

20-30대의 COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인: 2020년 지역사회건강조사 자료 활용한 분석

박경실

광주대학교 보건복지대학 간호학과

Predictors of COVID-19 Prevention Behaviors in 20s to 30s: Analysis by using the 2020 Korea Community Health Survey

Kyong Sil Park

Department of Nursing, Gwangju University College of Health Welfare

요약 본 연구의 목적은 20-30대를 대상으로 COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인을 규명하기 위함이다. 2020년 지역사회건강조사 자료를 이용한 이차자료분석의 서술적 조사연구이다. 원시자료 229,269명 중 20-39세 성인 40,113명이 연구대상자로 선정되었다. 사회인구학적 변수에 성별, 연령, 교육수준, 가구구성원, 직업, 가구소득이 포함되었고, 독립변수에 지식, 스트레스, 우울, 염려, 사회적 지지, 사회적 신뢰가 포함되었다. 20-30대의 COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인을 분석하기 위해 다중회귀분석을 사용하였다. 염려, 사회적 신뢰, 스트레스, 지식, 우울, 사회적 지지가 COVID-19 예방행위에 영향을 미치는 중요한 요인으로 확인되었다. 새로운 감염병이 도래하였을 때 젊은 성인의 염려, 스트레스, 우울 등의 정신건강 관리가 필요하다. 또한 매증매체의 종류에 따른 사회적 신뢰와 COVID-19 예방행위의 연관성을 탐색하는 연구가 필요하다.

Abstract This study investigated COVID-19 preventive behaviors in 20 to 30-year-old adults. This was a cross-sectional study, and secondary analysis was achieved using the 2020 Korea Community Health Survey data. Among 229,269 adults in the raw data, 40,113 adults aged 20-39 years were selected as study participants. Socio-demographic variables included gender, age, education, household members, occupation, and household income. Independent variables included knowledge, stress, depression, psychological concerns, social support, and social trust. Multiple regression analysis was applied to analyze the COVID-19 preventive behaviors. We found that psychological concerns, social trust, stress, knowledge, depression, and social support were important factors influencing COVID-19 preventive behaviors. Our results indicate that the appearance of a new infectious disease necessitates the efficient management of the mental health of young adults, such as their concerns, stress, and depression. In addition, we propose further research in exploring the association between social trust and COVID-19 preventive behavior according to the type of mass media.

Keywords : Concerns, Social Support, Social Trust, Stress, COVID-19

이 논문은 2023년도 광주대학교 대학 연구비의 지원을 받아 수행되었음.

*Corresponding Author : Kyong Sil Park(Gwangju Univ.)

email: pks2022@gwangju.ac.kr

Received June 19, 2023

Revised July 21, 2023

Accepted September 1, 2023

Published September 30, 2023

1. 서론

1.1 연구의 필요성

코로나바이러스 감염증-19 (Coronavirus Disease-19, COVID-19)뿐만 아니라 신종인플루엔자, 중동호흡기증후군 등의 신종 감염병은 인간의 생명을 위협하고 경제적·사회적 문제를 발생시켰다[1]. 한국은 2020년 1월 첫 환자 발생을 시작으로 3년이 넘는 기간 동안 COVID-19를 대응해 왔다. 세계보건기구의 COVID-19 국제공중보건위기상황 해제 발표, 국내 높은 면역 수준 및 충분한 의료 대응 역량 등을 고려하여 한국은 COVID-19 위기경보 수준을 '심각' 단계에서 '경계' 단계로 하향 조정하였다[2]. 2023년 현재 COVID-19 위기상황에서 벗어나 일상으로의 회복을 추진하고 있으나[2] 여전히 변이 바이러스의 전파 가능성, 새로운 감염병에 대한 위협에 놓여 있어 감염병을 예방하기 위한 건강행위의 중요성이 더욱 강조되고 있다. 나아가 신종 감염병은 더 이상 한 지역, 한 국가에 국한되지 않고 전 세계적으로 빠르게 확산되므로[1] 무엇보다 초기의 예방적 건강행위가 중요하다.

2020년 초 COVID-19 확산 당시 정부의 사회적 거리두기 지침에도 불구하고 클럽 방문 및 지인 만남으로 많은 감염자가 발생하였고, 다른 연령에 비해 20-30대의 젊은 성인의 감염자 비율이 높았다[3]. 따라서 미래의 감염위기에 신속하게 대응하기 위해서 젊은 성인의 COVID-19 건강행위에 영향을 미치는 요인을 확인하는 것이 필요하다.

COVID-19로 인해 모든 연령집단에서 일상생활의 변화를 경험하였고, 우울, 불안, 스트레스 등의 심리적 문제가 발생하였다[4]. 특히, 젊은 성인은 중년 또는 노년보다 상대적으로 경제활동과 사회적 만남이 많기 때문에 사회적 거리두기 정책을 실천하기에 한계가 있었다[5]. 생애주기에서 초기 성인기는 건강행위를 유지 또는 변화시킬 수 있는 시기이므로[6] 새로운 감염병을 예방하기 위한 건강행위를 정립하는 것은 매우 중요하다.

