

The Impacts of Smoking Cessation Motivation and Perceived Competence on Smoking Cessation among College Smokers: A Preliminary Study

Hyenam Hwang⁺

Department of Nursing Science, Dongyang University, 145 Dongyangdaero, Poonggi, Yeongju, Gyeongbuk, Korea

Abstract

As cigarette smoking during college years could affect the entire lifespan, it is important to help establish a healthy lifestyle by correcting their unhealthy smoking habits. The purposes of this preliminary study were to examine the differences in smoking cessation motivation and perceived competence between quitters and non-quitters after the smoking cessation program and to identify factors associated with the program success in college students. A cross-sectional descriptive study was used to examine a total of 51 college students who participated in the 6-month on-campus smoking cessation program. The rate of successful smoking cessation was 35.3%. Quitters and non-quitters showed differences in the number of cigarettes per day, nicotine dependence, and perceived competence. The factors associated with success in smoking cessation include perceived competence and the number of cigarettes per day, which should be effectively incorporated into the smoking cessation program in college students.

Key words: college student, cigarette smoking, smoking cessation

1. 서론

1. 연구의 필요성

흡연은 생명을 위협하는 건강문제를 일으키는 주원인으로 World Health Organization(WHO, 2016)에 의하면, 흡연은 암, 폐, 심혈관 질환을 포함한 다양한 만성질환의 주요 위험 요소일 뿐만 아니라 흡연의 확산은 공중보건을 위협하는 중요 요인으로 간주하고 있다. 또한 세계적으로 연간 약 600만 명이 직·간접흡연으로 인해 죽음에 이르게 된다(WHO, 2016). 우리나라 온 국민의 건강한 삶을 비전으로 삼고 있는 국민건강증진

종합계획(Health Plan, 2020)에서는 2020년까지 금연 환경을 조성하여 성인 남성의 흡연율을 29.0%까지 줄이는 것을 목표로 하고 있다(Korea Health Promotion Institute, 2016). 따라서 담뱃값 인상, 담뱃갑 경고그림과 흡연관련 질환자의 증언식 금연광고 등 다양한 형태의 금연대책이 시행되고 있다. 또한 지역사회에서도 보건소 금연클리닉과 금연상담전화 등과 같은 다양한 금연지원서비스가 제공 중이며, 이러한 노력에 의하여 전년도 대비 보건소 금연클리닉 이용자는 106% 증가하였고, 금연상담전화 상담건수는 20% 증가하였다고 한다(Ministry of Health and Welfare, 2015a). 하지만

⁺ Corresponding author: Hyenam Hwang, Tel. +82-54-630-1722, Fax. +82-54-630-1179, e-mail. hnhwang@dyu.ac.kr

다방면의 국가·사회적 노력에도 불구하고 보건복지부의 보고에 따르면, 최초 흡연시작연령은 점점 더 낮아지고 있으며, 2015년 담뭍값 인상 정책으로 인해 성인 남성 흡연율은 35% 수준으로 최근 1년 사이 5.8% 정도 감소를 보였으나(Ministry of Health and Welfare, 2015a, 2015b), 이는 Health Plan 2020 성인남성 흡연율 목표치에 미치지 못할 뿐만 아니라 경제협력개발기구의 평균인 20%보다도 상당히 높은 수준이다(Organization for Economic Cooperation and Development, 2015). 또한 이러한 국가 또는 지역사회의 금연 정책은 대부분 중·고등학생 또는 지역사회 성인에게 초점이 맞춰져 있으므로 이의 경계에 있는 초기 성인기의 대학생은 금연 정책의 사각지대에 있을 수밖에 없다(No Smoking Guide, 2016a).

생애주기의 청소년기를 벗어나 초기 성인기에 들어선 대학생의 경우, 대학이라는 울타리 속에 안착하여 사회적 정책과 격리되어 있을 뿐 아니라, 우리나라의 청소년 보호법상의 담배 구매 제한으로부터 자유로워지며, 사회적인 불편한 시선으로부터 벗어나는 시기이기도 하다(National Law Information Center, 2017). 청소년 건강행태 온라인조사에 따르면, 2015년 우리나라 청소년 흡연율은 남학생 11.9%, 여학생 3.2%로 보고되었다(No Smoking Guide, 2016b). 또한 Korea Health Statistics 2014(2016)에 의하면, 대학생에 해당하는 만 19~29세 사이 연령층의 흡연율은 남성 34.8%, 여성 8.9%이었으며, 19세 이상 전체의 흡연율은 남성 43.1%, 여성 5.7%로 확인되었다. 이러한 수치에서 확인할 수 있듯이 청소년기부터 성인기로 갈수록 흡연율은 점차 늘어나며, 특히 여성의 경우 대학생 시기의 흡연율이 가장 높게 나타나므로 건강관리자 및 보건 연구자들은 이들에게 관심을 집중해야 할 필요가 있다. 한편 대학생 시기는 총흡연기간이 다른 성인들에 비해 비교적 짧아 잘못된 생활습관을 수정하여 올바른 건강행위습관을 형성하기에 유리한 시기이기도 하다(Kim & Song, 2013). 따라서 대학생이 체계적인 금연을 실천할 수 있도록 흡연 예방 프로그램 또는 금연 프

로그램과 같은 적극적인 중재가 필요하다.

금연을 위한 중재프로그램은 대부분 지역사회 성인을 위해 개발된 것으로 이를 이용한 다양한 선행연구가 있다(Cho, *et. al.*, 2009; Jun, *et. al.*, 2008; Lee, *et. al.*, 2006b; Lee & Song, 2008). 하지만 보건소 금연 프로그램의 대상자 중 대학생이 포함되는 연령인 만 19~29세의 참가 빈도를 살펴보면, 6.6~11.3%에 불과하여 대학생이 지역사회 프로그램을 이용하는 것이 쉽지 않은 것을 확인할 수 있다(Cho, *et. al.*, 2009; Lee, *et. al.*, 2006b). 이들을 위한 적극적인 중재 프로그램이나 연구의 필요성에 의하여 몇몇의 대학생 금연 중재 연구가 있을 지라도 그 수는 절대적으로 부족하였다(Chaung & Kim, 2005; Kim & Lee, 2010; Shin, *et. al.*, 2007). 성공적인 대학생을 위한 금연프로그램은 대학생 시기의 금연을 도와주어 생애 전반의 건강 및 삶의 질에 중요한 밑거름이 될 수 있다. 따라서 대학생을 위한 지속 가능한 금연 중재 프로그램이 필요하며, 금연 프로그램의 성공을 도모하기 위한 방법에 대한 다각적인 연구가 필요하다. 본 연구는 지역사회 주민을 대상으로 개발되어 보편적으로 보건소에서 사용되고 있는 금연프로그램을 이용하여 지역사회의 일부분이며, 접근성을 높이기 위하여 캠퍼스에서 대학생에게 적용하였다.

