

대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안과의 관계: 간호대학생과 일반대학생을 중심으로

최혜선¹ · 이은동² · 안혜영²

김천과학대학교 간호학과¹, 을지대학교 간호대학²

Relationships among Premenstrual Syndrome, Perfection and Anxiety among the College Student

Choi, Hye Seon¹ · Lee, Eun Dong² · Ahn, Hye Young²

¹Department of Nursing, Kimcheon Science College, Kimcheon

²College of Nursing, Eulji University, Daejeon, Korea

Purpose: The purpose of this study was to compare the premenstrual syndrome (PMS) and the relationships among PMS, perfection, and anxiety in nursing college students and general college students. **Methods:** The questionnaire survey was carried out with a convenience sample of 215 college students. The MDQ (Menstrual Distress Questionnaire), APS-R (Almost Perfect Scale-Revised), STAI (State and Trait Anxiety Inventory) were used. The data were collected from June to October, 2011. Data analysis included frequency, χ^2 -test, t-test, and Pearson correlation. **Results:** There were significant differences in PMS and perfection but there not in anxiety between nursing college students and general college students. There were significant correlations among PMS, perfection and anxiety in nursing college students, and there were significant correlations among PMS and anxiety in general college students but not significant correlations among PMS and perfection. **Conclusion:** The findings suggest that to provide effective interventions for PMS in college students, it is necessary to design nursing interventions that consider perfection and anxiety.

Key Words: Premenstrual syndrome, Menstruation, Anxiety, Perfection

서론

1. 연구의 필요성

많은 가임기 여성들은 월경 전에 유방압통, 복부팽만, 두통, 사지부종, 피로, 수면장애, 식탐, 짜증, 우울, 불안, 감정 기복 등의 월경 전 증상을 경험한다. 이처럼 월경 전에 경험하는 다양한 신체증상, 행동증상, 정서증상을 월경전증후군(Pre-

menstrual syndrome, PMS)이라고 한다(American College of Obstetricians and Gynecologists, ACOG, 2011). 최근 연구에서 한국 여성의 월경전증후군 유병률은 국제질병분류(International Classification of Disease, 10th Revision, ICP-10)기준을 적용하였을 때, 99%로 나타났다(Choi, 2009). 대부분의 가임기 여성들이 월경전증후군을 경험하고 있다고 해도 과언이 아니다.

특히 간호학 관점에서 월경전증후군은 임상적으로 진단

주요어: 여대생, 월경전증후군, 완벽성, 불안

Corresponding author: Ahn, Hye Young

College of Nursing, Eulji University, 143-5 Yongdu-dong, Jung-gu, Daejeon 301-832, Korea.
Tel: +82-42-259-1715, Fax: +82-42-259-1709, E-mail: ahanaya@eulji.ac.kr

투고일: 2013년 11월 12일 / **수정일:** 2013년 12월 2일 / **게재확정일:** 2013년 12월 5일

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

하는 것에 국한되어 있지 않다. 즉 가임기 여성의 월경전증후군은 장기적으로 자가 관리를 해야 하는 중요한 여성 건강문제이다(Kim, 2006). 더욱이 월경전증후군은 신체적, 심리적으로 영향을 주어 일상생활을 불편하게 하고 삶의 질을 저하시킨다(Choi, 2009). 그러므로 월경전증후군은 가임기 여성이 폐경하기 전까지 지속적으로 경험하는 실체적인 건강문제인 것이다. 하지만 국내 월경전증후군의 유병률이 높은 것에 반해, 한국 여성들은 월경전증후군에 대한 인지도와 친숙도가 6%, 7%로 낮게 조사되었다. 아시아 태평양 지역(호주, 홍콩, 태국, 파키스탄) 여성들의 월경전증후군 인지도(30%), 친숙도(32%)와 비교했을 때에도 현저히 낮게 나타났다(Choi, 2009). 가임기 여성들 중에서도 연령대별로는 여대생 집단(19-29세)이 월경 전 증상 호소가 가장 많았다(Kim, Nam, Oh, & Lee, 2003). 심지어 여대생을 대상으로 한 Ahn, Hyun과 Kim (2005)의 연구에서는 조사 대상자 전원이 월경 전에 불편감을 경험하는 것으로 나타났다. 그럼에도 불구하고 월경전증후군을 경험하는 대다수의 여대생들은 휴식을 취하거나 잠을 자기, 생리적이고 일시적인 증상이라고 생각하기 등 월경 주기에 따른 일반적인 대처를 주로 하는 것으로 보고되었다(Ahn et al., 2005).

월경전증후군을 적절히 관리하기 위해서는 발생 원인을 알고 그에 따라 치료적으로 접근을 하는 것이 중요하다. 그런데 월경전증후군은 하나의 원인에 의해 발생하는 것이 아니며 여성의 신체 내에서 다양한 체계에 영향을 미치므로 아직까지 명확한 원인은 밝혀지지 않았다. 그렇기 때문에 월경전증후군의 모든 증상에 효과가 있는 약물이나 관리방법은 없다(Choi, 2009; Jeong, 2007).

