

<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2022.8.5.81>

JCCT 2022-9-9

## 청소년의 월경곤란증 영향요인

### Influencing factors on premenstrual syndrome in adolescent

정은자\*, 이유미\*\*

Eunja Jung\*, Yumi Lee\*\*

**요약** 본 연구는 청소년들이 경험하는 월경곤란과 월경 불편 시 대처유형을 조사하고, 월경곤란증에 미치는 영향요인을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다. 대상자들의 건강통제위는 내적통제위, 타인의존통제위, 우연통제위 순으로 나타났다. 대처유형으로는 적극적 행위대처, 적극적 인지 대처, 회피적 대처 순으로 나타났다. 월경곤란시 대처유형에 영향을 미치는 요인으로 내적통제위, 월경불편감, 병원 방문 순으로 나타났으며, 이에 대한 설명력은 11.7%이며, 회피적 대처에 대한 모형설명력은 9.6%로 월경불편감, 병원 방문 순으로 나타났다. 앞으로 학생들의 생활 양식을 고려한 추가 연구가 필요하다.

**주요어** : 청소년, 월경곤란증, 대처

**Abstract** The purpose of this study is descriptive survey to menstrual difficulties and coping experience in adolescents. The health locus of control(HLOC) was shown in the internal HLOC, powerful other HLOC, and chance HLOC. Coping types appeared active behavioral, active cognitive, and avoidance. The finding showed that the influencing factors were internal HLOC, menstrual discomfort, and hospital visits, and the explanatory power for this 11.7%. Further research is needed considering the lifestyles of students.

**Key words** : Adolescent, Premenstrual Syndrome, Coping

#### 1. 서론

여성은 사춘기 때 신체적 성숙으로 월경을 하면서 여성으로 점차 변화되는 과정을 겪게 되는데 이때 긍정적 인식과 부정적 인식을 함께 경험한다[1]. 사춘기 때 겪는 부정적 경험은 월경전증후군, 월경곤란증, 과소 과다월경 등을 말한다. 특히 여고생들은 여중생보다 학업에 대한 스트레스가 많아 건강한 신체뿐만 아니라 정신적 삶의 질을 높이는 데 어려움이 있다[2]. 이중 가장

흔한 여성 생식기 건강 문제인 월경곤란증은 복잡하고 독특한 정서적 심리 변화를 유발하여 정상적 학교생활이나 일상생활을 유지하기 힘들다.

월경곤란증이란 월경 때 일어나는 복통, 두통, 불면, 정서 불안 따위의 증상을 말하며 이러한 증상은 월경이 시작하기 직전이나 시작할 때 나타나고 월경이 끝나기 전에 없어진다. 이 증상의 원인은 자궁 내막에서 수축을 유발하는 프로스타글란딘 생성이며 이를 원발성 월경곤란증이며[3] 청소년의 80% 이상에서 흔하게 나타나며 그 중 약 30%는 중증도의 어려움을 경험한다[4].

\*정희원, 영남외국어대학교 간호학과 조교수 (제1저자)  
\*\*정희원, 부경대학교 간호학과 부교수 (교신저자)  
접수일: 2022년 7월 11일, 수정완료일: 2022년 8월 10일  
게재확정일: 2022년 8월 31일

Received: July 11, 2022 / Revised: August 10, 2022

Accepted: August 31, 2022

\*\*Corresponding Author: yumi@pknu.ac.kr

Dept. of nursing, Pukyung national univ, Korea

월경곤란증은 주로 하복부 통증으로 개인별 차이는 있지만, 월경량이 점점 많아질수록 한 달에 몇 시간에서 2~3일은 아무런 일을 할 수 없을 정도로 심각한 영향을 미치고 초경 후 1년 동안은 매달 월경곤란증으로 고통을 받아 본인뿐만 아니라 그 가족까지 혼란을 유발하여 경제적 부담과 동시에 학업을 정상적으로 유지하기 힘들다. 그리고 통증뿐만 아니라 설사, 구토, 피로감, 집중력 저하, 신경과민, 무기력 등 전신 증상이 함께 나타나고 있다. 또한 월경곤란증을 경험하게 되면 중증 이하의 불안 정도나 우울, 스트레스를 겪게 된다[5]. 이를 대처하는 방법으로 통증을 완화하기 위해 피임제를 처방받거나 약국에서 진통제를 구입하지만, 오남용으로 인한 문제를 일으키기도 한다[6]. 약물 이외의 방법으로 휴식을 취하거나 이완 요법, 자세나 가벼운 운동, 완화 음식 섭취, 보온 등 비침습적 방법을 사용한다[7].