본 연구에서 금연 프로그램의 성공에 영향을 미치는 요인으로 인간의 행동을 강화하고 건강행위에 대한 실천 및 유지를 위한 자기결정성 동기(self-regulation motivation)와 개인이 사회적 환경과의 상호작용에서 자신의 능력을 발휘하고 효과적으로 대처하기 위한 스스로의 능력인 유능감을 이용하고자 한다(Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000). 자기결정성 동기는 행동에 영향을 미치는 내·외재적 동기(intrinsic·extrinsic motivation)를 의미하며, 이들은 자신에게 중요하거나 흥미가 있는 행동을 실천하도록 도와주는 것을 말한다(Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000). 내재적 동기는 자율적 동기(autonomous motivation)로서 행동의 결정 원인이 내재적 조절로부터 나오는 것을 말하고,

외재적 동기는 통제적 동기(controlled motivation)로서 행동의 원인이 외부로부터 발생하는 것을 의미한다. 이러한 내·외재적 동기를 포함한 자기결정성 동기를 갖기 위해서는 사회적 환경과의 상호작용에서 자신의 능력을 발휘하고 효율적으로 행동하려고 하는 욕구인 유능감(competence)과 같은 기본심리욕구의 자극을 필요로 한다.

자기결정성 동기와 유능감은 고혈압 관리행위(Lee & Park, 2012), 당뇨 관리행위(Seo & Choi, 2011), 음주 행위(Choi, *et. al.*, 2013), 재활운동실천행위(Russell & Bray, 2010), 체중조절행위(Seo & Suh, 2007) 등의 다양한 건강관련 행위를 설명하기 위하여 국내·외에서 사용되고 있으며, 흡연 및 금연 행위의 설명을 위한 연구(Ha & Choi, 2015; Lee, *et. al.*, 2012; Williams, *et. al.*, 2002, 2006a, 2006b) 또한 시행되고 있으나 대학생을 대상으로 시행한 금연프로그램을 성공으로 이끌기 위한 영향요인을 조사한 연구는 미비한 실정이다.

따라서 본 연구는 대학생의 금연프로그램 성공 예측요인을 조사한 기존연구의 부재로 인하여 중재프로그램의 효과크기 및 실행 가능성 검증을 위한 예비연구로 자기결정성 동기와 유능감이 흡연 대학생의 금연성공에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 실시되었다.

2. 연구목적

본 예비연구의 목적은 흡연 대학생들을 대상으로 실시한 금연프로그램 후 금연 성공군과 실패군의 차이를 파악하고, 금연성공여부에 미치는 영향요인을 확인하고자 한다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적·흡연관련 특성, 금연동기 및 유능감의 정도를 확인한다.
- 2) 대상자의 일반적·흡연관련 특성, 금연동기 및 유능감의 금연 성공군과 실패군 간의 차이를 파악한다.
- 3) 대상자의 금연동기와 유능감 간의 상관관계를 확인한다.
- 4) 대상자의 금연프로그램 후 금연성공 영향요인을 예측한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 일개 대학교의 학생건강관리센터에서 실시한 흡연 대학생 대상의 금연프로그램 후 금연성공여부에 미치는 영향요인을 확인하기 위한 서술적 조사 연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 Y시에 소재하고 있는 D 대학에 재학 중이며, 학생건강관리센터의 금연프로그램에 등록하여 6개월 과정을 모두 종료한 자로, 연구의 목적을 이해하고 참여에 동의한 자를 편의표집 방법으로 자료를 수집하였다. 본 연구는 금연프로그램 성공 예측요인을 조사한 연구의 부재로 인하여 중재프로그램의 효과크기 및 실행 가능성 검증을 위한 예비 연구의 특성을 감안하여 금연프로그램에 등록된 흡연 대학생 56명 중 수집된 설문지의 검토를 통하여 무응답 문항이나 부정확한 응답이 많은 설문지 5부를 제외한 후 최종 51명의 자료를 사용하였다.

3. 연구도구

본 연구는 구조화된 설문지를 이용하였으며, 일반적 및 흡연관련 특성, 금연동기, 지각된 유능감 등이 포함되어 있다. 본 연구에서 금연 성공/실패라 함은 6개월 동안 담배를 한 개피라도 피우지 않은 사람을 금연 성공자, 6개월 동안 한 개피라도 흡연한 사람을 금연 실패자로 말하며, 금연프로그램 6개월 종료 시에 대상자에게 확인하였다(Jun, *et. al.*, 2008).

일반적 특성은 연령, 성별, 학년, 음주여부, 운동여부, 키/몸무게 등으로 구성되어 있으며, 키와 몸무게를 이용하여 체질량지수 (Body Mass Index [BMI], kg/m²)를 계산하였다. 흡연관련 특성은 하루흡연양(개피), 처음흡연시작연령, 총흡연기간, 니코틴의존도(Nicotine dependence) 등을 포함하고 있다. 니코틴의존도는 한국어판 니코틴의존도 설문도구(Fagerstrom Test for

Nicotine Dependence)를 이용하였다(Ahn, *et. al.*, 2002). 이 도구는 6문항으로 점수가 높을수록 니코틴의 존도가 높은 것을 의미한다. 본 도구의 개발당시 Cronbach's α 는 .69이었고(Ahn, *et. al.*, 2002), 본 연구에서는 .63이었다.

1) 금연 동기(Smoking Cessation Motivation)

본 연구에서 금연 동기는 Ryan & Connell(1989)의 Treatment self-regulation questionnaire를 이용하였다. 이 도구는 자율적 동기와 통제적 동기 영역으로 구성되어 있으며, 각 6문항, 7점 척도로 점수가 높을수록 자기결정성 동기가 높음을 의미한다. 문항의 예로는 “당신은 왜 금연하고자 합니까?”의 하위 질문으로 “왜냐하면 나 자신의 건강에 책임을 져야 한다고 생각하기 때문이다”, “왜냐하면 내가 담배를 피우는 것은 다른 사람의 기분을 상하게 만들기 때문이다” 등이 있다. Joseph, *et. al.*(2005)의 연구에서 Cronbach's α 는 자율적 동기가 .91, 통제적 동기가 .84이었고, 본 연구에서는 자율적 동기는 .80, 통제적 동기는 .77이었다.

2) 금연 유능감(Smoking Cessation Competence)

본 연구에서 금연 유능감은 Williams, *et. al.*(1998)이 개발한 Perceived competence scale을 이용하였다. 이 도구는 4문항, 7점 척도로 점수가 높을수록 지각된 유능감이 높음을 의미한다. 문항의 예로는 “나는 완전 금연을 위한 나의 능력을 확신한다”, “나는 지금 당장 완전하게 담배를 끊을 수 있다” 등이 있다. 도구의 신뢰도는 Williams, *et. al.*(1998)의 연구에서 Cronbach's α 는 .85이었고, 본 연구에서는 .89 이었다.

