

베이비 붐 세대 여성의 삶의 질에 영향을 미치는 융합적 요인

정은영¹, 서은희^{2*}, 김은영³

¹청암대학교 간호학과 조교수, ²초당대학교 간호학과 부교수, ³광주대학교 간호학과 조교수

Convergence Factors Influencing on Quality of Life in Baby Boomer Generation Woman

Eun-Young Jung¹, Eun-Hui, Seo^{2*}, Eun-Young Kim³

¹Assistant Professor., Department of Nursing, Cheongam College

²Associate Professor., Department of Nursing, Chodang University

³Assistant Professor., Department of Nursing, Gwangju University

요 약 본 연구는 베이비 붐 세대 여성의 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 파악하여 삶의 질을 향상 시키기 위한 효율적인 중재방안을 개발하는데 기초자료를 제공하고자 한다. 자료수집 기간은 2018년 6월 1일부터 6월 30일까지 J도에 거주하고 있는 베이비 붐 세대 여성(1955-1963년 출생) 145명을 대상으로 한 서술적 조사연구이다. 연구결과 삶의 질은 건강상태, 가족관계만족도, 노후준비도, 연령, 노후불안과 양의 상관관계가 있었으며, 가족관계만족도, 노후불안과는 음의 상관관계가 있었다. 따라서 긍정적인 노후를 준비하고 가족관계를 향상시킬 수 있는 다양한 분야의 효율적인 중재 프로그램 개발을 위한 유용한 자료로 활용될 수 있을 것이다.

주제어 : 베이비 붐, 가족관계만족도, 노후준비도, 노후불안, 삶의 질

Abstract The purpose of this study is to provide basic data for developing effective intervention methods to improve the quality of life by identifying the factors that affect the quality of life of the baby boomers. A descriptive survey research was conducted with the research subjects, 145 baby boomer women who lived in Island J from June 1 to June 30, 2018. The analysis of quality of life had positive correlations with health condition, family relationship satisfaction, retirement preparedness, age, aging anxiety, and showed negative correlations with family relationship satisfaction, and aging anxiety. Therefore, this research is expected to provide useful materials to develop efficient mediation programs in various areas for positive preparation for the golden age and improved family relationship.

Key Words : Baby Boomer, Family Relationship Satisfaction, Retirement Preparedness, Aging Anxiety, Quality of Life.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

UN에서 정의한 고령화사회는 65세 이상 인구가 전체 인구에서 차지하는 비율이 7% 이상, 고령사회는 14% 이

상, 초고령사회는 20% 이상일 때이다. 우리나라 65세 이상 인구는 2005년 전체 인구의 9.3%로 고령화사회에 진입한 이후 2015년에는 14.5%로 증가하여 고령사회에 진입하였다[1]. 2017년에는 노인인구가 약 717만명이며[2] 향후 2025년에는 24.6%로 증가하여 초고령사회에 도달

*Corresponding Author : Seo, Eun-Hui (sillvia1004@cdu.ac.kr)

Received December 19, 2018

Accepted March 20, 2019

Revised February 26, 2019

Published March 28, 2019

할 것으로 예측되고 있으며 향후 2045년에는 전체 인구의 35.6%에 달할 것으로 예상된다[3].

초고령사회의 빠른 진입에 가장 주요한 원인인 베이비 붐 세대는 한국전쟁 후 출산율이 급증하기 시작한 1955년부터 산아제한 정책의 실시로 출산율이 둔화된 1963년 사이에 태어난 세대로 베이비 붐(baby boom) 세대라고 정의하며, 약 695만명으로 우리나라 전체 인구 4,799만명의 약 14.5%를 차지하고 있다[4]. 베이비 붐(baby boom) 세대가 노년기로 진입하는 2020년부터 2030년 사이에는 노동력의 감소, 노인 인구의 급증이 동시에 일어나면서 노인 부양에 대한 사회적인 압력이 극적으로 증가될 것으로 전망되며[5] 노화로 인해 예상되는 여러 가지 문제점을 완화시키고 이들이 보다 건강한 노년기를 맞이할 수 있도록 노년기 이전부터 노후에 대한 삶의 질을 향상시킬 수 있는 준비와 관심이 필요하다.

베이비 붐 세대는 지난 반세기 동안 한국의 눈부신 국가 경제 개발의 주역으로 개인적인 행복보다는 가족과 사회를 위해 희생하고 봉사하였으며 정치적으로 민주화를 이루어냈고, 1990년대 말 외환위기를 겪은 세대로 과거 노인층과 큰 차이를 보이고 있다[6].

특히 베이비 붐 세대 여성은 이전 세대에 비해 학력이 높아지면서 적극적인 사회 참여가 시작되었으나[7], 가사 역할 감소보다는 오히려 사회 참여와 가족 내 역할 수행에 대한 요구가 더 높아짐에도 불구하고 안정적인 경제 활동 조건과 독립된 생활보장이 어려워 가족 내에서도 높은 갈등을 경험한다[7,8]. 여성의 사회참여가 증가하고 산업화와 도시화 과정에서 파생된 가족의 결속력 약화로 인해 가족이 해체되고, 사고, 질병 등으로 남성의 사망률이 증가함으로 홀로 노후를 맞는 중년 여성의 불안은 증가하고 있으므로[9] 여성의 삶의 질을 증진 시켜야 할 필요가 있다.

