



어시장 상인의 건강증진행위 영향요인

이은주¹ · 양승경²

경남대학교 간호학과 부교수¹, 경남대학교 간호학과 조교수²

Factors Influencing Health-Promoting Behaviors among Fish Market Merchants

Lee, Eun Joo¹ · Yang, Seung Kyoung²

¹Associate Professor, Department of Nursing, Kyungnam University, Changwon

²Assistant Professor, Department of Nursing, Kyungnam University, Changwon, Korea

Purpose: This study aimed to identify the factors influencing health-promoting behaviors (HPB) among fish market merchants. **Methods:** A cross-sectional descriptive design including 117 merchants working at a fish market in city C. Data were collected using self-reported questionnaires during April 19-30, 2021, and were analyzed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, Scheffé's test, Pearson correlation coefficients, and stepwise multiple regression analysis with SPSS/WIN 23.0. **Results:** The scores were 2.68 ± 0.49 for HPB among fish market merchants. Factors significantly influencing HPB among fish market merchants were perceived disabilities ($\beta = -.42, p < .001$), self-efficacy ($\beta = .26, p < .001$), perceived benefits ($\beta = .16, p = .012$), exercise ($\beta = .14, p = .023$) and daily working hours ($\beta = -.13, p = .030$). These factors accounted for 60.3% of the HPB of fish market merchants. **Conclusion:** These findings suggest that efforts are needed to reduce perceived disabilities, reduce working hours per day, and develop programs to enhance self-efficacy, perceived benefits, and exercise in order to promote HPB among fish market merchants.

Key Words: Health promotion; Health behavior; Market

서론

1. 연구의 필요성

우리나라 5인 미만 소규모 사업장 근로자는 2,996,744명으로 규모에 따른 산업 재해율은 5인 미만 사업장에서 1.15%로 가장 높은 비율을 차지하였으며, 이는 전년도 1.07%에 비해 증가된 수치이다(Korean Statistical Information Service, 2019).

전통시장은 1인 점포운영 비율이 55.4%로 절반 이상을 차지하고 있으며(Small Business Corporation Policy Laboratory, 2019), 이러한 영세 사업장의 경우 근로환경이나 근로조건이 대규모 사업장 근로자에 비해 매우 열악한 실정이다.

전통시장 내 상인들은 소음이나 분진, 고온의 환경에 주로 노출되며(Kim, Park, & Hwang, 2016), 협소하고 유해한 공간에서 장시간 근무하고 있다(Shin, 2014). 이처럼 전통시장 내 상인은 건강생활을 실천하기 어려운 근무여건에서 생활하고

주요어: 건강증진, 건강행동, 시장

Corresponding author: Yang, Seung Kyoung <https://orcid.org/0000-0002-7424-7263>

Department of Nursing, Kyungnam University, 7 Gyeongsangdaehak-ro, Masanhappo-gu, Changwon 51767, Korea.
Tel: +82-55-249-2120, Fax: +82-55-246-6184, E-mail: yangsk@kyungnam.ac.kr

Received: Aug 9, 2021 | Revised: Oct 12, 2021 | Accepted: Oct 15, 2021

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.

있으며(Hwang, Kwon, & Jeon, 2017), 특히 어시장 상인은 수산물을 다루면서 발생하는 생선 냄새와 높은 습도 및 미끄러운 바닥 환경으로 인해, 전통시장 내 다른 업종에 비해 더욱 열악한 작업환경에 노출된다(Choi, 2003). 하지만 이들을 위한 체계적인 건강관리는 부족한 실정으로 어시장 상인들의 건강증진에 관심을 가질 필요가 있다.

전통시장 상인의 연령은 대개 50~70대의 중장년층이며, 작업자세가 나쁘고 신체활동량이 부족하여 근골격계 질환 발생 위험이 높다(Hwang, Kim, & Kim, 2017). 불규칙한 식생활로 영양상태가 불량하고, 비만이나 과체중이 많으며(Hwang, W. J. et al., 2017), 복부비만, 관절염, 당뇨병, 고혈압, 고콜레스테롤혈증, 대사증후군 등 만성질환에서도 높은 유병율을 보인다(Hwang, S. H. et al., 2017; Kim, Nam, & Yi, 2011). 또한 높은 수준의 심리적 스트레스와 우울을 경험하며, 심할 경우 자살 충동을 느끼기도 한다(Hwang, S. H. et al., 2017). 전통시장 상인들의 건강 위험은 열악한 근무환경과 이로 인한 건강하지 못한 생활습관과 관련되므로(Choi, 2003), 건강증진행위의 실천을 통해 건강수준을 증진시키고 질병을 예방할 수 있을 것이다.

건강증진행위는 개인이나 집단이 최적의 안녕상태를 이루고, 개인 욕구 충족과 자아실현을 유지, 증진하려는 행위로, 식이, 운동, 금연, 금주, 수면 등 다양한 생활양식에 적용된다(Pender, 1996). 건강증진모델(Pender, 1996)에 따르면 개인의 경험과 특성은 행위와 관련된 인지, 감정, 인간 상호작용 등을 통해 발생하게 되는 행위의도를 거쳐 행위결과로서 건강증진행위에 영향을 미친다고 하였다. 이때 행위와 관련된 인지로는 지각된 유익성, 지각된 장애성, 자기효능감이 포함된다(Pender, 1996). 건강증진행위 실천을 위한 어시장 상인 대상의 건강증진 프로그램 운영 실태는 찾기 어려웠으나 최근 전통시장 상인의 건강에 대한 관심 정도가 증가되고 있는 추세이다. 이를 반영하여 전통시장 내 여성근로자를 대상으로 건강증진 프로그램 모형이 개발되었으며(Kim, Lee, & Hwang, 2015), 전통상인의 건강상태 및 건강행태 관련 연구(Hwang S. H. et al., 2017), 건강 관련 삶의 질(Shin & Bae, 2019) 및 웰니스 프로그램에 관한 연구가 이루어졌다(Chae, 2020). 그러나 아직까지 전통시장이나 어시장 상인을 대상으로 한 건강증진 관련 연구는 다른 사업장 근로자들에 비해 부족한 실정이다.

