Journal of the Korean Applied Science and Technology
Vol. 40, No. 5. October, 2023. 1055~1064
ISSN 1225-9098 (Print)
ISSN 2288-1069 (Online)
http://dx.doi.org/10.12925/jkocs.2023.40.5.1055

간호대학생의 건강관심도와 건강증진행위와의 관계: 건강관리 자기효능감의 매개효과

김세시라[1] · 김은아[2,†]

[1]동신대학교 일반대학원 간호학과 박사과정
[2]동신대학교 간호학과 부교수
(2023년 9월 8일 접수: 2023년 10월 26일 수정: 2023년 10월 27일 채택)

The Relationship between Health Consciousness and Health Promoting Behavior among Nursing College Students: The Mediating Effect of Health Self-efficacy

Se-Si-Ra Kim[1] · Eun-A Kim[2,†]

[1]*Doctoral Student, Graduate School, Department of Nursing, Dongshin University*
[2,†]*Associate Professor, Department of Nursing, Dongshin University*
(Received September 8, 2023; Revised October 26, 2023; Accepted October 27, 2023)

요 약 : 본 연구는 간호대학생의 건강관심도와 건강증진행위와의 관계에서 건강관리 자기효능감의 매개효과를 규명하기 위해 시행되었다. 연구 대상자는 G시와 J도에 소재한 4개 대학교의 간호학과 재학생 255명이다. 수집된 자료는 SPSS 25.0프로그램을 이용하여 기술통계와 t-test, ANOVA, Pearson correlation, 회귀분석을 시행하였으며 매개효과 검증을 위해 Sobel test를 실시하였다. 연구결과, 건강관리 자기효능감은 건강관심도와 건강증진행위 사이에서 부분매개효과를 나타냈고(Z=5.54, p<.001), 건강관심도와(β=.20, p<.001) 건강관리 자기효능감이(β=.39, p<.001) 높을수록 건강증진행위 수준이 높아지며, 건강증진행위를 설명하는 설명력(R^2)은 48%이었다. 따라서 간호대학생의 건강증진행위를 향상시키기 위해서는 건강관심도를 높일 뿐만 아니라 건강관리 자기효능감을 동시에 강화시킬 수 있는 효과적인 전략 마련이 필요하다.

주제어 : 간호대학생, 건강관심도, 건강증진행위, 건강관리 자기효능감, 매개효과

Abstract : This study attempts to understand the mediating effect of health self-efficacy in the relationship between health consciousness and health promoting behavior of nursing college students. The subjects of the study were 255 nursing college students attending nursing departments at four universities located in G city and J province. Collected data were analyzed by descriptive statistics,

†Corresponding author
(E-mail: eakim@dsu.ac.kr)

t-test, ANOVA, Pearson correlation, and multiple regression analysis using SPSS 25.0, and Sobel tests were conducted to verify the mediating effect. As a result, health self-efficacy showed a partial mediating effect between health consciousness and health promoting behavior(Z=5.54, p<.001). The higher the health consciousnes(β=.20, p<.001) and health self-efficacy(β=.39, p<.001), the higher the level of health promoting behavior. And the explanatory power(R^2) explaining the health promoting behavior was 48%. Therefore, in order to improve the health promoting behavior of nursing college students, it is necessary to prepare an effective strategy to not only increase health consciousness but also strengthen health self-efficacy at the same time.

Keywords : Nursing Students, Health Consciousness, Health Promoting Behavior, Health Self-efficacy, Mediating Effect

1. 서 론

1.1 연구의 필요성

과학의 발전에 따른 의료수준의 향상과 함께 우리나라의 평균수명이 2000년 76.0세, 2021년 83.6세로[1] 연장되면서, 이에 따라 건강에 대한 관심이 증가하고 건강한 생활습관의 중요성 및 질병 발생 전 예방을 통한 건강증진이 강조되고 있다[2]. 초기 성인기에 해당하는 대학생들은 자율성이 허용되는 생활에서 흡연, 음주, 운동량 부족 및 건강하지 못한 식습관 등과 같은 다양한 건강행위와 관련된 위험요인에 노출되어 있다[3,4]. 제8기 국민건강통계 결과에 따르면, 19세 이상 29세 이하의 집단에서 월간폭음률은 전체 집단 중 가장 높은 것으로 나타났으며, 건강한 식생활을 실천한다고 응답한 사람은 38.0%에 불과했다[5]. 대학생은 청소년기를 거쳐 성인기로 접어든 시기로서, 대학 시기의 건강습관과 생활양식은 중·장년기 건강관리의 근원이 되며, 노년기 건강상태에 직적접인 영향을 미치기 때문에 올바른 건강증진행위 실천 습관의 확립은 매우 중요하다[6,7]. 특히 간호대학생은 추후 많은 대상자들의 건강관리에 중요한 역할을 담당하게 될 전문 보건의료인으로서 역할모델이 될 수 있기에[8], 대학생활 동안 자신의 올바른 건강증진행위를 정립하는 것은 무엇보다 우선되어야 할 것이다.