삶의 질(Quality of Life)은 개인적 특성이나 객관적 환경 요인 뿐만 아니라, 주관적인 만족감이 중요한 예측 요인으로 나타나 만족감이 삶의 질의 본질임을 시사하고 있으며, 배우자 및 자녀와의 관계만족도 또한 삶의 질에 영향을 미치므로 중요성이 더 증가되고 있다[10]. 세계보건기구는 삶의 질을 심리적 영역, 신체적 영역, 사회적 관계, 영적 영역, 독립정도, 환경 등 6개의 주관적 영역 지표와 운동 능력, 자기 관리, 일상생활 활동, 통증/불편감, 우울/불안 등 5개의 건강관련 등 다양한 지표를 제시하였다. 대부분의 선행 연구에서는 삶의 질을 측정하기 위

해 긍정적인 측면만을 측정하였고[11], 통증/불편감, 우울/불안 등의 지표를 측정하지 않은 제한점이 있기 때문에 본 연구에서는 두 지표를 사용하여 베이비 붐 세대 여성의 삶의 질을 고찰하고자 한다.

노후불안은 노화에 대한 긍정적인 수용과 적응을 방해하고, 노년기의 삶의 질을 결정하는데 부정적인 영향을 미치므로[12] 노화과정을 이해하고 적응하기 위한 노년기 삶의 질 향상을 위한 노후준비에 관심을 가지고 연구할 필요가 있다.

보건복지부의[13] 보고에 의하면, 우리나라 19세에서 69세 미만을 대상으로 한 저출산·고령화 현상에 대한 국민인식조사 결과 대부분의 성인이 자신의 노후에 대한 두려움과 걱정을 가지고 있는 것으로 나타났다.

인생의 전환기적 변화를 겪고 있는 중년기 성인은 노년생활의 문제점, 즉 신체적 기능 감퇴, 자녀의 독립, 직장에서의 은퇴, 노년의 경제, 건강, 사회활동, 학대에 대한 불안 등을[14] 자신의 문제로 인식하여 노화에 대한 높은 불안감을 가진다[15,16,17]. 이러한 노후에 대한 불안은 노인과 노화에 대한 부정적인 생각, 태도나 행동을 일으킬 수 있으므로[18,19] 이들의 불안감을 파악하고 노후 준비에 대한 다양한 대책을 마련할 필요가 있다.

베이비 붐 세대를 대상으로 한 선행연구를 살펴보면 은퇴, 이주, 주택, 건강, 노동시장[20,21] 등에 관한 연구로 베이비 붐 세대의 주거, 경제적 특성, 은퇴에 대한 정보를 제공하고 있다. 노년기는 자녀들을 떠나보내고 부부만 남게 되는 빈둥지 시기로 사회적인 관계가 축소되고 동년배들의 사망으로 인하여 친구관계가 협소해지기 때문에 부부 간의 관계는 더욱 중요하며, 자녀와의 친밀한 가족관계는 삶의 질에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타나고 있으나[22] 베이비 붐 세대의 가족관계만족도, 삶의 질에 대한 연구는 매우 미흡한 실정이다.

따라서 본 연구는 베이비 붐 세대 여성의 가족관계만족도, 노후준비도, 노후불안이 삶의 질에 어떠한 관계가 있는지 확인함으로써 베이비 붐 세대 여성의 삶의 질을 높이고 긍정적인 노후를 준비할 있는 노년준비 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구는 베이비 붐 세대 여성을 대상으로 가족관계만족도, 노후준비도, 노후불안, 삶의 질 정도를 파악함으로써 노후불안을 감소시키고 삶의 질을 향상 시키기 위

한 효율적인 교육 중재 프로그램의 기초자료를 제공하고 자 함이며 본 연구의 목적은 다음과 같다.

첫째, 대상자의 가족관계만족도, 노후준비도, 노후불안, 삶의 질 정도를 파악한다.

둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 질을 파악한다.

셋째, 삶의 질과 제 변수와의 상관관계를 알아본다.

넷째, 대상자의 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구 설계

본 연구는 베이비 붐 세대 여성의 가족관계만족도, 노후준비도, 노후불안이 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 실시한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구의 대상자는 J도에 거주하고 있는 만 55세 이상부터 63세 이하인 베이비 붐 세대 여성을 대상으로 160명을 편의표집하였다. 본 연구자가 J도에 있는 종교기관, 주민자치단체 시설을 방문하여 연구 진행에 대한 수락을 받은 후 연구에 참여하기로 동의하고 서명한 사람을 대상으로 하였다. 총 160명의 자료가 수집되었으나, 응답이 누락되거나 불성실한 15부를 제외한 145부를 최종결과 분석에 사용하였다. 본 연구에 필요한 대상자는 G-power 3.1.1 프로그램을 활용하여 14개의 독립변수에 대한 다중회귀분석에 필요한 효과크기 .15, 유의수준 .05, 통계적 검정력 .80을 투입하여 산출한 결과 표본 수는 135명으로 나타났다. 이에 본 연구에 참여한 145명의 대상자 수는 충분한 것으로 파악되었다.

2.3 윤리적 고려

대상자의 윤리적 측면을 고려하여 본 연구에 관한 목적과 취지를 설명하고 연구참여에 대한 동의서에 서명을 받았다. 연구참여자에게 연구를 통해 알게 된 모든 내용은 연구목적 외에는 사용되지 않을 것이며, 연구참여자의 익명이 보장됨을 충분히 설명하였고 언제든지 원치 않을 경우 연구 참여를 중단할 수 있음을 설명하였다. 또한 추후에도 궁금한 사항이 있을 때 언제든지 연락할 수 있도록 하였다.

