

Povezanost stresa i kvalitete života medicinskih sestara i tehničara Zavoda za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije

Halužan, Kristian

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Dental Medicine and Health Osijek / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Fakultet za dentalnu medicinu i zdravstvo Osijek**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:243:108967>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-26**

Repository / Repozitorij:

[Faculty of Dental Medicine and Health Osijek
Repository](#)



**SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU
FAKULTET ZA DENTALNU MEDICINU I ZDRAVSTVO
OSIJEK**

Diplomski sveučilišni studij Sestrinstvo

Kristian Halužan

**Povezanost stresa i kvalitete života
medicinskih sestara i tehničara Zavoda za
hitnu medicinu Krapinsko-zagorske
županije**

Diplomski rad

Sveta Nedelja, 2023.

**SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU
FAKULTET ZA DENTALNU MEDICINU I ZDRAVSTVO
OSIJEK**

Diplomski sveučilišni studij Sestrinstvo

Kristian Halužan

**Povezanost stresa i kvalitete života
medicinskih sestara i tehničara Zavoda za
hitnu medicinu Krapinsko-zagorske
županije**

Diplomski rad

Sveta Nedelja, 2023.

Rad je ostvaren u Zavodu za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije.

Mentor rada: izv. prof. dr. sc. Rajko Fureš, prim. dr. med.

Rad ima 34 lista, 1 tablicu i 19 slika.

Znanstveno područje: Biomedicina i zdravstvo

Znanstveno polje: Kliničke medicinske znanosti

Znanstvena grana: Sestrinstvo

SADRŽAJ

1. UVOD	1
1.1. Stres.....	1
1.2. Kvaliteta života	2
2. CILJ.....	3
3. ISPITANICI I METODE	4
3.1. Ustroj studije	4
3.2. Ispitanici	4
3.3. Metode.....	4
3.4. Statistička obrada podataka	4
4. REZULTATI.....	5
5. RASPRAVA.....	19
6. ZAKLJUČAK	22
7. SAŽETAK.....	23
8. SUMMARY	24
9. LITERATURA.....	25
10. ŽIVOTOPIS	26
11. PRILOZI.....	27

Popis tablica

Tablica 1. Opća obilježja sudionika	5
--	---

Popis slika

Slika 1. Prikaz stavova prema tvrdnji „Trenutno se osjećam dobro.“	5
Slika 2. Prikaz stavova prema tvrdnji „Jasno mi je što se očekuje od mene na mom radnom mjestu.“	6
Slika 3. Prikaz stavova prema tvrdnji „Poslodavac me opskrbljuje sa svime što mi je potrebno za učinkovit rad.“	7
Slika 4. Prikaz stavova prema tvrdnji „Poslodavac me potiče na stjecanje novih znanja i vještina.“	8
Slika 5. Prikaz stavova prema tvrdnji „Poslodavac prepoznaje moj trud na radnom mjestu.“	8
Slika 6. Prikaz stavova prema tvrdnji „Prikladno sam nagrađen za svoj rad.“	9
Slika 7. Prikaz stavova prema tvrdnji „Zadovoljan sam s međuljudskim odnosima na radnom mjestu.“	10
Slika 8. Prikaz stavova prema tvrdnji „Radno vrijeme odgovara mojim životnim okolnostima.“	10
Slika 9. Prikaz stavova prema tvrdnji „Zadovoljan sam s mogućnostima napredovanja.“	11
Slika 10. Prikaz stavova prema tvrdnji „Radim u sigurnom okruženju.“	12
Slika 11. Prikaz stavova prema tvrdnji „Suočen sam sa stresnim situacijama na radnom mjestu.“	12
Slika 12. Prikaz stavova prema tvrdnji „Većinu radnog vremena sam pod stresom.“	13
Slika 13. Prikaz stavova prema tvrdnji „Osjećam nelagodu prije odlaska na posao.“	14
Slika 14. Prikaz stavova prema tvrdnji „Mogu se obratiti suradnicima za pomoć.“	14
Slika 15. Prikaz stavova prema tvrdnji „Ponekad se osjećam bespomoćno.“	15
Slika 16. Prikaz stavova prema tvrdnji „Posao mi je ponekad prezahtjevan.“	16
Slika 17. Prikaz stavova prema tvrdnji „Smjenski rad mi je stresan.“	16
Slika 18. Prikaz stavova prema tvrdnji „Stres na radnom mjestu negativno utječe na kvalitetu mog života.“	17
Slika 19. Prikaz stavova prema tvrdnji „Zadovoljan sam kvalitetom svog života.“	18

1. UVOD

Djelatnici hitne medicinske službe svakodnevno se suočavaju s izazovnim i stresnim situacijama koje mogu dovesti do različitih fizičkih i psihičkih posljedica. To može imati značajan utjecaj na kvalitetu njihovog života, kao i na njihovu sposobnost da obavljaju posao učinkovito i sigurno. Istraživanje utjecaja stresa na djelatnike hitne medicinske službe može pomoći u identificiranju čimbenika stresa koji najviše utječu na kvalitetu njihovog života i radne performanse. To bi moglo dovesti do razvoja intervencija i strategija za smanjenje stresa i poboljšanje kvalitete života i rada. Isto tako, može pomoći u poboljšanju zdravstvene skrbi i usluga koje pružaju. Utvrđivanjem utjecaja stresa na kvalitetu života djelatnika hitne medicinske službe može dovesti do promjena u načinu pružanja zdravstvene skrbi, kao i u obuci i podršci djelatnika.

1.1. Stres

Svjetska zdravstvena organizacija definira stres kao stanje zabrinutosti ili mentalne napetosti uzrokovane zahtjevnom ili teškom situacijom. To je prirodna ljudska reakcija koja nas potiče da se suočimo s izazovima i prijetnjama u našem životu. Svaka osoba doživljava stres u određenoj razini (1). Stres predstavlja stanje narušene psihofizičke ravnoteže pojedinca. Javlja se uslijed fizičke, psihičke i socijalne ugroze te može biti pozitivan ili negativan (2). Lazarus i Cohen u svojoj teoriji opisuju tri ključna stresora, a to su: velike promjene koje utječu na jednu ili dvije osobe, velike promjene koje utječu na veći broj ljudi i svakodnevne promjene (3).

Medicinske sestre i tehničari zaposleni u hitnim medicinskim službama neprestano su izloženi mnogobrojnim stresorima, kao što su nepredvidive situacije, opasnosti u prometu, izloženost nepoznatim bolestima, smrt itd. Smatra se da su zbog gore navedenih razloga podložniji stresu. Studije pokazuju zabrinjavajuću rasprostranjenost sindroma izgaranja, posttraumatskog stresnog poremećaja i drugih povezanih zdravstvenih poteškoća među djelatnicima hitnih medicinskih službi (4). Profesionalni stres se odnosi na psihološki stres uzrokovan neravnotežom između potreba posla i sposobnosti pojedinca da se prilagodi određenim radnim uvjetima. 2021. godine 50 % svih bolesti povezanih s poslom u Velikoj Britaniji otpada na profesionalni stres (5). Zanemarivanje stresa i njegovog utjecaja na zdravlje dovodi do

narušavanja zdravlja i manjka motivacije. Oko 30 % radne snage u razvijenim zemljama pati od profesionalnog stresa (6).

1.2. Kvaliteta života

Unatoč važnosti kvalitete života u zdravstvu i medicini, postoji kontinuirana polemika o metodama mjerenja kvalitete života, kao i o tome koja svojstva valja uzeti u obzir. Jedinstvena formulacija kojom bi se taj fenomen opisao trenutno ne postoji. Izraz kvaliteta života implicira dobar život. Drugim riječima, financijski siguran život bez prisutnosti bolesti. Uključuje i prisustvo osjećaja zadovoljstva vlastitim životom, radost, sreću i unutarnji mir. Svodi se na život lišen straha, prevelike opterećenosti i neizvjesnosti. S obzirom na individualne i kulturološke razlike, percepcija kvalitete života se mijenja sa svakim pojedincem i njegovom okolinom (7). Prema svjetskoj zdravstvenoj organizaciji, kvaliteta života označava predodžbu pojedinca, njegovog vlastitog mjesta u određenom kulturološkom, društvenom i okolišnom kontekstu u kojem živi (8). Kvaliteta života je kompleksan koncept koji se interpretira i definira na različite načine unutar i između disciplina.

2. CILJ

Cilj istraživanja je ispitati povezanost stresa i kvalitete života medicinskih sestara i tehničara zaposlenih u Zavodu za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije.

3. ISPITANICI I METODE

3.1. Ustroj studije

Presječna studija (9).

3.2. Ispitanici

Ovim je istraživanjem obuhvaćeno 30 medicinskih sestara i tehničara djelatnika Zavoda za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije. Kriteriji za uključivanje su bili: djelatnik Zavoda za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije, radno mjesto medicinska sestra/tehničar. Kriteriji za isključivanje su: svi ostali djelatnici Zavoda na drugim radnim mjestima.

