



백화점 서비스 및 판매업 종사 흡연 여성 근로자의 금연자기효능감과 금연준비도

하영미¹ · 박기수² · 최혜옥³ · 양승경⁴

경상대학교 간호대학 · 건강과학연구원, 경남금연지원센터¹,
경상대학교 의학전문대학원 예방의학교실 · 건강과학연구원, 경남금연지원센터²,
한국국제대학교 간호학부³, 진주보건대학교 간호학부⁴

Self-efficacy and Preparation of Smoking Cessation in Service and Sales Woman Smokers Working in Department Stores

Ha, Yeongmi¹ · Park, Ki-Soo² · Choi, Hyeok³ · Yang, Seungkyoung⁴

¹College of Nursing · Institute of Health Sciences in Gyeongsang National University, Gyeongnam Smoking Cessation Support Center, Jinju

²Department of Preventive Medicine · Institute of Health Sciences in Gyeongsang National University,
Gyeongnam Smoking Cessation Support Center, Jinju

³College of Nursing, International University of Korea, Jinju

⁴Department of Nursing, Jinju Health College, Jinju, Korea

Purpose: The purpose of this cross-sectional study was to describe smoking characteristics, and then to examine relationships between self-efficacy for smoking cessation and preparation of smoking cessation in service and sales woman employee with smoking in department stores. **Methods:** This study was a secondary data analysis carried by the smoking cessation support center. One hundred six employees smoking women participated from two department stores. Collected data were analyzed using SPSS 20.0 program. Descriptive statistics, t-test, one-way ANOVA along with Scheffé test, pearson correlation coefficients were used for statistics. **Results:** The study results have shown that the mean score of self-efficacy for smoking cessation 5.1 ± 2.62 , preparation smoking cessation 4.0 ± 2.89 . There was positive relation between self-efficacy for smoking cessation and preparation smoking cessation. **Conclusion:** Considering the findings from this study, there is a need to develop self-efficacy for smoking cessation program for effective smoking cessation in service and sales woman smokers employee.

Key Words: Woman, Employee, Smoking, Self-efficacy

서 론

1. 연구의 필요성

국민건강영양조사 통계 결과에 따르면 우리나라 성인 흡

연율은 남성 43.1%, 여성 5.7%인 것으로 보고되었다(Korea Health Statistics, 2014). 성인 남성 흡연율은 2007년 45.1%에서 2014년 43.1%로 점차 감소하고 있으나, 여성의 흡연율이 2007년 5.3%에서 2014년 5.7%로 오히려 조금 증가한 것으로 나타났다(Korea Health Statistics, 2014). 우리나라의 여성흡

주요어: 여성, 근로자, 흡연, 자기효능감

Corresponding author: Yang, Seungkyoung

Department of Nursing, Jinju Health College, 51 Uibyeong-ro, Jinju 52655, Korea.
Tel: +82-55-740-1848, Fax: +82-55-740-3010, E-mail: foryoutime@hanmail.net

Received: Jul 17, 2016 / **Revised:** Aug 18, 2016 / **Accepted:** Aug 21, 2016

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.

연에 대한 사회적 편견과 자기기입식 설문조사 방식의 흡연률 실태조사 방법을 고려할 때, 실제 여성 흡연율은 국민건강영양조사 통계 결과보다 더 높을 것으로 예측된다(Seo, 2011). 특히 20대 여성의 흡연율이 8.7%로 가장 높았는데(Korea Health Statistics, 2014), 가입기 여성의 흡연은 수정능력 저하, 조기폐경, 자궁경부암 같은 여성 고유 질환 발생 위험성을 높일 뿐만 아니라 임신 중의 흡연은 유산, 조산, 태아 기형, 저체중아출산 등의 위험을 야기할 수 있기 때문에 그 영향이 심각하다(Lee, 2002; Hwang et al., 2000). 또한 여성 흡연자들은 자녀를 키우는 20~40대 여성들이 대부분으로 이로 인해 자녀들이 흡연에 노출되어 청소년 흡연 행위를 증가시키는 요인이 될 수 있다(Guo, Collins, Hill, & Hawkins, 2000). 이렇듯 여성흡연은 남성흡연에 비해 신체적·정신적·사회적 건강에 미치는 악영향이 더 클 수 있음에도 불구하고, 지금까지 흡연 관련 연구는 주로 남성을 대상으로 이루어졌으며, 여성 흡연자들의 문제와 심각성에 대한 연구는 찾아보기 어려웠다.

최근 사회적으로 다양한 금연 정책 및 금연 분위기 조성을 통해 금연을 유도하기 위해 노력하고 있지만, 아직까지 우리나라 성인의 흡연율은 높은 편이다. 특히 남성 흡연율은 점점 감소하고 있지만, 여성 흡연율은 감소하고 있지 않은 상태인데 어떤 특성 때문에 여성흡연이 감소하지 않고 있는지에 대한 모색이 필요하다. 여성흡연에 대한 문헌고찰 및 여러 선행연구에 의하면 여성은 남성에 비해 소득이나 학력과 같은 사회경제적 요인에 의한 영향을 더 많이 받는 것으로 나타났으며, 특히 사회경제적 취약계층 혹은 육체노동을 하는 직업군에서 여성 흡연률이 유의하게 증가한다고 보고하였다(Seo, 2011; Sohn, 2013). 따라서 판매직 혹은 서비스직 종사 여성근로자는 육체노동량이 많은 직업군에 속하고, 이들 대부분이 비정규직 근로자라는 점과 사회경제적으로 취약한 계층임을 고려할 때 이들의 흡연 문제에 대한 사회적 관심이 필요하다.