선행연구에서 COVID-19 관련 지식과 COVID-19 예방적 건강행위의 연관성을 확인하는데 있어 서로 다른 결과를 제시하고 있었다. 연구대상자가 간호대학생[7] 또는 청소년[8]에 국한되어 있었고, 지식수준이 높을수록 예방적 건강행위 실천율이 높다는 결과[7]도 있었지만 유의하지 않은 결과[8,9]도 도출되었다. 따라서, 젊은 성인의 COVID-19 관련 지식과 COVID-19 예방적 건강행위의 관련성에 대해 파악할 필요가 있다.

2020년 COVID-19로 인한 국민적 스트레스는 메르

스 감염병에 비해 1.5배, 중증질환의 스트레스보다 높은 수준이었으며, COVID-19가 장기화되면서 코로나 블루 현상이 확산되어 전 국민의 48%가 불안과 우울감을 경험하였다[4]. 스트레스가 장기적으로 지속되거나 과잉되었을 때 우리의 신체는 카테콜라민과 코티솔이 증가하게 되고 이는 다양한 신체적 건강문제를 발생시킨다[6]. 일반적으로 스트레스와 우울이 높을수록 건강행위 이행은 낮아진다고 보고되는데[6,10] 최근 연구에서 COVID-19로 인한 스트레스가 높아질수록 COVID-19 예방적 건강행위 실천율은 높아짐을 확인하였다[11]. 이에 COVID-19로 인한 스트레스, 우울 정도를 파악하고, 스트레스, 우울과 건강행위의 관련성을 재확인할 필요가 있다.

염려는 걱정, 한 종류로 걱정은 미래의 부정적 사건에 대해 반복적이고 연쇄적인 부정적 생각을 의미한다[12]. COVID-19의 장기화로 염려가 지속되고 있으며 이러한 염려는 심리적 반응, 감정, 사고, 행동에 많은 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[13]. COVID-19로 인한 스트레스는 건강염려와 우울에 영향을 미쳤고 피로를 증가시키는 요인으로 작용하였으며[12]), 염려가 높을수록 기침 예절, 환기, 소독 실천율이 높았다[13]). 이러한 건강염려는 심리 및 행동에 영향을 미치고 있음에도 COVID-19와 관련하여 국내 연구는 미진한 상태이다[12,13].

사회적 지지는 상호간의 신뢰가 바탕이 되어 감정적 결속으로 이루어지는 관계를 의미하며, 위기나 스트레스에 직면하였을 때 대처와 적응을 촉진시킴으로써 신체적·정신적 건강에 영향을 미친다[14]. 이러한 사회적 지지는 다양한 질환 및 집단에서 건강행위에 중요한 요인으로 확인되고 있다[6]). COVID-19 대유행으로 인한 위기에 놓였을 때 사회적 거리두기를 통해 일상생활의 변화뿐만 아니라 사회적 관계에도 변화를 가져왔으며 이 시기의 사회적 지지는 신체적·정신적 건강행위에 영향을 미쳤을 것으로 예상된다. 일부 대학생에서 사회적 지지가 높을수록 COVID-19 건강예방행위를 잘 실천하는 것으로 확인되었다[11]. 경제활동 및 사회적 만남이 많은 젊은 성인은 COVID-19로 인해 그 어느 세대보다 사회적 관계에 많은 영향을 미쳤을 것으로 생각된다. 따라서 젊은 성인의 사회적 지지와 COVID-19 건강예방행위의 관계를 살펴볼 필요가 있다.

사회의 신뢰 수준은 재난상황에서 두드러지게 나타나는데 한국의 경우 COVID-19 대유행이 장기화되면서 경제적·신체적·정신적 어려움이 있음에도 불구하고 국민들이 정부와 사회에 높은 수준의 신뢰를 갖고 있었다

[14]. 메르스 감염 당시의 선행 연구에서 정부에 대한 신뢰가 감염병 건강예방행위에도 영향을 미치는 것으로 나타났으며[15], COVID-19 감염 시기에도 정부신뢰가 COVID-19 예방의도에 영향을 미치는 것으로 확인되었다[16]. 예방의도는 예방행동을 하려는 내적 의지이므로 [16] COVID-19의 사회적 신뢰 수준을 파악하고 사회적 신뢰가 COVID-19 건강예방행위에 영향을 미치는지 확인해 볼 필요가 있다.

따라서 본 연구는 20-30대를 대상으로 COVID-19 관련 지식, 스트레스, 우울, 염려, 사회적 지지, 사회적 신뢰를 중심으로 COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인을 규명하고자 한다. 이를 통해 새로운 감염병의 위기에 직면하였을 때 젊은 성인들이 적절한 예방행위를 실천할 수 있도록 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 20-30대의 COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인을 규명하기 위해 2020년 지역사회건강조사 원시자료를 이용한 이차자료분석의 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구는 2020년 지역사회건강조사 통계자료를 질병관리청(<https://chs.kdca.go.kr/>)의 원시자료 이용공개 및 활용규정을 준수하여 익명화된 자료를 제공받은 후 분석하였다. 지역사회건강조사는 통계청 승인 일반통계조사(승인번호 제 117075호)로써 익명성을 보장하는 자기기입식 온라인 조사이다[17]. 2020년 지역사회건강조사의 모집단은 2020년 8월 기준 주민등록기준 상 만 19세 이상의 성인이며, 주택유형별 가구 수를 기준으로 표본을 추출하여 조사된 표본대상자수는 229,269명이었다. 본 연구에서는 20-39세의 40,113명의 대상자를 선정하였다.