우울은 건강상태나 건강행동과 관련성이 높으며, 건강 관련 삶의 질에 부정적인 영향을 미치는 것으로 보고된다(Shin & Bae, 2019). 장시간의 근무(Kim, Kim, Jung, Kim, & Park, 2009)와 불규칙한 생활습관(Hwang, W. J. et al., 2017)은 신

체 질환뿐 아니라 심리적인 문제로까지 이어질 수 있다(Kim, Yoon, & Kim, 2015). 전통시장 내 평균 영업시간은 10.3시간으로, 10시간에서 19시간 영업 점포 비중이 71.8%로 시장 상인들은 대부분 장시간 근무를 하는 것으로 나타났다(Small Business Corporation Policy Laboratory, 2019). 근무시간이 긴 경우 우울 발생 가능성이 남성 1.25배, 여성은 1.30배 높은 것으로 보고되며(Park & Oh, 2018), 우울 증상이 높은 경우 건강증진행위는 낮아지는 것으로 나타나(Jung, Choo, & Kim, 2021), 어시장 상인의 건강증진행위 향상을 위해서는 이들의 우울 정도를 살펴볼 필요가 있다.

이와 같이 지각된 민감성, 지각된 장애성, 자기효능감 및 우울 변인은 건강증진행위와 관련성이 높으므로 이들 변인이 어시장 상인의 건강증진행위에 어떠한 영향을 미치는지 확인해볼 필요가 있다. 어시장은 전통시장의 한 형태이며, 수산물의 특성상 농산물 시장이나 공산물 시장과는 다른 특성을 가진다(Choi, 2003). 전통시장 상인에 관한 국내연구는 여러 편(Hwang, S. H. et al., 2017; Kim et al., 2011; Shin, 2014; Shin & Bae, 2019) 있었으나 어시장 상인을 대상으로 한 연구는 한 편(Choi, 2003)에 불과했으며, 이는 어시장 상인의 근로환경, 생활실천도, 건강상태변화 간의 관련성을 확인한 연구로, 건강증진행위와 관련된 연구는 찾아볼 수 없었다.

따라서 본 연구에서는 건강증진모델을 활용하여 건강행위와 관련된 지각된 유익성, 지각된 장애성, 자기효능감 및 우울이 어시장 상인의 건강증진행위에 어떠한 영향을 미치는지 확인하고자 한다. 이는 어시장 상인에게 건강증진행위에 대한 경각심을 높이고, 어시장 상인을 위한 맞춤형 건강증진 프로그램의 기초자료를 제공할 것이다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 어시장 상인의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 어시장 상인의 인구사회학적 특성을 파악한다.
- 어시장 상인의 지각된 유익성, 지각된 장애성, 자기효능감, 우울 및 건강증진행위 정도를 파악한다.
- 어시장 상인의 인구사회학적 특성에 따른 건강증진행위의 차이를 파악한다.
- 어시장 상인의 건강증진행위와 관련된 변수와의 상관관계를 파악한다.
- 어시장 상인의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 일 지역 어시장 상인의 건강증진행위의 정도와 이에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구대상은 경상남도 C시에 소재하는 일개 어시장에 종사하는 상인을 편의표집 하였다. 해당 어시장은 점포수가 2,000개 이상인 곳으로 지역의 대표적인 전통 어시장이다. 연구대상자의 구체적인 선정기준은 19세 이상의 성인으로 연구목적 이해하고 자발적으로 연구참여에 동의한 자이며, 현재 정신질환으로 약물 복용 중이거나 불안장애, 우울증, 공황장애 등의 진단을 받은 자는 선정기준에서 제외하였다. 표본 수는 G*Power 3.1.2 프로그램을 이용하였으며, 어시장 상인을 대상으로 건강증진행위 관련 연구가 없어 중장년층 대상의 건강증진행위 관련 연구(Ham, 2011)에 근거하여 일반적 특성 관련 요인 및 독립변수를 포함하여 산정하였다. 다중회귀분석에서 유의수준 .05, 검정력 .80, 중간 정도의 효과크기 .15, 예측변인 8개로 산출한 결과, 최소 표본크기는 109명이었으며 탈락률 15%를 고려하여 125명에게 설문지를 배부하였다. 그 중 응답이 불충분한 8부를 제외한 117부를 최종 분석에 사용하였다.

3. 연구도구

1) 인구사회학적 특성

인구사회학적 특성은 연령, 성별, 교육정도, 결혼 상태, 평균 월 가정수입, 흡연, 음주, 운동여부, 영업 업종, 영업 경력, 주당 평균 근무일수, 하루 평균 근무시간, 근무환경 만족도, 질병상태, 체질량지수를 포함하였다. 체질량지수(Body Mass Index, BMI)는 체중(kg)을 키의 제곱(m²)으로 나눈 값으로, 18.4 kg/m² 이하는 저체중, 18.5~24.9 kg/m² 정상 체중, 25~29.9 kg/m² 과체중, 30 kg/m² 이상은 비만으로 분류하였다(World Health Organization, 2021).