여성흡연 연구에서 특정 직업군인 서비스 및 판매업 종사 여성 근로자의 흡연율이 높다는 것은 잘 알려졌다(Cho, Khang, & Yun, 2006). 특히, 백화점 판매직 종사자 및 콜센터 상담원의 여성 흡연율은 40% 이상으로 매우 높은 수준인 것으로 보고되었다(Korean Association on Smoking or Health, 2014). 반복적이고 단순한 작업이 지속될 경우 신체각성 수준이 저하됨으로써 흡연 욕구가 상승할 수 있으며, 또한 높은 직무 스트레스 및 취약계층에서 흡연율이 상승하는 것으로 나타났다(Seo, 2011; Shin, 2001). 서비스 및 판매업 종사 여성근로자는 서비스가 강조되는 직업임과 동시에 고객을 대상으로 끊임없이 대화와 서비스를 판매하는 직업군임을 고려할 때 직무 스트레스

로 인한 흡연 위험성이 높은 집단이므로, 이들의 흡연 실태와 흡연 관련 특성을 파악하고 흡연율 감소 및 건강증진을 위해 관심을 가질 필요가 있다.

금연의 성공과 실패에 있어 인지적, 정서적인 요인들은 매우 중요한 역할을 한다(Ham & Yoo, 2008). 그 중 금연자기효능감은 금연에 대한 자신감을 나타내는 주관적 평가를 의미하며, 자기효능감이 높은 경우 흡연량이 감소하고 장기적인 금연유지를 가능하게 하는 것으로 나타났다(Lee, Kang, & Lee, 2001). 이러한 금연자기효능감은 니코틴 의존도, 흡연유혹, 호기일산화탄소농도 등과 관련 있다고 하였으며(Kim & Hong, 2016; Choe & Jeong, 2012), 이는 금연에 대한 준비도와 관련 있을 것이라 생각된다. 따라서 서비스 및 판매업 종사 흡연 여성 근로자를 대상으로 금연자기효능감, 금연준비 정도 및 이를 증진시킬 수 있는 방안에 대해 살펴볼 필요가 있다.

지금까지 성인 흡연자를 대상으로 한 연구는 주로 남성 흡연자를 대상으로 흡연 실태 및 금연 관련 요인, 금연 프로그램의 개발 및 효과검증에 관한 연구가 주로 이루어졌으며, 여성흡연에 관한 연구는 드물었다. 특히 여성흡연자 중에서도 흡연율이 타 직업군에 비해서 매우 높은 것으로 알려진 서비스 및 판매업 종사 여성 근로자를 대상으로 시행된 연구는 찾아보기 힘들었다. 서비스 및 판매업 종사 여성 근로자의 흡연을 효과적으로 감소시키고, 금연을 성공적으로 수행하기 위해서는 이들의 흡연 관련 특성에 대한 정확한 규명과 금연에 효과적인 변수로 알려진 금연자기효능감을 증진시킬 필요가 있다. 따라서 본 연구에서는 백화점 서비스 및 판매업에 종사하는 흡연 여성 근로자들의 흡연 관련 특성, 금연자기효능감 및 금연준비도의 관계를 파악하고, 향후 효과적인 여성 맞춤형 금연 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제시하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 백화점 서비스 및 판매업에 종사하는 흡연 여성 근로자들의 흡연 관련 특성, 금연자기효능감, 금연준비도와 의 관계를 파악하고, 금연성공률을 높일 수 있는 효과적인 금연 프로그램 개발의 기초자료를 제공하는데 있다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 금연자기효능감, 금연준비도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 금연자기효능감, 금연준비도의 차이를 확인한다.
- 대상자의 흡연 관련 특성에 따른 금연자기효능감, 금연준비도의 차이를 확인한다.

- 대상자의 금연자기효능감, 금연준비도의 상관관계를 파악한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 백화점 서비스 및 판매업 종사 흡연 여성 근로자의 흡연 관련 특성, 금연자기효능감, 금연준비도의 관계를 파악하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상

본 연구는 G금연지원센터에서 수행한 흡연 여성근로자 등록을 위한 설문조사의 원시자료를 분석한 이차분석(secondary analysis) 연구이다. G금연지원센터는 2015년부터 보건복지부로부터 지정받아 대학생, 여성, 학교밖 청소년을 대상으로 찾아가는 금연서비스를 제공하고 있다. 본 연구에 참여한 대상자는 G도에 소재한 백화점에서 서비스 및 판매업에 종사하는 만 19세 이상의 흡연 여성 근로자들이었다. 자료수집은 2015년 10월부터 2016년 4월까지 G도에 소재한 백화점의 서비스 및 판매업 종사 여성근로자를 대상으로 자료를 수집하였다.

연구대상자의 수는 G*Power 3.1.7 프로그램을 활용하였고, 상관관계분석에서 검정력(1-β)은 .80, 유의수준(α)은 .05, 효과크기(r)은 .30으로 유지하는데 필요한 표본 수를 산출한 결과 총 84명이 필요하였다. 본 연구의 이차분석을 위해 106부를 최종 분석에 사용하여 필요한 최소 표본 수를 충족하였다.

3. 연구도구

본 연구의 자료는 자기응답식으로 구조화된 설문지를 이용하였으며, 설문지 내용은 일반적 특성, 흡연 관련 특성, 금연자기효능감, 금연준비도 문항으로 구성하였다. 대상자의 일반적 특성 문항은 ‘연령, 최종학력, 직종, 체질량지수(Body Mass Index), 질병유무, 음주횟수, 운동횟수’로 구성되었다. BMI계산은 키와 몸무게를 이용하여 kg/m² 공식에 의해 산출하였으며, BMI가 18.5 미만이면 ‘저체중’, 18.5 이상~23 미만이면 ‘정상체중’, 23 이상이면 ‘과체중’인 것으로 분류하였다.