2.4 연구도구

2.4.1 가족관계만족도

가족관계만족도란 가족 구성원이 상호작용을 통해 느끼는 전반적인 만족 수준으로 전반적인 가족관계에 대한 주관적인 충족감 정도를 의미한다[22]. 본 연구에서 가족관계만족도는 자녀와 관계, 배우자와의 관계를 평가한 2문항으로 구성되어있다. 각 문항은 ‘매우 불만족하다’(1점)에서 ‘매우 만족하다’(5점)로 5점 Likert 척도이며 총점은 2-10점으로 점수가 높을수록 가족관계만족도가 높은 것을 나타내며 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .793$ 이었다.

2.4.2 노후준비도

노후준비도란 노후에 발생할 수 있는 문제에 대해 미리 예측하여 준비하는 것을 뜻하며[23] 본 연구에서 노후준비도 척도는 Lim[11]이 개발한 도구로 저자의 허락을 받은 후 사용하였다. 본 도구는 신체적 영역 3문항, 경제적 영역 4문항, 사회·여가적 영역 4문항, 정서적 영역 6문항 총 17개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)로 5점 Likert 척도이며 총점은 17-85점으로 점수가 높을수록 노후준비를 잘 대비한 것을 의미한다. 도구 개발 시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .87$ 이었으며 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .912$ 이었다.

2.4.3 노후불안

노후불안이란 늙어가는 것에 대한, 노후에 대한 사람들의 걱정이나 두려움으로 정의된다[24]. 본 연구에서는 Lasher와 Faulkender[25]가 개발한 노후불안척도(Aging Anxiety Scales: AAS)를 전문가 검증 후 문항내적 일치도가 낮은 4문항을 제외한 총 16개 문항을 사용하였다. 이 도구는 ‘상실에 대한 두려움’은 노년기에 무엇인가 잃어버릴 것과 같은 두려움이며, ‘노인에 대한 두려움’은 개인적 편견에서 비롯되는 두려움이며, ‘심리적 불안정’은 노화되면서 변화하는 개인적·심리적 두려움이다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(5점)로 5점 Likert 척도이며 총점은 16-80점으로, 긍정적 문항(1, 3, 6, 8, 9, 10, 12, 14, 15)은 역 채점하여 점수가 높을수록 노후불안이 높은 것을 의미한다. 도구 개발 시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .77$ 이었으며 본 연구에서의 Cronbach's $\alpha = .844$ 이었다.

2.4.4 삶의 질

2.4.4.1 생활만족도

생활만족도란 개인이 자신의 인생을 스스로 판단함에 있어서 가치가 있고 성공적이라고 인정하는 심리적 안정감이나 주관적 복지 상태를 의미하며[11] 본 연구에서는 Diener, Emmons, Larson와 Griffi [26]가 개발한 Satisfaction With Life Scale (SWLS)를 저자의 허락을 받은 후 사용하였다. 본 연구도구는 총 5문항으로 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(5점)로 5점 Likert 척도이며 총점은 5-25점으로, 점수가 높을수록 생활만족도가 높은 것을 의미한다.

2.4.4.2 우울

우울은 부정적인 정서 상태로 스트레스 시 적응과정에서 불안이나 갈등으로 인하여 신체상의 변화나 고독감, 무가치함, 근심, 무력감 등을 나타내는 상태이다[27]. 본 연구에서는 미국 정신보건연구소에서 개발한 자기 보고형 우울증 검사도구인 Center for Epidemiological Studies Depression scale (CES-D)을 저자의 허락을 받은 Cho와 Kim이[28] 번역한 것을 사용하였다. 본 연구도구는 총 20문항으로 각 문항은 '전혀 그렇지 않았다'(1점)에서 '매우 자주 그랬다'(5점)로 5점 Likert 척도이며 총점 20-100점으로, 점수가 높을수록 우울의 정도가 높은 것을 의미한다.

2.5 자료 수집 방법

자료 수집은 2018년 6월 1일부터 6월 30일까지 시행되었으며, 설문조사 전 2018년 5월에 베이비 붐 세대 여성 20명을 대상으로 설문지에 대한 예비조사 과정을 통하여 이해 정도를 확인하였다. 자료수집 전 연구대상자에게 설문지 작성법에 대해 충분한 설명을 한 후 자발적으로 연구에 참여하였다. 설문지 작성에 동의한 경우는 서면으로 동의서를 작성하였고, 설문 중이거나 연구기간 중 언제라도 본인이 연구 참여에 원하지 않을 경우 중단할 수 있음을 명시하였다. 또한 설문지는 익명성과 정보의 비밀유지가 보장되며 연구가 종료된 이후 모든 설문지는 폐기할 것에 대해 사전에 설명하였고 설문지 작성은 약 15-20분 정도 소요되었다.

2.6 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS 18.0 Program으로 분석하였다.

