

지역사회 거주 노인의 인지기능, 일상생활활동, 참여 및 삶의 질의 관계

최유임

원광대학교 건강증진연구소, 작업치료학과 부교수

국문초록

목적 : 본 연구는 지역사회 거주 노인의 인지기능, 일상생활활동, 참여 및 삶의 질의 관계를 확인하고자 하였다.

연구방법 : 지역사회 거주 노인 144명을 대상으로 인지기능, 일상생활활동, 참여 및 삶의 질을 측정하였다. 인지기능은 한국어판 간이정신상태검사, 일상생활활동은 한국형 일상생활활동 측정도구, 참여는 한국형 활동분류카드, 삶의 질은 노인 삶의 질 척도를 사용하였다.

결과 : 인지기능은 참여의 사회활동과 삶의 질 3개 영역(신체적 건강, 심리적 건강, 사회관계 및 경제수준)과 유의한 상관이 있었다. 일상생활활동은 참여(수단적 일상생활활동, 여가활동)와 삶의 질의 모든 하위영역에서 유의한 상관이 있었다. 참여의 하위영역들 중 수단적 일상생활활동과 여가활동은 삶의 질의 모든 하위영역과 상관이 있었고, 참여의 사회활동은 신체적 건강을 제외한 삶의 질의 모든 영역과 유의한 상관이 있었다. 여러 변인들 중 삶의 질과 가장 상관이 큰 변인은 참여의 여가활동인 것으로 나타났다.

결론 : 참여, 일상생활활동, 인지기능의 순서로 삶의 질과 상관이 있었고, 참여의 하위영역 중 여가활동이 삶의 질과 상관관계가 가장 큰 것으로 나타났다. 본 연구는 지역사회 거주 노인의 인지기능, 일상생활활동, 참여와 삶의 질의 상관관계를 확인하여 성공적인 노년기 삶을 위한 기초자료를 제공하였다는데 의의가 있다.

주제어 : 노인, 삶의 질, 인지기능, 일상생활활동, 참여

I. 서론

우리나라는 저출산과 평균수명의 연장, 과학 및 의료

기술의 발달로 인한 고령화 속도가 세계 다른 국가들에 비해 매우 빠르게 진행되고 있다. 2000년에 65세 이상 노인 인구가 전체 인구의 7.2%로 고령화 사회에 진입하였

교신저자 : 최유임(tiffaney@naver.com)

|| 접수일: 2020.02.04

|| 심사일: 2020.02.05

|| 게재승인일: 2020.02.25

고, 2017년에는 노인 인구 비율이 14% 이상으로 고령 사회에 속하였으며, 2026년에는 20.8%로 초고령 사회에 진입할 것으로 예상하고 있다(Statistical Office, 2014). 노인은 퇴직으로 인한 경제적 어려움 및 역할 상실, 건강상태 및 질병의 증가, 가족이나 친구와의 사별로 인한 심리적, 사회적 문제 등이 나타나 전반적인 삶의 질이 다른 연령에 비해 낮은 편이다(Rogers, 1995). 노인의 신체 문제는 일상생활의 독립성 감소와 삶의 질 저하를 야기하고, 자존감 저하, 외로움, 소외감 등의 부정적 정서는 인생의 주기에서 부정적 의미로 작용할 수 있다(Bae et al., 2010). 길어진 노년기와 빠른 고령화로 인해 발생하는 다양한 문제들에 대한 대처가 중요해지면서 노인의 삶의 질 연구가 매우 필요한 시점이다(Shin & Kim, 2013).

삶의 질은 신체적, 정신적, 사회경제적, 영적 영역에서 개인이 지각하는 주관적 안녕으로, 개인이 살고 있는 문화와 가치체계의 맥락에서 자신의 목표, 기대, 기준과 관련하여 자신의 삶의 위치를 지각하는 것이다(WHO, 2019). 노인의 삶의 질은 노인이 일상생활에서 느끼는 주관적인 만족감, 행복감, 의미 있는 삶 및 삶의 의욕 등을 포함하는 개념으로(Choi, 2016), 노인의 일상적 기능과 안녕 상태 평가에 유용한 개념이다.

