

초산모 모유수유를 위한 부부교육프로그램의 효과

Effects of Couple Breast-feeding Education Program for the Enhancement of Primipara Suyu

박윤희*, 박미경**
에덴병원 간호부*, 남부대학교 간호학과**

Yun-Hee Park(goodhee6@naver.com)*, Mi-Kyung Park(pmk0220@nambu.ac.kr)**

요약

연구목적은 초산모 모유수유를 위한 부부교육프로그램을 개발하고 운영하여 초산모에게 모유수유 자기 효능감과 배우자 지지 및 모유수유 만족감에 미치는 효과를 파악하고자 하였다. 연구설계는 비동등성 대조군 전후시차설계를 이용한 유사실험연구였다.

연구대상은 임신 34주 이후에 출산하고 모유수유를 희망한 초산모였다. 모유수유를 위한 부부교육프로그램대상은 출산모 부부였으며, 프로그램은 출산 후 1일째부터 3일 동안 매일 1회 20분~40분간 총 80시간을 운영하였다. 대상자 수는 실험군 32명, 대조군 31명이었으며, 자료수집은 설문지를 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS 20.0 Win을 활용하여 χ^2 -test, Fisher's exact test, t-test로 분석하였다.

연구결과에서 부부교육프로그램에 참여한 초산모는 참여하지 않은 초산모보다 모유수유 자기효능감($t=3.44, p=.001$), 모유수유 관련 배우자 지지($t=3.03, p=.004$), 모유수유 만족감($t=3.64, p=.001$) 점수가 더 높았으며 통계적으로 유의하였으므로, 초산모의 모유수유를 위한 부부교육프로그램이 효과적이라고 할 수 있다. 따라서 본 프로그램을 임상실무에서 초산모 모유수유를 촉진하는 교육적 중재로 적용할 것을 권한다.

■ 중심어 : | 모유수유 | 자기효능감 | 지지 | 만족감 | 초산모 부부 |

Abstract

The purpose of this study was to develop the couple breast-feeding education program and to investigate the effects of program on breast-feeding self-efficacy, spouse support and breast-feeding satisfaction of primipara. The 3 session(20-40 min/one day) the breastfeeding spouses education program was developed and a non-equivalent control group quasi-experiment design was used. Sixty-three participants were assigned to either the experimental group ($n=32$) or the control group ($n=31$). A pre-test and post-test were done to identify the effect of the program. Effects were tested using χ^2 -test, t-test. Scores for breast-feeding self-efficacy($t=3.44, p=.001$), spouse support($t=3.03, p=.004$) and breast-feeding satisfaction($t=3.64, p=.001$) of the experimental group after program were significantly higher than the control group scores. The effects of the couple breast-feeding education program for elevating breast-feeding self-efficacy, spouse support and breast-feeding satisfaction of primipara were validated. Therefore, this program can be recommended for vigorous use in clinical practice.

■ keyword : | Breast-feeding | Primipara Couple | Satisfaction | Self-efficacy | Support |

I. 서론

1. 연구의 필요성

모유는 영아의 성장과 발달에 가장 유익한 자연 발생적인 식품이며, 모유수유는 영아의 균형적인 성장과 건강을 위한 최선의 방법이다[1]. 모유수유로 성장한 아기는 모유에 면역물질이 포함되어 알레르기, 소화기 또는 호흡기 감염 등이 잘 발생되지 않으며, 지능과 정서에 긍정적 영향을 받는다고 하였다[1][2]. 모유수유하는 엄마는 체내에서 분비되는 호르몬이 자궁수축을 돕고 산욕기 우울증, 골다공증, 유방암 등의 다양한 질병발생을 감소시키며[3]. 난소암과 유방암 발병 가능성도 낮춘다고 하였다[4]. 또한 모유수유는 산모와 아기의 신체적 접촉을 늘리고 상호작용을 촉진시키며, 산모는 모성애가, 아기는 신뢰감과 안정감이 발달하면서 모애착이 증진된다고 하였으므로[5], 모유수유는 장려되어야 한다.

산모는 모유수유를 출산 후 1시간 이내에 시작하고, 첫 6개월까지 완전모유수유할 것을 WHO와 UNICEF에서 권고하고 있다[2][4]. 국외의 경우 모유수유 실천율은 2013년도 보고[6]에 의하며 일본 45%, 유럽 75%, 나라에 따라 일부 지역은 85%까지 증가하였다. 우리나라의 경우 1993년 16.9%, 2000년도 10%대로 낮았으나[6], 그 이후 정부와 민간단체의 지속적인 계몽과 홍보활동의 가세로 생후 1개월 째 완전모유수유 실천율은 2005년 58.2%, 2009-2011년 54.8%이었다고 발표하였다[1][7]. 이러한 통계를 볼 때 모유수유는 홍보와 교육을 통해 증진될 수 있다는 것이다.