건강통제위란 일반적으로 건강은 무엇인가에 의해 결정되어 그 결과로 나타나는 기대 성향을 가리키며 세 가지 유형으로 자신에 의한 내적통제위와 타인에 의한 타인의존통제위와 운이나 요행에 의해 좌우되는 우연통제위가 있다[8]. 개인은 본인의 과거 경험이나 강화된 학습에 의존하여 믿음으로 일관된 태도를 발달시켜 내적 또는 외적 통제로 나타나는데 여고생도 월경이라는 특별한 상황에서 행동을 예측하거나 올바른 행동 변화를 계획할 필요가 있다.

여고생을 대상으로 한 선행연구를 보면 월경곤란증 상태, 수면장애, 스트레스, 학업 스트레스, 월경 태도 등이 월경곤란증에 미치는 영향에 관한 연구이다[1,9,10]. 본 연구에서 여고생의 일반적 특성에 따른 월경곤란증 시 대처유형을 확인하고 건강통제위, 월경 중 불편감과 월경곤란증 시 대처유형 정도와 상관관계를 확인하여 월경곤란증 시 대처유형에 미치는 영향을 파악하고자 본 연구를 시도하였다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구 대상자는 G시 O고등학교 여학생을 대상으로 핸드폰 URL을 통해 설문지를 배포하고 회수하였다. 설문조사 시행 전에 대상자 스스로 설문지 동의서를 읽고 동의를 한 경우에 진행하였으며, 중간에 그만둘 수 있음을 설명하였다. 설문 응답 후 감사의 표시로 모바일

쿠폰을 제공하며, 그에 따른 핸드폰 번호 수집이 필요함을 공지하였다. 공지 사항을 읽고 대상자 스스로 핸드폰 번호를 표시한 경우 모바일 쿠폰을 발송하고, 이후 핸드폰 번호는 폐기하였다.

### 2. 연구도구

#### 1) 월경불편감

Moos (1968)[11]가 개발한 MDQ (Menstrual distress Questionnaire)를 김정은(1995)[12]이 번안한 도구를 사용하였다. 총 35문항으로 점수가 높을수록 월경불편감이 높은 것을 의미한다. 개발당시 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .97$ 이었고, 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .967$ 이었다.

#### 2) 건강통제위

Wallston 외[13]이 개발한 것을 Oh (1994)가 번안하여 사용한 도구를 사용하였다[14]. 내적통제위 6문항, 타인의존통제위 6문항, 우연통제위 6문항으로 구성되었다. 개발 당시의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .67\sim .77$ 이었고, 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$  값이 내적통제위 .790, 우연통제위 .802, 타인의존통제위 .832였고, 건강통제위 전체의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .967$ 였다

#### 3) 대처유형

Billings와 Moos (1981)[15]의 도구를 Park (2006)[16]이 번역하여 수정·보완한 도구이며 세 가지 유형으로 분류되며 각 유형은 적극적 인지대처 5문항, 적극적 행위대처 12문항, 회피적 대처 5문항 등 총 22문항으로 구성되었고, 6점 Likert 척도로 측정하였으며, 각 대처방법의 평균이 높을수록 해당 대처방법이 효과 있음을 의미한다. 본 도구의 신뢰도는 개발당시 신뢰도는 .95였고, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha = .881$ 이었다.