지금까지 보고된 월경전증후군의 주요 발생 원인에는 호르몬 변화, 신경전달물질 변화, 가족력 등 생물학적 요인(Winer & Rapkin, 2006), 식이, 흡연, 음주, 신체활동 등 생활습관 요인(ACOG, 2011; Cho, Kim, Park, & Kang, 2006; Lim & Park, 2010), 피임약 복용(Cho et al., 2006), 초경 연령, 월경 주기, 월경량, 월경통 등 월경 관련 특성(Shin, 2005)이 있다. 그리고 스트레스, 우울, 불안, 완벽주의 성향, 성역할 등 심리 사회적 요인도 월경전증후군에 영향을 주는 것으로 보고되었다(Cho et al., 2006; Park, Kim, Lee, Park, & Kim, 2009). 그중에서도 심리사회적인 요인은 생리적인 요인 간의 상호작용과 변화로 월경전증후군에 더 큰 영향을 주는 것으로 나타났다. 또한 월경전증후군과 관련된 선행연구를 살펴보면, 월경전증후군의 진단 및 치료(Jeong, 2007), 유병률(Kim et al., 2003; Park et al., 2005; Shin & Jeong, 2006b), 월경전증후

군의 증상과 태도 및 대처(Ahn et al., 2005; Choi, 2009; Song et al., 2013), 월경전증후군 관리를 위한 간호중재 효과 연구(Kim, 2006)가 있었다. 그리고 월경전증후군과의 관련성 연구는 영양과 식습관(Kim & Khil, 2007; Lim & Park, 2010), 인지행동 특성(Kim, 2007), 성역할(Kim, 2007; Shin & Jeong, 2006a), 스트레스, 불안, 성격 등의 심리적 특성 관련 연구(Cho et al., 2006; Park et al., 2009; Son & You, 2008)가 주를 이루었다. 그러나 여대생을 대상으로 완벽성과 월경전증후군과의 관련성을 알아보는 연구는 미흡한 실정이다.

특히 완벽주의는 합리적이고 현실적인 기준을 추구할 경우, 자기 만족감과 자존감을 높여주는 긍정적인 측면이 있는 반면에 과도하게 높은 기준을 추구하는 완벽성이 높을 경우에는 실패에 대해 두려워하고 타인을 실망시키는 것에 대해 지나치게 걱정하는 등 부정적인 면이 있다. 그 결과 지나친 완벽주의는 불안, 우울, 자살, 섭식장애 등의 적응 문제를 초래하게 된다(Cho, 2002; Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001). 뿐만 아니라 Cho (2002)의 연구결과에 따르면 완벽성 향이 강할수록 월경전증후군이 심한 것으로 나타나, 완벽성과 같은 개인 심리적 특성도 월경전증후군을 관리하기 위한 주요 심리사회적 요인임을 알 수 있다.

이에 본 연구에서는 월경전증후군의 관리와 연구가 필요한 중요 대상자인 여대생 집단을 대상으로 월경전증후군, 완벽성, 불안과의 관계를 알아보고자 한다. 여대생 중에서도 많은 간호대학생이 월경전증후군을 경험한다고 보고되고 있으며(Ahn et al., 2005; Shin & Jeong, 2006b; Song et al., 2013), 간호대학생은 향후 여성 대상자의 건강을 책임져야 할 중요한 집단이기에 간호대학생과 일반대학생을 나누어 조사 및 분석하고자 한다. 나아가 본 연구결과를 통해 월경전증후군의 관리를 위한 간호 실무와 연구에서 심리사회적 요인을 고려한 중재의 타당성을 재확인하고, 여대생의 월경전증후군 관리를 위한 간호중재에 새로운 방법을 모색해 보고자 시도 하였다.

2. 연구목적

본 연구는 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안과의 관계를 규명하는데 목적이 있으며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안 정도를 파악한다.
- 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안

의 차이를 파악한다.

- 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안의 관계를 확인한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안과의 관계를 규명하기 위한 서술적 상관관계 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구는 D 지역에 소재하는 대학 중에 조사연구의 수행 가능 여부를 검토하여 연구자가 임의로 4곳에서 대상자를 선정하였다.

표본수는 Cohen (1988)의 Power analysis 공식에 근거한 G*Power 3.1.7 프로그램을 활용하여 독립표본의 차이분석을 위한 양측검정으로 유의수준 .05, 검정력 90%, 중간효과크기인 .50으로 하였을 때, 각 그룹별 86명, 총 172명이 산출되었다.

이에 본 연구에서는 탈락률을 고려한 230부의 설문지를 배부하여 217부가 회수되었고(회수율: 94.4%), 불완전한 데이터 2부를 제외한 총 215명을 연구대상으로 하였다.

3. 연구도구

1) 월경전증후군 (Premenstrual Syndrome)

월경전증후군 정도는 Moos (1968)의 월경전증후군 측정 도구인 MDQ (Menstrual Distress Questionnaire)를 Kim (1992)이 수정·보완하여 사용한 도구로 측정하였다. 이 도구는 통증(5문항), 집중력 저하(9문항), 행동 변화(5문항), 자율신경계반응(4문항), 수분정체(4문항), 부정적 정서(7문항), 각성(4문항), 조절(6문항), 기타 위장계 변화(2문항), 총 9개 하위영역의 46문항으로 구성되어 있다. 모든 문항은 '전혀 없다' 1점에서 '활동할 수 없다' 5점으로 점수가 높을수록 월경전증후군 정도가 심한 것을 의미한다. 본 연구에서 도구 전체 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .97$ 이었으며, 하위영역별 신뢰도는 '통증' Cronbach's $\alpha = .78$, '집중력 저하' Cronbach's $\alpha = .89$, '행위변화' Cronbach's $\alpha = .88$, '자율신경계반응' Cron-

bach's $\alpha = .84$, '수분정체' Cronbach's $\alpha = .67$, '부정적 정서' Cronbach's $\alpha = .90$, '각성' Cronbach's $\alpha = .70$, '조절' Cronbach's $\alpha = .82$, '기타 위장계 변화' Cronbach's $\alpha = .69$ 였다.