4. 자료수집

금연프로그램은 2016년 3월부터 9월까지 진행되었으며, 금연프로그램 실시 전 3주간 학교 홈페이지 공지 사항 및 플랜카드 부착 등을 이용하여 금연프로그램을 홍보하였다. 본 연구를 위한 자료수집은 금연클리닉에 등록된 첫 주에 시행하였고, 24주에 금연성공 여부를

확인하였다.

본 연구는 D 대학의 연구윤리위원회(1041495-201504-HR-01-01)에서 연구승인을 받은 후 학생건강관리센터의 보건간호사가 연구목적과 참여자의 익명성 보장, 개인의 윤리적 측면 보호를 설명하였다. 이에 자발적으로 참여에 동의한 흡연 대학생을 대상으로 동의서를 받은 후 질문지를 배부하여 작성하도록 하였다.

D 대학 학생건강관리센터의 금연프로그램은 24주간 운영되었으며, Y시 보건소의 금연상담사와 학생건강센터의 보건간호사에 의하여 시행되었다. 첫 주는 등록 및 기초 조사, 금연 책자 배부, 금연 상담 및 특강 등이 이루어졌으며, 2~6주는 매주 전화/문자 상담, 방문금연/금단증상 상담 및 금연보조제 지급 등이 이루어졌다. 7~23주는 2주마다 상담, 금연 지속성 확인을 위한 일산화탄소(CO) 검사 등이 이루어졌고, 24주에 금연 성공여부를 확인하였다.

5. 자료분석

본 연구의 자료는 SPSS 21.0을 이용하여 분석하였다. 변수의 정규성 검정을 위하여 데이터 탐색을 이용하여, Histogram, 왜도와 첨도, Kolmogorov-Smirnov 검정을 이용하였으며, 그 결과 본 연구자료는 정규성이 검증되었다. 대상자의 일반적, 흡연관련 특성 및 변수의 정도는 빈도와 백분율, 평균, 표준편차를 이용하였으며, 두 군의 동질성 비교는 Chi-square test 또는 Independent sample T-test를 사용하였다. 또한 변수들 간의 상관관계 정도는 Pearson correlation coefficient, 금연성공요인을 예측하기 위하여 Logistic regression analysis(Forward: LR)를 사용하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자의 6개월 금연프로그램 후 금연 성공률은 35.3%(18명)로 나타났다. 본 연구 대상자의 평균 연령은 23.3세(SD=2.3)이었고, 평균 BMI는 22.6 kg/m²이

Table 1. Differences of general characteristics between success and failure group (N=51)

Variable	Category	Total (n=51)	Success (n=18)	Failure (n=33)	t (p)
		M±SD	M±SD	M±SD	
Age	yr	23.3±2.3	22.9±2.0	23.5±2.8	-0.80 (.428)
BMI	kg/m ²	22.6±2.9	22.0±2.8	22.9±3.0	-1.01 (.318)
Variable	Category	n (%)	n (%)	n (%)	χ ² (p)
Gender	Male	48 (94.1)	16 (31.4)	32 (62.7)	1.37 (.241)
	Female	3 (5.9)	2 (3.9)	1 (2.0)	
Grade	1	19 (37.3)	8 (15.7)	11 (21.6)	0.80 (.846)
	2	8 (15.7)	3 (5.9)	5 (9.8)	
	3	14 (27.4)	4 (7.8)	10 (19.6)	
	4	10 (19.6)	3 (5.9)	7 (13.7)	
Alcohol	Yes	45 (88.2)	15 (29.4)	30 (58.8)	0.64 (.422)
	No	6 (11.8)	3 (5.9)	3 (5.9)	
Exercise	Yes	31 (60.8)	13 (25.5)	18 (35.3)	1.53 (.217)
	No	20 (39.2)	5 (9.8)	15 (29.4)	

었다. 남학생이 48명(94.1%), 1학년이 19명(37.3%), 1회/주 이상 음주를 하는 학생이 45명(88.2%), 1회/주 이상 운동을 하는 학생이 31명(60.8%)으로 가장 높은 비율을 차지하였다. 또한 대상자의 일반적 특성에 따른 성공군과 실패군의 유의한 차이는 보이지 않았다(〈Table 1〉).

2. 대상자의 흡연관련 특성

본 연구 대상자의 흡연관련 특성을 살펴보면, 하루흡연량은 평균 11.8개피, 처음흡연시작연령은 평균 18.0세, 총흡연기간은 평균 6.3년, 니코틴의존도는 평균 3.3점 이었다. 금연 성공군과 실패군의 차이를 살펴보면, 하루흡연량은 성공군(8.6±5.3)이 실패군(13.6±4.8)보다 유의하게 적었고($t=-3.44, p=.001$), 니코틴의존도는 성공군(2.5±2.0)이 실패군(3.7±1.1)보다 통계적으로 유의하게 낮게 나타났다($t=-2.32, p=.024$). 하지만

처음흡연시작연령과 총흡연기간은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다(〈Table 2〉).

3. 대상자의 금연 동기와 유능감 정도

본 연구 대상자의 금연 동기 중 자율적 동기 정도는 평균 31.6점, 통제적 동기 정도는 평균 22.9점으로 확인되었고, 지각된 금연 유능감 정도는 평균 20.0점으로 나타났다. 금연 성공군과 실패군의 차이를 살펴보면, 지각된 유능감은 성공군(23.1±4.8)이 실패군(18.3±4.6)보다 유의하게 높게 나타났으나($t=3.48, p=.001$), 금연 관련 자율적/통제적 동기는 성공군과 실패군의 차이가 없었다(〈Table 3〉).

4. 대상자의 금연 동기와 유능감 간의 관계

본 연구 대상자의 금연 동기와 유능감 정도 간의 관

Table 2. Differences of smoking-related characteristics between success and failure group (N=51)

Variable	Possible range	Total (n=51) M±SD	Success (n=18) M±SD	Failure (n=33) M±SD	t (p)
Cigarettes per day	-	11.8±5.5	8.6±5.3	13.6±4.8	-3.44 (.001)
First smoking age (yr)	-	18.0±2.4	18.3±2.7	17.9±2.2	0.62 (.541)
Smoking duration (yr)	-	6.3±2.6	5.7±2.9	6.6±2.4	-1.29 (.204)
Nicotine dependence	0-10	3.3±1.8	2.5±2.0	3.7±1.1	-2.32 (.024)

Table 3. Differences of motivation and competence between success and failure group

(N=51)

Variable	Possible range	Total (n=51) M±SD	Success (n=18) M±SD	Failure (n=33) M±SD	t (p)
Autonomous motivation	6-42	31.6±7.0	33.2±7.8	30.6±6.4	1.27 (.209)
Controlled motivation	6-42	22.9±8.3	23.7±8.6	22.4±8.2	0.53 (.596)
Perceived competence	4-28	20.0±5.2	23.1±4.8	18.3±4.6	3.48 (.001)

Table 4. Correlations for motivation and competence

(N=51)

Variable	Autonomous motivation r (p)	Controlled motivation r (p)	Perceived competence r (p)
Autonomous motivation	1	-	-
Controlled motivation	.57 (<.001)	1	-
Perceived competence	.45 (.001)	.41 (.003)	1

계를 살펴보면, 자율적 동기와 통제적 동기($r=.57$), 자율적 동기와 유능감($r=.45$), 통제적 동기와 유능감($r=.41$)은 모두 유의한 양의 상관관계를 나타내었다 (<Table 4>).