건강증진행위는 건강증진을 위해 하는 행동을 말하며, 건강증진행위의 수행은 인간의 수명을 연장시킬 뿐만 아니라 개인의 기본적인 건강요구를 해결하고, 건강관리 비용을 감소시켜 사회의 전반적인 안녕 수준을 높일 수 있다[9]. 건강증진행위는 개인이 지각하는 자신의 건강상태, 건강에 대한 태도 및 관심 정도와 밀접한 관련이 있다[10]. 건강관심도는 건강에 대한 관심의 정도와 태도를 의미하며[11], 건강에 대한 관심은 건강과 관련된 정보를 추구하고 운동, 식이요법 및 생활습관 등 예방적 건강행위에 긍정적 태도를 가진다[12,13]. 선행연구에 따르면 건강관심도의 증가는 건강증진행위의 증가로 이어질 수 있고[14], 건강에 대한 관심 정도가 높을수록 건강증진행위 수준이 높은 것으로 나타났다[15]. 즉 사람들은 건강에 대한 관심정도에 따라 관련 행동을 수반하기 때문에 건강관심도의 수준은 중요하다.

또한 건강관리 자기효능감은 건강관리에 도움이 되며, 건강행위를 예측하는 요인 중 하나로 스스로 건강을 유지하여 행위를 파악하고 실천할 수 있는 믿음의 정도를 의미한다[16]. 선행연구에 따르면 건강관리 자기효능감은 건강증진행위에 영향을 미치는 주요 요인으로 파악되었고[17], 건강에 대한 긍정적인 생각을 갖도록 영향을 주어 올바른 식습관 유지 및 신체활동 증진 등 전반적인 건강행위의 변화를 이끌어 건강증진 향상에 도움이 되는 것으로 나타났다[18-20]. 이와 같이 건강관리 자기효능감은 개인의 건강관리에 대한 믿음의 정도에 따라 실제 행동으로 영향을 주기 때문에 개인의 건강증진 향상을 위해서는 높은 건강관리 자기효능감이 반드시 필요하다.

선행 연구들을 고찰한 바, 간호대학생의 지각된 건강상태[21], 사회적 지지[22], 학업 스트레스[23], 자아탄력성[24], 건강관심도[15], 건강관리 자기효능감[18]과 건강증진행위와의 관련성을 확인하였으나, 건강관리 자기효능감의 매개효과를 살펴본 연구는 보고되지 않아 관련 연구가 필요

할 것으로 사료된다. 건강증진행위는 건강에 대한 관심을 제고하여 건강습관을 지속해야하기 때문에, 건강관리를 실천 할 수 있다는 믿음인 건강관리 자기효능감은 주요한 결정요인이 될 것으로 예측된다. 따라서 본 연구는 간호대학생의 건강관심도가 높아질 때 건강증진행위와의 사이에서 건강관리 자기효능감의 매개효과를 규명하여, 간호대학생의 바람직한 건강증진행위 확립에 영향을 미치는 요인을 다각적으로 접근할 수 있을 것으로 생각된다. 또한 이를 통해, 간호대학생의 건강증진행위 향상을 위한 교육전략과 건강증진 관련 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구의 목적

1) 대상자의 건강관심도, 건강관리 자기효능감, 건강증진행위의 정도를 확인한다.

2) 대상자의 일반적 특성에 따른 건강증진행위의 차이를 확인한다.

3) 대상자의 건강관심도, 건강관리 자기효능감, 건강증진행위와의 상관관계를 검증한다.

4) 대상자의 건강관심도와 건강증진행위와의 관계에서 건강관리 자기효능감의 매개효과를 검증한다.

2. 연구방법

2.1. 연구대상

본 연구의 대상자는 G시와 J도에 소재한 4개 대학교 간호학과에 재학 중인 만 19세 이상의 학생을 대상으로 편의표집 하였다. 표본 수는 G*power 3.1.9.4 Program을 이용해 산출하였다. 다중회귀분석을 위한 최소 표본 크기는 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95, 예측변수 10개(인구사회학적 특성 7개, 연구변인 3개)로 설정한 결과 172개로 산출되었으며, 회수율과 탈락률 및 학년과 학교 분포 등을 고려하여 총 260부 배포하였다. 이 중 응답이 불성실한 설문지 5부를 제외한 총 255명을 최종 분석에 이용하였다.

2.2. 연구도구

2.2.1. 건강관심도

건강관심도는 Dutta-Bergman[11]이 개발하고 Park 등[25]이 번안한 도구를 사용하였다. 총 5문항, Likert 5점 척도로 구성되어 있으며, 측정점수가 높을수록 건강관심도가 높은 것을 의미한다. Park 등[25]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α=.75이었고, 본 연구에서 Cronbach's α=.83이었다.