2) 지각된 유익성

지각된 유익성은 Moon (1990)이 개발한 건강신념 측정도구에서 유익성과 관련된 문항을 Jeon과 Kim (2010)이 수정한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 11문항으로 각 문항은 ‘전혀

그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지의 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 지각된 유익성이 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 내적신뢰도 Cronbach's α 는 .71이었고, Jeon과 Kim (2010)의 연구에서 Cronbach's α 는 .91, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .95였다.

3) 지각된 장애성

지각된 장애성은 Moon (1990)이 개발한 건강신념 측정도구에서 관련된 문항을 Jeon과 Kim (2010)이 수정한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 10문항으로 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지의 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 지각된 장애성이 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 내적신뢰도 Cronbach's α 는 .86, Jeon과 Kim (2010)의 연구에서 Cronbach's α 는 .78, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .77이었다.

4) 자기효능감

자기효능감은 Jerusalem과 Schwarzer (1992)가 개발한 도구를 Lee, Schwarzer와 Jerusalem (1994)이 번안한 한국어판 일반적 자기효능감 도구(Korean Adaptation of the General Self-Efficacy Scale)를 사용하였다. 이 도구는 총 10문항으로 각 문항은 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 4점까지의 4점 Likert 척도로 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. 도구 개발 당시의 Cronbach's α 는 .75였으며, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .88이었다.

5) 우울

우울은 Radloff (1977)가 개발한 Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D)를 Chon, Choi와 Yang (2001)이 번안하고 타당화한 한국판 CES-D를 사용하였다. 지난 일주일 동안의 우울한 느낌과 행동을 묻는 총 20문항으로 구성되었다. 각 문항에 대해 지난 일주일 동안 우울경험에 대한 빈도로 측정하며 ‘거의 없음(1일 이하)’ 0점, ‘가끔(1~2일)’ 1점, ‘자주(3~4일)’ 2점, ‘거의 대부분(5~7일)’ 3점으로 점수화하였다. 점수범위는 0점에서 60점이며, 정상수준(0~15점), 경도의 우울수준(16~20점), 중등도 우울수준(21~24점), 심각한 우울수준(25점 이상)으로 분류하였다. Chon 등(2001)의 연구에서 Cronbach's α 는 .91, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .87이었다.

6) 건강증진행위

건강증진행위는 Walker, Volkan, Sechrist와 Pender (1988)가 개발한 Health Promoting Lifestyle Profile (HPLP) 도구를 Hwang (2004)이 번안하고 Jeon, Choi와 Han (2007)이 수정·보완한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 26문항으로 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 4점까지의 4점 Likert 척도로 점수가 높을수록 건강증진행위가 높음을 의미한다. Jeon 등(2007)의 연구에서 Cronbach’s α 는 .84였으며, 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .91이었다.

4. 자료수집

본 연구는 K대학교 생명윤리위원회의 승인(No. 1040460-A-2020-040)을 받은 후 설문조사를 진행하였다. 자료수집은 2021년 4월 19일부터 4월 30일까지였으며, 연구자에게 사전교육을 받은 연구보조원 2인이 직접 어시장을 방문하여 설문을 실시하였다. 어시장 내 상인들을 1:1로 방문하여 연구의 목적과 절차를 설명하였으며, 연구결과는 연구 이외의 목적으로 사용되지 않을 것, 비밀보장, 연구참여 도중 언제든지 중단할 수 있음과 연구에 참여하지 않더라도 어떠한 불이익도 없음을 설명하였다. 연구참여에 자발적인 동의를 할 경우 서면동의서를 받고 설문지를 작성하였으며, 소정의 답례품이 제공되었다. 설문 소요되는 시간은 10~15분 정도였다.

5. 자료분석

수집된 설문 자료는 IBM SPSS/WIN 23.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 통계적 유의수준은 .05로 양측검정을 실시하였다. 인구사회학적 특성, 지각된 유익성, 지각된 장애성, 자기효능감, 우울, 건강증진행위는 빈도, 백분율, 평균과 표준편차를 구하였고, 인구사회학적 특성에 따른 건강증진행위의 차이는 independent t-test와 ANOVA, Scheffé 사후 분석을 실시하였다. 연속 변수와 건강증진행위 간의 상관관계는 Pearson correlation coefficients로 분석하였으며, 건강증진행위에 영향을 미치는 요인은 다중회귀분석을 실시하였다.

(63.2%)이었다. 평균 연령은 55.5 ± 10.9 세였으며, ‘50세 미만’ 38명(32.5%), ‘50세~59세’ 35명(29.9%), ‘60세~69세’ 30명(25.6%)이며, ‘70세 이상’ 14명(12.0%)이었다. 교육정도는 ‘고등학교 졸업’ 68명(58.1%), ‘대학교 졸업 이상’ 39명(33.3%), ‘중학교 졸업 이하’ 10명(8.5%) 순으로 나타났다. 결혼 상태는 기혼이 105명(89.7%)으로 대부분을 차지하였다. 월 평균 가정 수입은 ‘201만원~300만원’이 51명(43.6%)으로 가장 많았다. 흡연을 하는 경우가 27명(23.1%), 음주를 하는 경우 25명(21.4%), 운동을 하는 경우 50명(42.7%)이었다.

종사업종으로는 수산업이 60명(51.3%)으로 가장 많았고, 음식서비스 20명(17.1%), 의류, 화장품, 생활잡화 15명(12.8%), 농산업 8명(6.8%), 축산업 6명(6.8%)이었다. 근무환경 만족도는 ‘보통’이 85명(72.6%)으로 대부분을 차지하였다. 질병이 있는 경우는 56명(47.9%)이었으며, 질병 종류는 중복응답으로 고혈압 25명(21.4%), 관절염 25명(21.4%), 당뇨 24명(20.5%), 이상지질혈증 17명(14.5%) 순이었다. 체질량지수는 정상인 74명(63.2%)으로 가장 많았으며, 그 다음이 과체중 31명(26.5%) 순으로 나타났다. 평균 영업 경력은 17.76 ± 11.39 년, 주당 평균 근무일수는 5.91 ± 0.85 일, 하루 평균 근무시간은 9.63 ± 1.76 시간이었다(Table 1).