3.3. Metode

U svrhu provedbe istraživanja i izrade rada osmišljen je upitnik s prethodno ponuđenim odgovorima. Upitnik se sastoji od ukupno 20 pitanja i tvrdnji. Prva 2 se odnose na opća obilježja sudionika istraživanja kao što su dob i spol. Preostalih 18 su tvrdnje s ponuđenim odgovorima Likertovog tipa u kojima sudionici odabiru razinu slaganja ili neslaganja s određenom tvrdnjom. Istraživanje je provedeno putem web platforme *Google Obrasci*. Sudjelovanje je dobrovoljno i anonimno.

3.4. Statistička obrada podataka

Svi podaci prikupljeni tijekom provedbe istraživanja obrađeni su pomoću programa *Excel* u okviru *Microsoft Office* paketa. Za izračune su korištene osnovne matematičke jednadžbe, koje uključuju prikaz postotka, sumu i aritmetičku sredinu. U svrhu lakše čitljivosti i bolje preglednosti, rezultati dobiveni obradom će biti prikazani grafički, tablično i opisno.

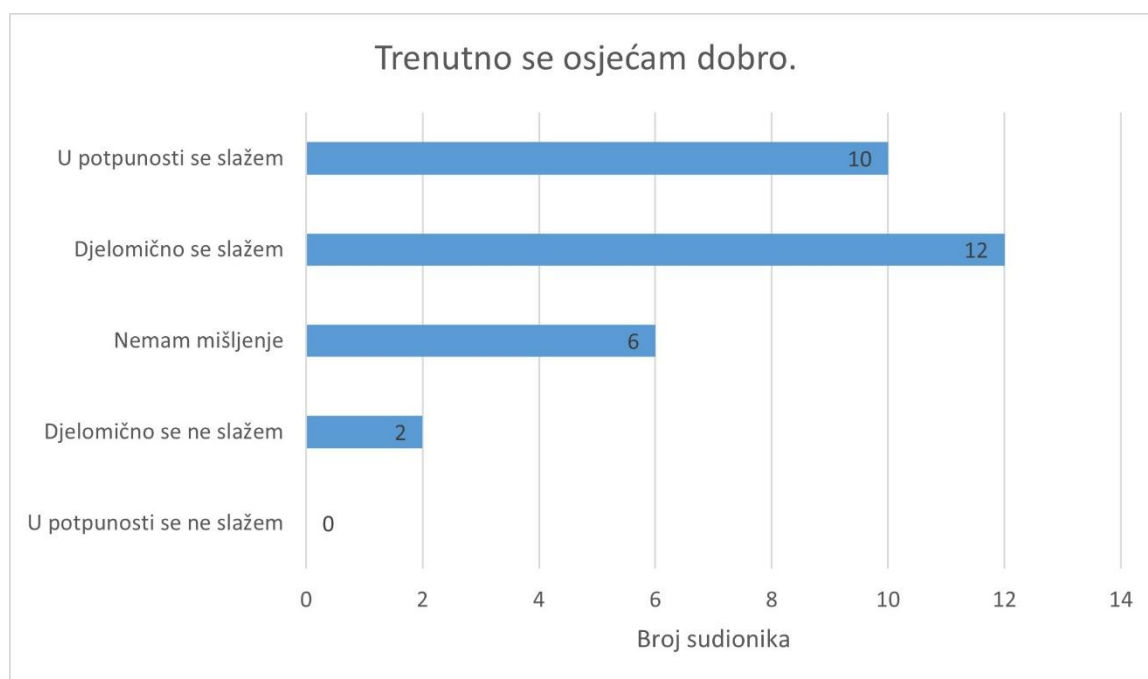
4. REZULTATI

U istraživanju je ukupno sudjelovalo 30 medicinskih sestara i tehničara djelatnika Zavoda za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije, od toga 16 žena i 14 muškaraca. Sudionici istraživanja su podijeljeni po spolu i dobnoj skupini (Tablica 1).

Tablica 1. Opća obilježja sudionika

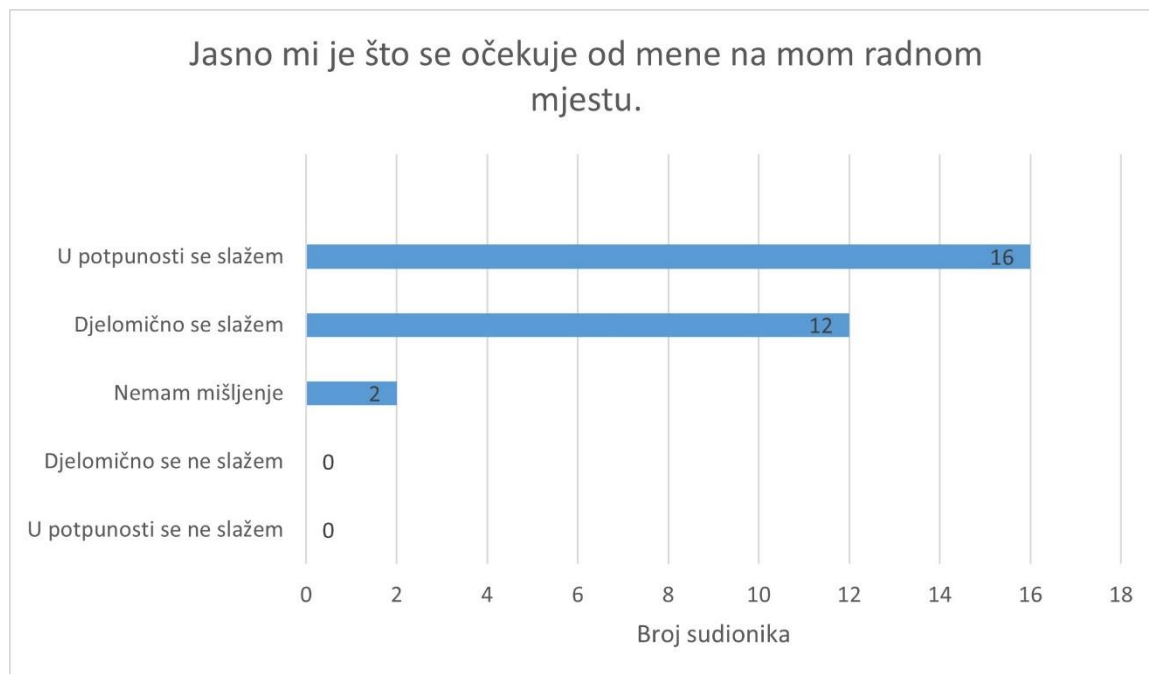
	Broj	%
Spol:		
Muški	14	46,7
Ženski	16	53,3
Dob:		
20 - 29	9	30
30 - 39	13	43,3
40 - 49	6	20
50 - 59	2	6,7

Slijedi prikaz stavova sudionika istraživanja prema ponuđenim tvrdnjama.



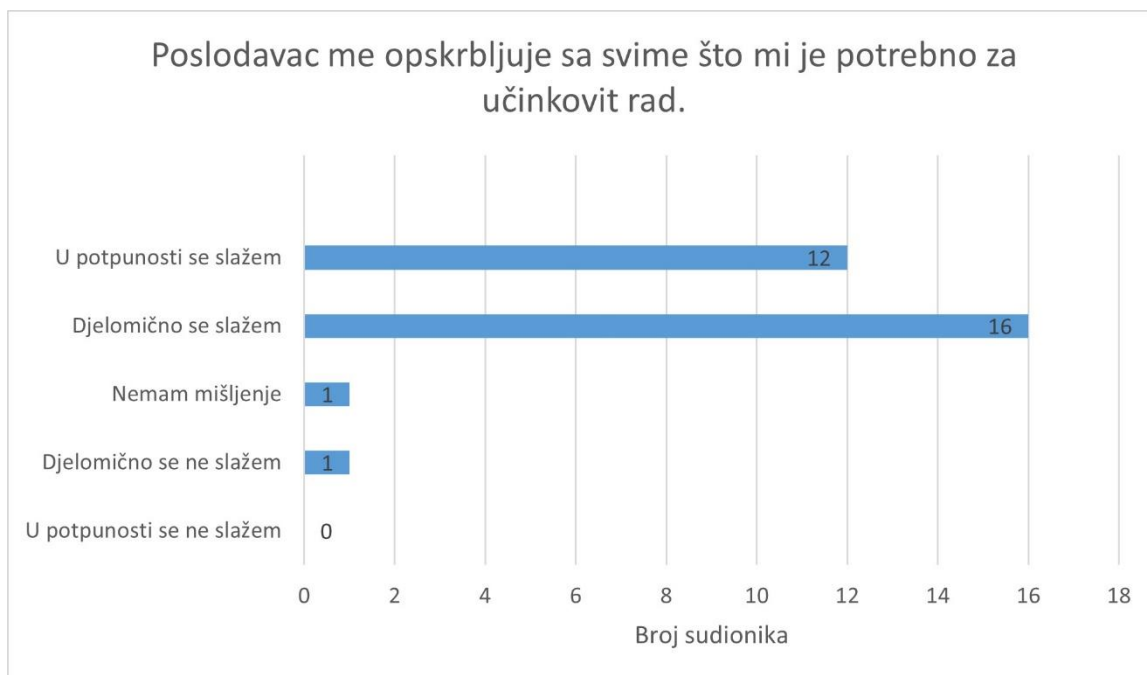
Slika 1. Prikaz stavova prema tvrdnji „Trenutno se osjećam dobro.“

Na tvrdnju „Trenutno se osjećam dobro.“ 12 (40 %) sudionika je odabralo „Djelomično se slažem“, 10 (33,3 %) ih se s tvrdnjom slaže u potpunosti, 6 (20 %) nema mišljenje, dok je njih 2 (6,7 %) odabralo tvrdnju „Djelomično se ne slažem“ (Slika 1).