### 3. 자료분석

수집된 자료는 통계프로그램 SPSS 26.0을 이용하였으며, 일반적 특성과 월경곤란증시 대처유형은 기술통계, t-test, ANOVA로 분석하였으며, 월경곤란증시 영향요인을 파악하기 위해 일반적 특성과 상관관계 중 통계적으로 유의하게 차이가 나타난 변수들을 독립변수로 하여 회귀분석을 하였다.

표 1. 일반적 특성에 따른 대처유형

Table 1. Menstrual distress coping style according to general characteristics

(N=213)

Characteristics	n	%	Active cognitive		Active behavioral		Avoidance	
			M±SD	t or F(p)	M±SD	t or F(p)	M±SD	t or F(p)
Grade								
1st.	91	42.7	2.87±1.01	-.132	3.47±0.79	-.225	2.58±0.98	-1.309
2nd.	122	57.3	2.89±1.08	(.895)	3.50±0.73	(.822)	2.76±0.99	(.192)
Menstrual cycle								
Regular from the start	28	13.1	2.86±1.15		3.45±0.82		2.61±1.17	
Irregular from the start	35	16.4	2.82±1.20	.109	3.44±0.87	.116	2.81±1.02	.390
Irregular to regular	53	24.9	2.95±1.06	(.955)	3.53±0.66	(.951)	2.60±1.01	(.761)
Mixed regular/irregular	97	45.5	2.88±0.97		3.49±0.75		2.72±0.92	
Menstrual period(day)*								
3-4	40	18.8	2.91±1.02		3.28±0.77		2.56±0.73	
5-6	107	50.2	2.89±1.05	.453	3.53±0.74	1.805	2.64±0.99	.706
7-8	57	26.8	2.87±1.09	(.770)	3.56±0.75	(.129)	2.85±1.10	(.589)
≥9	6	2.8	2.53±1.16		3.13±0.69		2.93±1.54	
Sanitary napkins/day								
<4	49	23.0	2.77±0.98		3.25±0.73	3.184	2.48±0.79	
4-7	148	69.5	2.94±.08	.687	3.56±0.77	(.043)	2.76±1.02	1.427
≥8	16	7.5	2.73±1.01	(.504)	3.55±0.59	a<b	2.68±1.23	(.242)
Visit to the hospital for menstruation								
Yes	13	6.1	3.48±1.48	1.515	4.01±0.78	2.591	3.42±1.14	2.778
No	200	93.9	2.85±1.01	(.154)	3.45±0.74	(.010)	2.64±0.96	(.006)

\* Missing value included

### III. 연구결과

#### 1. 일반적 특성에 따른 대처유형

대상자들의 일반적 특성에 따른 대처유형은 Table 1 과 같다. 적극적 행위대처에서는 월경량과 월경으로 인한 병원 방문, 회피적 대처에서는 월경으로 인한 병원 방문에 따라 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다( $p < .05$ ). 즉, 월경량이 적을수록, 월경으로 병원을 방문하는 경우 적극적 행위대처 유형이 낮고, 회피적 대처에서는 월경으로 병원에 방문하는 경우 유의한 차이를 나타내었다. 월경으로 병원을 방문하는 경우는 적극적 행위대처와 회피적 대처에서 유의한 차이를 나타내었다.

#### 2. 건강통제위, 월경 중 불편감과 월경곤란증 시 대처유형 정도

대상자들의 건강통제위는 내적통제위 23.90±4.79, 타인의존통제위 20.69±5.19, 우연통제위 18.77±4.98점 순으로 나타났다. 월경 중 불편함은 92.58±37.42점이며, 월경곤란증 시 대처유형은 적극적 행위대처 3.49±0.75, 적극적 인지대처 2.88±1.05, 회피적 대처 2.69±0.99로 적극적 행위대처가 가장 높게 나타났다(Table 2)

표 2. 건강통제위, 월경불편감과 월경곤란증 시 대처유형 정도  
 Table 2. health locus of control, menstrual distress and menstrual coping style

(N=213)