노인의 삶의 질에 영향을 미치는 주요 요인으로 건강상태, 인지기능, 일상생활 수행능력, 사회활동, 사회적 지지 및 인구·사회학적특성 등이 언급되고 있다(Ju, 2011; Kim & Jung, 2017; Lee & Kim, 2009). 이 중에서 인지기능은 단기 및 장기기억, 집중력, 계산력, 지남력, 언어기능, 판단력과 이해력의 상태를 의미하는 것으로, 독립적인 생활과 신체활동 수행에 영향을 끼치는 대표적인 요인이다. 노화로 인한 인지기능의 감소는 개인의 적응력을 감소시키고, 불안 및 우울과 같은 정서문제를 초래한다. 인지기능의 문제는 균형능력에도 부정적 영향을 끼쳐 낙상 가능성을 높이고 낙상으로 인한 골절을 야기하여 건강문제를 증가시킬 수 있다(Park, 2011). 또한 인지기능 저하는 일상생활활동 수행능력 및 사회활동 참여에 영향을 미쳐 노인의 삶의 만족도 및 삶의 질을 저하시킨다(Nam & Jung, 2011).

일상생활활동은 식사하기, 옷 입기, 이동하기, 개인 위생, 배설 등 독립적 삶을 영위하기 위해 일상생활에서 수행하는 활동이다(AOTA, 2017). 노화로 인하여 노인의 일상생활 수행능력이 감소되면 가족이나 타인의 도움 없이 독립된 상태를 유지하기 어려워지고 사회활동의 참여가 제한되어 삶의 질에 부정적 영향을 주게 된다. 일상생활활동의 수행은 신체기능, 정서기능 및 인지기능 등 다양한 요인의 영향을 받는다(Park, 2009).

참여는 신체적 활동뿐만 아니라 심리적, 감정적 요소를 포함한 자발적 수행으로 삶의 실제 상황으로의 개입을 의미한다(AOTA, 2017). 선행연구에서는 여가참여, 사회활동참여가 삶의 질에 유의한 영향을 미친다고 하였고(Shin & Kim, 2013), 지역사회 재가노인의 삶의 질과 참여가 유의한 상관성이 있다고 하였다(Kim, Song, Kim, & Kim, 2016). 노인에게 있어 참여는 타인과의 상호작용과 자신의 존재감을 인식시키는 수단이 되기 때문에 노년기의 활기찬 인간관계와 생산적인 활동을 통한 참여는 성공적 노화의 필수요인 중 하나이며(Kim & Jung, 2017), 노인에게 행복감, 건강 증진, 사회 통합 및 자존감을 향상시키고 심리적 안녕과 삶의 질에 영향을 미친다(Choi, 2005).

선행연구들을 토대로 살펴보면 인지기능, 일상생활활동, 참여는 노인의 삶의 질에 영향을 미치는 중요한 요인이며 또한 이들 요인들 간에도 서로 상관성이 있으나, 현재까지 노인의 삶의 질에 대한 연구들은 삶의 질과 각각의 개별 요인에 대한 연구가 많으며 인지기능, 일상생활활동, 참여와 삶의 질과의 관계를 살펴본 연구는 보고된 바가 없다. 특히 성공적 노화의 주요 요인인 참여에 대한 연구는 더욱 미비한 편이다. 따라서 본 연구는 지역사회에 거주하고 있는 노인을 대상으로 인지기능, 일상생활활동, 참여와 삶의 질과의 관계를 연구하여 성공적인 노화 및 삶의 질 향상을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 지역사회에 거주하고 있는 65세 이상 노인 144명을 대상으로 하였다. 연구를 진행하기 전에 연구 목적과 내용을 이해하고 자발적으로 참여의사를 밝힌 노인을 대상으로 서면동의를 받았다. 대상자 선정기준은 65세 이상인 자, 지역사회에 거주하는 자, 의사소통에 문제가 없는 자, 한국어판 간이정신상태검사 점수가 24점 이상인 자, 연구에 동의한 자로 하였다.

2. 자료 수집

본 연구는 조사연구로 구조화된 설문지를 사용하였다. 설문지 작성 시 설문지 작성에 어려움이 있는 대상자는 연구자가 설문지를 읽고 대상자가 답변할 수 있도록 하였다. 대상자 수는 G-power 계산을 통해 적정 인원 및 탈락을 대비한 15% 인원을 추가하여 총 148명을 대상으로 설문을 진행하였고 최종적으로 총 144부의 설문지를 분석 자료로 사용하였다.