5. 대상자의 금연프로그램 성공 영향 요인

본 연구 대상자의 금연프로그램 성공에 미치는 영향 요인을 확인하기 위하여 금연 유능감과 함께 흡연관련 특성 중에 금연 성공군과 실패군의 차이를 보였던 하루 흡연량과 니코틴의존도를 추가하여 정규성 검정을 한 결과, 두 그룹 모두 정규성을 띤다고 가정할 수 있었다. 로지스틱 회귀분석 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났으며($\chi^2=19.67$, $p<.001$), 모형의 설명력을 나타내는 Cox와 Snell의 결정계수(R^2)는 32.0%, Nagelkerke의 결정계수(R^2)는 44.0%의 설명력을 보여주고 있다.

대학생의 금연성공여부에 가장 큰 영향을 미치는 요인으로는 지각된 유능감($B=0.23$)으로 나타났으며, 다음으로는 하루흡연량($B=-0.21$)이었다. 금연에 성공한 대학생의 유능감이 실패한 대학생에 비해 1.25(Exp(B))

배 높았고, 금연에 성공한 대학생의 하루흡연량은 실패한 대학생에 비해 0.81(Exp(B))배 낮은 것으로 나타났다. 그러나 니코틴의존도는 대학생의 금연프로그램 후 금연성공여부에 유의한 영향요인은 아닌 것으로 나타났다(<Table 5>).

IV. 논의

본 연구는 6개월 금연프로그램 후 금연의 성공여부에 미치는 영향 요인을 확인하고자 실시하였으며, 이는 성인기 초기에 해당되어 생애 전반의 건강에 영향을 미칠 수 있는 생활습관을 확립할 시기에 놓인 대학생의 잘못된 습관을 바로 잡기 위한 중재프로그램의 개발을 위한 중요한 기초 자료로 사용될 수 있을 것이다.

본 연구 대상자의 금연프로그램 후 금연 성공률은 35.3%로 나타났다. 선행 연구에서 대학생을 대상으로 금연프로그램을 실시한 후 성공률을 확인한 연구에서 31.8~42.2%(Chaung & Kim, 2005; Shin, *et al.* 2007)를 보였으며, 지역사회 성인을 대상으로 한 보건소 금

Table 5. Factors influencing success of smoking cessation

(N=51)

Variable	B	S.E.	Sig.	Exp(B)	95% C.I.
(Constant)	-2.96	1.70			
Cigarettes per day	-0.21	0.08	.010	0.81	0.69-0.95
Perceived competence	0.23	0.08	.008	1.25	1.06-1.48

$$\chi^2 = 19.67 (p < .001), \text{ Cox \& Snell } R^2 = .320, \text{ Nagelkerke } R^2 = .440$$

연클리닉의 6개월 금연 성공률은 33.6~47.5%로 확인되었다(Jun, *et. al.*, 2008; Lee, *et. al.*, 2006a, 2006b; Song & Lee, 2013). 이를 통해 본 연구 대상자의 금연 성공률이 선행연구의 결과와 유사하기는 하나, 적용된 금연프로그램의 차이로 인해 합의된 결과를 도출하기는 어려움이 있다. 따라서 대학생을 대상으로 하여 효과가 검증된 금연프로그램을 적용한 반복 연구의 필요성을 제안한다.

본 연구 대상자의 금연프로그램 시작 전의 흡연 특성을 살펴보면, 본 연구 대상자의 하루흡연량은 평균 11.8개피로 확인되었는데, 남자 대학생을 대상으로 한 Kim & Lee(2010)의 연구와 Chaung & Kim(2005)의 연구에서는 모두 13.4개피, 성인을 대상으로 한 Song & Lee(2013)의 연구에서의 하루흡연량이 평균 20.5개피로 확인된 것과 비교하면 다소 낮은 흡연량이었다. 본 연구 대상자의 처음흡연시작연령은 평균 만 18.0세로 나타났으며, 이는 Chaung & Kim(2005)의 연구에서 16.0세, Kim & Lee(2010)의 연구에서 16.4세보다는 늦은 시작연령을 보여주었으나 모두 고등학생 시기로 나타났다. 이러한 결과는 Shin, *et. al.*(2007)의 연구에서 고등학생 때 흡연시작이 가장 많은 것과 일치한다. 또한 본 연구에서의 총흡연기간은 평균 6.3년으로 Chaung & Kim(2005)의 연구에서 5.1년, 흡연 남자대학생을 대상으로 한 Kim & Lee(2010)의 연구에서의 6.1년과 유사한 것으로 확인되었다. 본 연구의 니코틴 의존도는 평균 3.3점으로 Kim & Lee(2010)의 연구에서 3.7점, Chaung & Kim(2005)의 연구에서의 3.6점과 유사하였으나 성인을 대상으로 한 Song & Lee(2013)의 연구에서의 4.8점 보다 크게 낮았다. 이를 통해 본 연구 대상자의 흡연관련 특성은 선행된 대학생 대상의 연구와는 유사한 결과를 보였으나 성인기의 흡연 특성보다는 하루흡연량 및 니코틴의존정도에서 나온 행위 정도를 보였다. 이에 따라 대학생의 흡연 습관은 주로 중·고등학생 시기에 시작되어 이어지는 것을 알 수가 있었고, 초기 성인기에 있는 대학생의 흡연율을 낮추기 위한 노력은 성인기 전반적으로 매우 중요하다고 할 수

있겠다. 따라서 중·고등학생, 대학생, 성인기의 흡연 행위는 어느 한 시기를 분리해서 중재하기 보다는 한 연속선상의 것으로 간주되어야 하고, 이른 시기에 바른 행위를 할 수 있도록 중재가 시급하다고 볼 수 있겠다. 또한 보다 정확한 중·고등학생, 대학생, 성인기, 중·노년기의 흡연행태 조사 및 비교 연구가 필요하다.