2.2.2. 건강관리 자기효능감

건강관리 자기효능감은 Becker 등[16]이 개발한 Self-rated abilities for health practices: health self-efficacy measure(SRAHP)를 Lee 등[17]이 한국판으로 수정·번안한 도구를 사용하였다. 총 24문항, 6개의 하위영역으로 구성되어 있으며, 하위영역은 운동관리 8문항, 질병관리 4문항, 영양관리 3문항, 정서관리 3문항, 건강행동관리 3문항, 스트레스 관리 3문항으로 이루어졌다. 각 문항은 5점 척도로 구성되어 있고, 측정점수가 높을수록 건강관리 자기효능감이 높은 것을 의미한다. Lee 등[17]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α=.91이었고, 본 연구에서 Cronbach's α=.92이었다.

2.2.3. 건강증진행위

건강증진행위는 Walker 등[26]이 개발한 Health Promotion Lifestyle Profile(HPLPⅡ)를 Seo와 Hah[27]가 한국판으로 수정·번안한 도구를 사용하였다. 총 50문항, 6개의 하위영역으로 구성되었고, 하위영역은 신체활동 8문항, 건강 책임 8문항, 영적 성장 9문항, 대인관계 8문항, 영양 9문항, 스트레스 관리 8문항으로 이루어졌다. 각 문항은 4점 척도로 구성되어 있고, 측정점수가 높을수록 건강증진행위 수행 정도가 높은 것을 의미한다. Seo와 Hah[27]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α=.92이었고, 본 연구에서의 Cronbach's α=.93이었다.

2.3. 자료수집 방법

자료수집 기간은 2022년 6월부터 7월까지 진행되었고, 자료수집 시 본 연구자가 각 대학의 간호학과를 방문하여 학과장의 승인을 받은 후 진행하였다. 연구 대상자에게 연구의 목적과 취지, 설문지 내용, 자발적 참여와 철회 가능성, 익명성 보장을 설명하였고, 연구 참여에 동의한 자를 대상으로 서면 동의 작성 후 자료 수집을 진행하였다.

2.4. 자료분석 방법

수집한 자료는 SPSS/WIN 25.0 program을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

1) 일반적 특성을 확인하기 위해 빈도, 백분율, 평균 및 표준편차로 분석하였다.

2) 건강관심도, 건강관리 자기효능감 및 건강증진행위의 정도를 기술통계로 분석하였다.

3) 일반적 특성에 따른 건강증진행위의 차이는 t-test, ANOVA, 사후검정은 Scheffé test로 분석하였다.

4) 건강관심도, 건강관리 자기효능감 및 건강증진행위의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient으로 분석하였다.

5) 건강관심도와 건강증진행위와의 관계에서 건강관리 자기효능감의 매개효과는 Baron과 Kenny[28]의 3단계 매개효과 검증과 Sobel test[29]를 이용하여 분석하였다.

3. 결과 및 고찰

3.1. 건강관심도, 건강관리 자기효능감, 건강증진행위의 정도

대상자의 건강관심도 정도는 5점 만점에 평균 4.27(±.63)점 이었다. 우선 동일한 도구를 사용하여 성인을 대상으로 진행한 결과와 비교할 때, Zhang과 Tang[30]의 연구에서 평균 4.44점으로 이는 연구 대상자에 따른 차이로 해석되며, 추후 동일한 도구를 사용하여 간호대학생을 대상으로 한 반복연구가 필요할 것으로 보인다. 또한, 동일한 도구가 아니라 직접적으로 비교하기엔 다소 제한이 있지만, 간호대학생을 대상으로 건강관심도를 파악한 연구에서[15] 평균 2.98점, 대학생을 대상으로 한 연구에서[31] 여학생 2.67점, 남학생 2.62점 이었다. 본 연구에서의 건강관심도 점수는 중간 이상이며, 기존 연구들에 비해 비교적 높은 점수로써, 연구의 조사 시기가 코로나 19와 맞물리면서, 대부분의 사람들이 개인위생과 의료관련 지식에 대한 관심이 많아지고, 또한 구체적으로 건강하기 위해 무엇이 필요한지에 대한 관심이 높아진 것으로 사료된다[32,33].

본 연구 대상자의 건강관리 자기효능감 정도는 4점 만점에 평균 2.75(±.56)점으로 간호대학생을 대상으로 한 연구[20]에서 평균 3.94점, 대학생을 대상으로 한 연구[18]에서 평균 3.96점 보다 낮은 것으로 나타났다. 건강관리 자기효능감의 정도를 확인한 연구는 다소 부족하여 직접적으로 비교하기 어려운 한계가 있으나, 본 연구 대상자의 건강관리 자기효능감의 경우 중간 이상의 점수라 판단되며, 간호대학생의 건강관리 자기효능감의 정도를 확인하는 반복연구를 통해 결과의 재비교가 필요하다.