2) 완벽성

완벽성 정도는 편향되지 않은 관점에서 완벽주의의 긍정적인 측면과 부정적인 측면을 측정하기 위해 Slaney와 동료들이(2001) 개발한 APS-R (Almost Perfect Scale-Revised)을 Kim (2005)의 연구에서 사용한 한국어 번역본으로 측정하였다.

이 도구는 개인적으로 설정한 '높은 기준(high standards)' 7문항, 정리정돈과 조직화를 선호하는 '질서(order)' 4문항, 스스로 정한 자신의 높은 기준에 계속해서 도달하지 못한다는 부정적 인식인 '불일치(discrepancy)' 12문항, 총 3개 하위영역의 23문항으로 구성되어 있다. 모든 문항은 '매우 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점으로 '높은 기준'과 '질서'의 점수가 높을수록 적응적 완벽성이 높은 것을 의미하고, '불일치'의 점수가 높을수록 부정적 완벽성이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 도구 전체 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .87$ 이었으며, 하위영역별 신뢰도는 '높은 기준' Cronbach's $\alpha = .80$, '정돈' Cronbach's $\alpha = .70$, '불일치' Cronbach's $\alpha = .86$ 이었다.

3) 불안

불안 정도는 특성 불안과 상태 불안을 측정하는데 널리 사용되는 Spielberger (1983)가 개발한 STAI (State and Trait Anxiety Inventory)를 Ahn (2002)의 연구에서 사용한 도구로 측정하였다.

이 도구는 총 20문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점으로 점수가 높을수록 불안 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .85$ 였다.

4. 자료수집

본 연구의 자료수집은 2011년 6월부터 10월까지 진행되었으며, 구체적인 내용은 다음과 같다. 우선, 기관생명윤리심의위원회(승인번호: 11-05)의 승인을 받았다. 이후 설문조사를 시작하기 전에 연구대상자에게 설명서와 동의서를 배부하고 본 연구의 목적, 조사 내용, 비밀유지 등에 대해 설명한 후, 자발적으로 참여를 동의한 대상자로부터 동의를 받아 진행되었다.

5. 자료분석

모든 자료는 SPSS 19.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

대상자의 일반적 특성과 월경 특성은 기술통계인 빈도와 백분율 및 평균과 표준편차를 구하였고, 간호대학생과 일반대학생의 일반적 특성 및 월경 특성의 차이는 χ^2 검정과 t-test로 분석하였다.

간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안 정도는 평균과 표준편차로 분석하였으며, 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안의 차이는 t-test로 분석하였다.

간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안의 관계는 Pearson's correlation으로 분석하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성과 월경 특성

대상자의 일반적 특성 중, 연령은 18세에서 27세 사이로 평균 21.2 ± 1.8 세였다. 결혼 상태에서 간호대학생(99.1%)과 일반대학생(100.%)의 대부분이 미혼이었고, 종교에서는 간호대학생과 일반대학생 모두가 무교, 개신교, 천주교 순으로 나타났다.

대상자의 월경 특성 중, 초경 연령은 10세에서 16세 사이로 평균 12.7 ± 1.2 세였고, 간호대학생은 평균 12.6 ± 1.3 세, 일반대학생은 평균 12.7 ± 1.2 세로 나타났다. 월경의 규칙성에서 간호대학생은 규칙적 59.8%, 불규칙적 40.2%로 분포하였고, 일반대학생은 규칙적 63.0%, 불규칙적 37.0%로 분포하였다. 월경 주기에서 간호대학생(48.6%)과 일반대학생(54.6%)은 28~30일 주기가 가장 많은 것으로 나타났다. 월경 기간에서 간호대학생은 4~5일 48.6%, 6~7일 43.0%, 8일 이상 4.7%, 2~3일 3.7% 순으로 분포하였고, 일반대학생은 6~7일 46.3%, 4~5일 42.6%, 2~3일 8.3%, 8일 이상 2.8% 순으로 분포하였다. 월경 정서에서 간호대학생은 '불편함' 42.1%, '귀찮음' 34.6%, '생각만 해도 아픔' 10.3%, '아무렇지도 않음' 11.2%, '우울함' 1.9% 순으로 분포하였고, 일반대학생은 '불편함' 33.3%, '귀찮음' 28.7%, '아무렇지도 않음' 15.7%, '생각만 해도 아픔' 14.8%, '우울함' 6.5%, '행복함' 0.9% 순으로 분포하였다. 월경 양에서 간호대학생(74.8%)과 일반대학생(65.7%)은 월경 양이 보통인 정도가 가장 많은 것으로 나타났다. 월경통에서 간호대학생은 86.9%, 일반대학생은 82.4%가 월경통을 경험한다

고 응답하였으며, 두 그룹 모두 월경통이 '조금 있음', '조금 많음', '보통', '매우 많음' 순으로 경험한다고 응답하였다. 월경통을 있을 때 대처하는 행동에서 간호대학생은 '누워서 쉬거나 안정을 취함' 54.2%, '진통제를 복용함' 51.4%, '참고 견뎌' 30.8%, '아픈 부위를 온찜질 또는 마사지 함' 22.4%, '기타' 3.7%, '조퇴하거나 결석함' 1.9% 순으로 나타났다. 일반대학생은 월경통이 있을 때 '누워서 쉬거나 안정을 취함' 대처가 54.6%로 가장 많았으며, '참고 견뎌' 34.3%, '진통제를 복용함' 28.7%, '아픈 부위를 온찜질 또는 마사지 함' 15.7%, '조퇴하거나 결석함' 3.7%, '기타' 0.9% 순으로 나타났다.