2. 지각된 유익성, 지각된 장애성, 자기효능감, 우울, 건강증진행위 정도

대상자의 지각된 유익성은 평균 4.28 ± 0.65 점(범위: 1~5점)이었고, 지각된 장애성은 평균 2.14 ± 0.69 점(범위: 1~5점)이었다. 자기효능감은 평균 2.99 ± 0.46 점(범위: 1~4점)이었으며, 우울은 평균 12.98 ± 7.06 점(범위: 0~60점)이었다. 우울 점수에 따른 구분에서 정상(0~15점)은 84명(71.8%), 경한 우울(16~20점)은 19명(16.2%), 중등도 우울(21~24점)은 5명(4.3%)이며, 심각한 우울(25점 이상)은 9명(7.7%)이었다. 건강증진행위는 평균 2.68 ± 0.49 점(범위: 1~4점)으로 나타났다(Table 2).

3. 일반적 특성에 따른 건강증진행위의 차이

일반적 특성 중 운동여부와 근무환경 만족도는 건강증진행위와 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 운동을 하는 경우가 하지 않는 경우에 비해($t=3.59, p<.001$), 근무환경 만족도가 ‘보통’, ‘ 좋음’인 경우 ‘나쁨’에 비해($F=7.09, p<.001$) 건강증진행위가 유의하게 높았다(Table 3).

연구결과

1. 인구사회학적 특성

본 연구대상자의 성별은 남성 43명(36.8%), 여성 74명

Table 1. Demographic Characteristics of Participants (N=117)

Characteristics	Categories	n (%) or M±SD
Gender	Male	43 (36.8)
	Female	74 (63.2)
Age (year)	< 50	38 (32.5)
	50~59	35 (29.9)
	60~69	30 (25.6)
	≥70	14 (12.0)
		55.5±10.9
Education level	≤ Middle school	10 (8.5)
	High school	68 (58.1)
	≥ College	39 (33.3)
Marital status	Not married	12 (10.3)
	Married	105 (89.7)
Monthly household income (10,000 won)	≤ 200	27 (23.1)
	201~300	51 (43.6)
	301~400	31 (26.5)
	≥ 401	8 (6.8)
Smoking status	Yes	27 (23.1)
	No	90 (76.9)
Drinking status	Yes	25 (21.4)
	No	92 (78.6)
Exercise status	Yes	50 (42.7)
	No	67 (57.3)
Types of business	Fishing industry	60 (51.3)
	Agroindustry	8 (6.8)
	Livestock industry	6 (6.8)
	Food service	20 (17.1)
	General store	15 (12.8)
	Others	6 (5.1)
Satisfaction on working environment	Bad	12 (10.3)
	Moderate	85 (72.6)
	Good	20 (17.1)
Existence of disease	Yes	56 (47.9)
	No	61 (52.1)
Types of disease [†]	Hypertension	25 (21.4)
	Diabetes mellitus	24 (20.5)
	Dyslipidemia	17 (14.5)
	Arthritis	25 (21.4)
	Spinal disk disorder	3 (2.6)
	Stroke	4 (3.5)
Body Mass Index	Under weight	4 (3.4)
	Normal weight	74 (63.2)
	Overweight	31 (26.5)
	Obesity	8 (6.8)
Employment history (year)		17.76±11.39
Weekly working days		5.91±0.85
Daily working hours		9.63±1.76

[†] Multiple answers.

Table 2. Degree of Perceived Benefits, Perceived Disabilities, Self Efficacy, Depression and Health Promotion Behavior (N=117)

Variables	n (%) or M±SD	Possible range	
Perceived benefits	4.28±0.65	1~5	
Perceived disabilities	2.14±0.69	1~5	
Self efficacy	2.99±0.46	1~4	
Depression	12.98±7.06	0~60	
	Normal	84 (71.8)	0~15
	Mild	19 (16.2)	16~20
	Moderate	5 (4.3)	21~24
Severe	9 (7.7)	25~60	
Health promotion behavior	2.68±0.49	1~4	

4. 주요 변인 간 상관관계

대상자의 건강증진행위는 자기효능감($r=.51, p<.001$), 지각된 유익성($r=.36, p<.001$)과 유의한 양의 상관관계가 있었으며, 지각된 장애성($r=-.69, p<.001$), 우울($r=-.57, p<.001$), 하루 근무시간($r=-.19, p=.040$)과 유의한 음의 상관관계를 보였다(Table 4).

5. 어시장 상인의 건강증진행위 영향요인

어시장 상인의 건강증진행위 영향요인을 확인하기 위한 회귀분석을 위해 일반적 특성 중 건강증진행위와 차이를 보인 운동여부, 근무환경 만족도는 더미변수 처리하여 투입하였고, 하루 근무시간, 지각된 유익성, 지각된 장애성, 자기효능감, 우울을 설명변수로 투입하였다.

Durbin-Watson은 1.82, 공차한계(tolerance)는 .54~.94로 0.1보다 컸으며, 분산팽창계수(VIF)는 1.06~1.89로 10을 넘지 않아 독립변수 간 자기상관과 다중공선성의 문제가 없어 다중회귀분석을 위한 가정을 충족하였다. 회귀분석 모형의 적합도 검정을 위한 Kolmogorov-Smirnov 정규성 검정을 실시한 결과 잔차의 정규성을 만족하여($z=.072, p=.200$), 본 회귀모형이 적합한 것을 알 수 있었다.