본 연구 대상자의 건강증진행위 정도는 4점 만점에 평균 2.42(±.41)점으로 간호대학생과 일반대학생을 대상으로 한 Kim 등[34]의 연구에서 간호대학생은 평균 2.60, 일반대학생은 평균 2.50으로 본 연구와 유사한 결과를 보였으며, 더불어 Hong[35]의 연구에서도 간호대학생은 평균 2.36점, 일반대학생은 평균 2.39점으로 본 연구와 비슷한 수준을 나타냈다. 간호대학생의 건강증진행위 점수가 더 높을 것으로 기대했으나 두 그룹 간 평균 점수는 큰 차이가 없어 간호대학생과 일반대학생 모두 건강증진행위 수준이 비교적 높지 않음을 확인 할 수 있다. 이는 간호대학생과 일반대학생의 경우 모두 초기 성인기에 해당되기 때문에 나타난 결과라고 생각되며, 간호대학생의 건강증진행위가 높지 않은 요인들은 다각적으로 탐색하여 해결 할 수 있는 방안을 모색해야 할 필요가 있다〈Table 1〉.

3.2. 대상자의 일반적 특성에 따른 건강증진행위의 차이

대상자의 건강증진행위에 차이를 보인 변수는 주당 운동 빈도와 아침식사 횟수이었다. 사후검증 결과 주당 1회 이상 운동하는 경우 전혀 하지 않는 것보다, 그리고 주당 4회 이상 운동하는 경우

Table 1. Descriptive Statistics of Measurement Variables (*N*=255)

Variables	Range	Mean±SD
Health consciousness	1~5	4.27±.63
Health self-efficacy	0~4	2.75±.56
Health promoting behaviors	1~4	2.42±.41

Table 2. Differences of Health Promoting Behaviors according to General Characteris (*N*=255)

Variables	Categories	n(%)	Health promoting behaviors	
			M±SD	t/F (*p*) (Scheffé)
Gender	Male	35(13.7)	2.53±.49	1.72(.086)
	Female	220(86.3)	2.40±.39	
Age(year)	≤23	216(84.7)	2.43±.40	1.033(.302)
	≥24	39(15.3)	2.35±.47	
Grade	1st	66(25.9)	2.45±.45	.31(.819)
	2nd	53(20.8)	2.39±.35	
	3rd	48(18.8)	2.40±.35	
	4th	88(34.5)	2.42±.45	
Exercise frequency (week)	None[a]	98(38.4)	2.20±.34	20.72(<.001) a<b,c,d b<d
	1[b]	70(27.5)	2.48±.36	
	2~3[c]	61(23.9)	2.56±.42	
	≥4[d]	26(10.2)	2.73±.40	
Drinking frequency (week)	None	72(28.2)	2.39±.41	.55(.652)
	1	131(51.4)	2.44±.39	
	2~3	45(17.6)	2.37±.45	
	≥4	7(2.7)	2.48±.52	
Smoking	Yes	20(7.8)	2.47±.57	.45(.655)
	No	235(92.2)	2.41±.40	
Number of breakfast (week)	None[a]	135(52.9)	2.37±.40	5.04(.002) a,c<d
	1[b]	31(12.2)	2.40±.41	
	2~3[c]	46(18.0)	2.38±.40	
	≥4회[d]	43(16.9)	2.63±.40	

1회 하는 것보다 유의하게 건강증진행위 수준이 높았다(F=20.71, *p*<.001). 또한 주당 4회 이상 아침식사를 하는 경우 전혀 먹지 않거나 2~3회 먹는 것보다 건강증진행위 수준이 높았다(F=5.04, *p*=.002)〈Table 2〉.

간호대학생의 일반적 특성에 따른 건강증진행위의 차이에서 주당 1회 이상 운동하는 경우 전혀 하지 않는 것보다, 주당 4회 이상 운동하는 경우 1회 하는 것보다 건강증진행위 수준이 높았는데, 이는 간호대학생을 대상으로 한 선행연구에서[35,36] 운동 수준이 건강증진행위에 유의한 차이를 보인 결과와 동일한 결과를 보였다. 또한 주당 4회 이상 아침식사를 하는 경우 전혀 먹지 않거나 2~3회 먹는 것보다 건강증진행위 수준이 높았으며, 간호대학생을 대상으로 한 연구[37]에서 아침식사를 하는 경우가 그렇지 않은 경우 보다 건강증진행위에 영향을 주는 것으로 나타나 본 연구 결과와 유사하다. 이상의 결과에 기초하여 볼 때 규칙적인 신체활동과 식사습관은 건강증진을 향상하는데 도움이 되므로, 대학에서는 간호대학생의 건강증진행위 향상을 위한 프로그램을 운영할 때 운동과 아침식사의 중요성에 관한 내용을 반드시 포함하여 진행해야 할 것으로 생각된다.

3.3. 건강관심도, 건강관리 자기효능감, 건강증진행위간의 상관관계

대상자의 건강증진행위는 건강관심도(r=.48,

p<.001), 건강관리 자기효능감(r=.60, p<.001)과 정적상관을 보였다. 또한 건강관심도는 건강관리 자기효능감(r=.53, p<.001)과 정적상관을 보였다 〈Table 3〉.