3. 연구 도구

1) 한국어판 간이정신상태검사(Mini-Mental State Examination-Korean; MMSE-K)

대상자의 인지기능은 MMSE-K를 사용하여 측정하였다. MMSE-K는 Folstein, Folstein과 McHugh(1975)가 개발한 MMSE를 Kwon과 Park(1989)이 한국어판으로 번역한 것이다. MMSE-K는 지남력, 기억등록, 집중력과 계산, 기억 회상, 언어기능 및 이해의 총 6개 영역으로 구성되어 있다. 총점은 30점으로 24점 이상은 확정적 정상, 20~23점은 치매 의심, 19점 이하는 확정적 치매로 판별한다(Kwon & Park, 1989). MMSE-K의 검사자간 신뢰도는 .99이다.

2) 한국형 일상생활활동 측정도구(Korean version-Activities of Daily Living; K-ADL)

대상자의 일상생활활동은 K-ADL을 사용하여 측정하였다. K-ADL은 Katz, Ford, Moskowitz, Jackson과 Jaffe(1963)가 개발한 도구를 우리나라 생활환경과 문화에 맞도록 수정한 것이다. 식사하기, 옷 입기, 목욕하기, 세수하기, 화장실 사용하기, 대소변 조절하기, 이동하기의 총 7개 문항을 리커트 3점 척도(완전한 자립 1점, 부분 의존 2점, 완전한 의존 3점)로 채점한다. 총점은 21점으로 점수가 높을수록 의존성이 높다고 해석한다. 개발 당시 신뢰도는 .94이다(Park & Park, 2017).

3) 한국형 활동분류카드(Korean-Activity Card Sort; K-ACS)

대상자의 참여 수준은 K-ACS로 측정하였다. K-ACS는 Activity Card Sort를 Lee(2010)가 한국형으로 개발한 것으로, 수단적 일상생활활동(33개), 사회활동(16개) 및 여가 활동(18개)의 3개 영역 총 67개 항목으로 구성되어 있다. 평가는 대상자가 자신의 활동 수준에 따라 활동사진 카드를 분류하도록 하며, 과거/현재 활동수를 백분율로 환산하여 참여활동 보유율을 계산한다. 개발 당시 내적일치도는 .97이다.

4) 노인 삶의 질 척도(Geriatric Quality of Life Scale; GQOL)

대상자의 삶의 질은 GQOL로 측정하였다. GQOL은 World Health Organization Quality of Life Instrument(WHOQOL)를 Lee 등(2003)이 보완한 것이다. GQOL은 신체적 건강, 심리적 건강, 사회관계 및 경제수준, 물리적 환경의 4개 영역으로 구분하며, 신체, 심리적 건강, 독립성 수준, 사회관계, 환경 및 종교 등의 23개 문항과, 전반적 건강 및 전반적 삶의 만족도를 측정하는 2개 문항, 총 25문항으로 구성되어 있다. 채점은 만족하지 않는다(1점)~아주 만족한다(4점)의 리커트 4점 척도로 채점하며 총점이 높을수록 삶의 질이 높다고 해석한다. 개발 당시 내적일치도는 .91이다.

4. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS Win 23.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도분석과 기술통계를 사용하였고, 대상자의 인지기능, 일상생활활동, 참여 및 삶의 질과의 관계는 Pearson correlation으로 분석하였다. 유의수준 α 는 .05로 하였다.

III. 연구 결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 평균연령은 73.82세로 남성(59.0%)이 여성보다 많았다. 학력 수준은 고졸 이하(45.1%), 중졸 이하(28.5%), 대졸 이상(14.6%) 순으로 나타났고, 혼인상태는 기혼(78.5%)이 가장 많았으며 거주상태는 배우자와 거주

(67.4%)가 가장 많았다. 거주지는 도시(92.4%)가 가장 많았고, 직업은 무직(59.7%)이 많았으며, 종교는 무교(47.2%), 기독교(31.3%), 불교(10.4%) 순으로 응답하였다. 주관적 건강상태는 보통(49.3%), 좋음(33.3%), 나쁨(13.2%) 순이었고, 경제 상태는 보통(70.1%), 좋음(21.5%), 나쁨(7.6%) 순으로 응답하였다(Table 1).

2. 인지기능, 일상생활활동, 참여, 삶의 질 검사 결과

인지기능 검사 결과 MMSE-K 평균점수는 27.58점으로 모두 정상 수준이었으며, 일상생활활동은 7.14점으로 독립성이 높은 수준인 것으로 나타났다. 참여 평가도구인 K-ACS의 하위영역별 보유율은 사회활동(90.92)이 가장 높았고, 여가활동(84.09), 수단적 일상생활활동(79.36) 순으로 나타났다. 삶의 질의 평균점수는 62.40점이었다 (Table 2).