회귀분석 결과, 어시장 상인의 건강증진행위에 영향요인은 지각된 장애성($\beta=-.42, p<.001$), 자기효능감($\beta=.26, p<.001$), 지각된 유익성($\beta=.16, p=.012$), 운동($\beta=.14, p=.023$), 하루 근무시간($\beta=-.13, p=.030$) 순으로 나타났다. 이들 변인들의 설명력은 60%였다($F=26.18, p<.001$)(Table 5).

Table 3. Differences in Health Promotion Behavior according to Characteristics of Participants (N=117)

Characteristics	Categories	Health promotion behavior	
		M±SD	t or F (p) Scheffé
Gender	Male	2.77±0.51	1.57 (.119)
	Female	2.62±0.48	
Age (year)	< 50	2.68±0.39	0.48 (.694)
	50~59	2.69±0.52	
	60~69	2.73±0.53	
	≥ 70	2.54±0.61	
Education level	≤ Middle school	2.50±0.51	0.79 (.456)
	High school	2.68±0.50	
	≥ College	2.72±0.48	
Marital status	Not married	2.64±0.44	-0.25 (.801)
	Married	2.68±0.50	
Monthly household income (10,000 won)	≤ 200	2.51±0.53	1.64 (.185)
	201~300	2.69±0.38	
	301~400	2.78±0.56	
	≥ 401	2.75±0.63	
Smoking status	Yes	2.70±0.47	0.22 (.829)
	No	2.67±0.50	
Drinking status	Yes	2.55±0.46	-1.50 (.135)
	No	2.71±0.50	
Exercise status	Yes	2.86±0.44	3.59 (< .001)
	No	2.54±0.48	
Types of business	Fishing industry	2.62±0.53	1.73 (.134)
	Agroindustry	2.49±0.44	
	Livestock industry	2.86±0.41	
	Food service	2.68±0.50	
	General store	2.96±0.37	
	Others	2.58±0.24	
Satisfaction on working environment	Bad ^a	2.34±0.38	7.09 (.001) a < b, c
	Moderate ^b	2.70±0.48	
	Good ^c	2.87±0.46	
Existence of disease	Yes	2.64±0.52	-0.86 (.389)
	No	2.72±0.47	
Body Mass Index	Under weight	2.46±0.82	0.34 (.795)
	Normal weight	2.69±0.49	
	Overweight	2.68±0.50	
	Obesity	2.60±0.54	

논 의

본 연구는 건강증진모델을 활용하여 어시장 상인의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 시행되었으며, 연구결과에 대해 다음과 같이 논의하고자 한다.

본 연구결과 어시장 상인의 건강증진행위 정도는 2.68±0.49 점(범위: 1~4점)으로 보통 수준으로 나타났다. 산업장 근로자를 대상으로 한 연구(Lim & Shim, 2021)에서 건강증진행위는 2.32±0.34점(범위: 1~4점)으로 본 연구대상자의 건강증진행위 정도가 더 높은 수준임을 알 수 있었다. 본 연구에서 남성의 비율은 36.8%였으나 선행연구(Lim & Shim, 2021)에서는 남성의 비율이 88.9%로 본 연구와 남녀 비율에서 차이가 있는 것으로 나타났다. 또한 본 연구대상자의 연령은 50대 이하의 경우가 32.5%였으나 선행연구(Lim & Shim, 2021)에서는 87.3%였다. 이처럼 성별이나 연령과 같은 연구대상자의 특성에 따라 건강증진행위 정도가 달라질 수 있을 것으로 생각된다. 또한 교대근무 여부나 근무 직종 등 직업적 특성에 따라 건강증진행위 실천정도가 달라질 수 있을 것으로 예상되므로 추후 시장 상인을 대상으로 건강증진행위 수준을 비교해 볼 필요가 있다. 본 연구대상자의 연령은 평균 55.5세로 중장년층에 해당하며 열악한 근무환경 속에서 장시간 근무하는 것을 고려해 볼 때 건강증진행위 수행을 위한 보다 적극적인 노력이 요구된다. 어시장의 건강증진은 생산성 증가로 이어져 수산업 전반에 활력을 주며, 지역사회보건의료 비용의 절감 효과도 가져 올 수 있을 것으로 사료된다.

본 연구결과 어시장 상인의 건강증진행위는 자기효능감, 지각된 유익성과 유의한 양의 상관관계가 있었으며, 지각된 장애성, 우울, 하루 근무시간과는 유의한 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 건강증진모델을 활용하여 근로자의 운동행위를 살펴본 연구(Yang, Ha, & Jung, 2015)에서 지각된 운동유익성, 지각된 운동장애성, 자기효능감은 운동행위와 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타나 본 연구결과와 비슷한 맥락으로 이해해 볼 수 있으며, 근로자 우울은 건강증진행위(Jung et al., 2021)와 음의 상관관계가 있는 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하였다. 하루 근무시간과 건강증진행위의 상관관계를 살펴본 연구는 찾기 힘들었으며 추후 연구를 통해 재확인해 볼 필요가 있다. 이상의 결과를 고려해 볼 때 어시장 상인의 건강증진 프로그램 개발을 위해서는 이들 변수를 고려한 접근이 효과적일 것으로 생각된다.