본 연구는 간호대학생을 대상으로 건강관심도와 건강증진행위가 정적 상관관계를 보인 연구결과와 일치하고[15], 건강관리 자기효능감과 건강행위가 정적 상관관계를 보인 연구와 유사하며[18], 건강관심도가 건강관리 자기효능감과 정적 상관관계임을 보고한 연구[38] 결과와 동일하다. 이처럼 간호대학생의 건강증진행위에 건강관심도와 건강관리 자기효능감이 밀접한 관련성이 확인되는 바, 건강관심도와 건강관리 자기효능감을 향상시킬 수 있도록 다양한 프로그램 개발 및 적용 방안을 고안해야 할 것이다.

3.4. 건강관리 자기효능감의 매개효과

대상자의 건강관심도와 건강증진행위와의 관계에서 건강관리 자기효능감의 매개효과를 확인하기 위해 주당 운동 빈도와 아침식사 횟수는 더미변수로 변환하여 사용하였고, 이를 통제한 상태에서 Baron과 Kenny[28]의 회귀분석에 근거한 매개효과 검증과 Sobel test[29]를 이용하여 분석하였다. 먼저, 매개효과를 검정하기 전 종속변수의 자기상관과 독립변수 간 다중공선성을 검토하였다. 다중공선성을 확인한 결과 공차한계(Tolerance)는 .68~.93으로 .10이상 이었고, 분산팽창인자(VIF)는 1.1~1.5으로 10미만이므로 다중공선성의 문제는 없었다. 또한 Durbin-Watson 지수가 1.86로 2.0에 가까워 모형의 오차항 간 자기상관이 없는 것으로 확인되어 정규성 분포를 만족하였다. 따라서 매개효과 검정을 실시하였다.

매개효과를 검증하는 1단계에서 건강관심도는 건강관리 자기효능감에 유의한 영향을 주었으며, 건강관심도 점수가 높을수록 건강관리 자기효능감 점수가 높아졌다(β=.49, p<.001). 건강관심도가 건강관리 자기효능감을 설명하는 설명력(R^2)은 32%이다. 독립변수가 종속변수에 미치는 영향을 검증하는 2단계에서 건강관심도는 건강증진행위에 유의한 영향을 주었으며, 건강관심도 점수가 높을수록 건강증진행위 수준이 높아졌다(β=.39, p<.001). 건강증진행위를 설명하는 설명력(R^2)은 38%이다. 마지막 3단계에서는 독립변수, 매개변수가 종속변수에 미치는 영향을 분석하였다. 건강관심도(β=.20, p<.001)와 건강관리 자기효능감(β=.39, p<.001) 모두 간호대학생의 건강증진행위에 유의하게 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 건강관심도가 건강증진행위에 미치는 영향력도 감소하여, 건강관리 자기효능감은 건강관심도가 건강증진행위에 미치는 영향에 대해 부분매개하는 것으로 확인되었다. 건강관심도 점수와(β=.20, p<.001), 건강관리 자기효능감 점수가(β=.39, p<.001) 높을수록 건강증진행위 수준이 높아지며, 건강증진행위를 설명하는 설명력(R^2)은 48%이었다. 또한 Sobel test 검정결과에서도 매개효과가 확인되었다(Z=5.54, p<.001)〈Table 4〉〈Fig. 1〉.

본 연구의 매개효과 검증 1단계에서 간호대학생의 건강관심도가 높을수록 건강관리 자기효능감은 높아졌다. 선행연구[12,13]에 따르면 건강관심도가 높은 사람은 건강과 관련된 정보를 추구하여 건강에 대한 긍정적 태도의 변화를 가져온다. 또한 Breslow 등[38]에 의하면 건강에 대한 관심 정도가 건강관련 행위 수행 여부를 결정할 수 있는 것으로 보고한 바, 건강관심도는 건강관련 행위를 파악하고 실천할 수 있는 믿음인 건강관리 자기효능감을 향상 시킬 수 있을 것으로 추론된다. 2단계에서는 간호대학생의 건강관심도가 높을수록 건강증진행위가 높아졌는데, 선행연구[10,15]에서 건강관심도는 건강증진행위에 직접적 영향을 주며, 건강에 대한 관심이 높을수록 건강증진행위 수행을 많이 하는 것으로 나타나 본 연

Table 3. Correlations among Variables (N=255)

Variables	Health consciousness r(p)	Health self-efficacy r(p)	Health promoting behaviors r(p)
Health consciousness	1		
Health self-efficacy	.53(<.001)	1	
Health promoting behaviors	.48(<.001)	.60(<.001)	1

Table 4. Mediating Effect of Health Self-efficacy in the Relation between of Health Consciousness and Health Promoting Behaviors (*N*=255)

Variables	*B*	*SE*	*β*	t(*p*)	R^2	Adj. R^2	F(*p*)
Step 1 Health consciousness → Health self-efficacy	.43	.05	.49	8.92 (<.001)	.32	.30	16.82 (<.001)
Step 2 Health consciousness → Health promoting behaviors	.26	.03	.39	7.55 (<.001)	.38	.36	21.38 (<.001)
Step 3 Health consciousness → Health promoting behaviors	.13	.04	.20	3.70 (<.001)	.48	.47	28.63 (<.001)
Health self-efficacy → Health promoting behaviors	.29	.04	.39	7.06 (<.001)			