Table 1. General Characteristics of Subjects

(N=144)

Characteristics		Frequency(%)	Characteristics		Frequency(%)
Age	65-70	45(31.3)	Job	No	86(59.7)
	71-80	76(52.8)		Agriculture	22(15.3)
	81-90	23(16.0)		Office job	13(9.0)
	Average age	73.82±5.4		Private business	9(6.3)
				Other	14(9.8)
Gender	Male	85(59.0)	Residence	City	133(92.4)
	Female	59(41.0)		Other	11(7.6)
Education	No formal education	1(0.7)	Religion	Atheism	68(47.2)
	Elementary school	16(11.1)		Christianity	45(31.3)
	Middle school	41(28.5)		Buddhism	15(10.4)
	High school	65(45.1)		Catholic	9(6.3)
	More than college degree	21(14.6)		Other	7(4.9)
Marital status	Married	113(78.5)	Subjective health condition	Very good	5(3.5)
	Divorce	7(4.9)		Good	48(33.3)
	Bereavement	23(16.0)		Usually	71(49.3)
	Single	1(0.7)		Bad	19(13.2)
				Very bad	1(0.7)
Resident	Alone	13(9.0)	Economic state	Very good	1(0.7)
	Spouse	97(67.4)		Good	31(21.5)
	Family	17(11.8)		Usually	101(70.1)
	Relative	13(9.0)		Bad	11(7.6)
	Other	4(2.8)		Very bad	0(0.0)

Table 2. Cognitive Function, ADL, Participation, QOL Tests Score of All Subjects

(N=144)

		Test	M(SD)
Cognitive function		MMSE-K	27.58(1.77)
Activities of daily living(ADL)		K-ADL	7.14(0.45)
Participation	K-ACS	Instrumental ADLs	79.36(13.98)
		Leisure activities	84.09(21.53)
		Social activities	90.92(24.53)
		Sum	62.40(11.32)
		Physical health	14.83(3.50)
Quality of life	GQOL	Psychological health	22.24(4.15)
		Social relation & economic level	10.32(1.89)
		Physical environment	15.01(3.02)

GQOL=Geriatric Quality of Life Scale; K-ACS=Korean-Activity Card Sort; K-ADL=Korean version-Activities of Daily Living; MMSE-K=Mini-Mental State Examination-Korean

3. 인지기능, 일상생활활동, 참여, 삶의 질의 상관관계

인지기능, 일상생활활동, 참여, 삶의 질 변수들 간의 상관관계를 확인한 결과, 인지기능은 일상생활활동과는 유의한 상관관계가 없었고, 참여의 하위영역 중 사회활동과 양의 상관관계($r=.173$)를 보였으며, 삶의 질 총점($r=.234$) 및 하위 4개 영역 중 신체적 건강($r=.293$), 사회관계 및 경제수준($r=.234$), 심리적 건강($r=.192$)과 양의 상관관계를 보였다.

일상생활활동은 참여의 하위영역 중 여가활동($r=-.319$) 및 수단적 일상생활활동($r=-.294$)과 음의 상관관계가 있

었다. 일상생활활동과 삶의 질은, 삶의 질 총점 및 4개의 하위영역 모두에서 음의 상관관계를 보였다. 일상생활활동은 삶의 질의 하위영역 중 사회관계 및 경제수준과 가장 큰 음의 상관을 보였고($r=-.297$), 물리적 환경($r=-.262$), 신체적 건강($r=-.246$), 사회적 건강($r=-.245$) 순으로 상관이 있었다.

참여의 하위 영역들과 삶의 질과의 상관관계를 확인한 결과 참여의 수단적 일상생활활동은 삶의 질의 총점 및 하위 4개 영역 모두에서 양의 상관관계를 보였고, 하위영역 중에서는 신체적 건강($r=.410$)과 가장 상관이 컸으며 심리적 건강($r=.385$), 사회관계 및 경제수준($r=.377$), 물리적 환경($r=.354$) 순으로 상관이 있었다. 참여의 여가활동은

Table 3. Correlation Among Score of MMSE-K, K-ADL, K-ACS, GQOL

	MMSE-K	K-ADL	K-ACS			GQOL				
			1	2	3	Sum	a	b	c	d
MMSE-K	-									
K-ADL	-.111	-								
K-ACS	1	.102	-.294**	-						
	2	.057	-.319**	-	-					
	3	.173*	-.059	-	-	-				
Sum	.234**	-.285**	.425**	.455**	.198*	-				
GQOL	a	.293**	-.246**	.410**	.379**	.130	.911**	-		
	b	.192*	-.245**	.385**	.434**	.212*	.939**	.817**	-	
	c	.234**	-.297**	.377**	.416**	.175*	.816**	.656**	.697**	-
	d	.124	-.262**	.354**	.407**	.191*	.888**	.721**	.759**	.714**