2.3 연구도구

본 연구는 2020년 지역사회건강조사 자료를 기반으로 인구사회학적 특성, 독립변수에 COVID-19 관련 지식, 스트레스, 우울, 염려, 사회적 지지, 사회적 신뢰, 종속변수에 COVID-19 예방행위를 구성하였다.

2.3.1 인구사회학적 특성

인구사회학적 특성으로 성별, 연령, 교육수준, 가구 구성, 직업, 월평균 가구소득으로 선정하였다. 교육수준은 고등학교 이하, 전문대 이상으로 재분류하였고, 직업은 '비육체노동직(관리자, 전문가 및 관련종사자, 사무종사자)', '육체노동직(서비스종사자, 판매종사자, 농림어업종사자, 기능원 및 관련기능종사자, 장치·기계조작·조립종사자, 단순노무종사자)', '기타(군인, 학생, 주부, 무직)'로 재분류하였다. 월평균 가구소득은 200만원 이하, 201만원 이상 350만원 이하, 351만원 이상 500만원 이하, 501만원 이상으로 재분류하였다.

2.3.2 COVID-19 관련 지식

COVID-19 관련 지식은 "열이 나거나 기침 등의 호흡기 증상이 시작될 때 적절한 행동은 무엇입니까?"을 묻는 단일문항으로 확인하였다. 질병관리청의 생활 속 거리 두기 지침[18]을 근거로 '콜센터 1339 또는 보건소 문의', '즉시 병원 또는 보건소 방문', '즉시 선별진료소 방문', '3-4일간 집에서 쉬면서 증상 살피기'를 옳은 답변으로 재분류하였고, '감기약 등을 먹으며 일상생활 하기', '잘 모르겠음'인 경우는 틀린 답변으로 재분류하였다.

2.3.3 스트레스

스트레스는 "평소 일상생활 중에 스트레스를 어느 정도 느끼는가?"에 대한 단일문항으로 '거의 느끼지 않음' 1점, '조금 느낌' 2점, '많이 느낌' 3점, '대단히 많이 느낌' 4점으로 점수화하였다.

2.3.4 우울

우울은 우울증 선별도구인 PHQ-9(Patient Health Questionnaire-9)으로 측정된 결과를 이용하였다. PHQ-9은 지난 2주 동안 일에 대한 흥미, 우울감, 수면장애, 피로, 식욕, 불행감, 집중저하, 불안행동, 자기비하의 총 9개 항목에 대해 얼마나 자주 힘들어하는지를 평가한다. 4점 Likert 척도로 '전혀 아니다' 0점에서 '거의 매일' 3점으로 구성되며, 총점 27점으로 점수가 높을수록 우울하다는 것을 의미한다. 본 연구의 Cronbach's α = .81이었다.

2.3.5 염려

염려는 "나는 코로나19에 감염될까봐 염려된다.", "나

는 코로나19에 감염되면 죽을 수 있을까봐 염려된다.”, “나는 코로나19에 감염되면 그 이유로 주변으로부터 비난이나 피해를 받을 것 같아 염려된다.”, “우리 가족 등 건강취약자가 코로나19에 감염될까봐 염려된다.”, “코로나19 유행으로 나와 우리 가족에게 경제적 피해가 올까봐 염려된다.”의 5문항을 사용하였다. 5점 Likert 척도로 ‘매우 그렇다’ 1점에서 ‘전혀 그렇지 않다’ 5점으로 구성되며, 역변환하여 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 재코딩하였다. 총점 25점으로 점수가 높을수록 염려가 높다는 것을 의미한다. 본 연구의 Cronbach’s $\alpha = .77$ 이었다.

2.3.6 사회적 지지

사회적 지지는 도움 요청 여부 결과를 이용하였다. 도움 요청 여부는 “격리치료 또는 자가격리 중 가족을 제외하고 도움을 요청할 수 있는 사람이 몇 명이나 있는가?”를 묻는 문항으로 1명 이상 있다고 응답한 경우는 ‘있음’, 한 명도 없다고 응답한 경우는 ‘없음’으로 재분류하였다.

2.3.7 사회적 신뢰

사회적 신뢰는 지역사회 구성원들이나 정부가 COVID-19에 얼마나 잘 대응하는지에 대한 신뢰[14]를 측정하기 위해 기관 또는 이웃의 대응능력 자료를 이용하였다. 기관 또는 이웃의 대응능력은 기관 또는 이웃의 코로나 19 대응능력이 적절하다고 생각하느냐를 평가한다. 정부(보건복지부, 질병관리청 포함), 시(특별·광역시, 도청), 시·군·구(보건기관 포함), 대중매체(방송, 신문 등), 지역 의료기관, 이웃과 직장동료의 대응능력을 각각 묻는 6문항으로 구성되어 있다. ‘전혀 적절하지 않다’ 1점, ‘적절하지 않다’ 2점, ‘보통이다’ 3점, ‘적절하다’ 4점, ‘매우 적절하다’ 5점으로 점수화하였다. 6문항을 모두 합산하여 총점 30점으로 점수가 높을수록 사회적 신뢰 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구의 Cronbach’s $\alpha = .87$ 이었다.