Variables	M±SD	Min	Max
Health locus of control			
Internal HLOC	23.90±4.79	6.00	34.00
Chance HLOC	18.77±4.98	6.00	33.00
Powerful other HLOC	20.69±5.19	6.00	32.00
Menstrual distress	92.58±37.42	36.00	188.00
Coping style			
Active cognitive	2.88±1.05	1.00	6.00
Active behavioral	3.49±0.75	1.00	6.00
Avoidance	2.69±0.99	1.00	6.00

#### 3. 건강통제위, 월경불편감과 월경곤란증 시 대처유형의 관계

건강통제위, 월경불편감과 각 대처유형의 관계를 확인하기 위해 상관분석을 한 결과 적극적 인지대처는 내적통제위와 통계적으로 유의한 상관성을 나타내었으며 ( $r=.176, p=.010$ ), 적극적 행위대처는 내적통제위( $r=.242, p=.000$ ), 타인의존통제위( $r=.234, p=.001$ ), 월경불편감( $r=.207, p=.002$ )과 유의하였다. 회피적 대처는 월경불편감

( $r=.283, p=.000$ )과 통계적으로 유의하였으며, 회피적 대처와 월경불편감이 가장 강한 상관관계를 나타내었다 (Table 3).

표 3. 건강통제위, 월경불편감과 월경곤란증시 대처유형의 관계  
Table 3. Correlation among HLOC, menstrual distress and menstrual coping styles (N=213)

Variables	Active cognitive	Active behavioral	Avoidance
	r( <i>p</i> )	r( <i>p</i> )	r( <i>p</i> )
Internal HLOC	.176(.010)	.242(.000)	.097(.160)
Chance HLOC	.019(.788)	.047(.497)	.128(.063)
Powerful others HLOC	.092(.179)	.234(.001)	.113(.101)
Menstrual distress	-.032(.642)	.207(.002)	.283(.000)

HLOC: health locus of control

#### 4. 월경곤란증시 대처유형에 영향을 미치는 요인

대상자들의 월경곤란증시 대처유형에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 통계적으로 유의한 차이를 나타낸 변수들만 투입하였으며, 적극적 인지 대처는 내적통제위를 제외하고는 차이가 나타나지 않아 분석에서 제외하였다. 적극적 행위대처에 대한 모형설명력은 11.7%이며, 내적통제위, 월경불편감, 병원 방문 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 회피적 대처에 대한 모형설명력은 9.6%이며, 월경불편감, 병원 방문 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다(Table 4).

표 4. 월경곤란증시 대처유형에 영향을 미치는 요인  
Table 4. Influencing factors on menstrual coping styles

Independent variables	Active behavioral				Avoidance			
	B	$\beta$	t	<i>p</i>	B	$\beta$	t	<i>p</i>
Constant	1.881				2.780			
Sanitary napkins/day	0.165	0.116	1.775	0.077				
Visit to the hospital for menstruation	-0.429	-0.136	-2.067	0.040	-0.650	-0.158	-2.397	0.017
Internal HLOC	0.028	0.175	2.173	0.031				
Powerful others HLOC	0.014	0.099	1.225	0.222				
Menstrual distress	0.107	0.148	2.243	0.026	0.253	0.265	4.037	.000
Adjusted R2	.117				.096			
F( <i>p</i> )	6.591(.000)				12.287(.000)			

## IV. 논 의

본 연구 결과 월경곤란증 대처유형에 따른 영향요인으로 적극적 행위대처와 회피적 대처시 공통으로 월경불편감과 병원 방문이 영향을 나타내는 요인으로 파악되었다. 월경불편감이 월경곤란증에 영향을 미친다는 결과는 선행연구들과 일치한다[17,18]. 본 연구에서 대상자가 지각하는 월경불편감 정도는 대학생[19]과 비슷하지만, 간호사[20]보다는 높게 나타났다. 이는 청소년들의 경우 월경장애를 경험하는 비율이 높으며[21,22], 초경으로부터의 기간이 성인보다 짧기 때문에 생각된다. 월경불편감을 파악할 때 우리나라 청소년을 대상으로 확인한 연구가 드물었기에, 앞으로 청소년의 월경곤란증 연구에서 월경불편감을 확인해야 할 필요가 있다.