** $p < .05$, * $p < .01$

1=instrumental ADL; 2=leisure activity; 3=social activity; a=physical health; b=psychological health; c=social relation & economic level; d=physical environment; GQOL=Geriatric Quality of Life Scale; K-ACS=Korean-Activity Card Sort; K-ADL=Korean version-Activities of Daily Living; MMSE-K=Mini-Mental State Examination-Korean

삶의 질의 총점 및 하위 4개 영역에서 모두 양의 상관을 보였으며, 심리적 건강($r=.434$)과 가장 상관이 컸으며, 사회관계 및 경제수준($r=.416$), 물리적 환경($r=.407$), 신체적 환경($r=.379$) 순으로 나타났다. 참여 증 사회활동은 삶의 질의 총점 및 신체적 건강을 제외한 나머지 3개의 하위영역과 양의 상관을 보였다. 사회활동과 가장 상관이 큰 것은 심리적 건강($r=.212$)이었고, 물리적 환경($r=.191$), 사회관계 및 경제수준($r=.175$)으로 상관이 높은 것으로 나타났다(Table 3).

IV. 고찰

본 연구는 지역사회 거주 노인의 인지기능, 일상생활 활동, 참여와 삶의 질과의 관계를 확인하여 노인의 삶의 질 향상을 위한 기초자료를 제공하는 것이었다.

노인의 거주형태에 따른 삶의 질은 차이가 있다고 보고되고 있는데, Kim(2009)은 재가노인에 비해 시설노인이 일상생활활동 정도와 삶의 질이 더 낮다고 하였고, 또다른 연구에서도 재가노인이 시설거주 노인보다 건강 상태 및 일상생활수행능력이 높다고 하였다(Kim et al., 2016). 따라서 본 연구에서는 선행연구 결과를 고려하여 거주형태 중 지역사회에 거주하는 노인을 대상으로 본 연구를 진행하였다.

연구 결과, 인지기능은 참여 및 삶의 질과 유의한 상관이 있었다. 이러한 결과는 인지기능이 좋을수록 사회활동에 대한 참여가 높아지고 삶의 질도 향상된다는 선행연구 결과와 일치하는 것이다(Kim et al., 2016; Yi & Park, 2012). 본 연구에서 인지기능은 삶의 질의 모든 하위영역과 양의 상관이 있었고 특히 신체적 건강과 가장 상관이 높은 것으로 나타났다. 신체활동 참여는 심혈관계와 대뇌기능 향상을 통해 노인의 인지기능에 긍정적 영향을 준다고 보고되고 있는데(Park & Oh, 2016). 이러한 이유로 삶의 질의 신체적 건강과 유의한 상관이 있었을 것이라 판단된다. 인지기능과 다른 요인들 간의 관계를 살펴본 결과, 인지기능은 참여의 사회활동 하위 영역에서만 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 본 연구는 설문연구

응답의 신뢰도를 높이기 위하여 정상 수준의 인지기능을 보이는 자로 연구대상자를 제한하였다. 때문에 인지기능 저하로 인한 일상생활활동, 참여 및 삶의 질의 영향을 확인하는 데에는 제한점이 있다. 따라서 앞으로의 연구에서는 인지기능 저하가 있는 대상자도 연구에 포함하여 인지기능의 영향을 확인할 필요가 있다.

일상생활활동과 삶의 질의 관계를 확인한 결과, 일상생활활동은 삶의 질의 모든 하위영역과 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 일상생활활동과 참여의 관계를 살펴본 결과, 일상생활활동은 참여의 수단적 일상생활 활동 및 여가활동과 유의한 상관이 있었다. 이러한 결과는 일상생활에서의 의존도가 낮은 대상자들이 상대적으로 삶의 질이 높다고 보고된 선행연구 결과를 지지한다(Kim, 2009). 선행연구에서는 일상생활의 수행력이 높을수록 역할 수행이 원만하고 여가활동에 대한 참여가 높아져 삶의 만족도가 높고 삶의 질이 높아진다고 하였다(Park, 2006). 따라서 일상생활활동의 독립적 수행은 삶의 질을 향상시킬 뿐 아니라 참여에도 긍정적 영향을 미치기 때문에 노인의 일상생활 수행능력을 유지, 향상시키는 것은 매우 중요하다고 할 수 있다.