2.3.8 COVID-19 예방행위

COVID-19 예방행위는 개인방역 수칙의 실천 여부를 이용하였다. “재채기나 기침 시 옷소매로 입과 코를 가렸나?”, “가정, 사무실 등 일상적 공간을 매일 2회 이상 환기하였는가?”, “가정, 사무실 등 일상적 공간을 1회 이상 소독하였는가?”, “실내시설에서 마스크를 착용하였는

가?”, “야외에서 사람 간 2m 이상 거리두기가 어려운 경우 마스크를 착용하였는가?”의 5문항으로 구성되어 있다. ‘그렇지 않다’ 1점, ‘그렇다’ 2점, ‘매우 그렇다’ 3점으로 점수화하였다. 5문항을 모두 합산하여 총점 15점으로 점수가 높을수록 COVID-19 예방행위를 잘 실천한다는 것을 의미한다. 본 연구의 Cronbach’s $\alpha = .64$ 이었다.

2.4 자료수집 및 윤리적 고려

질병관리청의 지역사회건강조사는 지역보건의료계획을 수립 및 평가를 위한 지역건강통계를 생산하고자 매년 전국 보건소에서 실시하고 있는 조사로, 본 연구에서는 2020년 지역사회건강조사 자료를 활용하였다. 자료 수집 당시 대상자 선정은 계통추출법을 사용하였고, 2020년 8월 16일부터 10월 31일까지 훈련된 조사원이 표본으로 선정된 가구에 직접 방문하여 1:1 면담하는 방식으로 시행되었다. 이 연구는 G대학교 생명윤리위원회의 심의면제에 대한 승인을 받은 후 수행하였다(IRB No.: 2-1041318-A-N-01-202303- HR-030-01).

2.5 분석방법

본 연구의 자료분석을 위해 SPSS program 27.0 version(SPSS Inc, Chicago, IL, USA)을 활용하였다. 인구사회학적 특성, COVID-19 관련 지식, 스트레스, 우울, 염려, 사회적 지지, 사회적 신뢰, COVID-19 예방행위는 빈도, 백분율, 평균, 표준편차 등의 기술통계로 분석하였다. COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인은 다중회귀분석으로 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 인구사회학적 특성

전체 대상자의 연령은 29.33±6.28세이며, 남성 48.2%, 여성 51.8%의 분포를 보였다. 전문대 이상 졸업자 비율이 57.9%이며, 가구 구성원은 1인 가구 비율이 65.5%였다. 직업에서 기타(군인, 학생, 주부, 무직) 36.4%, 비육체노동직 34.4%, 육체노동직 29.2% 순이었고, 월평균 가구소득은 평균 451.27±284.10만원으로 나타났다(Table 1).

Table 1. Socio-Demographic Characteristics (N=40,113)

Characteristics	Category	N(%) or M±SD
Sex	Men	19336(48.2)
	Women	20777(51.8)
Age (years)		29.33±6.28
	20-29	20640(51.5)
	30-39	19473(48.5)
Education	≤ High school	16891(42.1)
	≥ College	23202(57.9)
Household members	1	26264(65.5)
	≥ 2	13841(34.5)
Occupation	Non-manual	13771(34.4)
	Manual	11719(29.2)
	Others	14579(36.4)
Household income		451.27±284.10
	≤ 200	5996(18.0)
	201-350	7942(25.1)
	351-500	9566(30.3)
	≥ 501	8380(26.5)

3.2 COVID-19 관련 변수의 서술적 통계

COVID-19 관련 지식에서 98.0%에서 올바른 답변을 하였다. 스트레스는 2.21±0.73점, 우울은 2.07±3.05 점, 염려는 18.9±3.67점, 사회적 신뢰는 22.27±3.87 점이었다. 사회적 지지가 있는 경우 89.7%로 나타났다, COVID-19 예방행위는 13.03±1.80점이었다.

COVID-19 관련 지식으로 발열 또는 기침 시 가장 적절한 행동은 ‘콜센터 1399 또는 보건소에 문의하기’ 47.0%, ‘3-4일간 집에서 쉬면서 증상 살피기’ 30.1%, ‘즉시 병원 또는 보건소에 방문하기’ 14.1%, ‘즉시 선별 진료소에 방문하기’ 6.8% 순서로 응답하였고, 틀린 응답으로 ‘감기약을 복용하며 일상생활하기’가 1.7%로 나타났다. 염려의 경우 ‘가족 및 건강취약자 감염에 대한 염려’가 4.24±0.89점으로 가장 높은 점수를 보였고, ‘죽음에 대한 염려’가 2.98±1.15점으로 가장 낮은 점수를 보였다. 사회적 신뢰를 살펴보면 의료기관 3.80±0.76점, 정부 3.78±0.89점 순으로 신뢰하였고 대중매체는 3.55±0.89점으로 신뢰도가 가장 낮았다. COVID-19 예방행위는 실내 마스크 착용 2.86±0.36점, 실외 마스크 착용 2.86±0.37점으로 마스크 착용을 잘 실천하는 것으로 확인되었으며, 일상적 공간 소독이 1.99±0.86점으로 가장 낮은 실천도를 보였다(Table 2).