간호대학생과 일반대학생의 일반적 특성 및 월경 특성을 비교한 결과는 결혼 상태, 종교, 초경 연령, 월경의 규칙성, 월경 주기, 월경 기간, 월경 정서, 월경 양, 월경통에서 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 연령($\chi^2=6.79, p=.034$)과 월경통이 있을 때 '진통제를 복용함' 대처($t=11.54, p=.001$)에서는 유의한 차이가 있었다. 즉 간호대학생은 월경통 대처 행동으로 진통제를 복용하는 방법을 일반대학생에 비해 통계적으로 유의하게 많이 하는 것으로 나타났다(Table 1).

2. 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군 차이

간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군 차이는 월경전증후군 하위 영역 중에서 수분정체($t=3.69, p<.001$), 기타 위장관계 변화($t=3.33, p=.001$)에서 유의한 차이를 보였다. 즉 간호대학생이 일반대학생 보다 수분정체와 기타 위장관계 변화 점수가 유의하게 높았다(Table 2).

3. 간호대학생과 일반대학생의 완벽성 차이

간호대학생과 일반대학생의 완벽성 차이는 완벽성 전체점수($t=2.14, p=.034$)와 하위 영역 중에서 높은 기준($t=2.77, p=.006$), 질서($t=2.23, p=.027$)에서 유의한 차이를 보였다. 즉 간호대학생이 일반대학생 보다 완벽성 전체점수와 하위 영역 중에서 개인적으로 설정한 '높은 기준(High standards)', 정리정돈과 조직화를 선호하는 '질서(Order)' 점수가 유의하게 높았다(Table 3).

4. 간호대학생과 일반대학생의 불안 차이

간호대학생과 일반대학생의 불안 점수는 통계적으로 유의한 차이가 없었다(Table 4).

Table 1. General and Menstrual Characteristics

(N=215)

Characteristics	Categories	Nursing college students	General college students	χ^2 or t	p
		(n=107)	(n=108)		
		n (%) or M±SD	n (%) or M±SD		
Age (year)	18~20	34 (31.8)	53 (49.1)	6.79	.034
	21~23	58 (54.2)	45 (41.7)		
	24~27	15 (14.0)	10 (9.3)		
Marital status	Not yet married	106 (99.1)	108 (100.0)	1.01	.498 [†]
	Married	1 (0.9)	0 (0.0)		
Religion	Protestant	29 (27.1)	22 (20.4)	3.27	.538
	Catholic	14 (13.1)	20 (18.5)		
	Buddhist	10 (9.3)	7 (6.5)		
	Other	2 (1.9)	1 (0.9)		
	None	52 (48.6)	58 (53.7)		
Menarche (year)		12.6±1.3	12.7±1.2	-0.46	.646
Regularity of menstruation	Regular	64 (59.8)	68 (63.0)	0.23	.635
	Irregular	43 (40.2)	40 (37.0)		
Menstrual cycle (day)	≤ 24	2 (1.9)	4 (3.7)	1.80	.782
	25~27	15 (14.0)	13 (12.0)		
	28~30	52 (48.6)	59 (54.6)		
	≥ 31	16 (15.0)	14 (13.0)		
	Irregular	22 (20.6)	18 (16.7)		
Menstrual duration (day)	2~3	4 (3.7)	9 (8.3)	2.90	.397
	4~5	52 (48.6)	46 (42.6)		
	6~7	46 (43.0)	50 (46.3)		
	≥ 8	5 (4.7)	3 (2.8)		
Menstrual affectivity	Discomfort	45 (42.1)	36 (33.3)	6.88	.202
	Troublesome	37 (34.6)	31 (28.7)		
	Painful	11 (10.3)	16 (14.8)		
	Depressed	2 (1.9)	7 (6.5)		
	Insensitive	12 (11.2)	17 (15.7)		
	Happy	0 (0.0)	1 (0.9)		
Menstrual amount	Small	15 (14.0)	19 (17.6)	2.20	.355
	Moderate	80 (74.8)	71 (65.7)		
	Large	12 (11.2)	18 (16.7)		
Menstrual pain	None	14 (13.1)	19 (17.6)	2.72	.606
	Mild	43 (40.2)	44 (40.7)		
	Moderate	14 (13.1)	17 (15.7)		
	Severe	25 (23.4)	22 (20.4)		
	Very severe	11 (10.3)	6 (5.6)		
Coping method for menstrual pain	Endure	33 (30.8)	37 (34.3)	0.29	.593
	Take naps or stay in bed	58 (54.2)	59 (54.6)		
	Absence from class	2 (1.9)	4 (3.7)		
	Analgesics use	55 (51.4)	31 (28.7)		
	Hot pack or massage	24 (22.4)	17 (15.7)		
	Other	4 (3.7)	1 (0.9)		

[†] Fisher's exact test.

5. 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군, 완벽성, 불안 상관관계

간호대학생의 월경전증후군은 완벽성($r=0.34, p<.001$), 불안($r=0.29, p=.002$)과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으

로 확인되었다. 간호대학생의 완벽성도 불안($r=0.54, p<.001$)과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 확인되었다. 즉 간호대학생의 월경전증후군 정도가 높을수록 완벽성과 불안의 정도도 유의하게 높았으며, 완벽성 정도가 높을수록 불안도 유의하게 높았다(Table 5).

