

## 부부 단위 건강증진 행위와 결혼 만족도 연구

임효남\*, 구진희\*\*, 김광환\*\*\*

\*건양대학교 간호학과

\*\*목원대학교 SW교양학부

\*\*\*건양대학교 병원경영학과

e-mail : kkh@konyang.ac.kr

### A Study on Couple-Level Health Promotion Behaviors and Marital Satisfaction

Hyo-Nam Lim\*, Jin-Hee Ku\*\*, Kwang-Hwan Kim\*\*\*

\*Department of Dental Hygiene, Konyang University

\*\*Division of Software Liberal Arts, Mokwon University

\*\*\*Dept. of Hospital Management, Konyang University

#### 요 약

본 연구는 부부의 건강관리 행위가 결혼 만족도에 미치는 영향을 분석하여 정책적 기초자료를 제공하는데 목적이 있다. 전국 의 기혼성인 1,200명을 대상으로 설문조사를 하였으며, 수집된 자료는 spss 29.0을 활용한 기술통계 분석을 실시하였다. 분석 결과 부부는 배우자의 건강 문제에 함께 대응하는 경향을 나타냈으며, 건강에 대한 관심과 정보 공유로 결혼생활 만족도가 높은 것으로 나타났다. 본 연구는 배우자의 건강이 결혼 만족도를 높이는 핵심 요인임을 확인하였다. 이를 토대로 향후 부부 건강증진 교육, 사회적 관계 프로그램 개발 등 부부 단위의 접근이 적극적으로 고려되어야 한다. 또한 장기적인 종단연구를 통해 이러한 효과를 검증하고 지속가능한 정책적 전략 마련이 필요하다.

#### 1. 연구의 필요성

노년기의 삶의 질은 개인의 건강뿐 아니라 배우자의 건강 상태와 부부의 공동 관리 여부에 크게 좌우된다. 배우자의 건강은 심리적 안정과 결혼 만족도를 높이는 핵심 요소로 건강한 노후를 위해 필수적이다. 그러나 기존 연구는 부부 단위의 건강관리 행위에 대한 탐색이 부족하다. 따라서 본 연구는 배우자에 대한 건강 행위가 결혼 만족도에 미치는 영향을 분석하여 정책적 기초자료를 제공하고자 한다.

#### 2. 연구방법 및 분석 방법

본 연구는 전국의 기혼 인 남녀 1,200명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였으며 수집된 자료는 spss 29.0을 활용하여 기술통계 분석을 통한 평균과 표준편차를 실시하였다.

#### 3. 연구 결과

조사 결과 건강 문제로 어려움을 겪을 때 해결을 위해 노력한다는 응답이 70.6%로 가장 높게 나타났다. 또한 이상 징후나 질병 증상을 살피고 치료를 돕는 경우가 69.1%, 건강정보를 공유, 전달한다는 응답이 65.3%로 비교적 높았다. 반면, 서로 운동을 독려한다(49.6%)와 함께 활동적인 시간을 보낸다(50.5%)는 응답은 상대적으로 낮아, 신체적 활동에 대한 부부의 공동 노력이 부

족한 것으로 확인되었다.

#### 4. 논의 및 결론

본 연구 결과 부부는 전반적으로 배우자와 건강 문제에 함께 대응하는 경향을 보였다. 건강과 관련된 의견을 공유하고 정기적인 건강검진을 권장·실천하는 과정에서 부부간의 신뢰가 강화되었으며, 결혼생활 만족도를 높이는 요인으로 작용하였다. 이는 노년기 삶의 질을 설명하는 데 있어 개인 중심적 관점에서 벗어나 부부 단위의 상호작용적 관점이 필요함을 시사한다. 향후 연구에서는 건강에 대한 인식을 높여 관계의 안정성을 높이는 중요한 요소로 부부의 건강증진을 촉진할 수 있는 사회적 관계 프로그램 개발과 인과적 효과를 검증할 수 있는 부부 단위의 장기적인 종단연구가 필요하다.

#### 참고문헌

- [1] 이윤석, 분거 부부와 일반부부의 건강행위 비교, 사회과학연구, 61(1), 137-162, 2022.
- [2] 백서영, 홍석호, 노년기 건강행동의 결정요인: 앤더슨 행동 모델의 적용, 노인복지연구, 75(3), 31-62, 2020.

본 논문은 한국연구재단의 지원을 받아 수행되었음. (NRF-2020S1A5C2A04092504)