참여와 삶의 질의 관계를 확인한 결과, 참여의 하위영역 중 수단적 일상생활활동과 여가활동은 삶의 질의 모든 하위영역과 유의한 상관이 있는 것으로 나타났고 사회활동은 신체적 건강을 제외한 모든 영역과 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면, 수단적 일상생활활동은 삶의 질의 신체적 건강과 가장 큰 상관을 보였고 심리적 건강, 사회관계 및 경제수준, 물리적 환경의 순으로 상관이 있었다. K-ACS의 수단적 일상생활활동은 세탁하기, 집안 청소하기, 간호하기, 세차하기, 쇼핑하기 등 신체기능이 필요한 가사활동이 주로 많기 때문에 신체적 건강에 대한 삶의 질과 상관이 가장 높았을 것이라 판단된다.

참여의 하위영역 중 여가활동은 여러 요인들 중에서 삶의 질과 가장 상관이 높은 것으로 나타나($r=.455$), 여가활동 참여가 노인의 삶의 질 향상에 매우 중요한 요소라는 것을 확인할 수 있었다. 이는 사회적 환경 변인 중

여가 참여와 사회활동 참여가 삶의 질에 영향을 미치는 주요 변인이며 특히 여가활동 참여가 사회활동 참여보다 더 큰 영향을 미치는 요인이라고 한 선행연구의 결과와 일치하는 것이다(Shin & Kim, 2013). 노년기에 퇴직과 역할 상실을 대체할 수 있는 새로운 역할과 활동에 참여하는 것은 생활만족도 및 삶의 질을 향상시킨다(Lemon, Bengtson, & Peterson, 1972). 참여는 다른 사람이나 사회로부터 더 많은 역할 지지를 이끌어 내며 역할 지지가 높을수록 긍정적 자아개념이 형성되고 이는 곧 삶의 질 향상으로 이어진다(Lemon et al., 1972). 여가활동에 참가하는 사람은 비활동적인 사람보다 건강하며, 적극적으로 활동적인 여가활동에 참여하는 것은 신체적 건강 및 심리적으로도 긍정적 효과가 있다(Iwaski, Zuzanek, & Mannell, 2001; Park, 2002). Yun(2004)은 활동의 양은 심리적 안녕과 무관하며 어떤 의미의 활동을 하는가가 더 중요하다고 하였다. 따라서 노인의 삶의 질 향상을 위해서는 노인에게 의미와 가치가 있는 여가활동을 확인하고 대상자에게 적절한 여가활동 개발 및 참여를 촉진하는 것이 중요할 것이다. 참여의 하위영역 중 사회활동과 삶의 질과의 상관관계를 확인한 결과 사회활동은 삶의 질의 신체적 건강을 제외한 심리적 건강, 사회관계 및 경제수준 및 물리적 환경과 유의한 상관이 있었다.

본 연구 결과, 인지기능, 일상생활활동 및 참여는 삶의 질과 유의한 상관이 있을 뿐 아니라 이들 요인들 간에도 서로 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 개별 요인에 대한 증재가 삶의 질뿐만 아니라 다른 요인에도 긍정적 영향을 미칠 수 있다는 것을 의미한다. 노인의 삶의 질 향상을 위해서는 각각의 요인에 대한 개별적 영향에 대한 고려 및 이들 요인들 간의 관계를 고려해야 할 것이다. 특히 참여는 삶의 질에 가장 큰 영향을 미칠 뿐 아니라 인지기능 및 일상생활활동과도 유의한 상관이 있기 때문에 참여의 촉진을 통하여 삶의 질과 다른 요인들의 향상을 도모하는 것이 효과적일 것이다. 노년기의 줄어드는 역할 및 활동을 대체할 수 있는 의미 있는 여가활동 및 사회활동 등의 참여를 증진시킨다면 노인의 삶의 질과 더불어 삶의 질에 영향을 주는 인지기능 및 일상생

활활동의 수행능력을 향상시킬 수 있을 것이다.

본 연구는 삶의 질과 관련한 요인들의 상관관계를 분석하였지만 추후 연구에서는 경로분석이나 회귀분석을 통해 이들 요인들 간의 직간접적 영향을 확인할 필요가 있다. 또한 본 연구는 지역사회에 거주하고 있는 인지기능이 정상인 노인을 대상으로 하였기에 모든 노인에게 적용하기에 제한이 있으므로 거주유형 고려 및 인지기능 저하를 보이는 자를 포함한 연구가 필요하다.