하지만 모유수유 경험이 없는 초산모가 모유수유를 시작하고 성공하기 위해서는 실제로 많은 장애요인들을 극복해야 한다. 모유수유에 영향을 주는 산모요인으로는 모유수유에 대한 의도와 계획, 학습 정도, 유방 및 유두 문제, 유즙부족에 대한 두려움, 수유에 대한 효능감 부족, 지지 부족 등을 보고하였다[8-10]. 이러한 문제를 돕는 프로그램들은 주로 교육자 중심의 일 방향적인 교육으로 이루어져 있어[11]. 초산모는 교육자에 대한 의존도가 커져 가정으로 돌아가 모유수유를 할 때 발생하게 되는 개인적인 문제나 환경적인 문제들에 스

스로 대처하려는 노력들이 부족하고 자신감이 상실하면서 쉽게 모유수유를 포기하게 된다[12]. 따라서 교육자 중심의 지식전달이 아닌 학습자 및 지지자가 의논하여 모유수유 문제를 해결하도록 산모 스스로 임파워먼트하도록 교육하고 교육참여 대상자 확대와 실습위주의 교육방법의 전환이 이루어져야 할 필요가 있다.

선행연구[6-8][12-14]에서 보고한 모유수유프로그램의 교육 대상자는 모두 초산모뿐이었다. 그런데 배우자 지지가 모유수유 산모의 만족감에 중요한 영향을 줄 수 있다고 하며 배우자의 적극적인 지지가 요구된다고 하였다[15]. 본 연구자도 임상실무를 하면서 초산모가 모유수유 어려움으로 격려가 요구되는 상황일 때, 배우자가 모유수유에 대한 지식이 미흡하면 도움을 주지 못하면서 당황하고, 산모가 힘들어 보이면 포기하라는 임상상황을 보면서 배우자 교육이 가시적으로 이루어져야 할 과제임을 확인하였다.

산모에게는 스스로가 모유수유의 장점과 가치에 대한 확신과 모유수유를 성공할 수 있다는 자신감을 확고히 할 수 있도록 다양한 자원을 활용한 지지와 격려가 필요하다고 하였다[12][16]. 특히 모유수유 시작과정에서 갈등이 생기는데 가까이 있는 사람의 지지와 격려가 있다면 이겨낼 수 있기 때문이다[17].

그러나 지금까지 모유수유프로그램에 배우자를 포함한 연구는 찾을 수 없었다. 따라서 본 연구는 초산모 모유수유 교육프로그램에 배우자를 참여시켜 부부를 대상으로 교육한 후 모유수유 촉진을 위한 프로그램으로 활용할 수 있는지 검증하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구목적은 모유수유 부부교육프로그램을 개발하여 운영하고 초산모의 모유수유 자기효능감과 배우자 지지 및 모유수유 만족감에 미치는 효과를 파악하고자 한다.

3. 연구가설

가설 1. 모유수유 부부교육프로그램을 제공받은 실험군은 프로그램을 제공받지 않은 대조군보다 모유수유 자기효능감 점수가 높을 것이다.

가설 2. 모유수유 부부교육프로그램을 제공받은 실험군은 프로그램을 제공받지 않은 대조군보다 배우자 지지 점수가 높을 것이다.

가설 2. 모유수유 부부교육프로그램을 제공받은 실험군은 프로그램을 제공받지 않은 대조군보다 모유수유 만족감 점수가 높을 것이다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 모유수유 부부교육프로그램이 초산모의 모유수유 자기효능감, 배우자 지지 및 만족감에 미치는 효과를 파악하기 위한 비동등성 대조군 전후시차설계를 활용한 유사실험연구이다.

2. 연구대상

본 연구대상은 G광역시 여성전문병원에서 산전관리를 받고 분만한 초산모로, 대상자 구체적 선정기준은 다음과 같다.

- 1) 모유수유를 하는데 의학적, 신체적, 정신적 문제가 없는 초산모
- 2) 임신 34주 이후 출산으로 신생아 체중 2,500g 이상, 모유수유가 가능한 신생아를 출산한 자
- 3) 실험기간 배우자가 병원에 올 수 있는 자
- 4) 병원 부설 산후조리원에 입실 결정한 자
- 5) 연구목적과 내용을 이해하고 연구 참여를 자발적으로 수락하고 서면으로 동의한 자

본 연구의 표본 수는 모유수유 부부교육프로그램을 처음 적용하는 것이기에 평균 차이에 대한 효과크기 d 는 .80으로 설정하였다. 유의수준 α 는 .05, 검정력은 .80로 G-power program 3.1 version으로 계산하였을 때, 각 군당 필요한 대상자의 수는 26명으로 산출되었다. 대상자 탈락률을 고려하여 본 연구에서는 실험군과 대조군 각각 32명을 초기 연구대상자로 선정하였다. 대상자 1차 선정과 사전조사는 출산 전에 실시하였고, 최종적인 대상자 결정은 출산 후에 이루어졌다. 연구과정에

서 대조군은 1명이 탈락(사후조사 때 설문 자발동의 안 함)되어 연구 최종참여자는 실험군 32명, 대조군 31명으로 총 63명이었다.

그리고 본 연구에서 대상자 선정을 한 개의 병원으로 제한한 이유는 병원의 특성과 퇴원 후 조리하는 곳이 측정변수에 미치는 영향을 최대한 배제하여 그룹 간 동질성을 확보하기 위함이었다. 실험기간 동안 실험군과 대조군 모두 병원에서 상시 운영하는 모유수유교육에 참여하도록 하였으며, 실험이 끝난 후 대조군에게도 부부교육프로그램을 축약하여 운영하였다.