일반적 특성은 실수와 백분율을, 주관적인 건강상태, 가족관계만족도, 노후준비도, 노후불안, 생활만족도 및 우울은 평균과 표준편차를, 일반적인 특성에 따른 생활만족도 및 우울의 차이는 one-way ANOVA, t-test와 scheffe test 사후검정을 구하였고, 우울과 제변수와의 상관관계는 Pearson correlation을 사용하였다. 우울에 영향을 주는 변수를 찾기 위해 단변량 분석에서 통계적으로 유의한 변수들을 독립변수로, 우울을 종속변수로 하여 단계적 선형 회귀분석을 실시하였다. 생활만족도에 대한 회귀분석의 기본가정과 다중공선성 진단을 위해서는 Dubin-Watson을 활용하여 오차의 상관성을 검정한 결과 1.754로 2에 가까워 자기상관이 없다고 할 수 있고 다중공선성을 검정한 결과 공차한계(tolerance)는 .76~.96으로 0.1 이상으로 나타났으며, 분산 팽창인자(VIF)는 1.03~1.30으로 10 미만으로 나타나 다중공선성의 문제는 없음을 확인하고 난 후 단계적 중회귀 분석을 하였다. 분석에서 $p < .05$ 인 경우 통계적으로 유의하였다. 또한 우울에 대한 회귀분석의 기본가정과 다중공선성 진단을 위해 Dubin-Watson을 이용하여 오차의 상관성을 검정한 결과 1.678로 2에 가까우므로 자기상관이 없다고 할 수 있으며 다중공선성을 검정한 결과 공차한계(tolerance)는 .98~.99로 0.1 이상으로 나타났고, 분산 팽창인자(VIF)는 1.00~1.01로 10 미만으로 나타나 다중공선성의 문제가 없음을 확인한 후 단계적 중회귀 분석을 사용하였다. 분석에서 $p < .05$ 인 경우 통계적으로 유의하였다.

3. 연구 결과

3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 연령분포는 55-59세가 63.4%, 교육정도는 고졸이 53.1%, 종교가 있다는 92.4%로 나타났다. 주관적인 건강상태는 좋은 편이다 39.3%, 나쁜 편이다 31.7%, 보통이다 29.0% 순이었다. 대상자의 71.0%가 보통의 경제적인 상태를 가지고 있다고 응답하였으며, 가족관계만족도에서는 대체적으로 만족한다 44.8%, 보통이다 43.4%, 불만족이다 11.7% 순으로 나타났다. Table 1

Table 1. General Characteristics of Subjects (N=145)

Variables	Categories	n(%)
Age	55-59	92(63.4)
	60-63	53(36.6)
Education	≤ Middle school	25(17.2)
	High school	77(53.1)
	≥ College	43(29.7)
Religion	Yes	134(92.4)
	No	11(7.6)
Health state	Unhealthy ^a	46(31.7)
	Moderate ^b	42(29.0)
	Healthy ^c	57(39.3)
Economic state	Dissatisfaction ^a	26(17.9)
	Usuallysatisfied ^b	103(71.0)
	Satisfaction ^c	16(11.0)
Family relationship satisfaction	Dissatisfaction	17(11.7)
	Usuallysatisfied ^b	63(43.4)
	Satisfaction	65(44.8)

3.2 대상자의 가족관계만족도, 노후준비도, 노후 불안과 삶의 질 정도

대상자의 가족관계만족도는 평균 7.24±1.67점이었고, 노후준비도는 평균 62.75±11.90점을 나타냈다. 대상자의 노후불안은 45.31±5.85점이었으며, 삶의 질 중에서 생활만족도는 15.77±4.05점, 우울은 48.51±14.41점으로 나타났다. Table 2

3.3 대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 질 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 질 중에서 생활만족도를 분석한 결과, 주관적인 건강상태에 따라 생활만족도에 차이가 있는 것으로 나타났다(F=6.183, p=003). 사후 검정 결과 건강상태가 나쁜 상태 집단보다 건강상태가 좋은 상태 집단에게서 생활만족도가 높은 것을 확인하였다. 경제상태에 따라 생활만족도의 차이를 보였는데(F=9.562, p<.001), 사후 검정 결과 경제상태가 불만족한 집단보다 경제상태가 보통이거나 만족한 집단에게서 생활만족도가 높은 것으로 나타났다. 가족관계만족도에

따라 생활만족도에 차이가 있는 것으로 나타났다(F=7.248, p<.001). 사후 검정 결과 가족관계만족도에서 불만족하다는 집단보다 가족관계만족도가 만족하다는 집단에게서 생활만족도가 높은 것을 확인하였다.

대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 질 중에서 우울을 분석한 결과, 연령에 따라 우울의 차이를 보였는데 55-58세가 50-54세 보다 우울의 정도가 높은 것으로 나타났고(t=-4.209, p<.001), 교육정도에 따라 우울의 차이를 보였는데(F=4.945, p=.008), 사후 검정 결과 전문대학 이상 졸업한 집단보다 고등학교를 졸업한 집단에게서 우울이 높은 것으로 나타났다. 가족관계만족도에 따라 우울에 차이가 있는 것으로 나타났다(F=3.827, p=.024). 사후 검정 결과 가족관계만족도에서 만족하는 집단보다 가족관계만족도가 불만족하는 집단에게서 우울이 높은 것을 확인하였다. Table 3

3.4 대상자의 삶의 질과 제 변수와의 상관성

대상자의 생활만족도는 주관적인 건강상태(r=.294, P<.001), 가족관계만족도(r=.336, p<.001), 노후준비도(r=.556, p<.001)와 정적인 상관관계, 노후불안(r=-.226, p=.006)과 부적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

대상자의 우울은 연령(r=.264, p=.001), 노후불안(r=.468, p<.001)과 정적인 상관관계를 가족관계만족도(r=-.271, p=.001)와 부적인 상관관계를 보였다. Table 4

3.5 대상자의 삶의 질에 영향을 미치는 요인

이상의 결과를 바탕으로 삶의 질에 영향을 주는 요인을 파악하기 위해서 삶의 질인 생활만족도와 우울을 종속변수로 하여 단계적 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 5와 같다. 생활만족도에 영향을 미치는 요인으로는 노후준비도(β=.516, p<.001), 경제상태(β=.184, p=.014), 가족관계만족도(β=.154, p=.042)가 통계적으로 유의한 영향을 미치는 변수로 나타났고 이 변인들은 생활만족도의 약 39.1%를 설명하고 있다(F=30.188, p<.001).