V. 결 론

본 연구는 지역사회 거주 노인의 인지기능, 일상생활활동, 참여와 삶의 질의 관계를 확인하는 것으로 연구결과 인지기능, 일상생활활동, 참여는 삶의 질과 유의한 상관이 있었다. 삶의 질과 상관이 가장 높은 요인은 참여, 일상생활활동, 인지기능의 순으로 나타났으며, 참여의 하위 영역 중 여가활동이 삶의 질과 상관이 가장 높은 것으로 나타났다. 삶의 질을 제외한 변인들 간의 관계를 살펴보면, 인지기능은 참여의 사회활동과 유의한 상관이 있었고, 일상생활활동은 참여의 수단적 일상생활활동, 여가활동과 상관이 있었다. 따라서 인지기능, 일상생활활동, 참여는 삶의 질에 영향을 미치는 요인일 뿐만 아니라 각 요인들 간에도 유의한 상관이 있기 때문에 노인의 삶의 질 향상을 위해서는 이러한 요인들을 고려하여 통합적인 증재 접근이 필요할 것이라 사료된다. 앞으로의 연구에서는 인지기능 저하를 보이는 자와 지역사회 외에도 시설 등에 거주하는 자도 포함하여 연구를 진행할 필요가 있다. 본 연구는 지역사회 거주 노인의 인지기능, 일상생활활동, 참여와 삶의 질의 상관관계를 확인하여 성공적인 노년기 삶을 위한 기초자료를 제공하였다는데 의의가 있다.

References

- American Occupational Therapy Association. (2017). Occupational Therapy Practice Framework: Domain and process (3rd ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 68(1), 1-48. doi:10.5014/ajot.2014.682006
- Bae, S. Y., Ko, D. S., Noh, J. S., Lee, B. H., Park, H. S., & Park, J. (2010). Relation of physical activity and health-related quality of life in Korean elderly. *The Journal of the Korea Contents Association*, 10(10), 255-266. doi:10.5392/JKCA.10.10.255
- Choi, J. K. (2005). *A study on the effects of elderly people's participation in religious activities and social support upon uneasiness about death* (Unpublished master's thesis). Cheongju University, Jeongju.
- Choi, S. I. (2016). *The impact of the social capital on quality of life to elderly people participating in the elderly job supporting program: Focusing on the mediating role of continuance will* (Doctor's dissertation). Gachon University, Seongnam.
- Folstein, M. F., Folstein, S. E., & McHugh, P. R. (1975). "Mini-mental state": A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal of Psychiatric Research*, 12(3), 189-198. doi: 10.1016/0022-3956(75)90026-6
- Iwasaki, Y., Zuzanek, J., & Mannell, R. C. (2001). The effects of physically active leisure on stress-health relationships. *Canadian Journal of Public Health*, 92(3), 214-218.
- Ju, K. H. (2011). Elder's level of social participation and quality of life by objective and subjective indicators. *Journal of Community Welfare*, 39, 231-264.
- Katz, S., Ford, A. B., Moskowitz, R. W., Jackson, B. A., & Jaffe, M. W. (1963). Studies of illness in the aged. The index of ADL: A standardized measure of biological and psychosocial function. *Journal of American Medical Association*, 21(185), 914-919. doi:10.1001/jama.1963.03060120024016
- Kim, J. S., Song, R. Y., Kim, K. W., & Kim, J. R. (2016). Effect of cognitive function, social activity participation and social support on quality of life of community-dwelling elderly. *Journal of Korean Geriatric Psychiatry*, 20(1), 25-32.
- Kim, N. H., & Jung, M. S. (2017). The influence of elderly social activity and depression on elderly well being. *The Journal of Korea Contents Association*, 17(3), 496-506. doi:10.5392/JKCA.2017.17.03.496
- Kim, Y. H. (2009). A study on the related of daily life activity and the health related quality of life between the elderly at home and at institution. *Journal of Korean Data Analysis Society*, 11(3), 1273-1287.
- Kwon, Y. C., & Park, J. H. (1989). Standardization of Korean of the Mini-Mental State Examination(MMSE-K) for use in the elderly. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association*, 28(1), 125-135.
- Lee, H. S., Kim, D. K., Ko, H. J., Ku, H. M., Kwon, E. J., & Kim, J. H. (2003). The standardization of Geriatric Quality of Life scale. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 22(4), 859-881.
- Lee, S. H. (2010). *Development, reliability and validity of the Korean Activity Card Sort* (Doctor's dissertation). Yonsei University, Seoul.
- Lee, T. Y., & Kim, J. K. (2009). Comparison of quality of life related with the level of activity and the grade of activity in the elderly residing among city, farming and fishing area. *The Journal of the Korea Contents Association*, 10(2), 402-411. doi:10.5392/JKCA.2010.10.2.402
- Lemon, B. W., Bengtson, V. L., & Peterson J. A. (1972). An exploration of the activity theory of aging: Activity types and life satisfaction among in-movers to a retirement community. *Journal of Gerontology*, 27(4), 511-523. doi:10.1093/geronj/27.4.511
- Nam, K. M., & Jung, E. K. (2011). The influence of social activity and social support perceived by elderly women living alone on their quality of life: Focusing on the mediating effect of depression and death-anxiety. *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, 52, 325-348. doi:10.21194/kjgsw.52.201106.325
- Park, G. A., & Oh, M. H. (2016). Relationships between cognitive function and self efficacy, health behavior of the elderly participation to physical activity. *Journal of Rehabilitation Research*, 20(1), 189-210. doi:10.16884/JRR.2016.20.1.189
- Park, M. J. (2011). The cognition, balance and quality of life in the elderly. *Journal of Korean Biological Nursing Science*, 13(2), 185-192.
- Park, M. S. (2002). The effects of leisure satisfaction on the quality of life in the elderly. *Family and Environment*