1) 흡연 관련 특성

흡연 관련 특성 문항은 ‘첫 흡연연령, 총 흡연기간, 하루평균

흡연량, 니코틴 의존도, 호기일산화탄소농도, 금연지지자, 금연시도경험, 금연하고싶은 이유’로 구성되었다.

(1) 호기일산화탄소농도

호기일산화탄소농도는 흡연자의 호기 속 잔여일산화탄소의 양(ppm CO)을 의미하며, 본 연구에서는 일산화탄소 측정기를 이용하여 숨을 참은 후 측정기의 마우스피스를 입에 물고 호기 중 일산화탄소 농도를 ppm으로 측정된 값으로 수치가 높을수록 흡연량이 많음을 의미한다. 측정결과 0~6 ppm이면 ‘비흡연자’, 7~10 ppm이면 ‘가벼운 흡연자’, 11~20 ppm이면 ‘보통’, 21 ppm 이상이면 ‘심한 흡연자’로 분류되었다(Chen, Yeh & Chao, 2006).

(2) 니코틴 의존도

니코틴 의존도는 Fagerström’s Test Nicotine Dependence Tolerance (FTND)를 Heatherton, Kozlowski, Freker와 Fagerström (1991)이 수정한 것을 사용하였다. 이는 우리나라 보건소금연클리닉에서 일반적으로 사용하고 있는 도구이다. 총 6개의 문항으로 하루흡연량, 기상 후 첫 흡연시간, 금연구역에서 흡연욕구 인내정도, 담배 맛이 가장 좋은 때, 선호하는 흡연시간대, 신체상태와 관련된 흡연양상에 관한 문항으로 구성되었다. 각 문항은 0~1점 혹은 0~3점으로 측정되며, 총 0~10점의 범위를 갖는다. 점수가 높을수록 니코틴 의존도가 높은 것을 의미한다. 총점이 0~3점이면 ‘가벼운 니코틴 의존군’, 4~6점이면 ‘보통의 니코틴 의존군’, 7~10점이면 ‘심한 니코틴 의존군’으로 분류된다. Heatherton 등(1991)의 연구에서 Cronbach’s α는 .61이었으며, 본 연구에서 Cronbach’s α는 .66이었다.

2) 금연자기효능감

금연자기효능감은 금연에 대한 성공 자신감을 묻는 1문항의 질문이며, 캐나다의 중독과 정신건강센터에서 2011년에 발행한 ‘금연을 위한 상담메뉴얼’에 소개된 문항이다(Canada Centre for Addiction and Mental Health, 2011). 문항은 ‘당신은 금연에 성공할 자신감이 어느 정도입니까?’라는 질문에 0점에서 10점까지 범위 내에서 자신감 정도를 답하도록 하였다. 점수가 높을수록 금연 자기효능감이 높은 것을 의미한다.

3) 금연준비도

금연준비도는 금연에 대한 준비 정도를 묻는 2문항의 질문으로 구성되었으며, 캐나다의 중독과 정신건강센터에서 2011년에 발행한 ‘금연을 위한 상담메뉴얼’에 소개된 문항이다(Canada

Centre for Addiction and Mental Health, 2011). 문항은 ‘당신은 금연할 준비가 어느 정도 되어있습니까’라는 질문과 ‘당신에게 금연은 어느 정도 중요합니까’라는 질문에 각각 0점에서 10점까지 범위 내에서 금연 준비정도를 답하도록 하였다. 점수가 높을수록 금연 준비정도가 높은 것을 의미한다.

4. 자료분석

수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 20.0 프로그램을 사용하여 다음과 같이 통계적 분석을 실시하였다.

- 대상자의 일반적 특성, 흡연 관련 특성, 금연자기효능감, 금연준비도는 기술통계를 이용하여 분석하였다.
- 대상자의 일반적 특성 및 흡연 관련 특성에 따른 금연자기효능감, 금연준비도의 차이는 t-test 혹은 one-way ANOVA를 사용하여 분석하였고, 사후 검정은 Scheffé test를 이용하였다.
- 금연자기효능감, 금연준비도의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성에 따른 금연자기효능감과 금연준비도

본 연구에 참여한 대상자의 평균 연령은 30.1±10.02세로, ‘20대 이하’가 59명(55.7%)으로 가장 많은 분포를 보였다 (Table 1). 학력은 ‘고졸’이 52명(49.1%)으로 가장 높았고, 직종은 ‘판매직’이 77명(72.6%)으로 가장 많았으며, ‘서비스직’ 22명(20.8%), ‘단순노무직’ 7명(6.6%) 순으로 나타났다. 체질량지수는 ‘정상체중’ 80명(75.5%)으로 가장 많았으며, ‘저체중’ 24명(22.6%), ‘과체중’ 2명(1.9%)으로 나타났다. 질병유무는 ‘없음’이 100명(94.3%)으로 대부분을 차지하였다. 음주횟수는 ‘주 1~4회’인 경우가 55명(51.9%)으로 가장 많았으며, ‘안함’이 33명(31.1%)으로 그 다음으로 많은 것으로 나타났다. 운동횟수는 ‘안함’이 88명(83.0%)으로 대부분을 차지하였으며, ‘주 5회 이상’이 11명(10.4%)으로 그 다음 순으로 많았다.