Table 2. Descriptive Statistics of COVID-19 Related Variables (N=40,113)

Variables	Category	N(%) or M±SD	Range
Knowledge	Wrong answer	787(2.0)	
	Correct answer	39326(98.0)	
Call center 1339 or enquire at public health center		18858(47.0)	
Immediately visit a hospital or public health center		5663(14.1)	
Immediately visit to the screening clinic		2745(6.8)	
Stay at home for 3-4 days and monitor symptoms		12060(30.1)	
Daily life while taking cold medicine		674(1.7)	
Stress		2.21±0.73	1~4
Depression (PHQ-9)		2.07±3.05	0~27
Concerns		18.9±3.67	5~25
Infection		3.80±0.98	
Death		2.98±1.15	
Criticism		3.85±1.05	
Infection of family		4.24±0.89	
Economic damage		3.95±1.05	
Social support	No	4147(10.3)	
	Yes	35936(89.7)	
Social trust		22.27±3.87	6~30
Government		3.78±0.89	
City hall, provincial government		3.69±0.84	
District office, health agency		3.71±0.84	
Mass media		3.55±0.86	
Medical institutions		3.80±0.76	
Neighbor, co-worker		3.71±0.79	
Preventive behavior		13.03±1.80	5~15
Cough etiquette		2.64±0.55	
Ventilation		2.69±0.52	
Disinfection		1.99±0.86	
Wear a mask indoors		2.86±0.36	
Wear a mask outdoors		2.86±0.37	

PHQ-9, The 9-question Patient Health Questionnaire

3.3 COVID-19 예방행위의 영향요인

COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인은 Table 3 와 같다. COVID-19 관련 지식과 사회적 지지의 경우 범주형 변수를 가변수(dummy variables)로 변환하였다. COVID-19 관련 지식에서 틀린 답변은 0으로, 옳은 답변은 1로 코딩하였고, 사회적 지지가 없는 경우 0으로, 있는 경우 1로 코딩하였다. COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인을 확인하기 위해 다중선형회귀분석을 실시

하였다. 독립변수 간의 다중공선성은 공차한계와 분산팽창요인(Variance Inflation Factor, VIF) 지수를 통해 확인하였으며 독립변수 간 VIF는 10보다 작아 다중공선성이 없는 것으로 나타났다. 회귀모형은 통계적으로 유의하였고($F=192.51$, $p<.001$) COVID-19 예방행위의 영향요인은 염려($\beta=.13$, $p<.001$), 사회적 신뢰($\beta=.09$, $p<.001$), 스트레스($\beta=.04$, $p<.001$), 지식($\beta=.03$, $p<.001$), 우울($\beta=-.03$, $p<.001$), 사회적 지지($\beta=.03$, $p<.001$) 순으로 확인되었다. 회귀분석 결과 독립변수들이 COVID-19 예방행위에 미치는 영향력에 대하여 약 3.1%의 설명력을 지닌다고 할 수 있다.

Table 3. Predictors of COVID-19 Preventive Behavior

Characteristics	B	SE	β	t	p
Knowledge ¹	.34	.07	.03	4.89	<.001
Stress	.10	.01	.04	6.60	<.001
Depression (PHQ-9)	-.02	.01	-.03	-5.63	<.001
Concerns	.06	.01	.13	24.28	<.001
Social support ¹	.19	.03	.03	5.99	<.001
Social trust	.04	.01	.09	16.93	<.001

Durbin-Watson=1.01, $R^2=.031$, Adjusted $R^2=.031$, $F=192.51$, $p<.001$

PHQ-9, The 9-question Patient Health Questionnaire

¹converted to dummy variables

4. 논의

이 연구는 2020년 COVID-19 대유행 이후 20-30대의 지식, 스트레스, 우울, 염려, 사회적 지지, 사회적 신뢰를 확인하고 COVID-19 예방행위에 미치는 영향요인을 살펴보았다. COVID-19 예방행위에 미치는 요인으로 염려, 사회적 신뢰, 스트레스, COVID-19 관련 지식, 우울, 사회적 지지 순으로 확인되었다.