우울에 영향을 미치는 요인으로는 노후준비도(β=.447, p<.001), 연령(β=.256, p<.001), 가족관계만족도(β=-.227, p=.001)가 통계적으로 유의한 영향을 미치는 변수로 나타났고 이 변인은 우울의 약 33.8%를 설명하고 있다(F=24.039, p<.001). Table 5

Table 2. Degree of Family Relationship Satisfaction, Old Age Preparation, Ageing Process Anxiety and Quality of Life

	M±SD	Item	Range	Min	Max
Family relationship satisfaction	7.24±1.67	2	2~10	3.0	10.00
Old age preparation	62.75±11.90	17	17~85	32.0	85.00
emotional domain	23.23±4.40	6	6~30	12.0	30.00
social, leisure domain	14.09±3.19	4	4~20	7.0	20.00
economic domain	14.36±3.30	4	4~20	4.0	20.00
physical domain	11.06±2.80	3	3~15	4.0	15.00
Ageing process anxiety	45.31±5.85	16	16~80	27.0	65.00
anxiety of losing	20.59±5.74	7	7~35	7.0	34.00
anxiety of ageing	14.15±4.23	5	5~25	5.0	25.00
psychological unstable	10.57±3.15	4	4~20	4.0	20.00
Quality of life					
Life satisfaction	15.77±4.05	5	5~25	5.0	25.00
Depression	48.51±14.41	20	20~100	21.0	90.00

Table 3. Deference of Quality of life to General Characteristics

Variables	Categories	n(%)	Quality of life					
			Life satisfaction		Depression			
			M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)		
Age	55-59	92(63.4)	15.52±4.15	-979(.329)	44.89±13.13	-4.209(<.001)		
	60-63	53(36.6)	16.20±3.88		54.79±14.49			
Education	≤ Middle school	25(17.2)	16.72±3.76	1.481(.231)	48.76±17.21	4.945(.008)		
	High school	77(53.1)	15.25±3.81		51.46±13.78		b>c	
	≥ College	43(29.7)	16.13±4.56		43.06±12.34			
Religion	Yes	134(92.4)	15.72±4.14	-501(.617)	48.33±14.64	-508(.613)		
	No	11(7.6)	16.36±2.83		50.63±11.58			
Health State	Unhealthy ^a	46(31.7)	14.50±4.34	6.183(.003)	49.89±14.74	2.590(.079)		
	Moderate ^b	42(29.0)	15.30±3.92		a<c		51.42±13.42	
	Healthy ^c	57(39.3)	17.14±3.53		45.24±14.44			
Economic State	Dissatisfaction ^a	26(17.9)	13.11±3.49	9.562(<.001)	53.57±14.74	2.060(.131)		
	Usuallysatisfied ^b	103(71.0)	16.07±3.74		a<b,c		47.60±13.72	
	Satisfaction ^c	16(11.0)	18.12±4.86		46.12±17.14			
Family Relationship Satisfaction	Dissatisfaction	17(11.7)	13.11±4.25	7.248(.001)	55.76±15.40	3.827(.024)		
	Usuallysatisfied ^b	63(43.4)	15.30±3.73		a<c		49.58±13.15	a>c
	Satisfaction	65(44.8)	16.92±3.95		45.56±14.71			

Table 4. Correlation between Subjective health status, Family relationship satisfaction, Old age preparation, ageing process anxiety and Quality of life

(N=145)

	Age	Subjective health status	Family relationship satisfaction	Old age preparation	Ageing process anxiety	Life satisfaction
Subjective health status	.037	1				
Family relationship satisfaction	-.024	.444***	1			
Old age preparation	.010	.250**	.188'	1		
Ageing process anxiety	.006	-.127	-.086	-.381***	1	
Life satisfaction	.095	.294***	.336***	.556***	-.226**	1
Depression	.264**	-.119	-.271**	-.110	.468***	-.108

Table 5. Influencing factors on Quality of life

(N=145)

Variables	B†	SE	β‡	t	p	R²	Cum. R²	F(p)
Life satisfaction	(Constant)	-.561	1.760		-.319	.750		
	Old age preparation	.176	.023	.516	7.706	<.001	.309	.309 (<.001)
	Economic status	.785	.316	.184	2.487	.014	.064	.373 (<.001)
	Family relationship satisfaction	.374	.182	.154	2.054	.042	.018	.391 (<.001)
Depression	(Constant)	-62.293	22.142		-2.813	.006		
	Old age preparation	1.102	.169	.447	6.507	<.001	.219	.219 (<.001)
	Age	1.392	.373	.256	3.733	<.001	.068	.287 (<.001)
	Family relationship satisfaction	-1.947	.591	-.227	-3.295	.001	.051	.338 (.001)

†B=unstandardized regression coefficients,
‡β=standardized regression coefficients, Cum.
R²=Cumulative R²

4. 논의

본 연구는 베이비 붐 세대 여성의 가족관계만족도, 노후준비도, 노후불안이 삶의 질에 어떠한 관계가 있는지 확인함으로써 베이비 붐 세대 여성의 삶의 질을 높이고 긍정적인 노후를 준비할 수 있는 효율적인 노년준비 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구에서 삶의 질을 생활만족도와 우울로 측정할 결과 가족관계만족도가 높을수록, 경제상태가 풍족할수록, 건강상태가 좋을수록 생활만족도는 높아지고 우울은 낮아져 삶의 질이 높아진다는[6,11,28] 연구와 유사한 결과를 보였다.