대상자의 일반적인 특성에 따른 금연자기효능감은 모든 변

Table 1. Self-efficacy and Preparation of Smoking Cessation by General Characteristics of Participants (N=106)

Characteristics	Categories	n (%) or M±SD	Self-efficacy for smoking cessation		Preparation of smoking cessation	
			M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)
Age (year)		30.1±10.02		0.21		0.71
	≤29	59 (55.7)	5.2±2.51	(.808)	3.8±2.74	(.495)
	30~39	25 (23.6)	4.9±2.60		3.8±2.75	
	≥40	22 (20.8)	4.8±3.02		4.6±3.44	
Educational level	≤Middle school	5 (4.7)	6.0±3.81	0.34	4.8±4.09	0.26
	High school	52 (49.1)	5.0±2.72	(.711)	3.9±2.85	(.769)
	≥College	49 (46.2)	5.0±2.43		4.0±2.87	
Types of working	Service	22 (20.8)	6.1±2.65	2.88	5.2±2.72 ^a	0.78
	Sale	77 (72.6)	4.7±2.56	(.061)	3.5±2.81 ^b	(.026)
	Simple labor	7 (6.6)	6.0±2.58		5.1±3.24 ^c	a > b
BMI	Underweight	24 (22.6)	4.9±2.81	0.58	3.3±2.74	0.88
	Normal weight	80 (75.5)	5.1±2.58	(.562)	4.2±2.95	(.416)
	Overweight	2 (1.9)	7.0±2.83		4.0±1.41	
Disease	Yes	6 (5.7)	6.3±2.88	1.23	5.2±3.25	1.03
	No	100 (94.3)	5.0±2.60	(.221)	3.9±2.87	(.303)
Number of drinking (week)	1~4	55 (51.9)	4.9±2.52	0.23	3.7±2.57	2.51
	≥5	18 (17.0)	5.4±2.99	(.792)	3.3±2.75	(.086)
	None	33 (31.1)	5.0±2.48		4.9±3.29	
Number of exercise (week)	1~4	7 (6.6)	5.1±3.18	2.52	2.1±1.77	2.15
	≥5	11 (10.4)	6.7±2.72	(.086)	5.0±3.13	(.122)
	None	88 (83.0)	4.9±2.48		4.0±2.89	

a, b: Scheffé test.

수에서 통계적으로 유의미한 차이가 없었다. 대상자의 일반적 인 특성에 따른 금연준비도는 직종($F=0.78, p=.026$)에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, Scheffé test 검정 결과 '판매직'인 경우 '서비스직'에 비해 금연준비도가 유의미하게 낮은 것으로 나타났다.

2. 대상자의 흡연 관련 특성에 따른 금연자기효능감과 금연준비도

본 연구에 참여한 대상자의 첫 흡연연령은 평균 18.9 ± 5.63 세였으며, '10대'가 72명(67.9%)으로 가장 많았다(Table 2). 총 흡연 기간은 평균 11.5 ± 7.38 년으로, '10년 이하'인 경우가 58명(54.7%)으로 가장 많았으며, '11~20년'인 경우가 34명(32.1%)이었다. 하루 평균 흡연량은 12.4 ± 6.84 개비였으며, '10개비 이하'가 64명(60.4%)으로 많았으며, '11개비 이상'이 42명(39.6%) 순으로 나타났다. 니코틴 의존도는 평균 3.4 ± 2.30 (범위 0~10점)이었으며, '0~3점'이 51명(48.1%)로 가장 많았고, '4~6점'이 47명(44.1%)으로 나타났다. 호기일산화탄소농도는 평균 16.0 ± 10.35 ppm이었으며, 보통 흡연자들에게서 나타나는 '11~20 ppm'인 경우가 44명(41.5%)로 가장 많은 것으로 나타났다. 그 다음은 심한 흡연자들에게서 나타나는 '21 ppm 이상'인 경우가 28명(26.4%)이었다. 금연지지자가 있는 경우 '가족'이 54명(72.9%)으로 대부분을 차지하였으며, 그 다음은 '직장동료'가 11명(14.9%), '금연상담' 9명(12.2%) 순으로 나타났다. 금연시도경험은 '있음'이 70명(66.0%), '없음'이 36명(34.0%)으로 나타났다. 금연하고 싶은 이유는 '개인의 건강'이 70명(66.0%)으로 가장 높은 것으로 나타났으며, 그 다음으로 '사회적 분위기' 15명(14.2%), '가족, 주변 권유' 12명(11.3%), '경제적 이유'가 9명(8.5%) 순으로 나타났다.

대상자의 흡연 관련 특성에 따른 금연자기효능감의 차이를 검증한 결과, 대상자의 흡연 관련 특성에 따른 금연자기효능감은 하루평균흡연량($t=3.72, p<.001$), 니코틴 의존도($F=4.80, p=.010$), 호기일산화탄소농도($F=3.68, p=.015$), 금연시도경험($t=4.12, p<.001$)에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 대상자의 흡연 관련 특성에 따른 금연준비도는 호기일산화탄소농도($F=5.89, p=.001$), 금연시도경험($t=4.23, p<.001$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. Scheffé 검정 결과 니코틴 의존도가 '0~3점'인 경우 '7~10점'에 비해 금연자기효능감이 유의하게 높은 것으로 나타났으며, 호기일산화탄소농도가 '0~6 ppm'인 경우 '21 ppm 이상'에 비해 금연준비도가 유의미하게 높은 것으로 나타났다.