3. 연구도구

3.1 모유수유 자기효능감

모유수유 자기효능감 도구는 Dennis와 Faux [18]가 개발한 도구를 윤지원[13]이 한국어로 번안하여 수정·보완한 도구를 사용하였다. 본 도구는 산모가 성공적으로 모유수유하기 위해 필요한 신체적 활동으로 정의되는 기술과 성공적인 모유수유 경험과 관련된 태도나 신념을 포함한 모유수유에 관한 산모의 생각으로 정의되는 내적 사고 등으로 구성된 33문항이며, 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘확실히 그렇다’ 5점이며, 점수 범위는 1점에서 5점까지 평균평점으로 산출하였고 점수가 높을수록 모유수유 자기효능감 정도가 높다는 것을 의미한다. 개발 당시 도구의 Cronbach's α 는 .96이었고, 윤지원[13]의 연구에서는 .94였으며, 본 연구에서 .97이었다.

3.2 모유수유 관련 배우자 지지

모유수유 관련 배우자지지 도구는 모유수유에 대한 배우자의 관심 정도를 묻는 1문항과 모유수유시 배우자가 도와주는 정도를 묻는 1문항으로 총 2문항이었고, 척도는 시각적 상사척도(Visual Analogue Scale, VAS) 이용하였다. 실험 전에는 배우자의 관심 정도를 묻는 1문항은 그대로 사용하였고, 도와주는 정도를 묻는 1문항은 ‘도와줄 것이다’라고 도구에서 동사를 미래형으로 바꾸었다. 각 문항별 점수는 1점에서 10점까지로, 점수 범위는 2점에서 20점까지이며 점수가 높을수록 모유수유 관련 배우자 지지가 높다는 것을 의미한다. 본

연구에서 Cronbach's α 는 .93이었다.

3.3 모유수유 만족감

모유수유 만족감 도구는 Leff, Jefferis와 Gange [19]가 개발한 모유수유 평가 척도(Maternal Breastfeeding Evaluation Scale, MBFES)를 윤지원[13]이 한국어로 번안하여 수정·보완한 도구를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 성공적인 모유수유 경험에 대한 현상학적 연구를 기초로 고안된 도구로 긍정적 및 부정적 측면을 모두 포함하며, 전반적인 모유수유 경험의 질에 대한 산모의 지각과 산모가 지각한 아이의 만족 정도를 포함하는 도구로서 30문항이다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 측정되며, 이중 부정문항(8문항)은 역환산 처리하였다. 실험전 도구는 만족감을 확인할 수 없으므로 모유수유 기대감으로 동사를 바꾸었다. 점수범위는 1점에서 5점까지 평균평점으로 산출하였고 점수가 높을수록 모유수유에 대한 만족감이 높다는 것을 의미한다. 개발 당시 도구의 Cronbach's α 는 .80이었고, 윤지원[13]의 연구에서 .88이었으며 본 연구에서는 .92였다.

4. 자료수집 방법

모유수유 부부교육프로그램의 개발, 병원 승인과정, 대상자의 사전조사, 프로그램 실시, 사후조사의 순으로 진행되었다. 자료수집은 2012년 6월 1일부터 8월 31일까지 자가 보고식 질문지법으로 하였고, 질문지 작성 소요시간은 20-25분 정도였다.

4.1 모유수유 부부교육프로그램 개발

본 연구에서 사용한 프로그램은 문헌고찰[8][13][17][20]를 통해 모유수유에 영향을 미치는 요인들과 모유수유 증진 프로그램에 대한 자료를 분석하여 초안을 개발하였다. 국제모유수유 전문가 2인과 10년 이상 근무한 신생아실에 근무한 간호사 2인, 간호학 교수 1인의 자문을 받아 수정하였다. 모유수유 부부교육프로그램에 이용될 교육 자료는 '배우자와 함께하는 모유수유 교육을 PPT로 구성, '모유수유의 노하우'라는 유인물 제작하여 교육 자료에 대한 내용 타당도는 2인의 국제

모유수유 전문가와 모성간호학 교수 1인, 신생아실 근무 10년 경력간호사에게 의뢰하여 수정 보완하였다. 수정된 교육 자료는 모유수유 초산모 5인에게 직접 교육한 후 교육내용에서 이해가 쉽지 않거나 어려운 문구나 단어는 면담을 한 후 수정하여 교육 자료를 완성하였다. 완성된 교육 자료에는 모유수유의 장점(아기측, 엄마측), 초유의 중요성, 유방의 해부도와 호르몬, 좋은 수유자세, 젖 물리기와 빼기, 모유수유 성공하려면, 모유를 충분히 먹였는지 알 수 있는 방법, 충분한 모유량 유지하는 방법, 아기가 배고파하는지 알 수 있는 방법, 모유수유와 음식, 배우자가 도와야 할 사항 등에 대한 내용으로 구성되어 있으며 교육 진행은 부부가 같이 있는 시간에 3일 동안 약 20~40분간 이론과 실습을 병행한 1:1 개별교육 방식으로 진행하였다.