병원을 방문하는 것도 영향요인으로 파악되었는데, 이는 월경으로 인한 불편감을 보다 적극적인 행동 위주의 대처전략을 취하거나, 반대로 월경을 회피하려는 반응으로 선택하도록 영향을 미쳤을 것으로 판단된다. 본 연구에서 확인하지 못하였지만, 월경전증후군을 진단받는 경우 신체적 불편감뿐만 아니라 불안, 우울 등 심리적 상태에 영향[22]을 미치기 때문에 앞으로 병원에서 진단 여부를 확인할 필요가 있다.

적극적 행위대처를 사용하는 경우 월경곤란증에 영향을 미치는 요인으로 건강통제위 중 내적통제위가 파악되어, 여중생을 대상으로 한 결과와 일치한다[17]. 내적통제위 성격일수록 스스로 통제력을 가지고 있다고

인식하고, 자신의 행동에 대한 책임을 지는 경향이 있다[23]. 따라서 이러한 내적통제위 성향은 월경곤란증과 같은 상황을 스스로 통제 가능한 상황으로 받아들여 대처 양상에 영향을 미치는 것으로 보여진다.

본 연구 결과 월경곤란증 시 대처유형은 적극적 행위대처, 적극적 인지 대처, 회피적 대처 순으로 나타났다. 이는 여중생 대상[17]의 결과와 일치하고 대학생과 간호사 대상[19, 20] 연구와는 일부 차이를 나타낸다. 대학생과 간호사 대상 연구에서는 대처유형이 적극적 인지 대처, 적극적 행위대처 그리고 회피적 대처 순으로 나타났다. 이러한 우선순위의 차이는 청소년기와 대학진학 이후의 차이로 대학에 진학하면서 부모와의 관계, 경제적 지원 문제 등으로 대처전략의 변화를 경험[24]하기에 우선순위의 변화가 나타나는 것으로 여겨진다. 앞으로 청소년 월경곤란증 대처전략을 파악하기 위해 부모의 영향력, 학교 내 보건실의 역할 등도 고려해야 할 필요가 있다.

본 연구는 단일지역 학생을 대상으로 진행되어 일반화에 제한이 있다. 앞으로 다양한 환경에 많은 청소년을 대상으로 월경곤란증에 영향을 미치는 월경불편감과 대처전략에 관한 연구가 필요할 것으로 생각한다.

본 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 초경이 빨라지기에 초경 시기를 고려한 연구를 제안한다.

둘째, 월경곤란증에 영향을 미치는 요인을 고려한 대처방안 정보를 제공하는 보건교육 프로그램 개발을 제안한다.