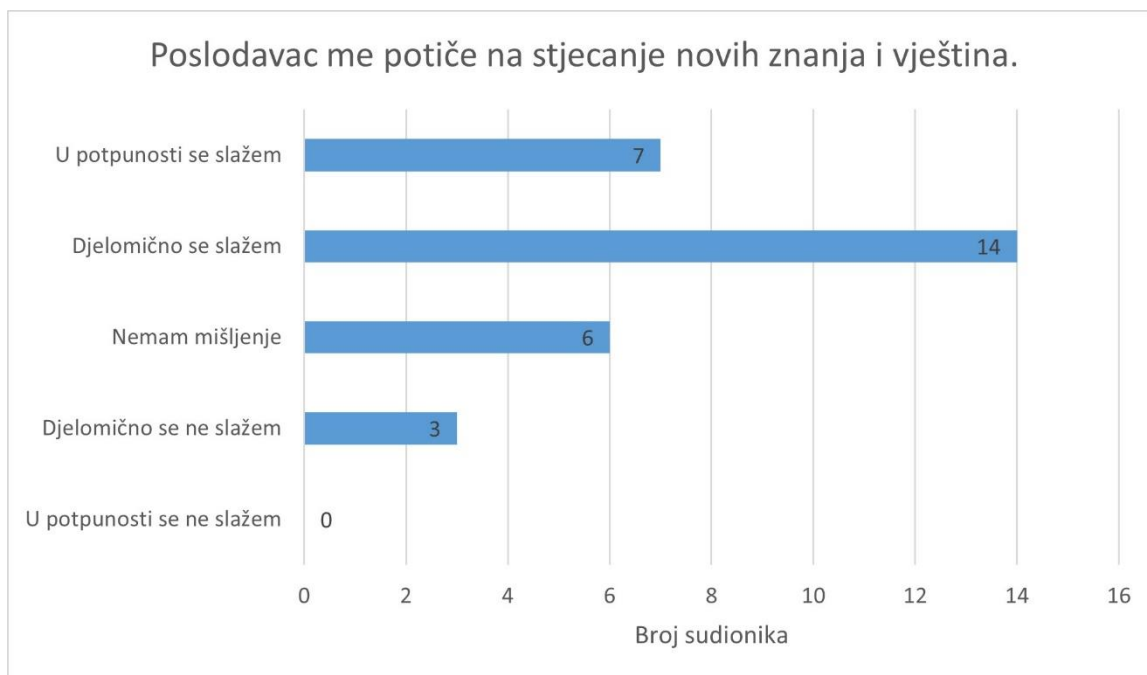
Slika 2. Prikaz stavova prema tvrdnji „Jasno mi je što se očekuje od mene na mom radnom mjestu.“

16 (53,3 %) sudionika izražava slaganje s tvrdnjom „Jasno mi je što se očekuje od mene na mom radnom mjestu.“, 12 (40 %) ih se djelomično slaže i 2 (6,7 %) nemaju mišljenje (Slika 2).



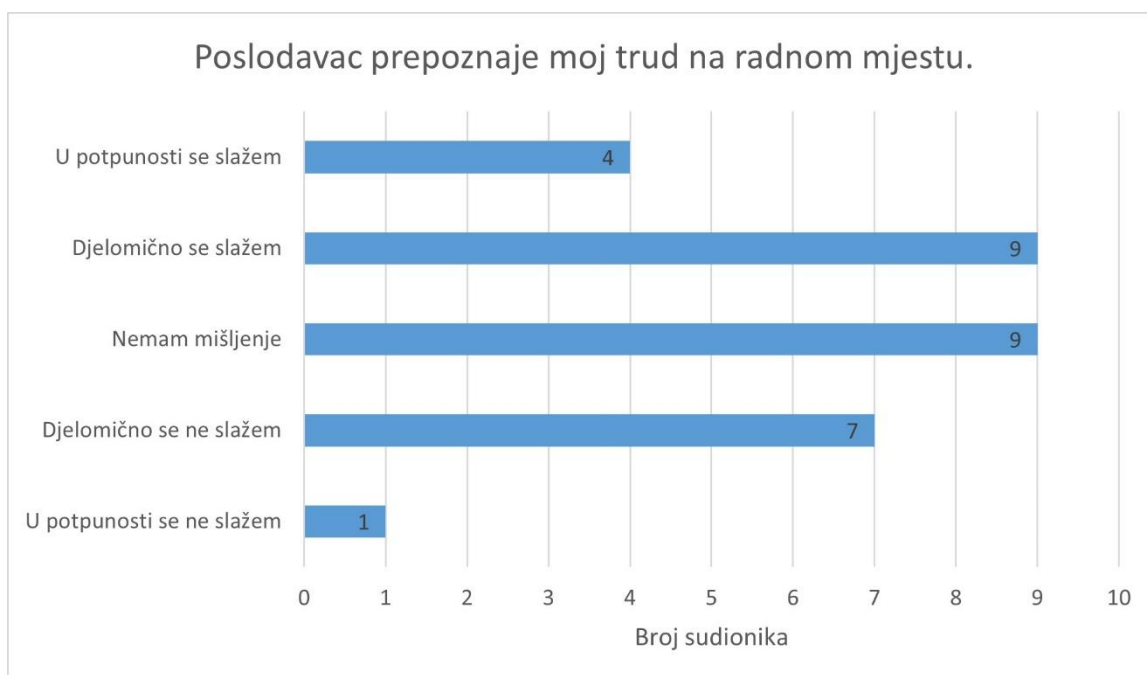
Slika 3. Prikaz stavova prema tvrdnji „Poslodavac me opskrbljuje sa svime što mi je potrebno za učinkovit rad.“

„Poslodavac me opskrbljuje sa svime što mi je potrebno za učinkovit rad.“ je tvrdnja s kojom se 12 (40 %) ispitanika slaže u potpunosti. 16 (53,3 %) ispitanika se slaže djelomično, 1 (3,3 %) nema mišljenje i 1 (3,3 %) se djelomično ne slaže (Slika 3).



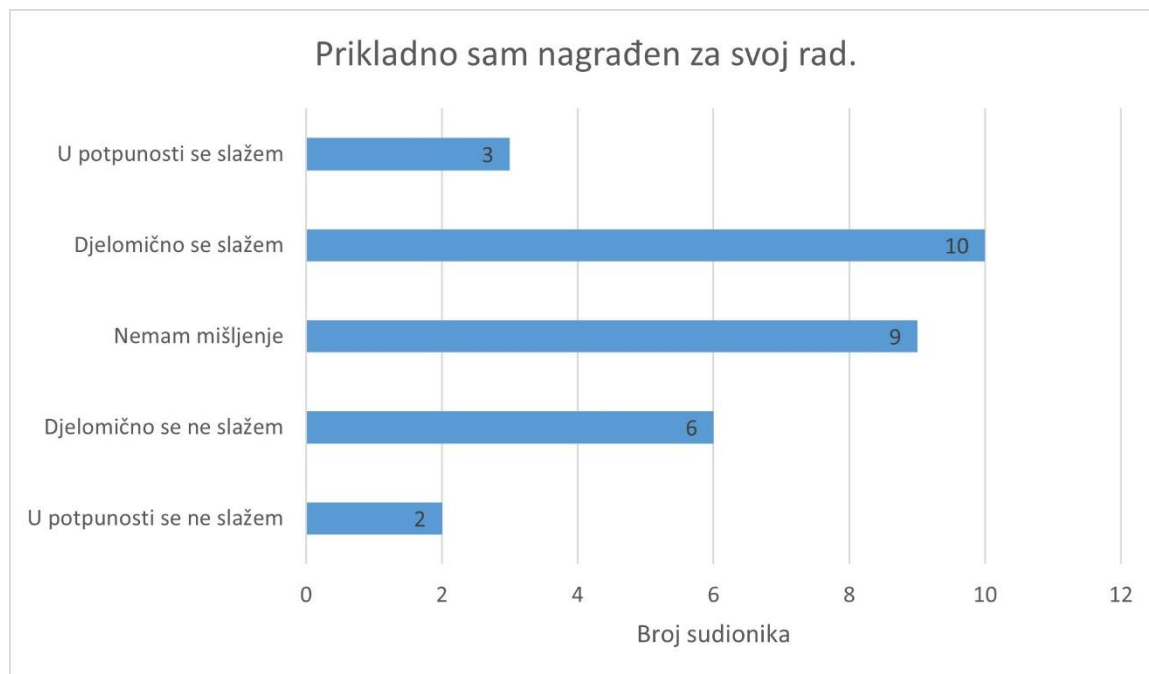
Slika 4. Prikaz stavova prema tvrdnji „Poslodavac me potiče na stjecanje novih znanja i vještina.“

Sa navedenom tvrdnjom „Poslodavac me potiče na stjecanje novih znanja i vještina.“ u potpunosti se slaže 7 (23,3 %) ispitanika, 14 (46,7 %) ih se slaže samo djelomično. 6 (20 %) ispitanika nema mišljenje, dok se 3 (10 %) djelomično ne slažu (Slika 4).