연구 승인을 얻기 위해 병원 담당 관리자를 방문하여 허락을 받고 연구목적과 연구진행절차를 설명한 후 협조사항을 구하였다. 협조사항은 연구보조원 1인 요청과 병원 내 교육실 이용 및 교육 시 필요한 병원장비(오디오, 비디오, LCD프로젝터)에 대한 이용 허가 등이었다.

4.2 사전조사

사전조사는 출산이 예정된 초산모에게 일반적 특성, 임신 및 모유관련 특성, 모유수유에 대한 자기효능감, 모유수유 관련 배우자 지지, 모유수유 기대감 설문지를 이용하여 실시하였다.

4.3 모유수유 부부교육프로그램 운영

프로그램 운영 장소는 초산모가 입실한 독실과 기저개가 설치된 3층 문화센터였으며 교육은 본 연구자가 직접 실시하였다. 모유수유에 대한 행위에 대한 실습 중 수유자세 등에 대한 교육은 연구보조원과 함께 실시하였다.

프로그램 진행은 본 연구에 참여를 동의한 실험군에게 출산 후 1일부터 3일까지 매일 참여자가 편리한 시간으로 약속시간을 정하여 교육과정에 따라 3일 동안 총1시간 20분 진행하였다. 참여자와의 만남은 3-4번 정도 이루어졌다. 교육 마지막 시간에는 참여자에게 모유수유 노하우 안내문을 주고 설명한 후 모유수유를 잘하

도록 하였으며, 배우자에게는 산모가 모유수유를 잘 할 수 있도록 관심과 지지에 해야 한다는 것을 재차 강조하였다.

모유수유 프로그램 핵심내용과 교육매체는 다음과 같다. 모유수유 개요와 중요성은 비디오와 빔프로젝터로 설명하고, 모유 분비과정과 유방관리방법에 대한 교육은 유방모형을 사용하였고, 교육 후 배우자에게는 따뜻한 물수건으로 교육 준 방법에 따라 산모의 유방주위를 마사지하도록 하고 도와주었다. 젖물리기와 젖빼기는 방법과 좋은 수유자세 및 변형 수유자세는 아기모형으로 설명한 후 직접 아기에게 모유수유하는 행동을 관찰하고, 좋은 자세인지 확인 후 도와주었다. 배우자에게도 산모가 모유수유하도록 자세를 돕도록 실습하게 하였다. 교육 마무리는 부부에게 잘하고 있다는 표현을 하여 용기를 북돋아주었다[표 1].

표 1. 모유수유 부부교육프로그램

교육 시기	핵심내용	시간 (참여자)	교육매체
출산 후 1일	<ul style="list-style-type: none"> 연구자 및 프로그램 소개 모유수유 필요성 설명 모형이용 수유자세와 젖물리기 시범 수유자세 때 간호사 교정 수유자세 때 배우자 역할 지지 	30~40분 (초산모 부부)	<ul style="list-style-type: none"> PPT, 비디오 따뜻한 물수건 아기 모형 유방 모형 신생아
출산 후 2일	<ul style="list-style-type: none"> 성공적인 모유수유 전략 교육 수유자세 교정과 부부격려 수유시 배우자 역할 설명 질의응답 및 문제점 추가 교육 	20분 (초산모 부부)	<ul style="list-style-type: none"> 교육자료 인쇄물 신생아
출산 후 3일	<ul style="list-style-type: none"> 모형이용 유방마사지 교육 배우자 유방마사지 지도 수유횟수와 유방상태 확인 신후 유방변화와 감염예방 교육 모유수유 위한 부부 격려 	20분 (초산모 부부)	<ul style="list-style-type: none"> 교육자료 책자 유방모형 따뜻한 물수건 신생아

4.4 사후조사

사후조사는 출산후 4일에 초산모에게 사전조사와 동일한 방법으로 출산관련 특성, 모유수유에 대한 자기효능감, 배우자 지지, 모유수유 만족감 설문지를 이용하여 실시하였다.

5. 윤리적 고려

본 연구 대상자의 윤리적인 보호를 위하여 연구자는 대상자 선정기준에 부합한 자에게 본 연구의 목적과 절차를 상세히 설명하였고, 충분히 이해하고 자발적으로 연구 참여를 원하는 대상자가 서면 동의한 경우 대상으로 결정하였다. 또한 대상자가 연구 과정에서 참여 중지를 원할 경우 철회가 가능하다는 정보를 제공하였다.

6. 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS PC⁺ 21.0 program을 사용하여 전산통계 처리하였으며, 사용된 분석방법은 다음과 같다. 대상자의 특성은 실수와 백분율을 이용하여 분석하였으며, 두 집단 간 특성에 대한 동질성 검증은 χ^2 -test, t-test를 통해 분석하였다. 측정 변수는 Kolmogorov-Smirnov test로 분석한 결과 정규성 분포를 보여 t-test로 분석하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 특성과 동질성 검증

1.1 일반적 특성에 대한 동질성 검증

연구대상자는 실험군과 대조군 각각 32명, 31명이었다. 연령은 실험군 29.59±3.42세, 대조군 30.61±3.35세였으며, 교육정도는 전문대졸업 이상이 실험군은 93.7%, 대조군은 90.3%였다. 직업이 있는 대상자는 실험군의 50.0%, 대조군의 41.9%였으며, 가계 월수입은 300만원 이상이 실험군 50.0%, 대조군 38.7%로 나타났다. 평상시 가사분담은 주로 대상자 자신이 한다가 실험군 56.2%, 대조군 41.9%로 나타났다. 두 집단 간 일반적 특성에 대한 동질성 검증 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없어 동질한 것으로 나타났다[표 2].