3. 대상자의 금연자기효능감과 금연준비도의 수준 및 상관관계

대상자의 금연자기효능감 평균점수는 5.1 ± 2.62 점, 금연준비도 평균점수는 4.0 ± 2.89 점으로 나타났다(Table 3). 금연자기효능감과 금연준비도($r=.54, p<.001$)는 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 백화점 서비스 및 판매업에 종사하는 흡연 여성 근로자들의 흡연 관련 특성, 금연자기효능감, 금연준비도의 관계를 파악함으로써, 향후 흡연 여성 근로자를 위한 맞춤형 금연 프로그램을 개발하기 위한 기초자료를 제공하고자 시도되었다. 본 연구에 참여한 백화점 서비스 및 판매업에 종사하는 흡연 여성 근로자들의 평균연령은 30.1세였으며, 30대 이하의 여성이 79.3%로 매우 높은 비율을 차지하였다. 이 시기는 여성이 임신과 출산 및 양육을 담당하는 시기로, 여성의 흡연은 자신 및 태아와 가족의 건강에도 부정적인 영향을 미칠 수 있기에 그 심각성이 크다고 할 수 있다(Hong, 2002). 특히 본 연구에 참여한 서비스 및 판매업 종사 여성근로자들의 첫 흡연연령은 평균 18.9세로 67.9%의 여성근로자가 고등학교 시기에 첫 흡연을 시작한 것으로 나타났다. 일 지역의 여성 흡연자를 대상으로 한 Kim과 Jo (2008)의 연구에서 첫 흡연연령은 평균 23.1세인 것에 비하면 본 연구대상자들의 첫 흡연시기가 빨랐음을 알 수 있었다. 또한 국민건강영양조사(2014) 통계자료에서 성인 흡연여성의 첫 흡연시작이 23.8세로 보고된 것과 비교하면, 본 연구대상자들의 첫 흡연시기가 성인이 아닌 청소년 시기라는 점에서 그 심각성이 크다고 볼 수 있다. 따라서 여성을 대상으로 한 금연교육 혹은 흡연예방교육이 남성 뿐만 아니라 여성을 대상으로 아동 청소년기부터 시작해야 함을 시사한다.

백화점의 서비스 및 판매업무에 종사하는 흡연 여성 근로자의 니코틴 의존도는 평균 3.4 ± 2.30 점(범위 0~10점)으로 '가벼운 니코틴 의존군'이었다. 지역 보건소를 방문한 평균연령 35.7세의 여성흡연자를 대상으로 한 연구에서 니코틴 의존도 4.3점이었고(Choi, 2014), 또다른 지역 보건소를 방문한 평균연령 37.1세의 여성 흡연자를 대상으로 한 Kim과 Jo (2008)의 연구에서도 니코틴 의존도가 4.2점으로 '보통의 니코틴 의존군'에 속하여 본 연구대상자들보다 니코틴 의존도가 조금 높은 수준이었다. 본 연구대상자와 선행연구에서 보건소를 방문한 여성 흡연자의 니코틴 의존도 점수에 차이가 나는 이유는 대상자의

Table 2. Self-efficacy and Preparation of Smoking Cessation by Smoking-related Characteristics of Participants (N=106)

Characteristics	Categories	n (%) or M±SD	Self-efficacy for smoking cessation		Preparation of smoking cessation		
			M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	
Age of first smoking (year)		18.9±5.63		2.29		2.02	
	10~19	72 (67.9)	4.8±2.69	(.106)	3.6±2.66	(.138)	
	20~29	28 (26.4)	5.2±2.42		4.6±3.23		
	≥30	6 (5.7)	7.2±1.94		5.3±3.01		
Duration of smoking (year)		11.5±7.38		0.69		0.44	
	≤10	58 (54.7)	5.3±2.40	(.507)	4.0±2.77	(.644)	
	11~20	34 (32.1)	4.7±2.62		3.7±2.96		
	≥21	14 (13.2)	4.8±3.47		4.6±3.35		
Cigarettes per day		12.4±6.84		3.72		1.75	
	≤10	64 (60.4)	5.8±2.41	(<.001)	4.4±3.03	(.083)	
	≥11	42 (39.6)	3.9±2.57		3.4±2.59		
Nicotine- dependence		3.4±2.30		4.80		0.66	
	0~3	51 (48.1)	5.8±2.36 ^a	(.010)	4.3±3.00	(.578)	
	4~6	47 (44.3)	4.6±2.77 ^b		a > c		3.7±2.97
	7~10	8 (7.5)	3.4±1.99 ^c		3.5±1.19		
CO level (ppm)		16.0±10.35		3.68		5.89	
	0~6	14 (13.2)	5.7±2.73	(.015)	6.2±3.70 ^a	(.001)	
	7~10	20 (18.9)	6.2±3.07		4.9±3.02 ^b		a > d
	11~20	44 (41.5)	5.1±2.13		3.6±2.52 ^c		
	≥21	28 (26.4)	3.9±2.60		2.9±2.14 ^d		
Supporters of smoking cessation	Family	54 (72.9)	4.1±1.75	0.29	3.1±1.94	0.76	
	Coworker	11 (14.9)	5.3±3.35	(.753)	4.6±3.53	(.470)	
	Counsellor	9 (12.2)	4.4±3.05		4.4±2.60		
Experience of smoking cessation	Yes	70 (66.0)	5.8±2.49	4.12	4.8±2.89	4.23	
	No	36 (34.0)	3.7±2.33	(<.001)	2.4±2.24	(<.001)	
Reason to smoking cessation	Health	70 (66.0)	5.4±2.55	2.03	4.3±2.82	1.79	
	Economic	9 (8.5)	3.7±3.00	(.114)	2.8±2.64	(.154)	
	Family, friend	12 (11.3)	5.0±2.70		4.3±3.09		
	Social influence	15 (14.2)	4.1±2.39		2.8±2.98		

a, b, c, d: Scheffé test.