본 연구결과 어시장 상인의 건강증진행위에 가장 큰 영향요인은 지각된 장애성이었으며, 다음으로 자기효능감, 지각된 유익성, 운동, 하루 근무시간 순으로 나타났다. 먼저 지각된 장애성은 건강증진행위에 부정적 영향을 미쳤으며, 이는 지각된 장애성이 높을수록 건강증진행위가 낮아짐을 의미한다. 중장년층을 대상으로 한 연구(Ham, 2011)에서 지각된 장애성은 건강증진행위에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타나 이를 지지하

Table 4. Correlations among Main Variables

(N=117)

Variables	Employment history	Working days	Working hours	Perceived benefits	Perceived disabilities	Self efficacy	Depression
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Employment history	1						
Weekly working days	.14 (.127)	1					
Daily working hours	.15 (.101)	.11 (.205)	1				
Perceived benefits	-.23 (.011)	.23 (.012)	.06 (.533)	1			
Perceived disabilities	.01 (.925)	-.09 (.360)	.06 (.498)	-.21 (.026)	1		
Self efficacy	.02 (.860)	.23 (.015)	.02 (.851)	.31 (.001)	-.39 (<.001)	1	
Depression	.12 (.209)	.08 (.423)	.16 (.085)	-.32 (<.001)	.59 (<.001)	-.37 (<.001)	1
Health Promotion Behavior	.09 (.340)	.14 (.123)	-.19 (.040)	.36 (<.001)	-.69 (<.001)	.51 (<.001)	-.57 (<.001)

Table 5. Influencing Factors on Health Promotion Behavior of Fish Market Merchants

(N=117)

Variables	B	SE	β	t	p
(Constant)	63.98	9.93		6.44	<.001
Exercise (ref.=No)	3.76	1.63	.14	2.30	.023
Satisfaction on working environment (ref.=Bad)	3.22	2.78	.08	1.16	.248
Daily working hours	-0.97	0.44	-.13	-2.20	.030
Perceived benefits	0.29	0.11	.16	2.54	.012
Perceived disabilities	-0.88	0.17	-.42	-5.27	<.001
Self efficacy	0.73	0.19	.26	3.82	<.001
Depression	-0.18	0.15	-.10	-1.20	.233

Adjusted R²=.60, F=26.18, p<.001

였다. 지각된 장애성은 행위에 대한 이용 불편성, 어려움, 비용 부담, 시간적 문제를 포함하고 있으며(Pender, 1996), 본 연구 대상자는 건강증진행위를 실천함에 있어 건강서비스 시설 이용이 불편하거나 고비용, 시간부족 등과 같은 부정적 인식이 건강증진행위의 실천을 가로막는 가장 큰 요인으로 작용하였다. 건강증진행위 예측모형에 관한 연구(Jeon & Kim, 2010)에서 지각된 장애성은 행동계획수립에 영향을 미치는 변수이며, 행동계획수립의 간접 효과를 통해 건강증진행위에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 지각된 장애성이 건강증진행위에 직접 영향을 미치기보다 행동계획수립을 통하여 건강증진행위의 실천에 영향을 미친다고 하였다. 따라서 건강증진행위를 향상시키기 위해 정해진 시간이나 장소, 특정 건강행위 수행에 대한 자세한 정보를 제공하고, 이를 이행하는데 필요한 건강전략을 수립해야 할 것이다. 또한 지각된 장애성을 낮추기 위해

어시장 상인에게 건강증진행위의 실천을 위한 잘못된 정보를 수정하고, 비용이나 거리 문제 등의 장애성 측면이 해결될 수 있도록 다차원적인 지원방안이 마련되어야 할 것이다. 전통시장 근로여성의 보건의료요구도 조사연구(Hwang, W. J. et al., 2017)에 따르면 전통시장 내 건강서비스 시설을 설치할 경우 73.6%가 이용할 의사가 있는 것으로 나타나 시장 내 가까운 장소에 상인들을 위한 건강관리실 설치가 시급함을 예상해 볼 수 있었다.

자기효능감은 어시장 상인의 건강증진행위를 유의하게 향상시키는 요인이었으며, 학령기 비만아동 대상 연구에서도 건강증진행위의 예측요인인 것으로 나타나(Jeon & Kim, 2010) 본 연구결과를 지지하였다. 자기효능감이 높은 경우 상황적 요구에 맞게 자신의 능력을 발휘하고 문제를 해결할 수 있기 때문에 질병의 예방과 건강증진에 있어서도 적극적으로 수행하게

된다(Bandura, 1993). 자기효능감이 높은 경우 지각된 장애성은 낮아지는 것으로 나타났으므로(Pender, 1996), 어시장 상인들의 자기효능감 증진을 통해 지각된 장애성을 극복하고 건강증진행위를 실천할 수 있도록 노력하여야 할 것이다. 선행연구(Chae, 2020)에 따르면 전통시장 상인들은 질병 관련 주제로 역량강화 프로그램을 통해 건강자기효능감이 상승하는 것으로 나타났다. 따라서 다양한 건강증진 프로그램을 개발 및 적용을 통해 어시장 상인들의 자기효능감을 증진시킬 필요가 있다.

본 연구결과 지각된 유익성은 건강증진행위에 유의한 영향요인으로 나타났다. 중장년층을 대상으로 한 연구(Ham, 2011)에서 지각된 유익성은 건강증진행위에 영향을 미치는 것으로 나타나 이를 지지하였다. 건강행위에 대한 이익과 효율성을 높게 인식할수록 지각된 장애성이 낮아지며, 자기효능감이 증가하여 바람직한 건강행위의 이행을 촉진시킬 수 있게 된다(Jeon & Kim, 2010). 따라서 건강증진행위의 효과로써 얻을 수 있는 다양한 긍정적인 결과를 강조할 필요가 있다. 이를 위해 질병 예방과 건강유지에 대한 효율성을 강조한 건강교육이 필요하며, 바쁜 업무와 긴 근무시간을 고려하여 앱 기반의 디지털 교육이 제공되어야 할 것이다.