표 2. 일반적 특성에서 집단 간 동질성 검증

특성	구분	실험군 (n=32)	대조군 (n=31)	χ^2 or t	p
		M±SD 또는 n(%)	M±SD 또는 n(%)		
연령(년)		29.59±3.42	30.61±3.35	-1.20	.237
교육정도	고졸	2(6.3)	3(9.7)	0.25	.672*
	≥전문대졸	30(93.7)	28(90.3)		
직업	있다	16(50.0)	13(41.9)	0.41	.521
	없다	16(50.0)	18(58.1)		
가족 월수입 (₩10,000)	<200	5(15.6)	6(19.4)	3.39	.336
	200~249	4(12.5)	9(29.0)		
	250~299	7(21.9)	4(12.9)		
	≥300	16(50.0)	12(38.7)		
가사일 책임	나	18(56.2)	13(41.9)	3.07	.238
	배우자	3(9.4)	1(3.3)		
	역할 분담	11(34.4)	17(54.8)		

1.2 산과적 특성에 대한 동질성 검증

임신기간은 실험군은 38.19±1.71주, 대조군은 37.72±2.22주였으며, 계획한 임신을 할 경우가 실험군 46.9%, 대조군 61.3%였다. 산전관리는 실험군 87.5%, 대조군 74.2%이 규칙적으로 받았다고 하였고, 출산전 자신의 건강상태가 '좋다' 이상으로 응답한 경우는 실험군 93.7%, 대조군 87.1%였으며, 태아의 건강상태가 '좋다' 이상으로 응답한 경우는 실험군 96.9%, 대조군 100%로 나타났다. 출산방법 중 질분만인 경우가 실험군은 81.3%, 대조군은 67.7% 이었다. 출산후 자신의 건강상태가 '좋다' 이상으로 응답한 경우는 실험군 93.7%와 실험군 80.6%였으며, 신생아의 건강상태가 '좋다' 이상으로 응답한 경우가 실험군 100%, 대조군 87.1%였다. 두 집단 간 산과적 특성에 대한 동질성 검증 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없어 동질한 것으로 나타났다[표 3].

표 3. 산과적 특성에서 집단 간 동질성 검증

특성	구분	실험군 (n=32)	대조군 (n=31)	χ^2 or t	p
		M±SD or n(%)	M±SD or n(%)		
임신기간(주)		38.19±1.71	37.72±2.22	0.95	.348
계획임신	예	15(46.9)	19(61.3)	1.32	.251
	아니오	17(53.1)	12(38.7)		
산전관리	규칙적	28(87.5)	23(74.2)	1.81	.179
	불규칙적	4(12.5)	8(25.8)		

출산 전 자신 건강상태	아주 좋다	11(34.4)	5(16.1)	2.81	.245
	좋다	19(59.3)	23(74.2)		
	보통이다	2(6.3)	3(9.7)		
태아 건강상태	아주 좋다	16(50.0)	8(25.8)	5.33	.069
	좋다	15(46.9)	23(74.2)		
	나쁘다	1(3.1)	0(0.0)		
출산방법	질	26(81.3)	21(67.7)	1.52	.218
	제왕절개	6(18.8)	10(32.3)		
출산 후 자신 건강상태	아주 좋다	7(21.9)	4(12.9)	2.89	.235
	좋다	23(71.8)	21(67.7)		
	보통이다	2(6.3)	6(19.4)		
출산아 건강상태	아주 좋다	11(34.4)	7(22.6)	4.89	.086
	좋다	21(65.6)	20(64.5)		
	보통이다	0(0.0)	4(12.9)		

1.3 모유수유관련 특성에 따른 동질성 검증

대상자 중 모유수유를 출산 6개월 동안 확실히 지속하겠다고 응답한 경우는 실험군 37.5%, 대조군은 45.2%였다. 모유수유 정보는 실험군 84.4%, 대조군 80.6%에서 정보를 받은 경험이 있지만, 모유수유에 대한 지식과 방법을 잘 알고 있다고 응답한 경우는 실험군 18.8%, 대조군 25.8%였다. 두 집단 간 모유수유 관련 특성에 대한 동질성 검증 결과, 통계적으로 유의한 차이가 없어 동질한 것으로 나타났다[표 4].