본 연구에서 베이비 붐 세대 여성의 삶의 질인 생활만족도는 25점 만점에 15.8점으로 중간 이상으로 나타났다. 생활만족도는 노후준비도, 경제상태, 가족관계만족도가 영향 요인으로 나타났으며 노후 준비도가 가장 설명력 있는 변인이었다. 노후 생활에서 가장 중요한 것은 건강, 경제력 순으로 나타났고 노후에 예상되는 어려움으로 건강문제, 외로움, 경제적 어려움 순으로 경제적 문제보다 건강문제에 더 관심이 많은 것으로 나타내[9] 베이비 붐 세대 여성을 대상으로 노년 준비를 위한 교육을 진행할 때 노후 건강 문제와 관련된 내용을 교육에 포함시킴으로써 건강한 노후를 준비하는 것이 필요할 것으로 사료된다.

긍정적인 노후준비를 위하여 가족관계만족도, 스트레스 등 심리적인 안정이 삶의 질에 영향을 미치고[29], 배우자의 지지[30,31], 자녀의 지지가[32] 높을수록 생활만족도가 높아져 삶의 질이 증진된다는 결과와 일치한다. 특히 베이비 붐 여성의 삶의 질은 사회 진출로 가족 내 여성과 남성의 성역할 태도 및 행동에 대한 변화로 인하여 가족관계에서 부부 간의 관계의 중요성을 증가시키고 가족의 불안정을 증가시키는 쪽으로 작용하면서[33] 가족관계만족도의 중요성이 더욱 강조되고 있다[29]. 가족의 지지는 노후에 대한 심리적인 안정과 행복감을 높임으로써 성공적인 노후를 위한 중요한 자원이므로 배우자와 자녀의 지지를 받을 수 있는 환경을 조성하여야 할 것이다.

또한 주관적인 건강상태가 생활만족도에 영향 요인으로 건강상태와 경제상태가 좋을수록[6], 중년의 노후생활 준비가 잘되어 있을수록 긍정적으로 노후를 수용하고[34], 여성은 남성에 비해 노화와 관련된 신체변화에 민

감하게 반응한 연구[17]와 유사한 결과로 나타났다. 여성이 남성보다 생활만족도가 높은 이유는 돈을 벌거나 이해관계가 아닌 자조집단, 동기모임, 사우나, 봉사활동, 종교활동, 수다 등을 통해 의사소통의 기회가 많기 때문으로 사료된다.

삶의 질인 우울은 90점 만점에 48.5점으로 나타나 우울은 노후준비도, 연령, 가족관계만족도가 영향 요인이었으며 이 중에서 노후준비도가 가장 설명력 있는 변인이었다.

중년은 노인과 가장 많이 접촉을 하는 세대이며 본인이 곧 노년기에 접어드는 중요한 시기이므로 노년에 대해 긍정적으로 준비하고 수용함으로써 노후불안을 감소할 수 있을 것이다.

대상자의 일반적 특성에 따른 우울을 살펴보면 연령이 높을수록, 학력이 낮을수록, 가족관계만족도가 낮을수록 우울점수가 높게 나타나 연령의 증가로 나타나는 신체적인 변화는 우울, 불안 등의 정서적 변화를 동반한다는 연구[17]와 유사한 결과를 보이고 있다.

그러나 본 연구에서 고등학교를 졸업한 중년 여성이 중졸 이하나 전문대졸 이상보다 우울이 높은 것으로 나타나 교육정도가 높을수록 노화과정에 대한 지식의 습득과 이해로 노후불안과 우울의 정도가 낮다는 연구[17,31]와는 상이한 결과를 보이고 있다. 이것은 당시 사회경제적인 상황으로 대학에 진학하지 못함으로써 자신의 학업을 중단하지 않았다면 현재보다 나은 모습으로 살았을거라는 후회와 자신의 자녀가 자신과 같은 삶을 살지 않도록 하기 위해 교육에 대한 열의가 높은 것으로 사료된다.

가족관계만족도는 우울에 유의한 영향이 있어 가족관계만족도와 가족의 지지가 높을수록 우울이 감소되고, 자녀의 출가, 군대, 대학 입학, 취업 등으로 가족관계만족도와 지지가 낮을수록 우울은 증가된다[11,35]. 노년기의 역할 상실은 노년기 삶의 질에 영향을 주므로 정서적으로 의지하고 지지할 수 있는 가족, 친구와의 관계를 강화하고 여러사람 또는 동년배와 함께 어울리는 활동을 통한 사회적 영역에서 노후 준비가 필요하다는 연구 결과[15]를 지지한다.

