The Journal of Yeolin Education*, 21(4), 201-225.
- [25] S. O. Kim. (2017). *Problem-Solving Ability, Self-Directed Learning Ability and Confidence of Core Fundamental Nursing Skill Performance*. Doctoral dissertation. KY University, Nonsan.

김 은 아(Eun-A Kim)

[종신회원]



- 2011년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과(간호학박사)
- 2011년 3월 : 전남대학교 간호학과 조교수
- 2015년 3월 ~ 현재 : 동신대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 간호교육, 기초간호, 지역

사회간호

· E-Mail : eakim@dsu.ac.kr

김 수 이(Su-I Kim)

[정회원]



- 2020년 2월 : 동신대학교 일반대학원 간호학과(간호학석사)
- 2015년 2월 ~ 현재 : 화순전남대학교 병원 간호사
- 관심분야 : 성인간호학
- E-Mail : sasa0195@naver.com

우 상 준(Sang-Jun Woo)

[종신회원]



- 2008년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과(간호학석사)
- 2015년 8월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과(간호학박사)
- 2013년 3월 ~ 현재 : 동신대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 성인간호학, 의료경영

· E-Mail : woosj@dsu.ac.kr