## References

- [1] J. W. Oh, J. Song (2022). Effects of Adolescent's Menstrual Attitude and Academic Stress on Menstrual Symptoms. The Journal of the Convergence on Culture Technology(JCCT), 8(3), 149-158. DOI: <http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2022.8.3.149>
- [2] R. E. Dahl (2004). Adolescent brain development: a period of vulnerabilities and opportunities. Keynote address. J Annals of the New York Academy of Sciences, 1021(1), 1-22. DOI: <http://dx.doi.org/10.1196/annals.1308.001>
- [3] M.Y. Dawood (2006), Primary dysmenorrhea: advances in pathogenesis and management. J Obstetrics & Gynecology, 108(2), 428-441. DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/01.AOG.0000230214.26638.0c>
- [4] H. M. Jung, Y. S. Kim (2004), Factors affecting dysmenorrhea among adolescents. J ChildHealth Nursing Research, 10(2), 196-204.
- [5] C. Alonso, C. L. Coe (2001). Disruptions of social relationships accentuate the association between emotional distress and menstrual pain in young women. Health Psychol, 20(6), 411-416. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037//0278-6133.20.6.411>
- [6] M. Y. Kim, M.S. Jung, G. A. Jung (2000). Degree of Dysmenorrhea and Self-management of Dysmenorrhea in the High-school Girl-student. Korean journal of women Health Nurs, 6(3), 413-426.
- [7] N. H. Cha (2008). The effects of auricular acupuncture therapy on abdominal pain and dysmenorrhea in female university students. Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 19(2), 280-289.
- [8] K. A. Wallston, B. S. Wallston (1978). Development of the Multidimensional Health Locus of Control Scales. Health Education Monography. 6(2), 160-171. DOI: <https://doi.org/10.1177/109019817800600107>
- [9] S. S. Kim, H. S. Kim (2021). Dysmenorrhea in High School Girls and Its influencing Factors. Journal of the Korea Convergence Society. 12(3), 409-420. DOI: <https://doi.org/10.4103/nmj>.
- [10] J. A. Song (2021), Influence of academic stress, menstrual attitude on dysmenorrhea in high school girls, 19(5), 111-118. DOI : <https://doi.org/10.22678/JIC.2021.19.5.111>
- [11] R. H. Moos (1968). The Development of a menstrual distress questionnaire. Psychosomatic Medicine, 30(6), 853-867.
- [12] J. E. Kim (1995). A Study on the Pre- and Post-menstrual Discomfort Using Triangulation Method. Seoul National University, PhD thesis, Seoul.
- [13] B. S. Wallston, K. A. Wallston, G. D. Kaplan, S. A. Maides (1976). The development and validation of health locus of control(HLC) scale. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 44(4), 580-585. DOI: <https://doi.org/10.1037//0022-006x.44.4.580>
- [14] B. J. Oh (1994). A Model for health promoting behaviors and quality of life in people with stomach cancer. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul. DOI: <https://doi.org/10.4040/jnas.1996.26.3.632>

- [15]A. G. Billings, R. H. Moos (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of the life event. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(2), 139-157. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF00844267>
- [16]S. R. Park (2006). A study on middle school girls' menstrual symptoms, attitudes, and coping behaviors related menstruation. Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju. DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.08.297>
- [17]Y. I. Kim, E. H. Lee, G. E. Jeon, S. J. Choi (2013). A Study on Coping Styles for Dysmenorrhea and Affecting Factors in Middle School Students. *J Korean Acad Community Health Nurs*. 24(3), 264-272. DOI: <http://dx.doi.org/10.12799/jkachn.2013.24.3.264>
- [18]J. H. Jeong, J. K. Park (2021). The Mediating Effects of Irrational Beliefs on The Relationship between College Female Students' Premenstrual Syndrome (PMS) and Menstrual Attitudes. *The Korean Journal of Woman Psychology*. The Korean Journal of Woman Psychology. 26(1), 83-98.
- [19]Y. Noh, Y. Lee (2015). Relationship between Life Style, Menstrual Distress and Coping Method in Nursing Students. *J Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 16(2), 1118-1128. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.2.1118>
- [20]Y. Jo, S. Park, H. Yun, K. Noh, S. Kim, S. Lee, S. Ahn (2012). Relationship between Menstruation Distress and Coping Method among 3-shift Hospital Nurses. *Korean J Women Health Nurs* 18(3), 170-179. <http://dx.doi.org/10.4069/kjwhn.2012.18.3.170>
- [21]F. Rigon, V. D. Sanctis, S. Bernasconi, L. Bianchin, G. Bona, M. Bozzola, ... E. Perissinotto, E. (2012). Menstrual pattern and menstrual disorders among adolescents: an update of the Italian data. *Italian Journal of Pediatrics*, 38(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/1824-7288-38-38>
- [22]A. P. Sarkar, R. Mandal, S. Ghorai (2016). Premenstrual syndrome among adolescent girl students in a rural school of West Bengal, India. *Int J Med Sci Public Health*, 5(03), 5-8. DOI: 10.5455/ijmsph.2016.2407201566
- [23]G. Lopez-Garrido (2020). Locus of control. Retrieved from <https://www.simplypsychology.org/locus-of-control.html>
- [24]E. Kim (2015). Parent-child relationships and the transition into adulthood of Korean young adults in their 20s. *Family and Culture*. 27(1). 69-116.

※ 이 논문은 부경대학교 자율창의학술연구비 (2021년)에 의하여 연구되었음