표 4. 모유수유관련 특성에서 집단 간 동질성 검증

특성	구분	실험군 (n=32)	대조군 (n=31)	χ^2	p
		M±SD or n(%)	M±SD or n(%)		
모유수유 6개월 지속계획	확실히 있다	12(37.5)	14(45.2)	1.25	.535
	약간 있다	19(59.4)	17(54.8)		
	잘 모름	1(3.1)	0(0.0)		
모유수유 정보경험	있다	27(84.4)	25(80.6)	0.15	.697
	없다	5(15.6)	6(19.4)		
모유수유 지식과 방법	잘 알고 있음	6(18.8)	8(25.8)	2.38	.304
	지식만 있음	13(40.6)	7(22.6)		
	잘 모름	13(40.6)	16(51.6)		

1.3 변수에 대한 동질성 검증

실험 전 두 집단의 모유수유 자기효능감, 모유수유관련 배우자 지지 및 모유수유 기대감에 대한 동질성을 검증하였다. 본 연구에서 변수에 대한 Kolmogorov-

Smirnov test를 시행한 결과, 정규분포하는 것으로 나타나 t-검정을 실시하였다. 분석에서 실험군과 대조군 두 집단의 모유수유 자기효능감, 배우자 지지 및 모유수유 기대감 점수에서 통계적으로 유의한 차이가 없어 동질한 집단으로 나타났다[표 5].

표 5. 실험 전 변수에서 집단 간 동질성 검증

변수	실험군 (n=32)	대조군 (n=31)	t	p
	M±SD	M±SD		
모유수유 자기효능감	3.70±0.64	3.75±0.63	-0.35	.730
모유수유 관련 배우자 지지	15.53±4.21	16.52±3.14	-1.05	.298
모유수유 기대감	4.21±0.42	4.13±0.52	0.65	.518

2. 가설검증

가설 1인 ‘모유수유 부부교육프로그램을 제공받은 실험군은 프로그램을 제공받지 않은 대조군보다 모유수유 자기효능감 점수가 높을 것이다.’를 검증한 결과, 실험군(4.17±0.68)이 대조군(3.60±0.64)보다 모유수유 자기효능감 점수가 유의하게 높아(t=3.44, p=.001) 가설 1이 지지되었다[표 6].

가설 2인 ‘모유수유 부부교육프로그램을 제공받은 실험군은 프로그램을 제공받지 않은 대조군보다 모유수유 관련 배우자 지지 점수가 높을 것이다.’를 검증한 결과, 실험군(18.41±2.54)이 대조군(16.23±3.16)보다 배우자 지지 점수가 유의하게 높아(t=3.03, p=.004) 가설 2가 지지되었다[표 6].

가설 3인 ‘모유수유 부부교육프로그램을 제공받은 실험군은 프로그램을 제공받지 않은 대조군보다 모유수유 만족감 점수가 높을 것이다.’를 검증한 결과, 실험군(4.35±0.53)이 대조군(3.85±0.56)보다 모유수유 만족감 점수가 유의하게 높아(t=3.64, p=.001) 가설 3이 지지되었다[표 6].

표 6. 실험 후 변수에 대한 가설검증

변수	실험군 (n=32)	대조군 (n=31)	t	p
	M±SD	M±SD		
모유수유 자기효능감	4.17±0.68	3.60±0.64	3.44	.001
모유수유 관련 배우자 지지	18.41±2.54	16.23±3.16	3.03	.004
모유수유 만족감	4.35±0.53	3.85±0.56	3.64	.001

IV. 논의

본 연구에서 초산모 모유수유를 촉진하고자 모유수유 부부교육프로그램을 적용한 결과, 부부교육프로그램에 참여한 초산모가 참여하지 않은 초산모보다 모유수유 자기효능감이 높았고 배우자 지지를 더 잘 받았다고 하였으며 모유수유 만족감이 높았다고 나타났다. 이 결과를 중심으로 논의하고자 한다.

연구대상자는 실험군 32명, 대조군 31명이었으며, 임산기간은 평균 38주 이상이었다.

연구결과에서 모유수유 자기효능감이 실험군은 실험 전 3.70점에서 실험 후 4.17점으로 높아졌으며, 대조군은 실험 전 3.75점에서 실험 후 3.60점으로 떨어졌다. 따라서 본 프로그램이 모유수유 자기효능감을 높이는데 효과적이라고 할 수 있다. Hatamleh [20]과 연승은[21]의 연구에서는 모유수유 자기효능감 프로그램을 적용하였으며, 모유수유 자기효능감을 증진시켰다고 보고하여 본 연구와 유사한 결과를 보였다. 모유수유 자기효능감은 초산모의 경우 모유수유를 위한 임파워먼트를 심어줄 경우 높아졌다는 연구결과[12]에 비추어 볼 때, 본 연구에서 실시한 부부교육프로그램을 통한 간호사의 격려와 배우자 지지가 초산모의 모유수유 자기효능감을 높이는데 일조하였을 것이라고 예측된다. 측정 도구가 동일한 윤지원[13]의 연구에서는 직장여성을 대상으로 모유수유프로그램을 운영하였으며 산후 4주에 측정된 모유수유 자기효능감에서 실험군과 대조군간의 차이가 없는 것으로 보고하여 본 연구결과와 상이하였다. 이는 측정시기가 영향으로 작용하였을 것으로 생각

된다. 따라서 이러한 상반된 결과를 검증하기 위해서 반복연구를 제안하며, 연구설계를 할 때 측정시기에 대한 고려가 필요하다고 생각된다.