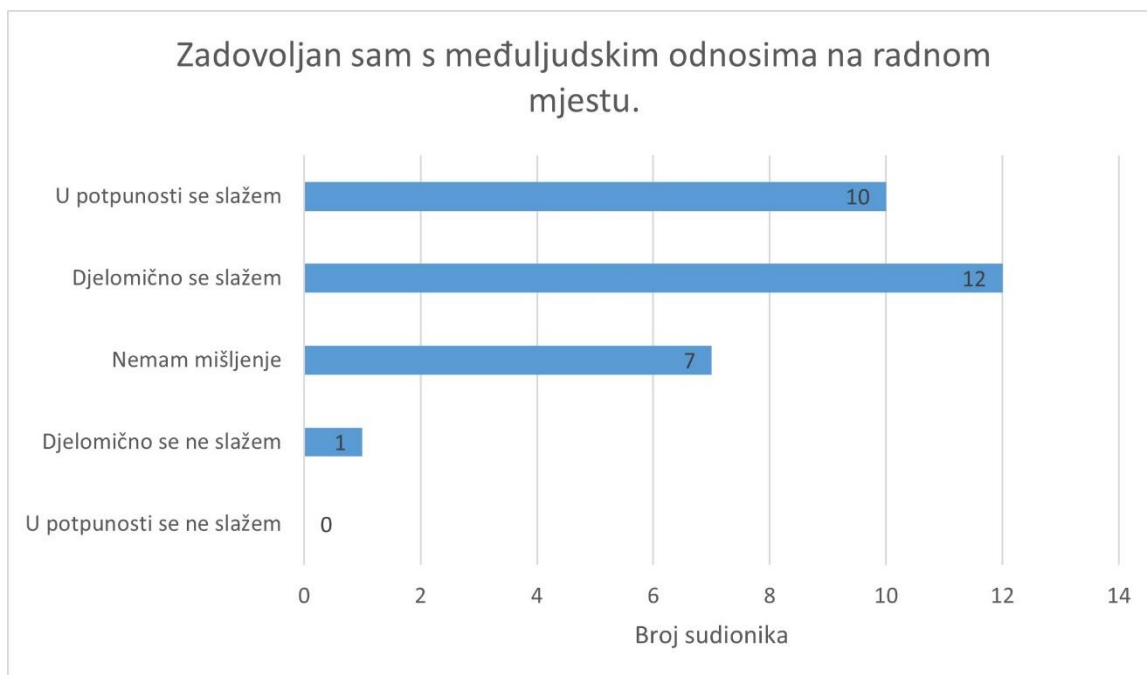
Slika 5. Prikaz stavova prema tvrdnji „Poslodavac prepoznaje moj trud na radnom mjestu.“

„Poslodavac prepoznaje moj trud na radnom mjestu.“ je tvrdnja s kojom se 4 (13,3 %) sudionika slažu u potpunosti, donekle se slaže njih 9 (30 %), a 7 (23,3 %) ih se djelomice ne slaže. 9 (30 %) sudionika nema mišljenje i 1 (3,3 %) pokazuje neslaganje s navedenom tvrdnjom (Slika 5).



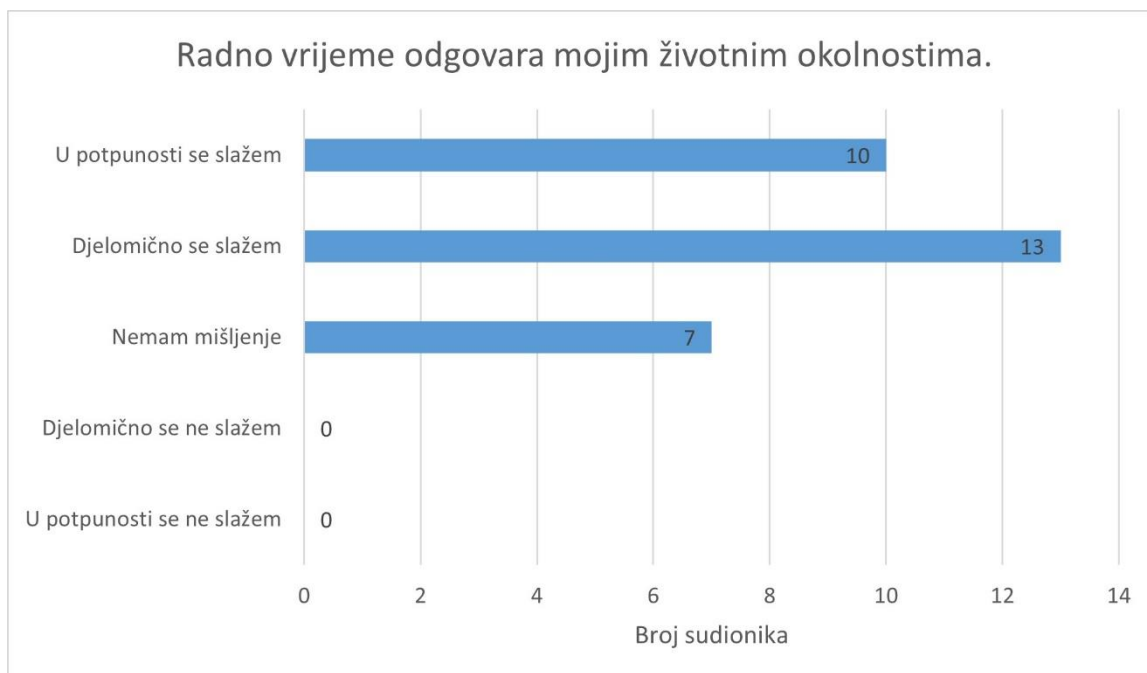
Slika 6. Prikaz stavova prema tvrdnji „Prikladno sam nagrađen za svoj rad.“

10 (33,3 %) ispitanika se djelomično slaže s tvrdnjom „Prikladno sam nagrađen za svoj rad.“, 3 (10 %) se u potpunosti slažu. Mišljenje nema njih 9 (30 %), 6 (20 %) izražava djelomično neslaganje i 2 (6,7 %) se u potpunosti ne slažu (Slika 6).



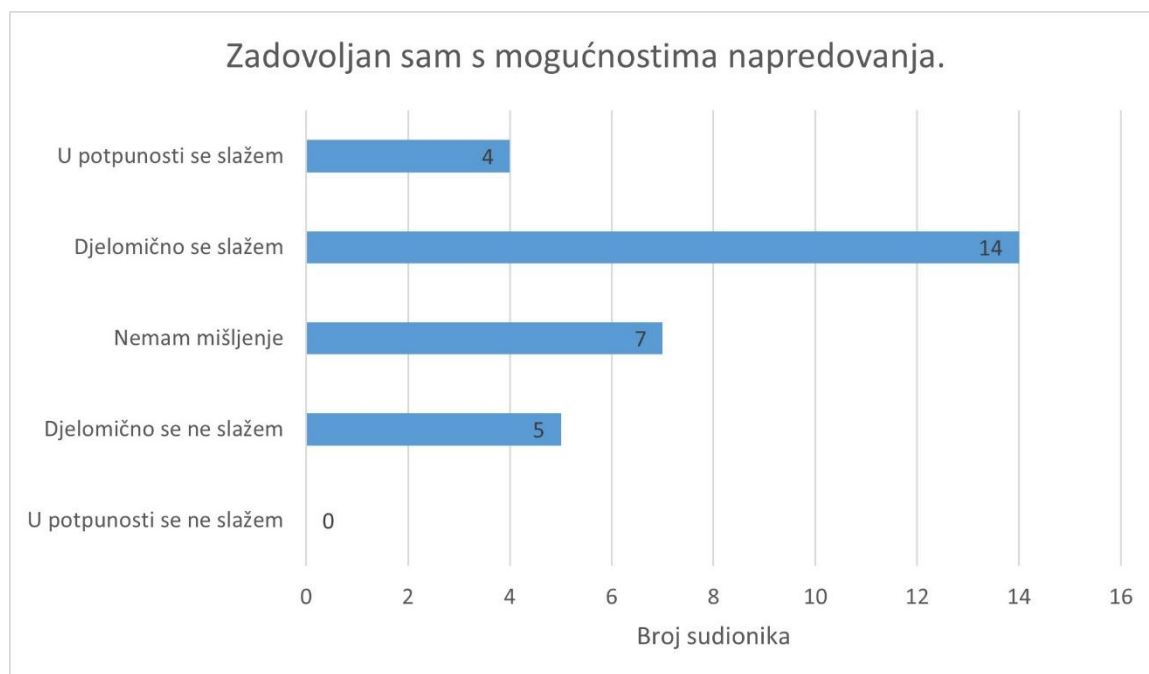
Slika 7. Prikaz stavova prema tvrdnji „Zadovoljan sam s međuljudskim odnosima na radnom mjestu.“

„Zadovoljan sam s međuljudskim odnosima na radnom mjestu“ je tvrdnja s kojom se u potpunosti slaže 10 (33,3 %) sudionika, 12 (40 %) ih se slaže djelomično, dok se 1 (3,3 %) djelomično ne slaže. 7 (23,3 %) sudionika nema mišljenje (Slika 7).