본 연구에서 6개월 금연프로그램 후 금연 성공군과 실패군의 흡연관련 특성의 차이를 살펴보면, 금연 성공군의 하루흡연량은 실패군보다 통계적으로 유의하게 적었다. 대학생을 위한 금연프로그램을 진행 후 금연 성공여부에 따른 차이를 확인한 선행연구가 없어서 직접적인 비교는 어렵겠지만, 성인기 또는 청소년기의 연구와 비교하면, Song & Lee(2013)와 Jun, *et. al.*(2008)의 보건소 이용 성인의 연구에서 하루흡연량은 금연 성공군이 실패군보다 적었으며, 청소년을 대상으로 한 연구(Yi, *et. al.*, 2011)에서도 같은 결과를 보였다. 그러나 지역사회 주민을 대상으로 한 Cho, *et. al.*(2009)의 연구에서는 차이가 없는 것으로 나타났다. 또한 본 연구에서 니코틴의존정도는 성공군이 실패군보다 낮게 나타났는데, 이는 다양한 선행 연구와 같은 결과이었다(Lee, *et. al.*, 2006b; Lee & Seo, 2007; Song & Lee, 2013; Yi, *et. al.*, 2011). 그러나 Jun, *et. al.*(2008)의 연구와 Cho, *et. al.*(2009)의 연구에서는 니코틴의존도의 차이가 없는 것으로 확인되었다. 본 연구에서 처음흡연연령과 총흡연기간은 성공군과 실패군의 통계적으로 차이가 없었으나, 선행연구에서는 실패군이 성공군보다 처음흡연시작연령이 더 낮았으며 총흡연기간이 더 길게 조사된 연구도 확인되었다(Cho, *et. al.*, 2009; Jun, *et. al.*, 2008; Lee & Seo, 2007; Song & Lee, 2013; Yi, *et. al.*, 2011). 본 연구를 통해 총흡연기간이나 처음흡연시작연령보다는 하루 흡연량과 니코틴의존정도가 대학생의 금연 성공과 실패에 주요 변수가 될 수 있을 것이라는 가정을 할 수 있으나 이들을 대상으로 한 선행연구가 없었으므로 좀 더 면밀한 추후 반복 연구가 필요하겠다.

본 연구 대상자의 금연관련 자율적/통제적 동기는

평균 31.6점/22.9점인 중간 이상으로 나타났으며, 이는 같은 도구를 이용하여 대학생의 흡연 행위를 연구한 Lee, *et. al.*(2012)의 결과와 흡연 여고생을 대상으로 한 Ha & Choi(2015)의 결과와 유사하였으며, 다른 연구에서도 비슷한 결과가 확인되었다(Williams, *et. al.*, 2002, 2006a, 2006b). 본 연구 대상자의 금연관련 지각된 유능감은 평균 20.0점인 중간 이상으로 나타났으며, 이는 같은 도구를 이용하여 지역사회 대상자를 대상으로 금연 관련된 지각된 유능감을 조사한 Williams, *et. al.*(2006a, 2006b)의 연구 및 Williams, *et. al.*(2002)의 연구와 유사하게 나타났으며, 이는 고혈압 환자를 대상으로 같은 도구를 이용한 연구에서도 유사한 결과를 보였다(Seo, 2010). 또한 본 연구 대상자의 지각된 유능감은 성공군이 실패군보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다. 그러나 금연 자율적/통제적 동기 정도는 성공군과 실패군의 차이가 없었다. 이는 유사한 선행연구가 없어서 비교가 불가능하지만, 연구대상과 표적 행위가 다를지라도 체중조절프로그램을 통한 유능감의 변화정도를 확인한 연구에서 프로그램 전과 후에 유능감의 확인한 차이가 있다고 보고하였다(Seo & Suh, 2007). 본 연구 대상자의 자율적/통제적 동기와 유능감은 모두 유의한 양의 상관관계를 나타내었다. 성인 흡연자를 대상으로 한 Levesque, *et. al.*(2007)의 연구에서 자율적/통제적 동기와 유능감이 모두 유의한 상관관계를 보여주었으며, 다른 선행연구에서도 유사한 결과를 확인할 수 있었다(Williams, *et. al.*, 2002, 2006b). 또한 고혈압 전단계 노인의 건강행위 이행 영향요인 연구(Lee & Park, 2012)에서 자율적 동기와 유능감은 양의 상관관계가 있었다. 그러나 고혈압 환자의 약물치료이행의 연구(Seo, 2010)에서 자율적/타율적 동기와 유능감은 상관관계가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이를 통해 행위 변화를 유도하는 동기와 유능감은 행위 변화를 설명하기에 적절하고, 선행연구에서 이들 변수가 다양한 행위 및 대상자에 적용되고 있음을 확인할 수 있었다. 그러나 대학생의 흡연 및 금연 관련 선행연구가 부족하여 연구 결과의 일치성을

확인하기는 어려웠다.

본 연구에서의 금연프로그램 후 금연 성공에 영향을 미치는 요인으로는 지각된 유능감과 하루흡연량으로 확인되었고, 니코틴의존도 및 자율적/통제적 금연 동기는 대학생 금연프로그램 성공여부의 주요 영향요인이 아닌 것으로 나타났다. 성인을 대상으로 한 연구에서 흡연관련 지각된 유능감은 금연 행위에 미치는 유의한 영향요인으로 확인되었다(Williams, *et. al.*, 2006b). 그러나 Williams, *et. al.*(2002)의 지속적인 금연 연구에서는 자율적 동기는 유의한 영향요인이었지만 지각된 유능감은 유의하지 않게 나타났다. 대학생을 대상으로 한 Lee, *et. al.*(2012)은 자율적 동기는 흡연행위 변화의 주요 예측요인이라고 제안하였다. 비록 대상자와 행위는 다를지라도 고혈압 환자의 약물치료이행에 가장 큰 영향을 미치는 요인으로 유능감이 확인되었고, 자율적 동기도 영향요인이었으나 통제적 동기는 영향요인이 아닌 것으로 확인되었다(Seo, 2010). 반면에 고혈압 전단계 노인의 건강행위이행에 영향을 미치는 요인으로 자율적 동기가 확인되었으며, 유능감은 자율적 동기를 통하여 영향을 미치는 변수로 확인되었다(Lee & Park, 2012). 또한 대학생의 음주의도와 관련된 연구에서는 자율적/타율적 동기가 영향요인으로 확인되었다(Choi, *et. al.*, 2013). 성인의 6개월 체중감소 프로그램의 영향요인에 관한 연구에서는 자율적/타율적 동기는 6개월 후 체중감소에 영향을 미치는 요인이 아닌 것으로 확인되었다(Gorin, *et. al.*, 2014). 또한 청소년 흡연자의 금연성공에 미치는 영향요인을 확인한 연구에서는 니코틴의존도가 낮을수록 성공에 영향을 미치거나 청소년의 흡연자는 하루흡연량은 성공요인이 아니라고 하였다(Yi, *et. al.*, 2011). 또한 Lee & Seo(2007)의 성인 금연시도자의 금연성공 관련 요인을 확인한 연구에서 니코틴 의존도가 높을수록 금연에 실패하는 것으로 나타났다. 지역사회 금연클리닉 이용 대상자의 금연성공에 영향을 미치는 요인을 확인한 연구에서 하루흡연량, 니코틴의존도 및 총흡연기간이 주요 영향요인으로 확인되었다(Song & Lee, 2013). 그러나 보건의