이상의 연구결과를 통해 베이비 붐 세대 여성의 삶의 질을 높이기 위해서 노후준비가 잘되어 있을수록 긍정적으로 노후를 수용할 수 있으므로 사회분위기에서 겪게 되는 우울감, 발달단계에 따른 지지체계 부족이 당연한 것이 아니라 연령별 발달단계에 맞는 적극적인 지지가

필요하다. Erikson이 제시한 인간발달 단계 중 노년기 발달과업인 통합과 절망의 단계를 잘 성취할 수 있도록 지지함으로써 베이비 붐 세대 여성은 과거의 삶을 돌아보면 후회가 없고 보람 있는 삶으로 느낌으로써 자아가 통합할 수 있는 지혜로움으로 낙심과 절망, 죄책감을 느끼지 않도록 세심한 관찰과 지지를 위한 중재개발이 필요하다.

현재 간호학에서는 통합적인 전인간호로 건강한 노후 준비를 위한 적극적인 여가문화시설 확충, 사회단체나 지역사회 봉사활동 등을 하고 있으나 가족 구성원이 함께 참여할 수 있는 가족프로그램 구성이 부족한 실정이다. 또한, 도시와 노후준비에 관하여 활성화 되어있으나 중소도시나 지방은 현 노인에 대한 다양한 프로그램은 진행되고 있으나 향후 노인이 될 베이비 붐 중년 여성에 관한 프로그램은 미흡한 실정이므로 건강한 노후를 준비할 수 있는 방안이 모색되어야 할 것이다.

따라서 본 연구는 베이비 붐 세대 여성의 삶의 질을 높이고 긍정적인 노후를 준비할 수 있는 다양한 분야의 효율적인 교육이나 중재프로그램 개발을 위한 자료를 제공함에 큰 의의가 있다고 판단된다.

5. 결론

본 연구 결과 베이비 붐 세대 여성의 삶의 질에 영향을 미치는 융합적 요인은 생활만족도와 우울이었다. 생활만족도에 영향을 미치는 요인은 노후준비도, 경제상태, 가족관계만족도이며 우울에 영향을 미치는 요인은 노후 불안, 연령, 가족관계만족도로 나타나 가족관계만족도가 가장 주요한 변수임을 확인하였다. 이상의 연구결과를 기반으로 다음과 같이 제언한다. 본 연구는 일 지역을 중심으로 조사되었기에 대상 지역의 확대와 베이비 붐 세대 여성을 대상으로 하였기에 남성을 대상으로 하는 후속 연구를 통해 남성을 위한 프로그램 개발 자료를 마련해야 할 것이며 지역사회에서 가족의 유대를 강화할 수 있는 프로그램 개발을 제언한다.

REFERENCES

- [1] Kim, K. S. (2017). Factors Influencing the Happiness according to the Gender of the Elderly Living Alone: Using Data from 2015 Community Health Survey. *Journal of East-West Nursing Research*, 23(2), 97-106. DOI: 10.14370/jewnr.2017.23.297
- [2] Korean Statistical Information Service (2017). Population census. <http://kosis.kr>
- [3] Korean Statistical Information Service (2017). Population census. <http://kosis.kr>
- [4] Korea National Statistical Office (2012). Analysis of population and social characteristics of baby boomers and eco-generations. <http://kostat.go.kr>
- [5] Kim, J. H & Han, G. H. (2012). Identifying Latent Classes in Korean Baby Boomers' Health Status. *Korea Journal of Population Studies*, 35(3), 57-85.
- [6] Kim, K. H., Kim, Y. M., & Jung, T. Y. (2013). The Impact of Health behavior, Health status and Healthcare utilization on the Quality of Life of the Baby Boom Generation. *Health Service Management Review*, 7(1), 1-12. DOI: 10.18014/hsmr.2013.7.1.1
- [7] Han, G. H. & Son, J. Y. (2012). Retirement process, economic and relational resources, and psychological well-being of Korean baby boomers: A focus on gender differences. *Korean journal of family social work*, 38, 291-330. DOI: 10.16975/kjfs.2012..38.010
- [8] Bowling, A., Joy Windsor, J. (2001). Towards the Good Life: A Population Survey of Dimensions of Quality of Life. *Journal of Happiness Studies*, 2(1), 55-82.
- [9] Ko, J. O. & Kim, J. S. (2009). A Study on Life style and Preparation Behavior for Old Age Life of Middle-aged Female Consumer. *Consumer policy and education review*, 5(3), 17-39.
- [10] Evans, S., Huxley, P. (2002). Studies of quality of life in the general population. *International review of psychiatry*, 14(3), 203-211. DOI: 10.1080/09540260220145028
- [11] Lim, E. K. (2013). *The relationship among preparation for old age, aging anxiety, and quality of life of baby-boom generation*. Unpublished master's thesis, Inje University, Gimhae.
- [12] Harris, L. A., & Clancy Dollinger, S. M. (2003). Individual differences in personality traits and anxiety about aging. *Personality and Individual Differences*, 34, 187-194.