Table 2. Differences in Premenstrual Syndrome between Nursing and General College Students

(N=215)

Variables	Nursing college students (n=107)	General college students (n=108)	t	p
	M±SD	M±SD		
Pain	1.7±0.7	1.6±0.7	1.32	.187
Lack of concentration	1.5±0.7	1.5±0.6	-0.07	.946
Behavior change	2.2±0.9	2.0±0.9	1.76	.080
Autonomic reaction	1.4±0.6	1.4±0.7	-0.06	.950
Water retention	2.0±0.7	1.7±0.7	3.69	<.001
Negative affect	1.8±0.7	1.7±0.8	0.83	.405
Arousal	1.4±0.5	1.3±0.6	1.13	.259
Control	1.6±0.6	1.6±0.7	-0.14	.889
Indigestion	2.4±0.9	1.9±0.9	3.33	.001
Total score of PMS	1.7±0.6	1.6±0.6	1.26	.208

PMS=premenstrual syndrome.

Table 3. Differences in Perfection between Nursing and General College Students

(N=215)

Variables	Nursing college students (n=107)	General college students (n=108)	t	p
	M±SD	M±SD		
High standards	2.9±0.4	2.7±0.5	2.77	.006
Order	2.6±0.6	2.4±0.6	2.23	.027
Discrepancy	2.4±0.5	2.3±0.4	0.68	.498
Total score of perfection	2.6±0.3	2.5±0.4	2.14	.034

Table 4. Differences in Anxiety between Nursing and General College Students

(N=215)

Variables	Nursing college students (n=107)	General college students (n=108)	t	p
	M±SD	M±SD		
Anxiety	2.4±0.4	2.3±0.3	0.64	.522

일반대학생의 월경전증후군은 불안($r=0.31$, $p=.001$)과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 확인되었다. 일반대학생의 완벽성도 불안($r=0.30$, $p=.002$)과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 확인되었다. 즉 일반대학생의 월경전증후군 정도가 높을수록 불안도 유의하게 높았으며, 완벽성 정도가 높을수록 불안도 유의하게 높았다. 그러나 일반대학생의 월경전증후군은 완벽성과 유의한 관계가 없는 것으로 나타났다(Table 5).

논 의

본 연구는 여대생을 대상으로 월경전증후군과 완벽성, 불

안과의 관계를 알아보고자 시도된 연구이다.

본 연구의 주요 결과 첫째, 월경전증후군 정도는 간호대학생이 5점 만점의 평균 1.72점, 일반대학생은 1.62점으로 나타났다. 그리고 간호대학생은 하나 이상의 월경전증후군을 100% 경험하는 것으로 조사되었고, 일반대학생은 98.1% 월경전증후군을 경험하는 것으로 조사되었다. 이러한 결과는 Ahn 등(2005)의 연구에서 여대생의 월경전증후군은 4점 만점의 평균 1.86점으로 조사된 것과 연구대상자 전원이 하나 이상의 월경전증후군 증상을 경험한다고 조사된 결과와도 유사하였다. 또한 간호대학생을 대상으로 조사한 Cho (2002)의 연구에서 월경전증후군이 6점 만점의 평균 2.49점으로 나타

Table 5. Relationship among Study Variables in Nursing and General College Students

Variables	Categories	PMS	Perfection	Anxiety
Nursing college students (n=107)	PMS			
	Perfection	0.34***		
	Anxiety	0.29**	0.54***	
General college students (n=108)	PMS			
	Perfection	0.11		
	Anxiety	0.31**	0.30**	

PMS=premenstrual syndrome.
* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

난 결과와 Shin과 Jeong (2006b)의 연구에서 간호대학생의 월경전증후군이 평균 2.48점으로 중앙값보다 낮게 나타난 결과와도 유사하였다. 하지만 2000년대 이전의 연구 중, Lee와 Kim (1989)의 연구에서는 81.9% 여성이 월경전증후군을 경험하는 것으로 나타나, 본 연구결과와 다소 차이가 있었다. 이처럼 선행연구에서 월경전증후군 정도와 본 연구결과 및 최근 연구에서 나타난 월경전증후군 정도의 차이는 우선, 조사 대상자의 특성이 달랐던 점이 가장 큰 이유라고 생각한다. 그리고 본 연구에서 월경전증후군을 측정하기 위해 사용한 MDQ (Menstrual Distress Questionnaire) 도구가 기존 연구에서 사용한 도구와 다소 달랐던 점도 차이가 나타난 이유라 할 수 있겠다. 또한 정보화 시대의 변화로 많은 여성들이 자신의 몸에 대한 변화에 좀 더 민감해졌으며, 여성 관련 질환에 대한 지식도 증대되었기 때문에 그 차이가 발생한 것이라고 생각한다. 특히 간호대학생은 전공 특성 상, 일반대학생에 비해 여성 건강 관련 지식 정도가 높다. 따라서 간호대학생과 일반대학생의 월경전증후군을 인지하는 데에서 그 차이가 나타난 것으로 생각된다.

한편 본 연구에서 월경전증후군의 하위 영역별 점수는 간호대학생은 위장계 변화, 행동 변화, 수분정체, 부정적 정서 등의 순으로 높았고, 일반대학생은 행동 변화, 위장계 변화, 부정적 정서, 수분정체 등의 순으로 높게 나타났다. 특별히 간호대학생과 일반대학생은 위장계 변화와 수분정체 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 즉, 간호대학생이 일반대학생에 비해 위장계 변화와 수분정체 증상을 많이 경험하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 선행연구 중, 여대생을 대상으로 조사한 연구에서 통증, 부정적 정서, 수분정체의 순으로 월경전불편감을 경험한다는 보고(Ahn et al., 2005)와 간호대학생을 대상으로 조사한 연구에서 수분정체, 통증, 행동 변화, 위장계 변화의 순으로 높게 나타난 결과와 유사하였다(Song et al., 2013). 하지만 월경전증후군의 하위 영역별 점수는