금연클리닉 프로그램의 실시 후 6개월 금연 성공 요인으로 하루흡연량, 처음흡연시작연령, 총흡연기간, 니코틴의존도 모두 유의한 영향요인이 아닌 것으로 보고되었다(Jun, *et. al.*, 2008). Lee, *et. al.*(2006b)의 연구에서 총흡연기간과 니코틴의존도는 금연 성공에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이에 따라 본 연구에서 변수로 사용한 하루흡연량, 니코틴의존도, 자율적/통제적 동기 및 유능감 중 하루흡연량과 유능감이 대학생의 금연프로그램에 유의한 성공요인으로 확인되었으나 선행연구의 부족으로 일관된 결과를 확인 할 수는 없었지만 하루흡연량과 유능감의 중요성은 확인할 수가 있었다. 또한 금연 동기와 니코틴의존도 역시 흡연자의 금연행동 변화에 영향을 미치는 주요 요인이므로 금연프로그램 적용 시 고려해야 하는 중요변수가 될 수 있다. 하지만 대학생의 금연 중재 프로그램의 부족으로 합의된 결과를 도출하기 어려웠으나, 본 예비연구의 표본수를 늘려 반복 확장연구의 필요를 제언한다.

이러한 연구 결과에도 불구하고 본 연구는 일개 대학의 건강관리프로그램에 참여한 학생을 대상으로 하여 전체 흡연 대학생에게 연구 결과를 일반화시키는 데에는 신중을 기해야 할 것이다. 또한 6개월 프로그램 수행 후 단 한 번의 조사로 성공여부를 결정하였기에 완벽한 금연 성공을 결론 내리기에는 신중을 기해야 할 것이다.

V. 결론

본 연구는 학생건강센터를 방문한 흡연 대학생의 금연프로그램 후 금연성공 여부에 미치는 영향을 확인하여 금연중재프로그램의 효과크기 및 실행 가능성을 검증하고자 실시한 서술적 조사연구이다. 금연 성공군과 실패군은 하루흡연량, 니코틴의존도, 지각된 유능감에서 차이를 보였으며, 금연프로그램 후 금연성공에 영향을 미치는 요인으로는 하루흡연량과 금연 유능감으로 나타났다. 또한 자기결정성 동기와 유능감은 대학생의 흡연 및 금연 습관 행위 변화를 설명하기에 충분하여 연구의 확장이 가능함을 확인할 수 있었다.

본 연구의 결과를 통해 금연프로그램을 성공적으로 이끌기 위한 영향요인이 하루흡연량과 유능감으로 파악됨으로써 금연프로그램의 성공률을 높이기 위해서는 프로그램 계획 시에 대상자의 하루흡연량과 지각된 유능감 정도를 고려해야 할 필요가 있다. 또한 본 연구 결과는 보건소에서 일반적으로 이용되고 있는 금연프로그램을 캠퍼스 내로 들여와 대학생에게 적용함으로써 대학생을 위한 프로그램의 강화를 위한 중요한 기초 자료가 될 수 있을 것이다.

감사의 글

이 논문은 2016년도 동양대학교 학술연구비의 지원으로 수행되었음.

This study was supported by a grant from Dongyang University in 2016.

References

- Ahn, Hee Kyoung, Hwa Jin Lee, Do Sik Jung, Seon Yeong Lee, Seong Won Kim, and Jae Heon Kang. 2002. Reliability and Validity of Korean Fagerstrom Tolerance Questionnaire. *Korean Academy of Family Medicine*. 23(8): 999-1008.
- Chang, Seung Kyo and Chun Gil Kim. 2005. Effects of Smoking Cessation Program for Male University Students: Perceived Nicotine Dependency and Self-efficacy. *Korean Journal of Adult Nursing*. 17(2): 219-229.
- Cho, Gyu Dong, Seong Hwan Kim, Yun Mi Cho, and Hyun Ji Cho. 2009. Analysis of Quitting Smoking Factors for Users of Smoking Cessation Clinic. *Statistical Counseling*. 22(1): 86-104.
- Choi, Joung Hwa, Sun Young Lee, and Ghee Young Noh. 2013. The Effect of Perceived Autonomy Support and Risk Perception on College Students' Self-determined Motivation to Comply to the Ban of Alcohol Drinking and Sales on Campus. *Korean Academic Society for Public Relations*. 17(3): 504-537.
- Deci, E. L. and R. M. Ryan. 2000. The "What" and "Why" of

- Goal Pursuits: Human Needs and the Self-determination of Behavior. *Psychological Inquiry*. 11: 227-268.
- Gorin, A. A., T. A. Powers, R. Koestner, R. R. Wing, and H. A. Raynor. 2014. Autonomy Support, Self-regulation, and Weight Loss. *Health Psychology*. 33(4): 332-339.
- Ha, Young Sun and Yeon Hee Choi. 2015. The Effectiveness of a Autonomous Regulation Improvement Smoking Cessation Program on the Amount of Daily Smoking, Perceived Motivation, Cotinine in Saliva, and Autonomous Regulation for Girls High School Students Who Smoked. *Journal of the Korea Academia-Industrial*. 16(9): 6169-6179.
- Joseph, S., G. Grimshaw, N. Amjad, and A. Stanton. 2005. Self-motivation for Smoking Cessation among Teenagers: Preliminary Development of a Scale for Assessment of Controlled and Autonomous Regulation. *Personality and Individual Differences*. 39: 895-902.
- Jun, Yong Wook, Nam Ju Ji, and Weon Young Lee. 2008. Factors Associated with Success of Smoking Cessation for 6 Months at Smoking-cessation Clinic of Public Health Center in Urban Area. *Korean Journal of Health Education and Promotion*. 25(1): 25-38.
- Kim, Eun Kyung and Mi Ryeong Song. 2013. An Analysis of the Characteristics and Preferences Related to a Smoking Cessation Program among Smoking College Students. *Journal of Korean Biological Nursing Science*. 15(4): 184-192.
- Kim, Ju Sung and Sun Ok Lee. 2010. Effects of a Smoking Cessation Program on Processes of Change, Situational Temptation and Decisional Balance in Male University Student Smokers. *Journal of Muscle and Joint Health*. 17(2): 113-123.
- Korea Health Promotion Institute. 2016. *Health Plan 2020, 2016-2020*. Retrieved from <http://www.khealth.or.kr/hp2020/busi.do?pgNo=4th>.
- Korea Health Statistics 2014. 2016. *Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES VI-2)*. Seoul Mental Health Statistics. Retrieved from https://www.seoulmentalhealth.kr/dataroom/data.jsp?cmd=view&test_num=88.
- Lee, Cheol Min, Kyung Sook Cho, So Young Won, Yeol Kim, Sang Ho Yoo, Jung Un Lee, Jae Kyung Choi, Dae Hyun Yoon, and Jong Gu Lee. 2006a. The Factors Associated with Male Smoking Cessation at Short and Long Term Follow-up in Smoking Cessation Clinic: The 2004 Trial Operation of Smoking Cessation Clinics at Public Health Centers. *Korean Journal of Health Promotion*. 6(1): 37-45.
- Lee, Eon Sook and Hong Gwan Seo. 2007. The Factors Associated with Successful Smoking Cessation in Korea. *Korean Journal of Family Medicine*. 28(1): 39-44.
- Lee, Eun Ha and Jee Won Park. 2012. A Structural Equation Model on Health Behavior Adherence for Elders with Prehypertension: Based on Self-determination Theory. *Journal of the Korean Academy of Fundamentals of Nursing*. 19(3): 343-352.
- Lee, H. S., D. Catley, and K. J. Harris. 2012. A Comparison of Autonomous Regulation and Negative Self-evaluative Emotions as Predictors of Smoking Behavior Change among College Students. *Journal of Health Psychology*. 17(4): 600-609.
- Lee, Ju Yul and Tae Min Song. 2008. The Factors Influencing on Success of Quitting Smoking in Rural and Urban Smoking Cessation Clinics. *Korean Journal of Agricultural Medicine and Community Health*. 33(3): 292-302.
- Lee, Kun Ja, Chun Ja Chang, Myung Soon Kim, Myung Hee Lee, and Young Hee Cho. 2006b. Factors Associated with Success of Smoking Cessation during 6 Months. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 36(5): 742-750.
- Levesque, C. S., G. C. Williams, D. Elliot, M. A. Pickering, B. Bodenhamer, and P. J. Finley. 2007. Validating the Theoretical Structure of the Treatment Self-regulation Questionnaire (TSRQ) across Three Different Health Behaviors. *Health Education Research*. 21: 691-702.
- Ministry of Health and Welfare. 2015a. *6 Months to Raise Cigarette Taxes: 5.8% Decrease in Adult Male Smoking Rate*. Retrieved from http://www.mohw.go.kr/front_new/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&BOARD_ID=140&BOARD_FLAG=00&CONT_SEQ=324257&page=1.
- Ministry of Health and Welfare. 2015b. *Start the Campaign for Juvenile Smoking Campaigns*. Retrieved from http://www.mohw.go.kr/front_new/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&BOARD_ID=140&BOARD_FLAG=00&CONT_SEQ=324389&page=1.
- National Law Information Center. 2017. *Juvenile Protection Act*.