본 연구의 COVID-19 예방행위는 13.0점이나 선행 연구의 척도와 동일하지 않아 4점 척도로 환산하였을 때 COVID-19 예방행위 점수는 3.50점이었다. 이 결과는 대학생의 COVID-19 예방행위를 확인한 선행연구의 3.2점[11], 3.9점[21]과 비슷한 수준이었다. 공간소독을 제외하고 COVID-19 예방행위 정도가 2.6점 이상으로 20-30대의 COVID-19 예방행위는 잘 실천하는 것으로 나타났다. 공간 소독에 대한 실천이 가장 낮은 것으로 보아 대중매체를 통해 마스크 착용, 환기, 기침 예절에 대한 홍보는 잘 이루어졌으나 공간을 주기적으로 소독하는 부분에 대한 홍보는 미흡했던 것으로 판단된다. 또한, 소

독공간의 범위 등의 기준이 모호한 것도 영향을 주었을 것으로 판단된다.

염려는 COVID-19 예방행위에 가장 유의한 영향요인으로 확인되었다. 이러한 염려가 높을수록 기침 예절, 환기, 소독 실천율이 높았다는 선행연구 결과와 일치한다 [13]. 또한 스트레스, 우울 역시 COVID-19 예방행위에 유의한 영향요인으로 확인되었다. 이는 COVID-19로 인한 스트레스가 높아질수록[11], 우울이 심해질수록[19] COVID-19 예방행위의 실천율이 높았음을 확인한 선행 연구 결과와 일치하였다. 일반적으로 스트레스와 우울이 높을수록 건강행위 이행은 낮아진다고 보고되는데[6,10] 본 연구는 스트레스, 우울이 높을수록 COVID-19 예방행위의 실천율이 높았다. 이는 COVID-19라는 새로운 감염병, 사회적 거리두기 정책으로 경제활동과 사회적 만남의 제약, 불확실한 경제활동 등으로 염려, 스트레스, 우울은 높았으나 COVID-19 예방행위가 반드시 지켜야 하는 지침이었기 때문에 스트레스, 우울이 높을수록 마스크 착용, 기침 시 입과 코 가리기, 증상 시 3~4일 쉬기 등의 개인방역을 실천한 것으로 생각된다.

특히 젊은 성인은 다른 연령군보다 경제활동 및 사회적 만남이 많아 사회적 거리두기 정책을 실천하기에 어려움이 있다[5]. 최근 정신건강조사에서 2020년 9월부터 2021년 3월까지의 20-30대의 우울위험군의 비율은 전체보다 두드러지게 높은 비율을 보였으며, 20대의 경우 2020년 3월 우울위험군의 비율이 13.3%에서 2020년 9월 25.3%, 2021년 3월 30.0%로 2배 이상 높게 나타나 [20] 감염병으로 인한 위기 시 경제활동 및 사회적 만남이 많은 젊은 성인의 우울에 대한 관리가 필요함을 시사하고 있다. 본 연구에서는 우울 평균 점수가 2.07점으로 매우 낮지만 감염병 당시 증가율이 다른 연령군에 비해 높기 때문에 추후 새로운 감염병이 도래하였을 때 젊은 성인의 염려, 스트레스, 우울 등의 정신건강 관리에 주력해야 할 것이다.

사회적 지지와 사회적 신뢰는 COVID-19 예방행위 실천에 유의한 영향요인이었다. 이는 사회적 지지가 높을수록 COVID-19 건강예방행위를 잘 실천한다는 선행 연구 결과[11]와 감염병 시기에 정부의 신뢰가 예방건강 행위 의도에 영향을 준다는 선행연구 결과[15,16]와 유사하다. 20-30대는 다른 연령에 비해 인터넷 활용에 능숙하여 COVID-19 시기에 고립되지 않고 기존의 사회적 관계 및 새로운 사회적 관계를 정립하고 실시간의 정부 대책 및 의료기관의 정보를 확인하는데 어려움이 없었을 것으로 판단된다. 소셜 네트워크 서비스(Social

Network Service, SNS)를 활용한 사회적 지지 및 지역 사회 내 기관과 이웃의 대처능력이 결속과 신뢰를 높이고, 개인의 적응을 촉진시킴으로써 건강예방행위를 잘 실천할 수 있었을 것으로 판단된다.

한편, 지역 의료기관, 정부의 대처는 적절하였다고 보았으며, 대중매체의 대처는 가장 적절하지 않았다고 보았다. 설문지의 대중매체 문항은 방송, 신문 등으로 기술되어 있는데, 설문에 응답한 20-30대가 대중매체에 인터넷과 SNS가 포함되지 않는다고 판단하여 대중매체 문항의 타당성에 영향을 주었을 것으로 판단된다. COVID-19 팬데믹 시기의 대학생 연구에 따르면 대중매체의 종류에 따라 사회적 위험 지각, 예방행위에 미치는 영향이 다르다고 하였다. 텔레비전에 대한 의존도는 사회적 위험 지각에 영향을 주고 사회적 위험 지각은 COVID-19 예방행위에 영향을 미치나, 인터넷과 SNS는 영향을 미치지 않았다[22]. 따라서 향후 연구에서 텔레비전, 인터넷, SNS 등의 대중매체 종류에 따른 사회적 신뢰도와 COVID-19 예방행위의 연관성을 탐색할 필요가 있다.