2000년대 이전의 연구와 다소 차이가 있었다. 여고생을 대상으로 조사한 Chung (1999)의 연구에서는 부정적 정서, 행동 변화, 자율신경계 반응, 집중력 저하 등의 순으로 높게 나타났고, 한국과 미국의 여대생을 대상으로 조사한 Hong, Park, Kim, & Kim (1998)의 연구에서는 한국여대생들은 월경기간에 부정적 정서를 주로 호소하는 것으로 나타났다. 즉, 최근 연구에서 여성들은 부정적 정서보다는 신체적 불편감을 선행연구에 비해 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 이처럼 월경전증후군의 정도 및 하위 영역별 점수는 연구마다 조금씩 차이를 보이는데, 조사대상자가 달랐던 점이 가장 큰 이유일 것이다. 그리고 연구대상자들의 특성 차이와 비교하려는 하위 특성의 동질성 여부에 따라 다른 결과를 나타냈기 때문에 월경전증후군의 하위영역별 차이가 나타난 것으로 생각된다. 즉, 서로 다른 집단 예를 들어 일부 여대생 또는 미혼여성을 편의 표집하여 조사하였거나, 비교하고자 하는 집단을 비슷한 표본수로 모집하지 못한 연구들의 비교는 서로 지지할 수 없는 결과를 보일 수 있다.

둘째, 본 연구에서 완벽성은 간호대학생이 4점 만점의 평균 2.6점, 일반대학생은 2.5점으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Cho (2002)의 연구에서 간호대학생의 다차원적 완벽성 정도가 7점 만점의 4.1점으로 중앙값 3.5점보다 다소 높았던 결과와 유사하였다. 구체적으로 완벽성의 하위 영역에서는 개인적으로 설정한 ‘높은 기준’과 정리 정돈과 조직화를 선호하는 ‘질서’에서 간호대학생이 일반대학생보다 유의하게 높은 것으로 나타났다. 하지만 스스로 정한 자신의 높은 기준에 계속해서 도달하지 못한다는 부정적 인식인 ‘불일치’는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉, 간호대학생은 적응적 완벽성을 의미하는 ‘높은 기준’과 ‘질서’가 일반대학생에 비해 유의하게 높았고, 부정적 완벽성을 의미하는 ‘불일치’는 두 그룹에서 차이가 없었다(Slaney et al., 2001). 이러한 결과를 볼 때 간호대학생은 일반대학생보다 완벽성 정

도가 높기는 하나, 적응적 측면의 완벽성이 좀 더 높은 것으로 보이는 바, 완벽성의 긍정적인 측면을 강화하여 월경전증후군을 관리할 수 있는 방안을 모색해야 될 것으로 생각된다.

셋째, 본 연구에서 불안은 간호대학생이 4점 만점의 평균 2.4점, 일반대학생은 2.3점으로 두 집단의 불안 정도는 유의한 차이가 없으며 그리 높지 않은 것으로 나타났다. 하지만 월경전증후군 관련 선행연구에서 불안 정도를 평가한 연구는 매우 부족하고, 본 연구에서 사용한 도구와 동일하지 않아 이를 직접 비교하는 데에는 제한이 있다.

마지막으로 본 연구에서 월경전증후군, 완벽성, 불안과의 상관관계를 분석한 결과, 간호대학생은 월경전증후군을 많이 경험 할수록 완벽성과 불안도 높아지는 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 반면 일반대학생의 월경전증후군은 완벽성과 상관관계가 없었으나, 불안과는 정적 상관관계가 있었다. 이러한 결과는 오스트레일리아 일반대학생의 월경전증후군과 불안은 정적 상관관계가 있다고 보고한 Lane과 Francis (2003)의 연구와 국내 여고생을 대상으로 한 Park 등(2009) 연구에서 불안할수록 월경전증후군 증상을 더 많이 호소한다고 보고한 연구결과 및 Cho (2002)의 연구에서 간호대학생의 월경전증후군과 완벽성이 유의한 정적 상관관계가 있다고 보고한 결과와 일치하였다. 그리고 Shin (2005) 연구에서 여대생들의 월경전증후군은 완벽성과 유의한 정적 상관관계가 있다고 보고한 결과와도 유사하였다. 이처럼 월경전증후군은 완벽성 및 불안과 관련성이 있음을 본 연구결과를 통해 확인할 수 있었다. 또한 기존에 시도된 월경전증후군과 완벽성, 불안의 관련성 연구결과를 지지한다. 특별히 본 연구에서 간호대학생은 일반대학생에 비해 완벽성 정도가 유의하게 높았다. 그러므로 월경전증후군을 관리하기 위한 간호중재를 개발 시, 간호대학생은 완벽성 영역을 함께 관리할 수 있도록 계획해야 할 것이다. 더 나아가 여대생의 월경전증후군 관리를 위한 간호중재 프로그램을 개발하거나 적용할 때에는 완벽성과 불안을 함께 관리할 수 있도록 해야 할 것이다. 이와 함께 여대생들의 완벽성 정도 차이를 고려하기 위하여 월경전증후군 관리를 위한 프로그램 적용 전에 완벽성과 불안 정도를 사정하고 그 결과에 따라 차별화된 프로그램을 개발하여 적용해야 할 것이다.