- Retrieved from <http://www.law.go.kr/%EB%B2%95%EB%A0%B9%EC%B2%AD%EC%86%8C%EB%85%84%20%EB%B3%B4%ED%98%B8%EB%B2%95>.
- No Smoking Guide. 2016a. *Domestic Non-smoking Policy: A Non-smoking Business*. Retrieved from https://www.nosmokeguide.or.kr/mbs/nosmokeguide/subview.jsp?id=nosmokeguide_030102050000#none.
- No Smoking Guide. 2016b. *View the Smoking Statistics: Adolescent Smoking Rate*. Retrieved from http://www.nosmokeguide.or.kr/mbs/nosmokeguide/subview.jsp?id=nosmokeguide_010102000000.
- Organization for Economic Co-operation and Development (OECD). 2015. *Health at a Glance 2015: Tobacco Consumption among Adults*. Retrieved from <http://www.oecd-ilibrary.org/docserver/download/8115071ec016.pdf?expires=1483424710&id=id&accname=guest&checksum=666D08ED70C3F82FFEB9F8BED1191769>.
- Russell, K. L. and S. R. Bray. 2010. Promoting Self-determined Motivation for Exercise in Cardiac Rehabilitation: The Role of Autonomy Support. *Rehabilitation Psychology*. 55(1): 74-80.
- Ryan, R. M. and E. L. Deci. 2000. Self-determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-being. *American Psychologist*. 55: 68-78.
- Ryan, R. M. and J. P. Connell. 1989. Perceived Locus of Causality and Internalization: Examining Reasons for Acting in Two Domains. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57: 749-761.
- Seo, Young Mi and Sun Lim Suh. 2007. The Effects of a Weight Control Program with Competence. *Journal of Korean Academy Nursing*. 37(7): 1177-1183.
- Seo, Young Mi and Won Hee Choi. 2011. A Predictive Model on Self Care Behavior for Patients with Type 2 Diabetes: Based on Self-determination Theory. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 41(4): 491-499.
- Seo, Young Mi. 2010. Factors Influencing Medication Adherence in Hypertensive Patients. *Journal of Korean Academy Community Health Nursing*. 21(1): 82-91.
- Shin, Sung Rae, Sun Woo Lee, and Sun Kyoung Kim. 2007. The Effect of School Based Smoking Cessation Program for College Students. *Korean Journal of Health Psychology*. 12(4): 869-885.
- Song, Tae Min and Ju Yul Lee. 2013. A Multilevel Model Analysis on the Determinants of Smoking Cessation Success Rates. *Korean Journal of Health Education and Promotion*. 30(1): 53-64.
- Williams, G. C., H. A. McGregor, D. Sharp, C. Levesque, R. W. Kouides, R. M. Ryan, and E. L. Deci. 2006b. Testing a Self-determination Theory Intervention for Motivating Tobacco Cessation: Supporting Autonomy and Competence in a Clinical Trial. *Health Psychology*. 25(1): 91-101.
- Williams, G. C., H. McGregor, D. Sharp, R. W. Kouides, C. S. Lévesque, R. M. Ryan, and E. L. Deci. 2006a. A Self-determination Multiple Risk Intervention Trial to Improve Smokers' Health. *Journal of General Internal Medicine*. 21: 1288-1294.
- Williams, G. C., M. Gagné, R. M. Ryan, and E. L. Deci. 2002. Facilitating Autonomous Motivation for Smoking Cessation. *Health Psychology*. 21(1): 40-50.
- Williams, G. C., Z. R. Freedman, and E. L. Deci. 1998. Supporting Autonomy to Motivate Patients with Diabetes for Glucose Control. *Diabetes Care*. 21(10): 1644-1651.
- World Health Organization (WHO). 2016. *Tobacco*. Retrieved from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs339/en/>
- Yi, Yeo Jin, Kun Ja Lee, and Young Sook Kim. 2011. Influences of Demographic, Smoking, and Smoking Cessation Factors on Smoking Cessation Success in Adolescent Smokers. *Korea Contents Society*. 11(4): 303-311.

Korean References Translated from the English

- 2014 국민건강통계 I. 2016. 국민건강영양조사 제6기 2차년도 (2014)(KNHANES VI-2). 서울시 정신보건 통계. Retrieved from https://www.seoulmentalhealth.kr/dataroom/data.jsp?cmd=view&test_num=88.
- 국가법령정보센터. 2017. 청소년 보호법. Retrieved from <http://www.law.go.kr/%EB%B2%95%EB%A0%B9%EC%B2%AD%EC%86%8C%EB%85%84%20%EB%B3%B4%ED%98%B8%EB%B2%95>.