모유수유 관련 배우자지 지 지수는 실험군은 실험 전 15.53점에서 실험 후 18.41점으로 높아졌으며, 대조군은 실험 전 16.52점에서 실험 후 16.23점으로 낮아졌다. 따라서 본 연구에서 운영된 모유수유 부모교육프로그램은 초산모가 모유수유를 하는데 배우자지 지 지가 힘이 되었으므로 의미있다고 생각된다. 이는 모유수유 부모교육프로그램을 통해 배우자가 모유수유를 하는 초산모에게 해 줄 수 있는 지 지가 어떤 것인지 인지하고, 배우자가 초산모 수유시 필요한 것을 알아서 돕고, 언어적으로 격려와 지 지 표현을 하도록 한 결과라고 볼 수 있다. 그리고 연승은[21]의 연구에서 모유수유를 위한 배우자의 지 지는 모유수유에 영향을 준다고 하였는데 본 연구에서 실험을 통해 검증하였다고 할 수 있다. 하지만 본 연구에서 사용했던 모유수유 관련 배우자지 지 도구가 미비하여 시각적 상사 척도로 확인하였으므로, 추후 모유수유 관련 배우자지 지 측정을 위한 도구 개발이 필요하다고 생각된다.

초산모의 모유수유 만족감은 실험군의 경우 실험 전 4.21점에서 실험 후 4.35점으로 높아졌으나 대조군은 실험 전 4.13점에서 실험 후 3.85점으로 낮아졌다. 따라서 본 연구를 위해 개발되고 운영된 모유수유 부모교육프로그램이 초산모의 모유수유 만족감에 영향을 주는 효과적인 프로그램으로 확인되었다. 본 연구에서 초산모의 모유수유 만족감을 확인하기 위해 사전조사 때 예는 모유수유 만족기대감을 묻는 질문으로 도구를 수정하였다. 사후조사 시기는 출산 후 4일 제인데, 이 시기는 산모의 경우 생리적으로 산후우울이 생기는 심리적 변화와 유방울혈 및 유두 균열 등의 신체적 불편감으로 건강이 불안정한 상태이다[13]. 그런데 본 연구에서 두 집단 간 실험 후 모유수유 만족감에 차이를 보인 이유는 주위의 관심과 지 지가 영향을 주었을 것이라고 생각된다. 본 연구에서는 프로그램 운영시 배우자가 교육대상자로 참여하였기 때문에 초산모에게 힘이 되었고 간호사의 지 지가 모유수유 만족감에도 긍정적인 영향을 주었을 것이라 추측된다. 윤지원[13]의 연구에서는 산

후 4주에 확인한 모유수유 만족감이 실험군과 대조군 간의 차이가 없었으나 직장복귀 후 4주에는 차이가 있어 본 연구와 비교하는 것이 제한이 있다고 본다. 이러한 결과를 비교할 때 모유수유 만족감은 시작시기와 지속시기에 따라 차이가 있을 것이라 여겨지므로 측정시기를 고려해야 한다고 본다. 대부분의 모유수유프로그램이 산모만을 대상으로 하였으나 본 연구에서는 대상에 배우자를 포함하여 모유수유 시 지속적인 지지자의 역할을 하도록 하였다는 점에서 의의를 찾을 수 있으며 이에 대한 장기적인 효과를 확인하는 추후연구가 필요하다고 본다. 본 연구의 제한점으로 실험과정에서 부모교육프로그램 운영시간이 배우자의 내원시간에 따라 결정된 경우가 있어 프로그램 운영하는데 어려움이 있었다. 부모교육프로그램 운영을 하고자 할 때 이러한 부분의 고려가 이루어져야 할 것이다. 또한 모유수유할 때 배우자의 지 지는 모유수유 성공요인과 관련되어 있다고 하였으므로[21] 모유수유에 대한 배우자의 의식을 긍정으로 바꿀 수 있는 다양한 접근의 연구가 필요하다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 초산모의 모유수유를 촉진을 위해 모유수유 부모교육프로그램을 운영하고, 초산모의 모유수유 자기효능감과 배우자 지 지 및 만족감에 미치는 효과를 검증하고자 실시하였다. 연구방법은 비동등성 대조군 전·후 실험 시차 연구설계이며, 연구대상은 선정기준에 맞는 초산모였다. 모유수유 부모교육프로그램은 출산 후 3일 동안 총 1시간 20분 진행되었다. 연구도구는 설문지를 사용하였으며 자료 분석은 SPSS PC⁺ 21.0 program을 사 χ^2 -test, t-test를 통해 분석하였다.

연구결과에서 ‘모유수유 부모교육프로그램에 참여한 실험군은 참여하지 않은 대조군 보다 모유수유 자기효능감 점수($t=3.44, p=.001$), 배우자 지 지 점수($t=3.03, p=.004$), 모유수유 만족감 점수($t=3.64, p=.001$)가 유의하게 높게 나타났다. 이상의 연구결과를 통해 모유수유 부모교육프로그램은 초산모의 모유수유의 자기효능감

을 높이고, 배우자의 지지에 도움을 주며 모유수유 만족감을 높이는 효과적인 프로그램임을 검증하였다. 따라서 본 모유수유 부모교육프로그램을 단기교육 간호중재로 적용 할 것을 권한다.