- DOI: 10.1016/S0191-8869(02)00019-3
- [13] Ministry of health & welfare (2012, June). *Survey public perceptions about aging and low fertility*. <http://www.mohw.go.kr>
- [14] Neikrug, S. M. (2003). Worrying about a frightening old age. *Aging & Mental Health*, 7(5), 326-333.
DOI: 10.1080/1360786031000150702
- [15] Lee, J. H. (2009). The Middle Aged's perception of Aging and Physical, Financial & Social Preparation for Later Life : Focus on Gender Difference. *The Korean Society of Community Living Science*, 20(2), 275-289.
- [16] Kim, S. M., & Kim, S. Y. (2008). A study on aging anxiety and self-efficacy of middle aged adults. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nursing*, 17(3), 281-291.
- [17] Kim, S. Y., & Lee, J. I. (2007). A study on aging anxiety, depression, and self-esteem of middle-aged people. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing*, 14(1), 103-109.
- [18] Choi, S. O., Kim, S. N., Shin, K. I., & Lee, J. H. (2008). Anxiety about aging of a resident community of adult. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 28(1), 19-32.
- [19] Netz, Y., Zach, S., Dennerstein, L., & Guthrie, J. R. (2005). The menopausal transition: does it induce women's worries about aging?. *International Menopause Society*, 8, 333-341.
DOI: 10.1080/13697130500345224
- [20] Rha, I. J., Lim, C. Y., & Park, S. H. (2008). Preparing for the Retiring Baby Boom Generation(RBBG) in Korea: from the National Human Resource Development Perspectives. 42, 151-173.
- [21] Seo, S. B. (2010). Retirement Migration Factors of Baby Boom Generation and Implication of housing policy. *Journal of Korea Planning Association*, 45(5), 93-104.
- [22] Yoo, J. H., & Sung, H. Y. (2009). The Moderating Effect of Family Relationship on Depression in the Elderly. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 29(2), 717-728.
- [23] Park, H. S. (2012). Research on Relationship between the Preparation for the Old age of the Baby Boomer Generation and their Successful Aging. *Journal of Welfare for the Aged*, 58, 281-302.
- [24] Lynch, S. M. (2000). Measurement and prediction of aging anxiety. *Research an Aging*, 22(5), 533-558.
DOI: 10.1177/0164027500225004
- [25] Lasher, K. P., & Faulkender, P. J. (1993). Measurement of aging anxiety: Development of the anxiety about scale. *International Journal of Aging & Human Development*, 37(4), 247-259.
DOI: 10.2190/1U69-9AU2-V6LH-9Y1L
- [26] Diener, E., Emmons, R. A., Larson, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- [27] Cho, M. J., & Kim, K. H. (1993). Diagnostic Validity of the CES-D(Korean Version) in the Assessment of DSM-III-R Major Depression. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 32(3), 381-399.
- [28] Kim, J. S. & Kang, S. (2012) Baby Boom Generation's Burden for Taking Care of Children, Aging Anxiety, Preparations for Old Age and Quality of Life. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 26(3), 440-452.
DOI: 10.5932/jkphn.2012.26.3.440
- [29] Park, S. H. (2010). Preparing for the Retiring Baby Boom Generation in Korea: from the National Human Resource Development Perspectives. Unpublished master's thesis, Korea University, Seoul.
- [30] Lee, S. J. (2005). *Life Activity Patterns and Psychological Well-being among Older Men Retirees*. Unpublished doctoral dissertation, Chonnam National University, Gwangju.
- [31] Park, M. A. (2018). The Impact of Economic Preparation of Baby Boomers on Life Satisfaction : A Comparative Study on the Former and the Latter Baby Boomers. Unpublished master's thesis, Kyung Hee University, Seoul.
- [32] Kim, O. N. (2003). The Old's Health, Social Support and Depression in Rural Community. *Korean Journal of Family Welfare*, 8(2), 5-22.
- [33] Lee, M. S. (2012). A study of factors affecting the intention of moving into the elderly housing facilities of baby boomer generation. Unpublished doctoral dissertation, Daegu Haany University, Gyeongbuk.
- [34] Kim, K. B., Park, M. S., & Sok, S. H. (2008). A Study on Middle-Aged People's Preparation for Old Age Life and Their Perception of Long-term Care Facilities. *Journal of the Korean Academy of Community Health Nursing*, 19(3), 480-494.
- [35] Lee, S. S. & Cha, Y. E. (2003). A Study of the Relationship among Family Support, Public Support and the Depression of the Functional Disabled Elderly. *Journal of the Korean Home Economics Association*. 41(3), 165-180.

정 은 영(Jung, Eun Young) [정회원]



- 2003년 2월 : 고려대학교 간호학과(간호학석사)
- 2013년 2월 : 고려대학교 간호학과(간호학박사)
- 2013년 3월~현재 : 청암대학교 간호학과 조교수

· 관심분야 : 재난·안전, 보건정책, 지역사회간호, 법규
· E-Mail : 1130jey@hanmail.net

서 은 희(Seo, Eun Hui) [정회원]



- 2005년 8월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과(간호학석사)
- 2011년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과(간호학박사)
- 1996년~1999년 : 서울특별시 서울의료원 중환자실 간호사

· 2010년 3월~현재 : 초당대학교 간호학과 부교수
· 관심분야 : 간호교육, 중환자간호
· E-Mail : sillvia1004@cdu.ac.kr

김 은 영(Kim, Eun Young) [정회원]



- 2011년 8월 : 조선대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 1994년~1999년 : 고려대학교 안암병원 간호사
- 2011년 9월~2013년 2월 : 서남대학교 간호학과 조교수

· 2013년 3월~현재 : 광주대학교 간호학과 조교수
· 관심분야 : 아동청소년간호, 건강증진
· E-Mail : eykim@gwangju.ac.kr