그 밖에도 대상자의 월경 관련 특성에서 초경연령은 평균 12.7세로, Son과 You (2008)의 연구에서 초경연령이 평균 12.8세로 나타난 결과와 Shin과 Jeong (2006b)의 여대생을 대상으로 한 월경전증후군 관련 연구에서 초경연령이 평균 12.9세로 나타난 결과와 유사하였다. 월경 시 통증 경험 유무를 확인한 본 연구결과에서는 간호대학생 87.0%, 일반대학생

89.0%가 통증을 경험하는 것으로 나타났는데, Shin과 Jeong (2006b)의 연구에서 여대생 84.4%, Cho (2002)의 연구에서 간호대학생 73%가 월경 시 통증을 경험한다고 보고한 결과보다 다소 높았다. 그리고 월경통이 있을 때 대처하는 행동 중, 진통제를 복용하는 간호대학생(51.4%)이 일반대학생(28.7%)에 비해 유의하게 많은 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 Cho의 연구에서 간호대학생의 57%가 진통제를 복용한 경험이 있다고 보고한 결과와 유사하였다. 또한 Jun (2003) 연구에서는 간호대학생 42.0%가 월경 시 진통제를 복용한다고 보고하였으며, Kim과 Lee (2002) 연구에서도 간호대학생 61.5%가 진통제를 복용한다고 보고하였다. 이처럼 많은 여대생이 월경 시 통증을 조절하기 위한 방법으로 진통제를 복용하는 것으로 나타났다. 월경 시 통증을 조절하기 위해 진통제를 복용할 경우, 증상을 일시적으로 완화시키는데 효과적일 수 있다. 하지만 혈중 약물의 농도가 낮아지면 반복 투약을 하거나, 고용량으로 약물을 투약해야 한다. 뿐만 아니라 지속적인 약물 복용은 부작용의 위험이 있고 불필요한 의료비 지출의 단점이 있을 수 있다(Choi, 2009; Park et al., 2005). 때문에 이러한 결과는 월경 시 통증을 효과적으로 관리하기 위한 적절한 중재가 필요함을 시사한다. 특별히 본 연구의 대상자들은 의사 처방 없이 약물을 복용하는 비율이 상대적으로 높아, 보다 효과적인 간호 교육과 중재가 필요하다고 생각된다.

이상의 결과를 통해 여대생의 월경전증후군은 완벽성, 불안과 상관관계가 있음을 알 수 있었다. 특별히 본 연구는 월경전증후군의 관리를 위한 간호 실무와 연구에서 심리사회적인 요인을 고려해야 한다는 타당성을 재확인하였으며 여대생의 월경전증후군 관리를 위한 간호중재에 새로운 방향을 제시하였다는 데 의의가 있다. 하지만 본 연구의 결과만으로 월경전증후군과 완벽성, 불안과의 관계를 일반화하는 데에는 제한이 있다. 그리고 완벽성은 긍정적인 측면과 부정적인 측면이 있다. 그러므로 완벽성의 하위영역 중 긍정적인 측면이 높다고 해서 월경전증후군도 높아진다는 결론을 내릴 수 없다. 이에 향후 월경전증후군과 완벽성의 하위 영역에 따른 추가 검증이 필요하다. 즉 월경전증후군과 완벽성의 두 측면에 대한 결론의 일반화를 위하여 대표성 있는 여대생 집단을 대상으로 추가 반복연구가 이루어질 필요가 있다.

결론

본 연구는 여대생이 경험하는 월경전증후군과 완벽성, 불안과의 관계를 파악하기 위한 서술적 상관관계 조사연구이다.

본 연구에서 간호대학생은 일반대학생보다 월경전증후군의 하위 영역 중, 위장계 변화와 수분정체의 신체증상을 많이 경험하는 것으로 나타났다. 또한 간호대학생은 일반대학생보다 완벽성의 하위 영역 중, 높은 기준을 추구하는 경향이 높은 것으로 나타났다. 마지막으로 본 연구에서 간호대학생은 월경전증후군을 많이 경험할수록 완벽성과 불안도 높아지는 정적 상관관계가 있었다. 이상의 본 연구결과를 통해 완벽성과 불안은 월경전증후군에 영향을 주는 중요한 심리사회적 요인임을 확인하였다. 이에 여대생들의 월경전증후군을 효과적으로 관리하기 위해서는 간호중재 프로그램을 개발 시, 완벽성과 불안 요소를 함께 고려해야 할 것이다. 특별히 세분화된 월경전증후군 간호중재 프로그램의 개발이 필요할 것이며, 이때 여대생 집단의 특성을 반영한 간호중재 프로그램을 개발하는 것이 보다 효과적일 것이다.

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같이 제언한다.

첫째, 여대생 집단 내 다양한 전공 및 특성에 따른 심리사회적 요인을 반영한 추가 연구가 필요하다.

둘째, 다양한 연령층의 여성을 대상으로 월경전증후군에 영향을 미치는 요인과 이들 요인들과의 관계를 규명하는 연구가 필요하다.

셋째, 한국 여성의 문화와 심리사회적 특성을 반영한 월경전증후군 측정도구 개발이 필요하다.

넷째, 본 연구에서 파악된 월경전증후군과 완벽성, 불안에 따라 차별화된 간호중재 프로그램 개발이 필요하다.