Table 3. Degree and Correlations of Self-efficacy and Preparation of Smoking Cessation (N=106)

Variables	M±SD	Range	Self-efficacy for smoking cessation	Preparation of smoking cessation
			r (p)	r (p)
Self-efficacy for smoking cessation	5.1±2.62	0~10	1	
Preparation of smoking cessation	4.0±2.89	0~10	.54 (<.001)	1

특성에 기인한 것으로 생각할 수 있다. 본 연구에 참여한 여성 근로자의 평균 연령은 30.1세로 다른 선행연구에 참여한 여성들의 평균연령 35.7~37.1세에 비해서(Choi, 2014; Kim & Jo, 2008) 젊은 편이어서 총 흡연기간이 길지 않았다. 일반적으로 흡연기간이 길어질수록 니코틴 의존도가 높아진다고 하였기 때문에(Kim & Jo, 2008), 본 연구대상자들의 비교적 짧은 흡연

기간 때문에 다른 선행연구대상자들보다 니코틴 의존도 점수가 낮게 나온 것으로 생각된다. 비록 본 연구대상자들의 니코틴 의존도 점수가 낮다고는 하지만, 선행연구의 여성들에 비해서 어린 나이에 첫 흡연을 시작하였고, 높은 직무 스트레스와 감정노동에 종사하고 있음을 고려할 때 이들의 흡연은 지속, 악화될 수 있으므로 서비스 및 판매업무에 종사하는 여성 근로

자의 흡연문제에 좀 더 세심한 관심이 필요하다.

본 연구결과 백화점의 서비스 및 판매업에 종사하는 흡연 여성 근로자의 금연자기효능감은 평균 5.1 ± 2.62 점(범위 0~10점)이었다. 금연자기효능감은 금연 성공 자신감을 평가하는 것으로 본 연구대상자의 금연자기효능감은 보통 수준이었다. 연구도구가 달라 직접적인 비교는 어렵지만, 흡연 남녀 성인을 대상으로 한 선행연구에서 금연자기효능감은 3.80점(범위 1~5점)으로 나타나 본 연구대상자보다 비교적 높은 수준임을 알 수 있었다(Ham & Yoo, 2008). 이는 서비스 및 판매업종 자체의 직무 특성상 직무 스트레스의 수준이 높고, 장시간동안 고객을 대상으로 각종 서비스를 제공하는 감정노동에 종사하기 때문에, 이러한 물리적, 심리적 작업조건이 여성근로자의 흡연율을 높인다는 여러 선행연구결과를 고려할 때(Cho, Khang, & Yun, 2006), 서비스 및 판매업무에 종사하는 여성근로자의 금연자기효능감을 높일 필요가 있다. 특히 금연자기효능감은 금연행위에 가장 강력한 영향을 주는 변수로 알려져 있고, 대상자의 금연 유지 및 금연 후 재흡연을 방지하는 주요한 변수이므로(Velicer et al., 1990), 서비스 및 판매업무 종사 여성근로자의 높은 흡연율을 감소시키기 위해서 금연자기효능감을 향상시키기 위한 맞춤형 전략을 개발해야 할 것이다.

본 연구결과에 따르면 금연자기효능감은 하루평균흡연량, 니코틴 의존도, 호기일산화탄소농도, 금연시도경험에 따라 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다. 하루평균흡연량과 니코틴 의존도가 낮을 경우 금연자기효능감이 상승하는 것으로 나타났고, 호기일산화탄소농도가 10 ppm 이하인 경우에 금연자기효능감이 상승하였으며, 21 ppm 이상으로 측정되는 '심한 흡연자'인 경우에 금연에 대한 자기효능감이 현저히 떨어지는 것으로 나타났다. 선행연구결과 하루 평균 흡연량이 적을수록 금연자기효능감이 높은 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하였다(Kim & Son, 2005). 하루 평균 흡연량은 대상자의 니코틴 의존도 및 호기일산화탄소농도에 신체적으로 직접적 영향을 미치게 되며, 호기일산화탄소농도가 높은 '심한 흡연자'인 경우 특히 금연자기효능감을 강화시킬 수 있는 방안에 중점을 둔 금연 프로그램을 적용하는 것은 이들의 금연 성공율을 향상시키는데 도움을 줄 수 있을 것으로 여겨진다. 또한 본 연구결과 금연시도경험은 금연자기효능감을 상승시키는 것으로 나타났으므로, 일단 금연 유지에 실패한다 하더라도 짧은 금연 상태를 경험하여 짧은 성공을 경험하는 것만으로도 금연자기효능감을 높이는데 도움이 될 수 있을 것이라 생각된다. Prochaska와 Diclemente (1994)가 개발한 범이론적 모형의 변화단계(stages of change)에 의하면 금연행위는 오랜기간동안 실패와 성공을

수 없이 반복하면서 결국에는 바람직한 건강행위를 습득하게 된다고 하였다. 따라서 흡연 여성 근로자의 금연시도가 비록 금연유지로 이어지지 못한다고 하더라도 여성 근로자들이 금연자기효능감을 잃지 않고 재시도를 할 수 있도록 지지와 격려를 통해 끊임없이 금연에 대한 동기유발을 할 수 있는 전략개발이 필요할 것이다.