COVID-19 관련 지식은 COVID-19 예방행위 실천에 유의한 영향요인이었다. 이는 대학생을 대상으로 한 연구에서 COVID-19 지식이 높을수록 COVID-19 예방행위 실천도가 높다는 선행연구의 결과를 뒷받침한다[7]. 세부적으로 콜센터 및 보건소에 문의하는 것을 가장 적절한 답변으로 선택하였고, 실내 마스크 착용, 실외 마스크 착용, 주기적 환기, 기침 예절, 공간 소독 순서대로 실천을 잘 하는 것으로 확인되었다.

다중선형회귀분석에서 표준화 회귀계수가 .031로 낮은 설명력을 보였다. 회귀계수는 총변동을 설명하는데 있어서 회귀선에 의해 설명되는 변동의 비율을 의미한다. COVID-19 예방행위의 영향요인을 예측하는데 본 연구의 독립변수인 염려, 사회적 신뢰, 스트레스, 지식, 우울, 사회적지지 외에 다른 변수도 영향을 미치는 것으로 파악된다. 즉, COVID-19 예방행위의 영향요인에 설명력을 높일 수 있는 다른 변수들을 추가로 탐색할 필요가 있다. 또한, 이차자료를 분석한 연구이므로 연구자가 측정하고자 하는 것을 측정도구가 정확하게 측정하였는지에 대한 도구의 한계성이 있을 것으로 판단된다.

이 연구는 20-30대의 COVID-19 예방행위에 미치는 영향에 대해 확인하였으며 이를 통해 20-30대의 COVID-19 예방행위 실천을 높일 수 있는 요인들을 탐색하였다는데 의의가 있다. 또한, 새로운 감염병의 위기에 직면하였을 때 젊은 성인들이 적절한 예방행위를 실천할 수 있도록 기초자료를 제공하였다는 점에서 의의가

있다.

이러한 의의에도 불구하고 몇 가지 제한점이 있다. 첫째, 회상에 따른 자기 보고식 설문에 의한 단면적 조사연구이므로 인과관계를 파악하기 어렵다. 둘째, 2020년 8월 일 시점에 의한 조사이므로 COVID-19 대유행 전체 기간에 미치는 영향요인이라고 해석하는데 제한이 있다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 20-30대의 COVID-19 예방행위 실천에 영향을 미치는 요인을 규명하였다. 염려, 사회적 신뢰, 스트레스, COVID-19 관련 지식, 우울, 사회적 지지가 COVID-19 예방행위의 중요한 영향요인임을 규명하였다. 이 연구결과를 기반으로 다음과 같이 제언을 하고자 한다. 첫째, 염려가 COVID-19 예방행위에 가장 큰 영향을 미치므로 새로운 감염병이 도래하였을 때 감염병 대응전략 마련에 있어 염려 수준에 따른 심리적 측면을 고려할 것을 제안한다. 둘째, 대중매체의 종류에 따른 사회적 신뢰와 COVID-19 예방행위의 연관성을 탐색하는 연구를 제안한다.

References

- [1] S. Ham, H. Lee. "The influence of mothers's health beliefs and attitudes on prevention of infectious diseases on preventive health behaviors of late school-aged children" *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.7, No.3, pp.287-297, 2021. DOI: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2021.27.3.287>
- [2] Korea Disease Control and Prevention Agency. Getting Out of the COVID-19 Crisis Situation and Promoting Daily Recovery [Internet]. Cheongju: Korea Disease Control and Prevention Agency, [cited 2023 Jun, 17]. Available From: <https://www.kdca.go.kr/> (accessed Jun. 17, 2023)
- [3] Korea Disease Control and Prevention Agency. Status of Outbreak of Coronavirus disease 2019(COVID-19) [Internet]. Cheongju: Korea Disease Control and Prevention Agency, [cited 2023 Jun, 17]. Available From: https://www.kdca.go.kr/board/board.es?mid=a20501010000&bid=0015&act=view&list_no=367255 (accessed Jun. 17, 2023)
- [4] E. W. Lee. COVID-19 generation, hello mental health!, Issue & Diagnosis, Gyeonggi Research Institute, Korea, pp.1-25. Available From: <https://www.gri.re.kr/web/contents/issdiag.do?schM=>