REFERENCES

- Ahn, H. Y., Hyun, H. J., & Kim, H. W. (2005). Premenstrual discomforts and coping in university students. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 16*, 289-299.
- Ahn, J. Y. (2002). *Study on the co-relation between anxiety and english learning proficiency*. Unpublished doctoral dissertation, Hoseo University, Cheonan.
- American College of Obstetricians and Gynecologists. (2011). *Premenstrual syndrome*. Retrieved July 23, 2013, from <http://www.acog.org/~media/For%20Patients/faq057.pdf?dmc=1&ts=20130723T0306209427.htm>
- Cho, J. H., Kim, D. I., Park, K. B., & Kang, H. C. (2006). The correlation analysis of factors related to PMS through survey. *The Journal of Oriental Obstetrics & Gynecology, 19*, 174-204.
- Cho, K. S. (2002). The relationships among premenstrual syndrome, automatic thought, and perfectionism of college women students. *Korean Journal of Adult Nursing, 14*, 144-153.
- Choi, D. S. (2009). *The diagnosis and management of premenstrual syndrome, premenstrual dysphoric disorder. The 41th training workshop for Korean Society of Obstetrics and Gynecology*. Vol. 41. (pp. 135-146). Seoul: The Korean Association of Obstetricians and Gynecologists Press.
- Chung, M. K. (1999). *A study on the menstrual knowledge, attitudes, symptoms and coping of the high school girls*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Hong, K. J., Park, Y. S., Kim, J. E., & Kim, H. W. (1998). Study on the effects of the nursing intervention program for perimenstrual discomfort of the female university students. *Journal of Korean Academy of Nursing, 28*, 821-831.
- Jeong, K. A. (2007). Premenstrual syndrome (PMS): Clinical approach of diagnosis and treatment. *Korean Journal of Obstetrics and Gynecology, 50*, 416-422.
- Jun, E. M. (2003). A study on menstrual symptoms, coping and relief of symptoms in female college students. *Korean Journal of Women Health Nursing, 9*, 161-169.
- Kim, H. W. (2006). The effects of a PMS nutritional education program for college students. *Korean Journal of Women Health Nursing, 36*, 1164-1174.
- Kim, H. W. (2007). Relationships between sex role identity, health promoting behaviors, and premenstrual symptoms among female university students. *Journal of Korean Academy of Nursing, 37*, 1003-1012.
- Kim, H. W., & Khil, J. M. (2007). A study on isoflavones intake from soy foods and premenstrual symptoms. *Journal of Korean Academy of Nursing, 37*, 276-285.
- Kim, J. E. (1992). College women students' attitude toward menstruation, preception of sex role and pre and postmenstrual discomfort. *Korean Journal of Women Health Nursing, 2*, 55-69.
- Kim, M. J., Nam, Y. S., Oh, K. S., & Lee, C. M. (2003). Some important factors associated with premenstrual syndrome: Influence of exercise, menarche, and age on PMS. *The Korean Journal of Growth and Development, 11*, 13-26.
- Kim, S. Y. (2005). *A study of the relationships between perfectionism tendency, depression, and self-esteem of the undergraduate students: Focused on th APS-R (the Almost Perfectionism Scales-Revised)*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Kim, Y. H., & Lee, I. S. (2002). A study on the dysmenorrhea in college female students. *Korean Journal of Women Health Nursing, 8*, 85-95.
- Lane, T., & Francis, A. (2003). Premenstrual symptomatology, locus of control, anxiety and depression in women with normal menstrual cycles. *Archives of Women's Mental Health,*

- 6, 127-138.
- Lee, S. H., & Kim, K. J. (1989). Menstrual characteristics and premenstrual syndromes. *The Chonbuk University Medical Journal*, 13, 181-191.
- Lim, H. S., & Park, Y. S. (2010). Differences in dietary intake and life-style of female college students in Seoul with and without premenstrual syndrome. *Journal of Korean Society of Menopause*, 16, 153-161.
- Moos, R. H. (1968). The development of a menstrual distress questionnaire. *Psychosomatic Medicine*, 30, 853-876.
- Park, H. E., Jee, B. C., Ku, S. Y., Suh, C. S., Kim, S. H., Choi, Y. M., et al. (2005). A survey on premenstrual syndrome. *Korean Journal of Obstetrics and Gynecology*, 48, 401-410.
- Park, J. W., Kim, J. S., Lee, K. Y., Park, T. J., & Kim, S. H. (2009). Factors associated with premenstrual syndrome in high school students. *Korean Journal of Family Medicine*, 30, 710-716. <http://dx.doi.org/10.4082/kjfm.2009.30.9.710>
- Shin, M. A. (2005). *A structural model of premenstrual symptom in female college students*. Unpublished doctoral dissertation, Hanyang University, Seoul.
- Shin, M. A., & Jeong, M. H. (2006a). The relationship between premenstrual syndrome and sex role of college students. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 17, 125-133.
- Shin, M. A., & Jeong, M. H. (2006b). The relationship between premenstrual syndrome and menstrual attitudes of college students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 12, 43-51.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The almost perfect scale-revised. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130-145.
- Son, Y. J., & You, M. A. (2008). Relationships between psychological factors and premenstrual syndrome symptoms in academic female high school. *Korean Journal of Health Promotion*, 8, 8-16. <http://dx.doi.org/10.4082/kjfm.2009.30.9.710>
- Song, J. E., Chae, H. J., Jang, W. H., Park, Y. H., Lee, K. E., Lee, S. H., et al. (2013). The relationship between life style, menstrual attitude and premenstrual syndrome in nursing students. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 19, 119-128. <http://dx.doi.org/10.4069/kjwhn.2013.19.2.119>
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the state-trait anxiety inventory (STAI-form Y)*. CA: Consulting Psychologists Press.
- Winer, S. A., & Rapkin, A. J. (2006). Premenstrual disorders: Prevalence, etiology and impact. *Journal of Reproductive Medicine*, 51, 339-347.

Summary Statement

■ **What is already known about this topic?**

It is known that premenstrual syndrome is influenced by biological and psychosocial factors and life style.

■ **What this paper adds?**

We found that premenstrual syndrome had a correlation with perfection and anxiety among nursing college students.

■ **Implications for practice, education and/or policy**

Effective nursing interventions in which perfection and anxiety are considered can be developed to reduce premenstrual syndrome and anxiety in college students.