금연을 할 준비가 되어있는 정도를 평가하는 금연준비도의 경우 서비스 및 판매업에 종사하는 여성 근로자의 금연준비도는 평균 4.0 ± 2.89 점(범위 0~10점)으로 낮은 수준임을 알 수 있었다. 본 연구결과 흡연 여성 근로자의 금연준비도는 직종, 호기일산화탄소농도, 금연시도경험에 따라 유의미한 차이를 보였다. 직종의 경우 서비스직은 판매직에 비해 금연준비정도가 높은 것으로 나타났다. 국민건강영양조사(2013)에 따르면 성인 여자 흡연율은 서비스 종사자인 경우 16.4%로 가장 높았으며, 그 다음 관리자 14.6%, 단순노무종사자 7.8%, 판매종사자 6.2%순이었다. 본 연구대상자는 백화점 내의 서비스직 및 판매직을 대상으로 하였으며, 이는 모두 흡연율이 높은 직종에 해당한다고 볼 수 있다. 그 중에서도 판매직인 경우 금연준비정도가 유의미하게 낮은 것으로 나타났으므로, 특히 판매직 여성 근로자들의 흡연 형태 및 흡연 관련요인에 대해 살펴보고, 금연준비도를 향상시킬 수 있는 방안에 관심을 기울여야 할 것이다. 본 연구결과 호기일산화탄소농도가 적은 경우에 금연준비도가 높은 것으로 나타났다. 이러한 호기일산화탄소농도 검사를 통해 대상자가 금연했을 때 이산화탄소 수치가 낮아지는 결과를 직접 확인할 수 있어 금연을 실천하는데 좋은 동기부여가 될 수 있다고 하였다(Choe & Jeong, 2012). 또한 본 연구결과 과거의 금연시도경험은 앞서 언급한 금연자기효능감과 함께 금연준비정도를 높이는데 도움이 되는 것으로 나타났으므로, 과거 금연시도경험 여부가 금연 성공율을 향상시키는데 중요한 변수가 될 수 있을 것이라 생각된다.

마지막으로 본 연구결과 금연자기효능감과 금연준비도는 유의미한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 자기효능감은 금연이나 흡연의 중요한 예측인자로 밝혀졌으며(Paek, 2005), 자기효능감이 낮은 경우 금연에 성공하기 어렵고, 계속되는 흡연은 니코틴 의존도 상승으로 이어져 점차 금연 실패를 두려워하게 된다고 하였다(Kim & Song, 2013). 금연 성공의 영향요인으로 자기효능감이 밝혀지면서 다양한 대상자들에게 자기효능증진 금연 프로그램을 적용하는 경우가 늘어나고 있으며, 그 효과도 긍정적인 것으로 밝혀졌다(Choe & Jeong, 2012; Park, Kang, & Kim, 2007). 따라서 여성흡연 인구 중에서도 특히 흡연율이 높다고 알려진 백화점 서비스 및

판매업 종사 흡연 여성 근로자들을 대상으로 자기효능감을 향상시키기 위한 맞춤형 프로그램의 개발은 금연 성공 및 금연유지에 도움을 줄 수 있을 것이다. 또한 선행연구에 따르면 특히 여성인 경우 온라인을 통해 금연 프로그램을 제공받기를 원하였는데, 이는 자신의 흡연 사실이 알려지기를 꺼려하는 경우가 많기 때문이라고 하였다(Kim & Song, 2013). 본 연구대상자들 역시 여성근로자들임을 고려할 때 자신의 흡연을 공개하기 꺼려하는 경우가 많을 것으로 예상되므로, 비공개 방식인 온라인 프로그램을 통한 자기효능증진 금연 프로그램 개발은 익명성 보장 및 시간과 장소의 제약을 받지 않는다는 면에서 효과적인 방법이 될 수 있을 것이라 생각된다.

결론 및 제언

본 연구는 백화점 서비스 및 판매업에 종사하는 흡연 여성 근로자들의 흡연 관련 특성, 금연자기효능감, 금연준비도의 관계를 파악하고, 향후 여성 근로자를 위한 맞춤형 금연 프로그램 개발의 기초자료를 제공하기 위하여 수행되었다. 연구결과, 백화점 서비스 및 판매업에 종사하는 흡연 여성 근로자들의 평균 연령은 30.1세로 첫 흡연을 18.9세에 시작하여 국민건강영양조사의 흡연여성들에 비해서 일찍 시작한 것으로 나타났다. 흡연 여성 근로자의 니코틴 의존도는 3.4 ± 2.30 점으로 '가벼운 니코틴 의존군'이었다. 금연자기효능감 5.1 ± 2.62 점으로 보통 수준이었으며, 금연준비도 4.0 ± 2.89 점으로 낮은 수준인 것으로 나타났다. 또한 금연자기효능감과 금연준비도는 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 따라서 백화점의 서비스 및 판매업에 종사하는 흡연 여성 근로자들의 효과적인 금연을 위해서는 금연자기효능감과 금연준비도를 향상시키기 위한 여성 근로자 맞춤형 금연 프로그램 개발이 필요하며, 사회적 특성상 여성은 자신의 흡연을 공개하기 꺼려하는 경우가 많을 것으로 예상되므로, 비공개 온라인 프로그램을 통한 방식이 효과적일 것으로 예상된다.

이상의 결과를 바탕으로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구는 중소도시 지역 백화점에 근무하는 서비스 및 판매 업무 종사 흡연 여성 근로자를 대상으로 수행하였기 때문에 본 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있으므로, 다양한 지역에서 서비스 및 판매업무 여성 근로자를 대상으로 반복적인 후속연구가 필요하다.

둘째, 본 연구결과를 바탕으로 서비스 및 판매업무에 종사하는 흡연 여성 근로자들의 효과적인 금연을 위해서 금연자기효능감과 금연준비도를 향상시키기 위한 여성 근로자 맞춤형 금

연 프로그램 개발과 그 효과를 검증하는 연구가 필요하다.