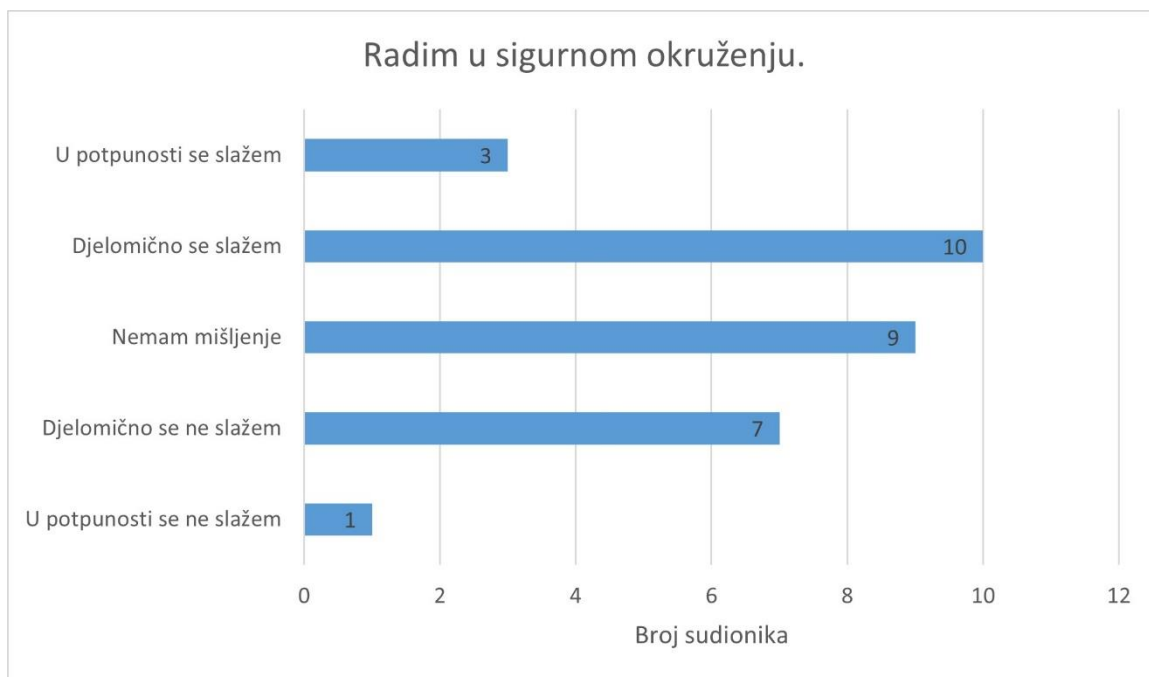
Slika 8. Prikaz stavova prema tvrdnji „Radno vrijeme odgovara mojim životnim okolnostima.“

10 (33,3 %) ispitanika se s tvrdnjom „Radno vrijeme odgovara mojim životnim okolnostima.“ potpuno slaže, djelomično se slaže njih 13 (43,3 %), dok 7 (23,3 %) nema mišljenje (Slika 8).



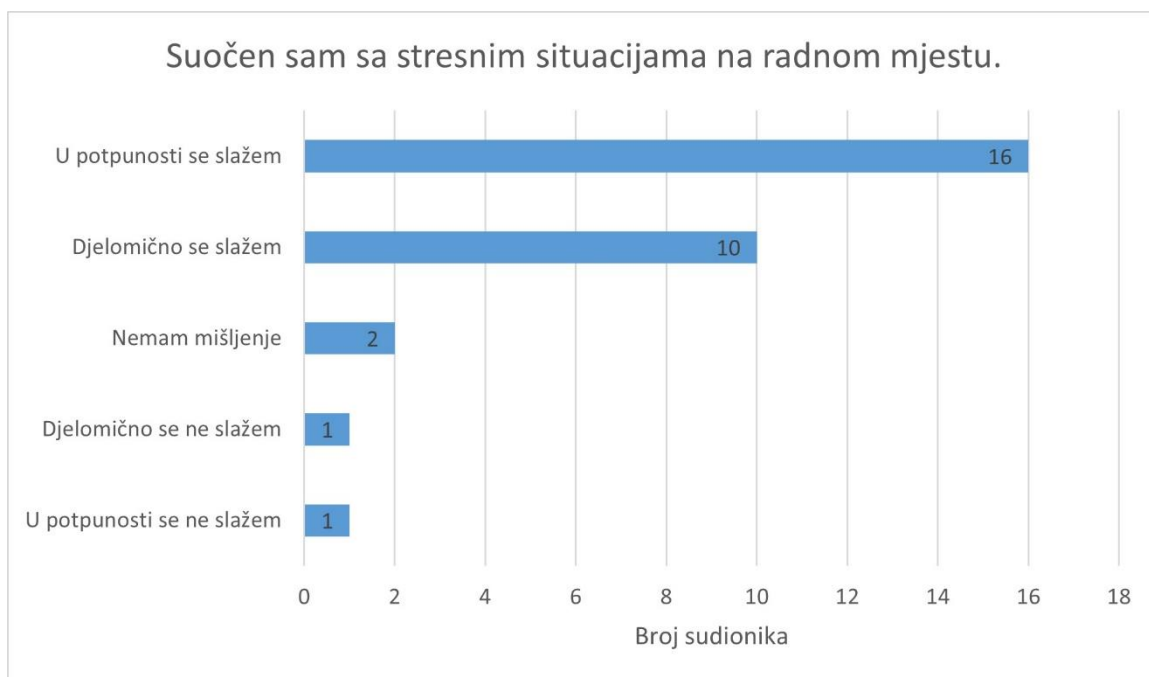
Slika 9. Prikaz stavova prema tvrdnji „Zadovoljan sam s mogućnostima napredovanja.“

S tvrdnjom „Zadovoljan sam mogućnostima napredovanja.“ se u potpunosti slažu 4 (13,3 %) sudionika, 14 (46,7 %) ih se samo donekl slaže, 7 (23,3 %) ne izražava mišljenje i 5 (16,7 %) se djelomično ne slaže (Slika 9).



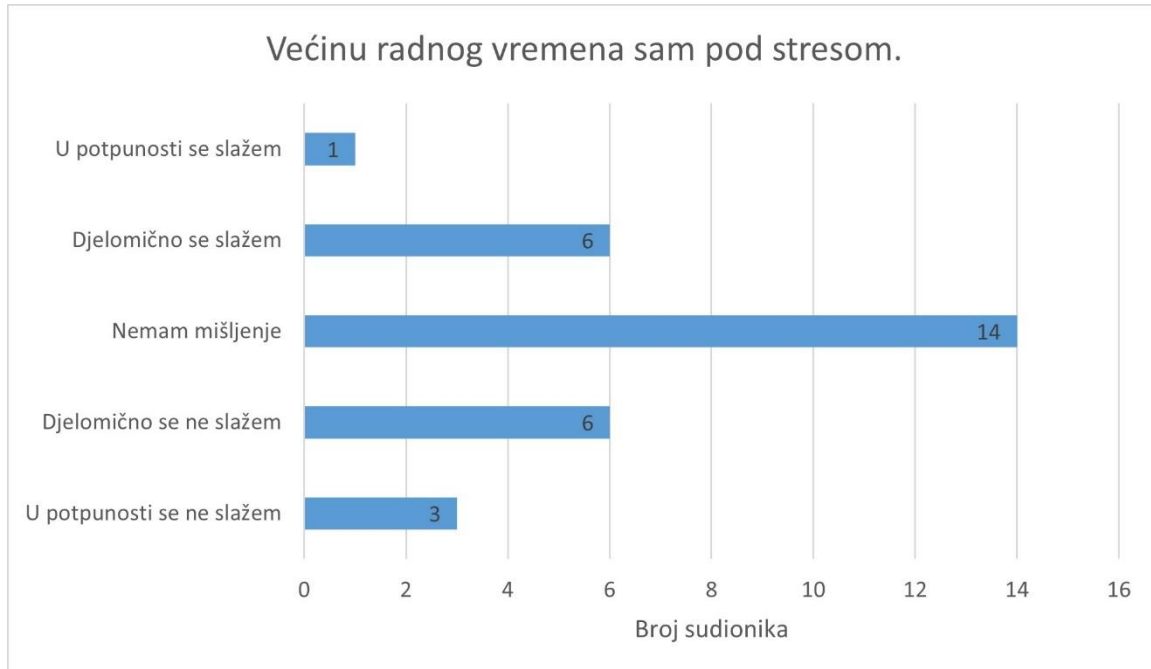
Slika 10. Prikaz stavova prema tvrdnji „Radim u sigurnom okruženju.“

„Radim u sigurnom okruženju.“ je tvrdnja s kojom se u potpunosti slažu 3 (10 %) ispitanika, 10 (33,3 %) se djelomice slaže, 9 (30 %) ne iskazuje mišljenje, 7 (23,3 %) ih se djelomice ne slaže, dok se 1 (3,3 %) u potpunosti ne slaže (Slika 10).