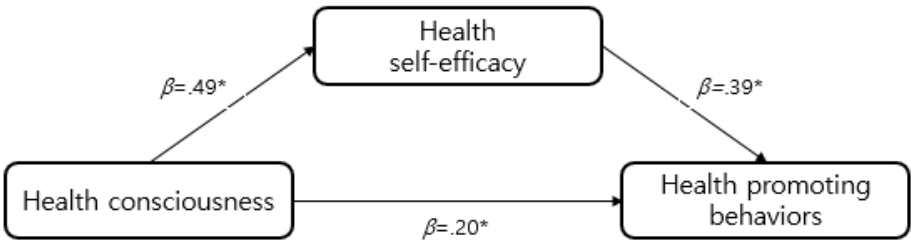

Fig. 1. Mediating Effect of Health Self-efficacy in the Relation between of Health Consciousness and Health Promoting Behaviors.

구 결과와 유사하다. 이는 개인이 지각하는 건강관심도가 사회활동 및 일상생활 등의 전반에서 자신의 건강을 향상시키기 위해 여러 가지 방법을 모색하는 행위로 이어지는 것으로 보고된 연구결과[13]를 근거로, 건강관심도를 향상시킴으로써 건강증진행위 수준을 높일 수 있었던 것으로 판단된다. 마지막으로 3단계에서 간호대학생의 건강관심도와 건강관리 자기효능감은 건강증진행위에 영향을 미쳤고, 건강관리 자기효능감은 건강관심도와 건강증진행위 간의 관계에서 부분매개효과를 나타냈다. 즉 건강관리 자기효능감을 매개하여 건강증진행위의 수준을 더욱 향상시켰다. 본 연구의 변인들을 이용해 매개효과를 설명한 선행연구가 미비하여 직접적인 비교에 제한이 있으나, 선행연구[18,39]에 따르면 건강관리 자기효능감이 높을수록 건강행위 수행을 증진시키는 것으로 나타났으며, 건강관리 자기효능감은 건강증진행위에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구와 간접적으로 비교할만하다. 더불어 Glanz 등[40]에 의하면 자기효능감이 낮은 사람은 지속적인 노력 수행이 어려워 행동변화가 힘든 반면, 자기효능감이 높은 사람은 스스로 건강행동을 해낼 수 있다는 믿음으로 건강행동을 수행할 가능성이 높아지는 것으로 확인된 바, 지속적인 건강행동의 수행은 건강증진행위로 이어질 것으로 추론된다. 즉, 본 연구는 간호대학생의 건강관심도와 건강증진행위와의 관계에서 건강관리 자기효능감의 매개효과를 살펴 본 것에 의의가 있으며, 간호대학생의 건강증진행위 수준의 향상을 위해서는 건강에 대한 관심도를 증가시킬 뿐만 아니라 건강관리 자기효능감을 동시에 높이는 것이 효과적일 것으로 판단된다. 따라서 간호교육기관에서는 간호대학생의 건강증진행위를 향상시키기 위해 최신의 유용한 정보를 제공하여 건강관심도를 높일 수 있도록 유도하고, 또한 그들 스스로의 건강관리를 실천할 수 있는 믿음인 건강관리 자기효능감의 수준을 지속적으로 유지·증진 할 수 있도록 다양한 건강증진관련 프로그램 개발이 필요할 것

으로 사료된다.

4. 결 론

본 연구는 간호대학생의 건강관심도와 건강증진행위간의 관계에서 건강관리 자기효능감의 매개효과를 규명하여, 이들의 건강증진행위 향상을 위한 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구 결과에서 건강관심도, 건강관리 자기효능감, 건강증진행위는 매우 밀접한 관계를 가졌으며, 건강관심도와 건강증진행위 간의 관계에서 건강관리 자기효능감은 부분매개효과를 나타내는 것으로 확인되었다. 본 연구 결과를 바탕으로 간호대학생의 건강증진행위를 향상시키기 위해 건강관심도를 높이기 위한 노력뿐만 아니라 그들 스스로의 건강관리에 대한 기대와 신념인 건강관리 자기효능감의 함양 및 강화가 필요함을 시사한다. 이에 간호대학생의 건강증진행위 향상을 위해 대학에서는 건강관심도를 증가시킬 수 있는 내용으로 교내 건강증진 프로그램을 운영하여, 건강관리 자기효능감 수준을 높일 수 있도록 방안을 마련해야 할 것이다.