참 고 문 헌

[1] S. H. Chung, H. R. Kim, Y. S. Cho, and C. W. Bae, "Trends of breastfeeding rate in Korea (1994-2012): Comparison with OECD and other countries," J. Korean Medicine Science, Vol.28, No.11, pp.1573-1580, 2013.

[2] World Health Organization, *Infant and young child feeding: Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals*, Geneva, pp.4-5, 2009.

[3] J. M. Cernades, G. Noceda, L. Barrera, A. M Martinez, and A. Gars, "Maternal and perinatal factors influencing the duration of exclusive breastfeeding during the first 6 months of life," J. Human Lactation, Vol.19, No.2, pp.136-144, 2003.

[4] United Nations Children's Fund. *Nutrition, Breastfeeding, recommendations for optimal breastfeeding*, UNICEF, 2015.

[5] 이수연, 권인수, "영아모의 수유방법에 따른 어머니 역할 수행 자신감과 양육스트레스," 여성건강간호학회지, 제12권, 제3호, pp.231-239, 2006.

[6] 김보혈, 김진현, "빠른 젓물리기 프로그램이 모유수유 실천율에 미치는 영향," Perspectives in Nursing Science, 제10권, 제2호, pp.97-110, 2013.

[7] J. H. Choi and M. Yu, "A study on the employment status, educational level, and breastfeeding among Korean mothers," Indian Journal of Science and Technology, Vol.8, No.26, pp.1-6, 2015.

[8] 장군자, 김선희, 정경순, "간호사의 모유수유 지지

가 모유 수유 실천에 미치는 효과," 대한간호학회지, 제38권, 제1호, pp.172-179, 2008.

[9] 김윤경, *영아기 어머니의 모유수유 적응과 자기효능감*, 이화여자대학교, 석사학위논문, 2010.

[10] K. Otsuka, M. Taguri, C. L. Dennis, K. Wakutani, M. Awano, T. Yamaguchi, and M. Jimba, "Effectiveness of a breastfeeding self-efficacy intervention: Do hospital practices make a difference?," Maternal and Child Health Journal, Vol.18, No.1, pp.296-306, 2014.

[11] 강혜린, *보건소 산전 모유수유교육에 참가한 산모들의 산후 모유수유 지식과 실천 양상*, 연세대학교, 석사학위논문, 2010.

[12] 송선미, 박미경, "모유수유 입과워먼트프로그램이 초산모의 모유수유 자기효능감, 적응 및 지속에 미치는 효과," 제46권, 제3호, pp.409-416, 2016.

[13] 윤지원, *직장여성을 위한 모유수유 자기효능강화 프로그램의 개발 및 효과*, 고려대학교, 박사학위논문, 2006.

[14] 유은광, 김명희, 서원심, "모유수유 교육과 분만 후 지속적인 전화 상담에 따른 모유수유 실천률 조사," 여성건강간호학회지, 제8권, 제3호, pp.424-434, 2002.

[15] 김선희, "어머니의 모유수유 만족감에 미치는 영향 요인," 여성건강간호학회지, 제15권, 제4호, pp.270-279, 2009.

[16] C. L. Dennis, "Breastfeeding Indication and Duration: a 1990-2000 literature review," J. Obstetrics Gynecology and Neonatal Nursing, Vol.31, No.1, pp.12-32, 2002.

[17] 박미경, "산모수발과 신생아 돌봄을 위한 산관아의 교육요구 조사," 한국모자보건학회지, 제6권, 제2호, pp.229-243, 2002.

[18] Cl. L. Dennis and S. Faux, "Development and psychometric testing of the breastfeeding self-efficacy scale," Research in Nursing and Health, Vol.22, pp.399-409, 1999.

[19] E. W. Leff, S. C. Jefferis, and M. P. Gagne,

“The development of the maternal breastfeeding evaluation scale,” *Journal of Human Lactation*, Vol.10, pp.105-111, 1994.

[20] W. Hatamleh, *The Effect of A Breast-feeding Self-efficacy Intervention on Breast Feeding Self-efficacy and Duration*, University of Cininnati, Doctoral Sissertation, 2006.

[21] 연승은, *초산모를 위한 모유수유 자기효능감 증진 프로그램개발과 적용*, 공주대학교, 박사학위논문, 2012.

[22] 진성희, *모유수유에 대한 배우자의 인식과 태도*, 영남대학교, 석사학위논문, 2010.

저 자 소 개

박 윤 희(Yun-Hee Park)

정회원



- 2004년 2월 : 조선대학교 간호학사
- 2013년 2월 : 남부대학교 간호학석사
- 1994년 1월 ~ 현재 : 에덴병원 간호부장

<관심분야> : 출산모 건강, 신생아간호, 간호관리시스템

박 미 경(Mi-Kyung Park)

정회원



- 1998년 8월 : 전남대학교 간호학석사
- 2003년 2월 : 전남대학교 간호학박사
- 1994년 3월 ~ 2004년 2월 : 전남과학대학 조교수

▪ 2004년 3월 ~ 현재 : 남부대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 출산모 건강, 보완대체간호, 의료정보시스템