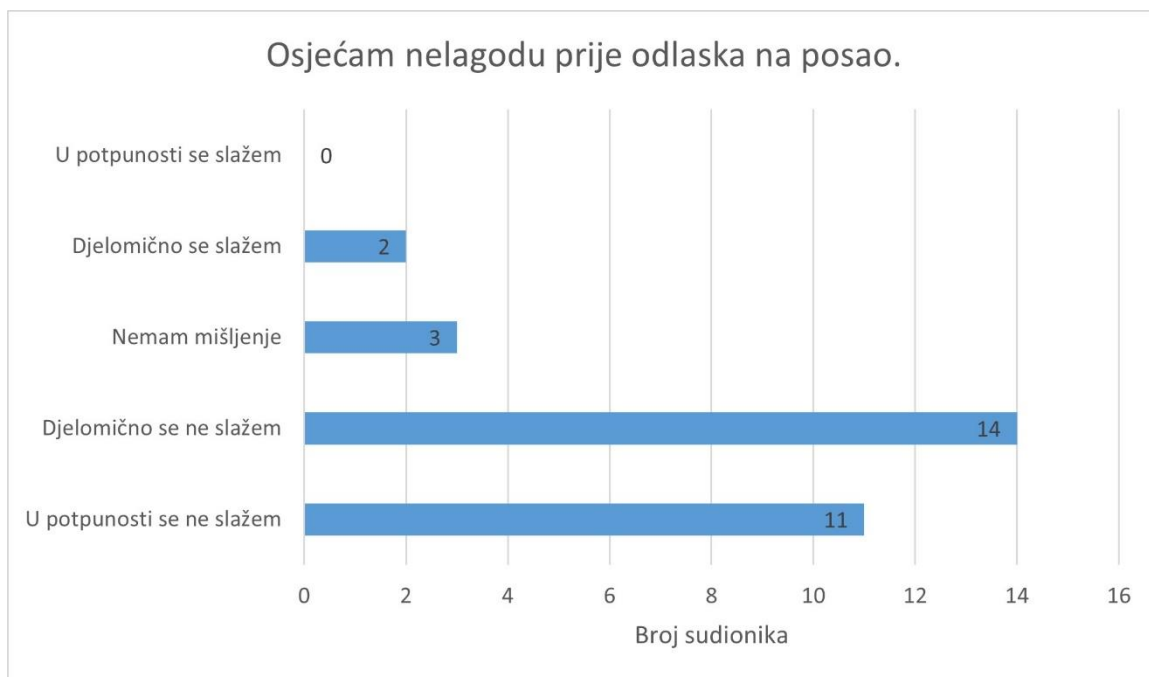
Slika 11. Prikaz stavova prema tvrdnji „Suočen sam sa stresnim situacijama na radnom mjestu.“

16 (53,3 %) sudionika se potpuno slaže s tvrdnjom „Suočen sam sa stresnim situacijama na radnom mjestu.“, 10 (33,3 %) se djelomično slaže, 2 (6,7 %) nemaju mišljenje, 1 (3,3 %) se djelomično ne slaže i 1 (3,3 %) pokazuje potpuno neslaganje (Slika 11).



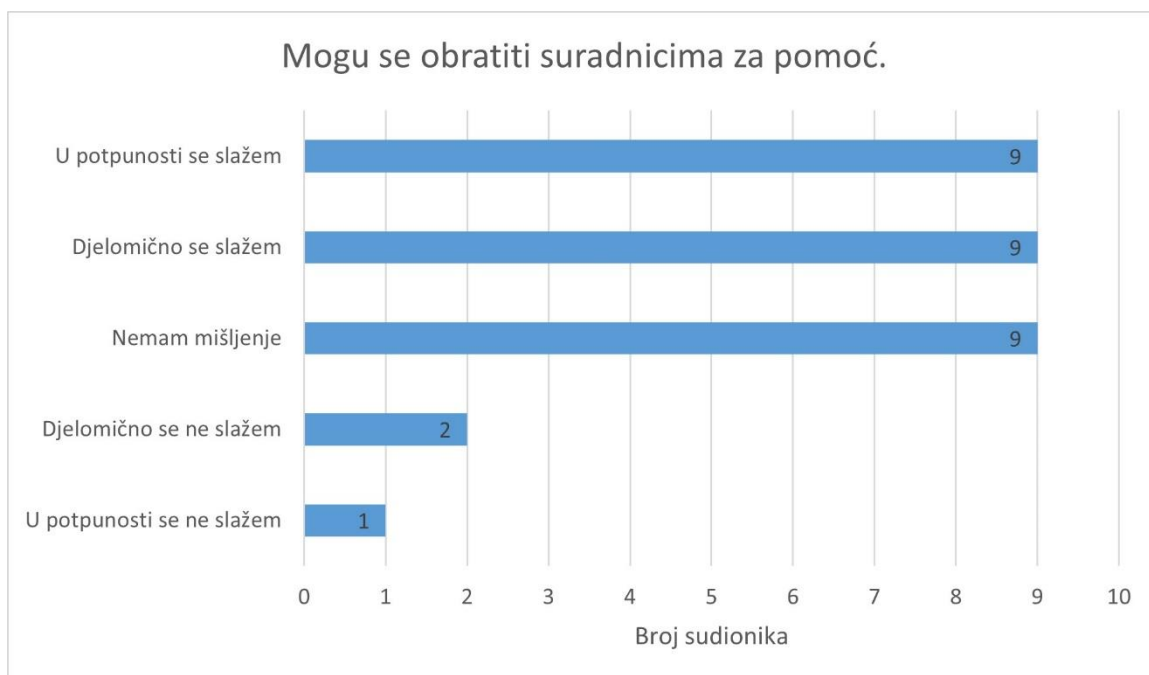
Slika 12. Prikaz stavova prema tvrdnji „Većinu radnog vremena sam pod stresom.“

„Većinu radnog vremena sam pod stresom.“ je tvrdnja s kojom se u potpunosti slaže 1 (3,3 %) sudionik, 6 (20 %) ih se djelomično slaže, 14 (46,7 %) sudionika nema mišljenje, 6 (20 %) pokazuje djelomično neslaganje, dok se 3 (10 %) u potpunosti ne slaže (Slika 12).



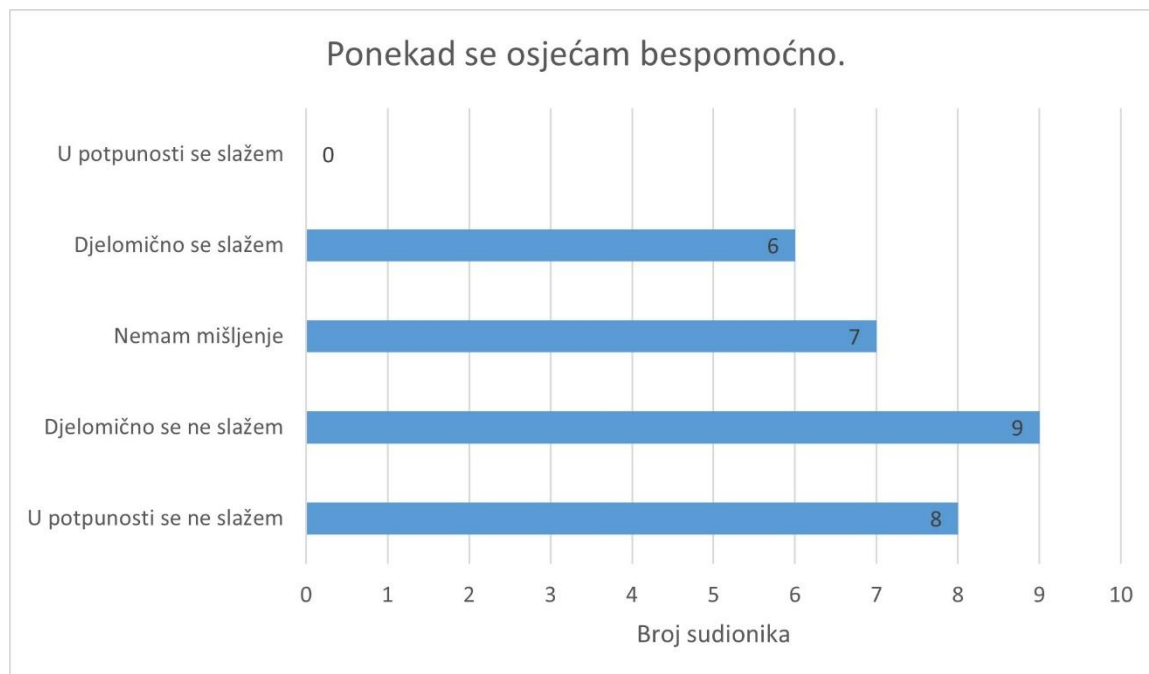
Slika 13. Prikaz stavova prema tvrdnji „Osjećam nelagodu prije odlaska na posao.“

11 (36,7 %) sudionika pokazuje potpuno neslaganje s tvrdnjom „Osjećam nelagodu prije odlaska na posao.“, 14 (46,7 %) ih se djelomice ne slaže, 3 (10 %) nemaju mišljenje, a 2 (6,7 %) se s tvrdnjom slažu samo donekle (Slika 13).