본 연구를 계획 시, 건강관심도, 건강관리 자기효능감 및 건강증진행위 간의 상관성을 입증한 다수의 선행연구를 기초하여 인과관계를 예견했고, 그 후 연구 방향성을 구조화하여 진행하였다. 이를 통해 규명한 본 연구는 간호대학생의 건강관심도와 건강증진행위와의 관계에서 건강관리 자기효능감의 매개효과를 규명했다는 점에서 의의가 있고, 또한 연구 결과의 설명력이 유의한 수준으로 나타난 바, 간호대학생의 건강증진행위를 향상시키는데 효과적일 것으로 기대된다.

하지만 본 연구의 대상자는 일부 제한된 지역의 간호대학생으로 전체 간호대학생의 결과로 일반화하기에는 제한이 있다. 따라서 추후, 지역과 표본수를 확대하여 본 연구와 동일한 변인과 구조로 설계하여 건강증진행위 관련 요인을 살피기 위한 반복연구를 제언한다.

References

1. Statistics Korea [Ienternet]. Available From: https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1B41&vw_cd=MT_ZTITLE&list_id=F_29&scrId=&seqNo=&lang_mode=ko&obj_var_id=&itm_id=&conn_path=K2&path=%252Fcommon%252Fmeta_onedepth.jsp. (accessed Jun, 10, 2022)
2. H. S. Kim, J. S. Hur. "A Study of Influential Factors on Health Promoting Behaviors of the Elderly: Focusing on Senior Citizens Living in Seoul" *Journal of the Korean Gerontological Society,* Vol.30, No.4 pp. 1129-1143, (2010).
3. Y. H. Chung, N. S. Seo, S. H. Moon. "Related Factors in Health Promotion Behavior by Gender among College Students" *The Journal of Korean Society for School Health Education,* Vol.12, No.2 pp. 29-42, (2011).
4. S. J. Kim, E. Y. Jung. "A Relevance on Health Perception, Health Knowledge and Health Promotion Behavior of the University students" *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society,* Vol.16, No.8 pp. 5394-5403, (2015).
5. Korea Disease Control and Prevention Agency [Ienternet]. Available From: https://knhanes.kdca.go.kr/knhanes/sub04/sub04_04_01.do. (accessed Jun, 10, 2022)
6. H. H. Sim, M. S. Kim, K. S. Jeong, J. E. Heo, E. J. Choi. "Factors Influencing Health Promotion Behaviors of College Students" *Korean journal of health education and promotion,* Vol.31, No.3 pp. 97-108, (2014).
7. J. W. Oak. "The Effects of Perceived Family Health on Health Promotion Behaviors in College Students" *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology,* Vol.7, No.2 pp. 611-619, (2017).
8. J. W. Oh, Y. S. Moon. "A Predictive Model of Health Promotion Behavior in Nursing Students" *Journal of digital convergence,* Vol.12, No.10 pp. 391-403, (2014).
9. Pender NJ, Murdaugh CL, Parsons MA. "*Health promotion in nursing practice 8th edition*", Pearson, (2018).

10. S. J. Park, Y. H. Lee. "Effects of Perceived Health Status, Health Attitude, and Health Concern on Health Promoting Behavior in Adults" *The Journal of the Korea Contents Association,* Vol.16, No.12 pp. 192-202, (2016).
11. Dutta-Bergman MJ. "Primary sources of health information: Comparisons in the domain of health attitudes, health cognitions, and health behaviors" *Health communication,* Vol.16, No.3 pp. 273-288, (2004).
12. Basu A, Dutta MJ. "The relationship between health information seeking and community participation: The roles of health information orientation and efficacy" *Health communication,* Vol.23, No.1 pp. 70-79, (2008).
13. S. E. Kim, J. A. Oh, Y. M. Lee. "Health Literacy: An Evolutionary Concept Analysis" *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education,* Vol.19, No.4 pp. 558-570, (2013).
14. S. K. Yang. "The Effects of Health Literacy, Self-efficacy, Health Concern on Health Promoting Behavior in Small-scale Workplace Workers" *The Korean Journal of Health Service Management,* Vol.15, No.3 pp. 81-91, (2021).
15. N. Y. Yang, M. S. Song. "Effects of Health Information Media Use and Health Interest on Health Promoting Behaviors in Nursing Students" *Journal of East-West Nursing Research,* Vol.25, No.2 pp. 148-157, (2019).
16. Becker H, Stuifbergen A, Oh HS, Hall S. "Self-rated Abilities for Health Practices: A Health Self-Efficacy Measure" *Health Values,* Vol.17, No.5 pp. 42-50, (1993).
17. J. E. Lee, H. G. Hong, J. S. Park. "Validation Study of the Korean Self Rated Abilities for Health Practices - Health Self-Efficacy Measure (K-SRAHP)" *The Korean journal of stress research,* Vol.26, No.3 pp. 140-148, (2018).
18. M. J. Kim, I. S. Yang. "The Association of Functional Health Literacy and Health Self-Efficacy with Health Behaviors among University Students" *Journal of Convergence for Information Technology,* Vol.12, No.1 pp. 45-54, (2022).
19. J. W. Nam, C, J, Lee. "The Effect of Self-Efficacy in Health Care on Health Behavior between Physical Education and Non-Major College Students" *Journal of Korea Society for Wellness,* Vol.15, No.2 pp. 245-254, (2020).
20. J. S. Park, Y. J. Lee, M. K. Park, Y. H. Jeong. "Effects of Health Behaviors, Health Self-efficacy and Motivation on Eating Habit of Nursing Students" *Journal of Korea Society for Wellness,* Vol.15, No.4 pp. 599-609, (2020).
21. S. H. Hong. "The Relationship between Perceived Health Status and Health Promoting Behaviors among Nursing Students" *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education,* Vol.19, No.1 pp. 78-86, (2013).
22. K. I. Lee. "A Relationship between the Social Support, Emotional Intelligence, Depression, and Health Promotion Behaviors of Nursing College Students" *Journal of Korean Society of Integrative Medicine,* Vol.8, No.4 pp. 231-238, (2020).
23. M. Y. Moon. "Relationship between Academic Stress, Perceived Health Status, Ego Resilience and Health Promoting Behavior By grade of Nursing College Students" *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology,* Vol.8, No.8 pp. 161-170, (2018).
24. J. H. Park, E. H. Kim. "Relationship of Academic Stress, Ego-resilience and Health Promoting Behaviors in Nursing Students" *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society,* Vol.18, No.9 pp. 193-202, (2017).
25. D. J. Park, M. S. Kwon, J. H. Choi. "The Influence of Health Information Orientation,