감사의 글

본 연구는 보건복지부의 지원을 받은 경남금연지원센터로부터 원시자료를 제공받아 수행한 것으로서 이 자리를 빌어 보건복지부에 감사의 마음을 표합니다. 또한 본 연구의 자료수집을 도와준 경남금연지원센터 여성담당 정혜경, 황초희 금연상담사에게 감사의 인사를 전합니다.

REFERENCES

- Canada Centre for Addiction and Mental Health. (2011). Counselors' manual for commercial tobacco cessation treatment. Retrieved August 19, 2016, from <https://www.nicotinedependenceclinic.com/English/teach/SiteAssets/Pages/KnowledgeTransfer-Exchange/IT'S-TIME/6.%20Counsellors'%20Manual%20for%20Commercial%20Tobacco%20Cessation%20Treatment.pdf>
- Chen, H. M., Yeh, M. L., & Chao, Y. H. (2006). Comparing effects of auricular acupressure with and without an internet-assisted program on smoking cessation and self-efficacy of adolescents. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 12(2), 147-152.
- Cho, H. J., Khang, Y. H., & Yun, S. C. (2006). Occupational differentials in cigarette smoking in south korea: findings from the 2003 social statistics survey. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 39(4), 365-370.
- Choe, E. Y., & Jeong, S. H. (2012). The effect of self-efficacy promotion smoking cessation program on the amount of smoking, CO, urine cotinine level and self-efficacy for adolescent smokers. *Journal of Korean Biological Nursing Science*, 14(2), 103-111.
- Choi, Y. S. (2014). Attitude to smoking, beliefs about smoking, and nicotine dependence in women smokers. *Journal of Korean Academy of Rural Health Nursing*, 9(1), 33-45.
- Guo, J., Collins, L. M., Hill, K. G., & Hawkins, J. D. (2000). Developmental pathways to alcohol abuse and dependence in young adulthood. *Journal of Studies on Alcohol*, 61(6), 799-808.
- Ham, O. K., & Yoo, J. B. (2008). Smoking temptation, self-efficacy, and satisfaction with counseling among users of smoking cessation counseling services provided by a public health center. *Journal of Korean Academy of Public Health Nursing*, 22(2), 246-254.
- Heatherington, T. F., Kozlowski, L. T., Freker, R. C., & Fagerström, K. O. (1991). The Fagerström test for nicotine dependence: A revision of the Fagerström tolerance questionnaire. *British Journal of Addiction*, 86(9), 1119-1127.
- Hong, K. E. (2002). An analysis of the factors influencing smoking behavior of Korean female college students. *Journal of Korean*

- Society for Health Education and Promotion*, 19(3), 13-34.
- Hwang, S. J., Ou, S. W., Kim, S. N., Hwang, H. S., Cho, B. L., & Huh, B. Y. (2000). Smoking patterns and factors associated with smoking in Korean adult women. *Journal of the Korean Academy of Family Medicine*, 21(3), 344-356.
- Kim, C. M., & Son, H. M. (2005). A study on taxi drivers' smoking behavior, self efficacy and expectation level of success in smoking cessation. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 16(4), 517-526.
- Kim, E. K., & Song, M. R. (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, N. J., & Hong, H. S. (2016). Influence of stress, self-efficacy for smoking cessation, smoking temptation and nicotine dependency in male college students who smoke. *Journal of Korean Biological Nursing Science*, 18(1), 1-8.
- Kim, Y. S., & Jo, H. S. (2008). Smoking behavior and related factors of female smokers from public health center in Incheon. *Journal of Korean Society for Health Education and Promotion*, 25(3), 125-138.
- Korean Association on Smoking or Health. (2014). Smoking patterns of adult women in Korea and nonsmoking policy (1000042166), Seoul: National Assembly of the Republic of Korea.
- Korea Health Statistics. (2013). *Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES VI-1)*. Seoul: Ministry of Health and Social Welfare.
- Korea Health Statistics. (2014). *Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES VI-2)*. Seoul: Ministry of Health and Social Welfare.
- Korean Association on Smoking or Health. (2014). *Smoking patterns of adult women in Korea and nonsmoking policy*. Seoul: Author.
- Lee, J. H., Kang, E. S., & Lee, Y. E. (2001). The effect of smoking self-efficacy promotion smoking cessation program for middle school students. *The Journal of Korean Community Nursing*, 12(3), 716-731.
- Lee, J. J. (2002). The effect of maternal smoking in pregnancy. *Korean Journal of Perinatology*, 13(4), 357-365.
- Paek, K. S. (2005). The effects of a smoking cessation program on nicotine dependency and self-efficacy for adolescents. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 16(3), 282-88.
- Park, M. K., Kang, K. S., & Kim, N. Y. (2007). Effects of a smoking cessation program on amount of smoking and nicotine dependence and self-efficacy of smoking cessation for smoking workers. *Journal of Korean Academy Nursing*, 37(7), 1073-1079.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1994). *The transtheoretical approach: Crossing traditional boundaries of therapy*. Malabar, FL: Krieger Pub Co.
- Seo, M. K. (2011). Women's smoking behavior: factors and policy options. *Health-Welfare Policy Forum*, 172, 59-67.
- Shin, H. J. (2001). *(A) Study on the need of smoking of female smokers at various level of arousal and sex-role attitudes of female smokers*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Sohn, S. J. (2013). LCGM analysis of smoking patterns of Korean women. *Social Science Research Review*, 29(1), 219-235.
- Velicer, W. F., DiClemente, C. C., Rossi, J. S., & Prochaska, J. O. (1990). Relapse situations and self-efficacy: An integrative model. *Addictive Behaviors*, 15(3), 271-283.