- Research*, 4(5). 133-146.
- Park, S. K. (2006). Relation between psychological health and quality of life of elderly. *Korean Journal of Health Psychology*, 11(4), 785-796.
- Park, S. S., & Park, B. S. (2017). Testing reliability and measurement invariance of K-ADL. *Health and Social Welfare Review*, 37(4), 98-124. doi:10.15709/hswr.2017.37.4.98
- Park, S. Y. (2009). A study on depression, ADL, IADL, and QOL among community-dwelling, low income elderly. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 23(1), 78-90.
- Rogers, R. G. (1995). Sociodemographic characteristics of long-lived and healthy individuals. *Population and Development Review*, 21(1), 35-58.
- Shin, S. L., & Kim., Y. H. (2013). A meta-analysis on related variables of elders' quality of life. *Korean Journal of Counseling*, 14(6), 3673-3690. doi:10.15703/kjc.14.6.201312.3673
- Statistical Office. (2014). *Percentage of elderly population*. Retrieved from <http://kostat.go.kr>. 2014
- World Health Organization. (2019). *Field trial WHOQOL-100 February 1995*. Retrieved from http://www.who.int/mental_health/who_qol_field_trial_1995.pdf.
- Yi, Y. J., & Park, K. H. (2012). Comparison of effects of cognitive health promotion program on cognitive function, depression, and quality of life in elderly depending on group size. *The Journal of the Korean Contents Association*, 12(8), 310-317. doi:10.5392/JKCA.2012.12.08.310
- Yun, S. D. (2004). *Productive activities and psychological well-being of the rural elderly in Korea* (Doctor's dissertation). Seoul National University, Seoul.

Abstract

Relationships Among Cognitive Functions, Activities of Daily Living, Participation and Quality of Life in Community-dwelling Elderly

Choi, Yoo-Im, Ph.D., O.T.

Dept. of Occupational Therapy, Health improvement institute, Wonkang University, Associate professor

Objective : The purpose of this study was to identify the relationships among cognitive function, activities of daily living (ADL), participation and quality of life in community-dwelling elderly.

Methods : Cognitive function, ADL, participation and quality of life were assessed in the 144 elderly people residing in the community. We used MMSE-K for measuring cognitive function, K-ADL for ADL, K-ACS for participation, and GQOL for quality of life.

Results : Cognitive function was significantly correlated with social activity of participation and quality of life (physical health, psychological health, social relations and economic level). ADL was significantly correlated with participation (instrumental ADL, leisure activity) and all sub-areas of quality of life. Social activity of participation were significantly correlated with all subarea of quality of life except physical health. Among the variables, the most relevant variable was leisure activity.

Conclusion : It was related to quality of life in the order of participation, ADL, and cognitive function. Among the sub-areas of participation, leisure activity was the most correlated with quality of life. This study, thus, aimed to provide basic data for successful elderly life by examining the correlation between cognitive function, daily life activity, participation and quality of life in community-dwelling elderly.

Key Words : ADL, Cognitive function, Elderly, Participation, Quality of life