Attitude of Internet Health Information, and e-Health Literacy on Personal Health Behaviors" *Journal of Public Relations Research,* Vol.17, No.3 pp. 379-413, (2013).
26. Walker SN, Sechrist KR, Pender NJ. "*The Health-promoting lifestyle profile II",* College of Nursing University of Nebraska Medical Center, (1995).
27. H. M. Seo, Y. S. Hah. "A Study of Factors Influencing on Health Promoting Lifestyle in the Elderly: Application of Pender's Health Promotion Model" *Journal of Korean academy of nursing,* Vol.34, No.7 pp. 1288-1297, (2004).
28. Baron RM, Kenny DA. "The Moderator-mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations" *Journal of Penality and Social Psychology,* Vol.51, No.2 pp. 1173-1182, (1986).
29. Sobel ME. "Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models" *Sociological Methodology,* Vol.13 pp. 290-312, (1982).
30. Pu B, Zhang L, Tang Z, Qiu Y. "The relationship between health consciousness and home-based exercise in China during the COVID-19 pandemic" *International journal of environmental research and public health,* Vol.17, No.16 pp. 5693, (2020).
31. H. J. Kang, M. K. Sin, S. J. Jung. "The Effect of Health Status on the Nutritional Knowledge, Eating, Habits and Health-concerns by College Students" *The Kosim Journal of Health Sciences,* Vol.25, pp. 37-55, (2015).
32. Besteiro B, Coutinho D, Gomes F, Almeida M, Almeida J. "Review of the Prognosis Factors of COVID-19 Infection" *Advances in Infectious Diseases,* Vol.11, No.2 pp. 196-215, (2021).
33. G. E. Lee, G. Y. Gu. "Changes in 'public health care' issues that appeared in media reports before and after COVID-19" *SEOUL HEALTH ON AIR,* Vol.1, No.39 pp. 1-11, (2022).
34. M. S. Kim, S. O. Ko, B. Y. Kim, J. S. Kim, S. E. Park, J. M. Yeo, H. J. Yu, J. Y. Jangm J. H. Ju. "A Comparative Analysis of the Importance of Health Promotion Behavior and Performance of Nursing Students and General College Student" *Journal of the Nursing Academic Association of Ewha Womans University,* Vol.36, No.1 pp. 62-83, (2002).
35. S. H. Hong. "Convergence Study of Health Promoting Behaviors between Nursing Students and General College Students" *Journal of the Korea Convergence Society,* Vol.9, No.6 pp. 339-346, (2018).
36. D. Y. Park, M. J. Kim. "The Effects of Family Function, Health Perception, and Self-efficacy on Health Promoting Behaviors of Nursing College Students" *The Journal of the Korea Contents Association,* Vol.17, No.6 pp. 561-570, (2017).
37. Y. S. Choi, M. Y. Kim. "The Effects of Life Stress and Stress Coping among Nursing College Students on Health Promotion Behavior" *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society,* Vol.21, No.7 pp. 109-119, (2020).
38. Breslow L, Enstrom, JE. "Persistence of health habits and their relationship to mortality" *Preventive medicine,* Vol.9, No.4 pp. 469-483, (1980).
39. S. S. R. Kim, E. A. Kim. "Effects of Nursing College Students' Health Consciousness, Health Self-efficacy and Self-care Agency on Health Promoting Behavior" *The Journal of Korean Society for School & Community Health Education,* Vol.24, No.1 pp. 33-46, (2023).
40. Glanz K, Rimer BK, Viswanath K. "*Health behavior: theory, research, and practice",* Jossey-Bass, (2015).