- 금연길라잡이. 2016a. 국내금연정책: 금연지원사업. Retrieved from https://www.nosmokeguide.or.kr/mbs/nosmokeguide/subview.jsp?id=nosmokeguide_030102050000#none.
- 금연길라잡이. 2016b. 흡연통계보기: 청소년흡연율. Retrieved from http://www.nosmokeguide.or.kr/mbs/nosmokeguide/subview.jsp?id=nosmokeguide_010102000000.
- 김은경, 송미령. 2013. 흡연대학생의 제 특성과 금연프로그램 선호도 분석. 기초간호자연과학회지. 15(4): 184-192.
- 김주성, 이선옥. 2010. 금연프로그램이 흡연 남자대학생의 변화 과정, 유혹상황, 의사결정균형에 미치는 효과. 근관절건강학회지. 17(2): 113-123.
- 보건복지부. 2015a. 보도자료: 담뱃값 인상 6개월, 성인남성 흡연율 5.8%p 감소. Retrieved from http://www.mohw.go.kr/front_new/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&BOARD_ID=140&BOARD_FLAG=00&CONT_SEQ=324257&page=1.
- 보건복지부. 2015b. 보도자료: 청소년 맞춤형 흡연예방 ‘캠페인’ 시작. Retrieved from http://www.mohw.go.kr/front_new/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&BOARD_ID=140&BOARD_FLAG=00&CONT_SEQ=324389&page=1.
- 서영미, 서순림. 2007. 유능감 강화 체중조절 프로그램 효과. 대한간호학회지. 37(7): 1177-1183.
- 서영미, 최원희. 2011. 자기결정성 이론에 근거한 제2형 당뇨병 환자의 자가관리행위 예측 모형. 대한간호학회지. 41(4): 491-499.
- 서영미. 2010. 일지역 고혈압 환자의 약물치료 이행의 영향요인 지역사회간호학회지. 21(1): 82-91.
- 송태민, 이주열. 2013. 다층모형을 통한 금연성공에 영향을 미치는 요인 분석. 한국보건교육·건강증진학회. 30(1): 53-64.
- 신성례, 이선우, 김선경. 2007. 대학 새내기를 위한 흡연예방교육의 효과. 한국성인간호학회. 12(4): 869-885.
- 안희경, 이화진, 정도식, 이선영, 김성원, 강재현. 2002. 한국어판 니코틴 의존도 설문 도구의 신뢰도 및 타당도 가정의학회지. 23(8): 999-1008.
- 이근자, 장춘자, 김명순, 이명희, 조영희. 2006b. 6개월 금연성공의 영향요인 연구: 인천광역시 보건소 금연클리닉을 방문한 흡연자를 중심으로. 대한간호학회지. 36(5): 742-750.
- 이어진, 이근자, 김영숙. 2011. 인구학적, 흡연 및 금연관련 요인이 청소년 흡연자의 금연성공에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회논문지. 11(4): 303-311.
- 이연숙, 서홍관. 2007. 금연시도자 중 금연 성공과 관련된 요인들. 가정의학회지. 28(1): 39-44.
- 이은하, 박지원. 2012. 자기결정성 이론에 근거한 고혈압 전단계 노인의 건강행위이행 구조 모형. 기본간호학회지. 19(3): 343-352.
- 이주열, 송태민. 2008. 보건소 금연클리닉 이용자의 지역별 금연 성공요인. 한국농촌의학지역보건학회. 33(3): 292-302.
- 이철민, 조경숙, 원소영, 김열, 유상호, 이정운, 최재경, 윤대현, 이종구. 2006a. 금연 클리닉에서 남성의 장·단기 금연 성공과 관련된 요인: 2004년 보건소 금연 시범사업 분석. 대한임상건강증진학회지. 6(1): 37-45.
- 전용옥, 지남주, 이원영. 2008. 보건소 금연클리닉 프로그램의 실시 후 6개월 금연성공 요인. 한국보건교육·건강증진학회. 25(1): 25-38.
- 정승교, 김춘길. 2005. 남자 대학생을 위한 금연프로그램의 효과: 니코틴 의존도와 자기효능감을 중심으로. 성인간호학회지. 17(2): 219-229.
- 조규동, 김성환, 조윤미, 조현지. 2009. 금연클리닉 이용자의 금연성공 요인분석. 통계상담. 22(1): 86-104.
- 최정화, 이선영, 노기영. 2013. 위험인식과 자율성 지지 인식이 대학 내 음주규제법안에 대한 대학생들의 자기결정적 준수 의도에 미치는 영향. 홍보학 연구. 17(3): 504-537.
- 하영선, 최연희. 2015. 자율성 증진 금연 프로그램이 흡연 여고생의 일일 흡연량, 타액 코티닌, 지각된 동기 및 자율성에 미치는 효과. 한국산학기술학회. 16(9): 6169-6179.
- 한국건강증진개발원. 2016. 국민건강증진종합계획 2020. 4차, 2016-2020. Retrieved from <http://www.khealth.or.kr/hp2020/busi.do?pgNo=4th>.

Received: Jul. 25, 2017 / Revised: Sep. 6, 2017 / Accepted: Sep. 7, 2017

금연 동기와 지각된 유능감이 흡연 대학생의 금연프로그램 성공에 미치는 영향: 예비조사

국문초록 성인기 초기인 대학생 시기는 생애 전반의 건강에 영향을 미칠 수 있는 생활습관이 확립되는 중요한 시기일 뿐만 아니라 잘못된 흡연을 바로 잡을 수 있는 가장 적절한 시기이기도 하다. 본 예비연구의 목적은 학생건강센터에서 실시한 흡연 대학생 대상 금연프로그램 후 금연 성공군과 실패군의 차이를 파악하고, 금연성공여부에 미치는 영향요인을 규명하는 것이다. 본 연구는 D대학 학생건강관리센터의 금연프로그램에 등록하여 6개월 과정을 모두 종료한 51명을 대상으로 실시한 서술적 조사연구이다. 본 연구 대상자의 금연프로그램 후 금연 성공률은 35.3%로 나타났다. 금연 성공군과 실패군은 하루흡연량, 니코틴의존도, 지각된 유능감에서 차이를 보였으며, 금연프로그램 후 금연성공에 영향을 미치는 요인으로는 금연 유능감과 하루흡연량으로 나타났다. 본 연구 결과는 보건소에서 일반적으로 이용되고 있는 금연프로그램을 캠퍼스 내로 들여와 대학생에게 적용함으로써 대학생들을 위한 금연프로그램의 발전을 위한 중요한 기초자료가 될 수 있을 것이다.

주제어 : 학생, 대학, 흡연, 금연

Profiles **Hyenam Hwang** : She received her doctorate degree in the University of Texas at Austin in 2013. She is currently an assistant professor of the Department of Nursing Science at Dongyang University in Gyeongbuk. Her fields of study are the health promotion of the elderly and cancer survivors, also the promotion of health care in the community(hnhwang@dyu.ac.kr).