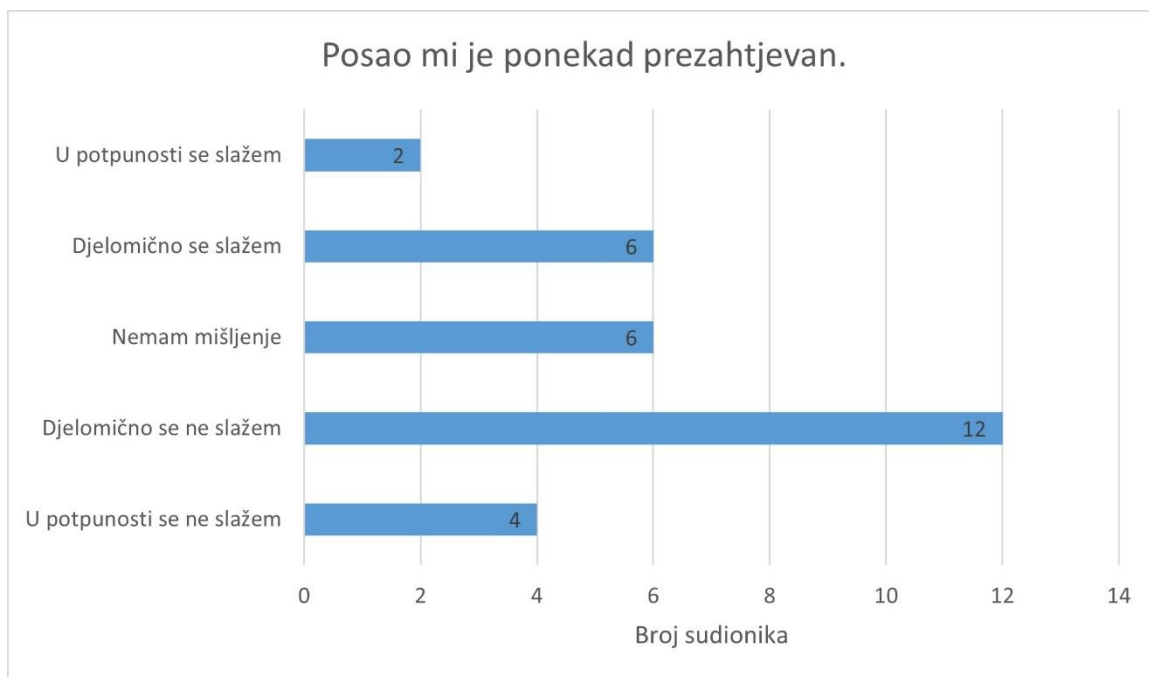
Slika 14. Prikaz stavova prema tvrdnji „Mogu se obratiti suradnicima za pomoć.“

„Mogu se obratiti suradnicima za pomoć.“ je tvrdnja s kojom 9 (30 %) ispitanika iskazuje slaganje u potpunosti, 9 (30 %) se slaže samo djelomično, 9 (30 %) nema mišljenje. 2 (6,7 %) se djelomično ne slažu i 1 (3,3 %) se potpuno ne slaže (Slika 14).



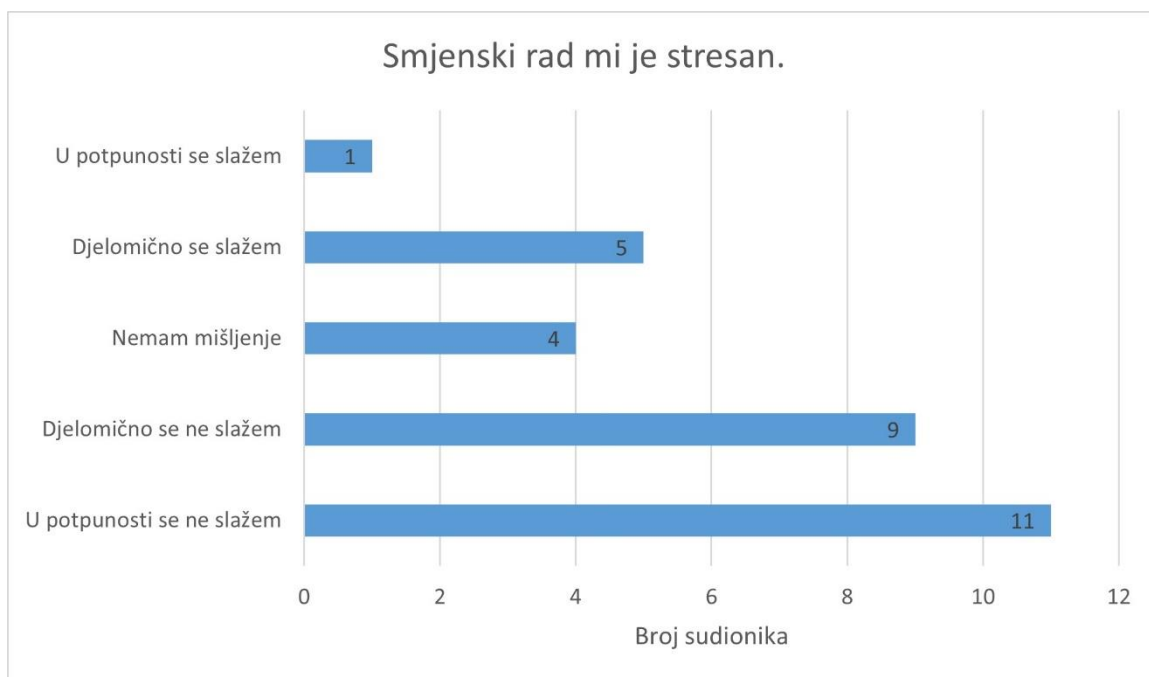
Slika 15. Prikaz stavova prema tvrdnji „Ponekad se osjećam bespomoćno.“

S tvrdnjom „Ponekad se osjećam bespomoćno.“ se djelomično slaže 6 (20 %) sudionika, 7 (23,3 %) nema mišljenje, 9 (30 %) se ne slaže samo djelomice i 8 (26,7 %) ih se ne slaže u potpunosti (Slika 15).



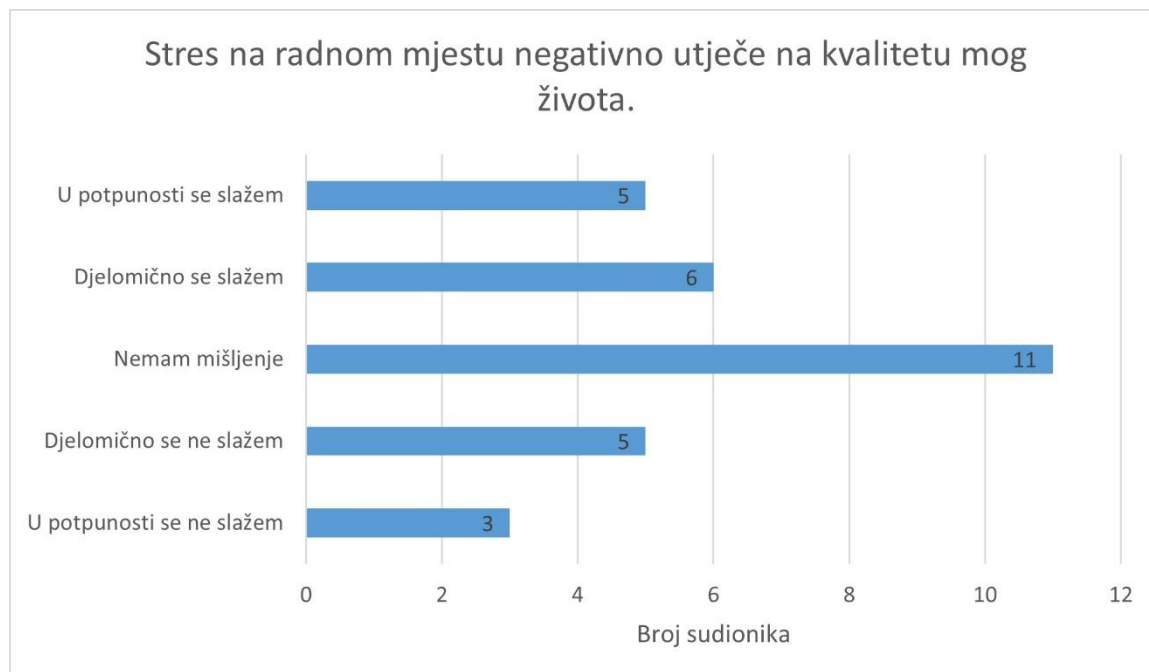
Slika 16. Prikaz stavova prema tvrdnji „Posao mi je ponekad prezahtjevan.“

„Posao mi je ponekad prezahtjevan.“ je tvrdnja s kojom se u potpunosti slažu 2 (6,7 %) sudionika, 6 (20 %) se djelomično slaže, 6 (20 %) nema mišljenje. 12 (40 %) sudionika se djelomično ne slaže, dok se 4 (13,3 %) u potpunosti ne slažu (Slika 16).