일반적 특성 중 운동은 건강증진행위에 유의한 영향요인으로 나타났다. 운동은 대표적인 건강증진행위의 하나이며(Pender, 1996) 전통시장 상인들의 심혈관질환과 대사증후군을 예방하는데 유용한 활동이다(Shin, 2014). 그럼에도 상인들의 운동 실천율은 낮은 편이었으며(Kim et al., 2011) 본 연구에서도 운동을 하지 않은 경우가 57.3%로 절반을 상회하였다. 전통시장 상인에서 연령이 높아질수록 허리둘레가 증가하는 것은 음식섭취량에 비해 운동이 부족하기 때문이며, 운동과 대사증후군은 높은 관련성이 있다고 보고된다(Shin, 2014). 따라서 상인들에게 운동에 대한 동기 부여를 해야 하며, 어시장 환경에 적합한 운동공간이나 시설의 제공과 함께 운동계획과 실천을 도울 수 있는 운동 관리 인력이 필요할 것으로 생각된다.

하루 근무시간은 건강증진행위에 유의한 영향요인이었으며, 하루 근무시간이 길수록 건강증진행위 정도가 낮아지는 것으로 나타났다. 1점포당 1인의 영업체계를 운영하는 전통시장 상인들의 경우 자리를 비우기 어려우며 개인의 근무시간이 길기 때문에 건강증진행위를 제대로 수행하지 못할 수 있다. 전통시장 상인이 건강검진을 받지 못하는 이유로 의뢰기간의 운영 시간과 맞지 않으며, 일하는 중 자리를 비울 수 없다고 하여(Hwang, W. J. et al., 2017), 상인들은 장시간의 근무시간으로 인해 건강행위를 실천하기 어려운 상황임을 짐작할 수 있다. 본

연구에서도 대상자의 하루 근무시간은 9.63시간으로, 근로기준법에 의한 법정 근로시간인 1일 8시간을 초과하였으나, 상시 5인 미만 사업장의 경우 근로시간에 대한 규제가 적용되지 않으므로 대부분 1인 점포를 운영하는 어시장 상인들의 경우 법적규제를 받기 힘든 실정이다. 따라서 어시장 상인의 근무시간을 줄이기 위해서는 자체적으로 어시장 내 정규 식사시간과 영업시간을 설정하고, 같은 업종 간 휴게시간을 대체하는 조직적인 연결망이 제공되어야 할 것으로 생각된다.

한편, 본 연구에서 우울은 건강증진행위에 유의한 영향요인은 아니었으나 Jung 등(2021)의 연구에서 우울 증상이 건강증진행위에 유의한 영향요인으로 확인되어 본 연구결과와 차이를 보였다. 이는 우울 측정도구가 다르며, 우울 수준, 성별, 연령 등 다양한 특성들이 변인들에 작용하여 연구결과를 상이하게 만든 것이라 생각된다. 그러나 본 연구에서 우울은 건강증진행위와 유의한 상관관계를 보였고 7.7%의 대상자가 심각한 우울로 분류되었으므로, 어시장 상인의 우울 정도를 선별하여 건강증진을 위한 교육과 기본 검진 등이 실시되어야 할 것이다.

본 연구는 질병 발생 위험이 높은 어시장 상인을 대상으로 건강증진행위 정도와 이와 관련된 영향요인을 처음으로 확인한 연구라는 점에 의의가 있으며, 다음의 제한점을 가진다. 첫째 본 연구대상자는 일개 지역 어시장 상인을 대상으로 편의표집 하였으므로 연구결과를 일반화 하는데 주의가 필요하다. 둘째 본 연구는 서술적 조사연구로 어시장 상인의 건강증진행위의 인과관계를 설명하기에는 제한점이 있다.

결론 및 제언

본 연구는 일 지역 어시장 상인의 건강증진행위 정도와 영향요인을 파악하여 어시장 상인의 건강증진 프로그램을 위한 기초자료를 제공하고자 시도되었다. 분석 결과, 어시장 상인의 건강증진행위 영향요인은 지각된 장애성, 자기효능감, 지각된 유익성, 운동, 하루 근무시간 순으로 나타났다. 건강증진행위의 향상을 위하여 비용, 시간, 거리 등 어시장 상인이 건강행위를 실천하기 어려운 장애요인들을 개선하고 장애성에 대한 잘못된 인식은 수정해야 할 것이다. 또한 성공적인 건강행위 수행에 대한 신념을 높이고, 건강행위의 유의한 결과와 효율성에 중점을 둔 건강교육이 제공되어야 하며, 상인들이 운동을 실천하고 장시간의 근무를 단축시킬 수 있는 시장 환경 조성에 어시장 협의체와 지자체의 전폭적인 지원이 필요하다.

본 연구는 일개 지역의 어시장에 근무하는 상인을 대상으로 하였으며 연구결과를 일반화하기 한계가 있으므로 다양한 지

역의 어시장 상인을 대상으로 한 후속연구가 필요하다. 또한 본 연구결과 어시장 상인의 건강증진행위는 지각된 장애성, 자기 효능감, 지각된 유익성, 운동, 하루 근무시간으로 나타났으므로 이를 바탕으로 건강증진행위 실천을 위해 지각된 장애성 및 하루 근무시간 단축을 위한 노력과 자기효능감, 지각된 유익성, 운동을 강화하기 위한 프로그램 개발 및 그 효과를 검증하는 연구를 제언한다.