- [view&schPriType=ISS&schProjectNo=20200231&schBookResultNo=14489](#) (accessed Jun. 17, 2023)
- [5] S. Jang, A. Sohn. "Understanding Public Perception of COVID-19 and Preventive Behaviors Based on a Semantic Network Analysis" *Korean Journal of Health Education and Promotion*, Vol.37, No.4, pp.41-58, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.14367/kihep.2020.37.4.41>
- [6] S. Park, E. Cho, S. Lee, S. Choi, J. Choo. "The Association between Social Support and Health Behaviors for Metabolic Syndrome Prevention among University Students: The Mediating Effect of Perceived Stress" *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, Vol.32, No.3, pp.404-414, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.12799/jkachn.2021.32.3.404>
- [7] S. J. Lee, X. Jin, S. Lee. "Factors Influencing COVID-19 Preventive Behaviors in Nursing Students: Knowledge, Risk Perception, Anxiety, and Depression" *Journal of Korean Biological Nursing Science*, Vol.23, No.2, pp.110-118, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.7586/jkbns.2021.23.2.110>
- [8] Y. S. Ha, Y. J. Na. "A Study on the Factors Affecting Practice Associated with COVID-19 among Adolescents" *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol.12, No.7, pp.349-359, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.15207/JKCS.2021.12.7.349>
- [9] H. Sa, Y. Kim. "Nursing students' knowledge, health beliefs, anxiety, and preventive health behaviors on COVID-19: A cross-sectional study" *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.28, No.3, pp.284-295, 2022.
DOI: <https://doi.org/10.5977/ikasne.2022.28.3.284>
- [10] G. P. Lovell, K. Nash, R. Sharman, B. R. Lane. "A cross-sectional investigation of depressive, anxiety, and stress symptoms and health-behavior participation in Australian university students" *Nursing & health sciences*, Vol.17, No.1, pp.134-142, 2015.
DOI: <https://doi.org/10.1111/nhs.12147>
- [11] H. U. Jo, E. H. Choi. "The Impact of COVID-19 on Health Prevention Behaviors in College Students: Focusing on the Health Belief Model" *Journal of the Korean Society of School Health*, Vol.34, No.2, pp.115-122, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.15434/KSSH.2021.34.2.115>
- [12] S. H. Shin, E. H. Lee. "The Mediating Effects of Health Concern and Depression in the Relation between Self-quarantined People's COVID-19 Stress and Fatigue" *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, Vol.33, No.1, pp.43-52, 2022.
DOI: <https://doi.org/10.12799/jkachn.2022.33.1.43>
- [13] H. W. Kim, K. Y. Kim, S. A. Kim, H. C. Yoon, S. H. Jin, et al., "Changes in Health Behavior, Mental Health, and the Degree of Practice of Quarantine Rules according to the Psychological Concerns of Local Residents during the COVID-19 Outbreak" *Korean Public Health Research*, Vol.47, No.4, pp.107-119, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.22900/KPHR.2021.47.4.008>
- [14] M. R. Yang, H. S. Kim, "The Effect of Social Support on Anxiety in Pandemics (COVID-19): The Mediated Effect of Social Trust" *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol.11, No.11, pp.309-319, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.15207/JKCS.2020.11.11.309>
- [15] D. Hong, J. W. Jun. "Effects of Government Trust on Prevention Intention of College Students: A Focus on MERS in Korea" *Journal of Practical Research in Advertising and Public Relations*, Vol.13, No.2, pp.161-182, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.21331/jprapr.2020.13.2.007>
- [16] S. Gim, H. Noh, Y. Eom. "The Effect of Government Trust on COVID-19 Prevention Intention in Health Belief Model" *Health Service Management Review*, Vol.14, No.4, pp.13-24, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.18014/hsmr.2020.14.4.13>
- [17] Korea Disease Control and Prevention Agency. Guidelines for using Raw Data the Korea Community Health Survey[Internet]. Cheongju: Korea Disease Control and Prevention Agency, [cited 2023 Jun, 17]. Available From: <https://chs.kdca.go.kr/chs/mnl/mnlBoardMain.do> (accessed Jun. 17, 2023)
- [18] Korea Disease Control and Prevention Agency. Social Distancing Guidelines [Internet]. Cheongju: Korea Disease Control and Prevention Agency, [cited 2023 Jun, 17]. Available From: https://www.kdca.go.kr/board/board.es?mid=a2050101000&bid=0015&list_no=367669&cg_code=&act=view&nPage=262# (accessed Jun. 17, 2023)
- [19] H. R. Kim, J. H. Kwon, J. I. Park, S. Chung. "The Association Among the Fear of COVID-19, Depression, Risk Perception, Health Belief, and Preventive Health Behaviors Related to COVID-19 Among University Students in Jeonbuk Region" *Anxiety and Mood*, Vol.18, No.2, pp.92-100, 2022.
DOI: <https://doi.org/10.24986/ANXMOD.2022.18.2.007>
- [20] Ministry of Health and Welfare. COVID-19 national mental health survey [Internet]. Sejong: Ministry of Health and Welfare, [cited 2023 Jun, 17]. Available From: http://www.mohw.go.kr/react/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&page=1&CONT_SEQ=372545 (accessed Jun. 17, 2023)
- [21] H. Kim, Y. Kim. "Influencing Factors on COVID-19 Preventive Behaviors among College Students" *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, Vol.33, No.2, pp.196-206, 2022.
DOI: <https://doi.org/10.12799/jkachn.2022.33.2.196>
- [22] J. Im. "A Study on the Effect of University Student's Media Dependence on Risk Perception and Prevention Behavior on COVID-19 in Korea: Based on the Effect of Controlling the Degree of Involvement" *Journal of Social Science*, Vol.61, No.3, pp.411-435, 2022.
DOI: <https://doi.org/10.22418/JSS.2022.8.61.3.411>

박 경 실(Kyong Sil Park)

[정회원]



- 2015년 8월 : 한양대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 석사)
- 2022년 2월 : 한양대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 박사)
- 2022년 3월 ~ 현재 : 광주대학교 보건복지대학 간호학과 교수

〈관심분야〉

건강행동, 신체활동, 좌식행동, 심혈관질환