REFERENCES

- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist, 28*(2), 117-148.
- Chae, Y. (2020). *Development and effectiveness of community capacity building program for wellness of traditional market traders*. Unpublished doctoral dissertation, Gyeongsang National University, Jinju.
- Choi, Y. A. (2003). *Health states by work environment and life style of workers in a cooperative fish market*. Unpublished master's thesis, Kosin University, Busan.
- Chon, K. K., Choi, S. C., & Yang, B. C. (2001). Integrated adaptation of CES - D in Korea. *Korean Journal of Health Psychology, 6*(1), 59-76.
- Ham, Y. H. (2011). The effect of lifestyle and perceived benefit-perceived barriers of middle and old-aged people on the health promotion behavior. *Journal of the Korean Academy of Health and Welfare for Elderly, 3*(1), 1-19.
- Hwang, S. H., Kwon, O. H., & Jeon, M. S. (2017). Health conditions and health behaviors of merchants at traditional markets. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society, 18*(10), 237-245. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.10.237>
- Hwang, S. Y. (2004). *A study on the health promotion life profile and related factors in nurses*. Unpublished Master's thesis, Hallym university, Chuncheon.
- Hwang, W. J., Kim, J. A., & Kim, H. G. (2017). Women's health status working at traditional marketplaces and their needs for public health care services. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 28*(1), 44-54. <https://doi.org/10.12799/jkachn.2017.28.1.44>
- Jeon, E. Y., Choi, S. R., & Han, S. S. (2007). Influencing factors on health-promotion lifestyle of nurses. *Journal of East-West Nursing Research, 13*(1), 40-47.
- Jeon, M. S., & Kim, H. O. (2010). A predictive model of health promotion behavior in obese school-age children. *Journal of Korean Academy of Nursing, 40*(2), 264-276. <https://doi.org/10.4040/jkan.2010.40.2.264>
- Jerusalem, M., & Schwarzer, R. (1992). *Self-efficacy as a resource factor in stress appraisal processes*. In R. Schwarzer (Eds.), Washington, DC: Hemisphere.
- Jung, S., Choo, J., & Kim, H. J. (2021). Associations between depressive symptoms and work-related musculoskeletal symptoms, and health-promoting behaviors among Korean coast guards. *Korean Journal of Health Promotion, 21*(2), 73-82. <https://doi.org/10.15384/kjhp.2021.21.2.73>
- Kim, H. G., Lee, R. S., & Hwang, W. J. (2015). Intervention model development of health promotion for women workers in traditional marketplaces: using community based participatory action research. *Korean Journal of Occupational Health Nursing, 24*(4), 381-391. <https://doi.org/10.5807/kjohn.2015.24.4.381>
- Kim, H. G., Nam, H. K., & Yi, Y. J. (2011). Study on health behaviors by a risk level of metabolic syndrome among petty merchants in traditional markets. *Korean Journal of Occupational Health Nursing, 20*(3), 328-336. <https://doi.org/10.5807/kjohn.2011.20.3.328>
- Kim, J. A., Park, J. H., & Hwang, W. J. (2016). Heavy metal distribution in street dust from traditional markets and the human health implications. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 13*(8), 820. <https://doi.org/10.3390/ijerph13080820>
- Kim, J. H., Yoon, J., & Kim, S. S. (2015). Association between long working hours and depressive symptoms among interns and residents in South Korea-2014 Korea interns & residents survey. *Journal of Korean Society of Occupational and Environmental Hygiene, 25*(2), 236-243. <https://doi.org/10.15269/JKSOEH.2015.25.2.236>
- Kim, Y. I., Kim, S. L., Jung, H. S., Kim, S. Y., & Park, H. J. (2009). Worker's health belief in health promotion programs and related factors. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 20*(4), 465-473.
- Korean Statistical Information Service. (2019). *Industrial accident analysis*. Retrieved August 05, 2021, from https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=118&tblId=DT_11806_N001&lang_mode=ko&vw_cd=MT_OTITLE&list_id=118_11806_cloe6485&conn_path=14
- Lee, Y. M., Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1994). *Korean adaptation of the general self-efficacy scale*. Retrieved April 01, 2021 from <http://userpage.fu-berlin.de/~health/korean.htm>
- Lim, Y., & Shim, M. S. (2021). Influence of health promotion behavior and perceived health status on the health-related quality of life of industrial employees. *Journal of Korean Public Health Nursing, 35*(1), 165-178.
- Moon, J. S. (1990). *A study of instrument development for health belief of Korean adults*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Park, B., & Oh, Y. (2018). The association between working condition with depression among wage workers. *Korean Association of Health and Medical Sociology, 47*(1), 31-56. <https://doi.org/10.21489/hass.2018.04.47.31>
- Pender, N. J. (1996). *Health promotion in nursing practice* (3rd ed.).

- Standford, Appleton & Lange.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied psychological Measurement, 1*(3), 385-401.
- Shin, H. G. (2014). Comparison of post-hoc among petty merchants of traditional markets. *Korean Journal of Clinical Laboratory Science, 46*(4), 124-130.
- Shin, K. M., & Bae, Y. S. (2019). Analysis of levels of health-related quality of life and its related factors of traditional market merchants. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 30*(4), 437-448.
- Small Business Corporation Policy Laboratory. (2019). *Actual condition of the traditional market and store*. Retrieved August 05, 2021, from https://www.sbiz.or.kr/sup/custcenter/report/1219058_1716.jsp
- Walker, S. N., Volkan, K., Sechrist, K. R., & Pender, N. J. (1988). Health-promoting lifestyles of older adults: Comparisons with young and middle aged adults, correlates and patterns. *Advances in Nursing Science, 11*(1), 76-90.
- World Health Organization. (2021, June 9). *Obesity and overweight*. Retrieved October 05, 2021, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Yang, S. K., Ha, Y., & Jung, M. R. (2015). Factors influencing exercise behavior of the male manual worker and office worker based on health promotion model. *Korean Journal of Occupational Health Nursing, 24*(3), 235-244.