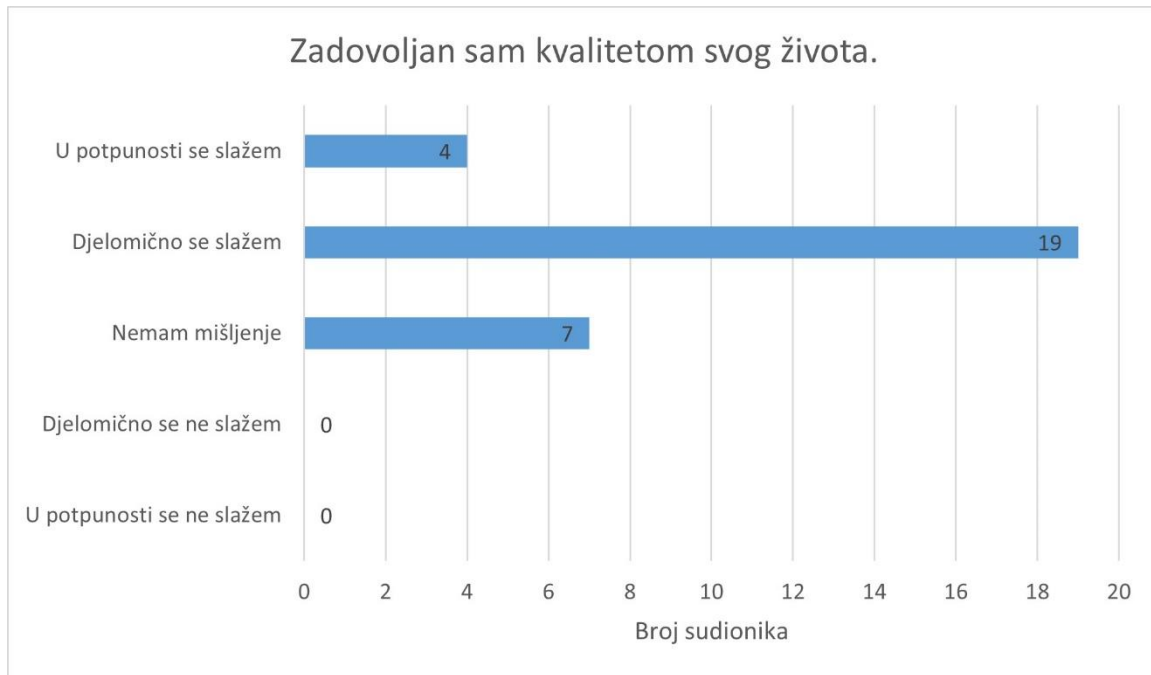
Slika 17. Prikaz stavova prema tvrdnji „Smjenski rad mi je stresan.“

11 (36,7 %) sudionika je izrazilo neslaganje u potpunosti s tvrdnjom „Smjenski rad mi je stresan.“, 9 (30 %) se djelomično ne slaže, 4 (13,3 %) nema mišljenje, 5 (16,7 %) se djelomično slaže i 1 (3,3 %) se u potpunosti ne slaže (Slika 17).



Slika 18. Prikaz stavova prema tvrdnji „Stres na radnom mjestu negativno utječe na kvalitetu mog života.“

„Stres na radnom mjestu negativno utječe na kvalitetu mog života“ je tvrdnja s kojom se u potpunosti slaže 5 (16,7 %) sudionika, 6 (20 %) se djelomično slaže, 11 (36,7 %) nema mišljenje, a 5 (16,7 %) se ne slaže djelomično. Potpuno neslaganje pokazuje 3 (10 %) sudionika (Slika 18).



Slika 19. Prikaz stavova prema tvrdnji „Zadovoljan sam kvalitetom svog života.“

19 (63,3 %) sudionika se djelomično slaže s tvrdnjom „Zadovoljan sam kvalitetom svog života.“, 4 (13,3 %) ih se u potpunosti slaže, dok 7 (23,3 %) sudionika nema mišljenje (Slika 19).

5. RASPRAVA

U istraživanju je sudjelovalo 30 medicinskih sestara i tehničara zaposlenih u Zavodu za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije. Sudionici istraživanja su dobrovoljno i anonimno ispunili *online* upitnik osmišljen s ciljem prikaza povezanosti stresa i kvalitete života djelatnika Zavoda, a i za potrebe izrade ovog rada.

Oba spola su gotovo podjednako zastupljena među sudionicima istraživanja, gdje žene čine 53,3 % sudionika, a muškarci 46,7 %. Dobna skupina 30 - 39 godina je sa 43,3 % najzastupljenija. Slijede je dobne skupine 20 - 29 godina sa 30 %, dobna skupina 40 - 49 godina sa 20 % sudionika, dok je dobna skupina 50 - 59 godina zastupljena samo sa 6,7 % sudionika. Iz dobivenih podataka možemo zaključiti da je posao medicinske sestre/tehničara u vanbolničkoj hitnoj službi najprimamljiviji populaciji mlađoj od 40 godina. Dobna skupina 30 - 39 godina je ipak zastupljenija od skupine 20 - 29 godina, što možemo pripisati ozbiljnosti i složenosti posla koja zahtijeva i određene godine iskustva.

Tvrdnja „Trenutno se osjećam dobro.“ nam služi za određivanje trenutnog stanja ispitanika. 33,3 % se s tvrdnjom slaže u potpunosti, 40 % se slaže samo djelomično, 6,7 % se djelomično ne slaže, a 20 % ih nema mišljenje. Ovaj nam podatak govori da je većina sudionika u dobrom psihofizičkom stanju. „Jasno mi je što se očekuje od mene na mom radnom mjestu.“ je tvrdnja s kojom se 53,3 % sudionika u potpunosti slaže, 40 % ih se djelomično slaže i 6,7 % nema mišljenje. Jasno određena zaduženja i zadaci na radnom mjestu umanjuju stres zbog nesigurnosti u određenim postupcima. 40 % sudionika se u potpunosti slaže s tvrdnjom „Poslodavac me opskrbljuje sa svime što mi je potrebno za učinkovit rad.“, dok se 53,3 % djelomično slaže. Iz predočenog možemo zaključiti da su djelatnici Zavoda prikladno opremljeni za učinkovito obavljanje svog rada, što pridonosi zadovoljstvu na radnom mjestu. 23,2 % sudionika se s tvrdnjom „Poslodavac me potiče na stjecanje novih znanja i vještina.“ slaže u potpunosti, 46,7 % ih se djelomično slaže, 10 % se djelomično ne slaže i 20 % nema mišljenje. Iz dobivenih podataka je vidljivo da većina smatra da ih poslodavac potiče na stjecanje novih znanja i vještina, što doprinosi povećanju samopouzdanja, a samim time i povećanju učinkovitosti djelatnika na radnom mjestu. Samo 13,3 % sudionika se u potpunosti složilo s tvrdnjom „Poslodavac prepoznaje moj trud na radnom mjestu.“, 30 % se djelomično slaže, 23,3 % pokazuje djelomično neslaganje, 3,3 % se u potpunosti ne slaže, dok 30 % nema

mišljenje. Djelatnik koji smatra da poslodavac prepoznaje njegov trud svakako ima veću motivaciju postati kvalitetniji i učinkovitiji. S druge pak strane, izostanak osjećaja prepoznavanja vlastitog truda od strane poslodavca može djelovati demotivirajuće na djelatnika, čime se smanjuje zadovoljstvo poslom i potencijalno povećava stres na radnom mjestu.

„Prikladno sam nagrađen za svoj rad.“ je tvrdnja s kojom se u potpunosti slaže samo 10 % sudionika istraživanja. 33,3 % se djelomično slaže, 20 % se djelomično ne slaže, 6,7 % pokazuje potpuno neslaganje, a 30 % nema mišljenje. Osjećaj nedostatne nagrade, u financijskom smislu, dovodi do povećanja nezadovoljstva i smanjenja motivacije za daljnjim usavršavanjem i kvalitetnim obavljanjem posla. 33,3 % sudionika izražava apsolutno slaganje s tvrdnjom „Zadovoljan sam s međuljudskim odnosima na radnom mjestu.“, 40 % se djelomično slaže, 23,3 % nema mišljenje i 3,3 % se djelomično ne slaže. Dobri međuljudski odnosi doprinose ugodnijoj radnoj atmosferi, što najčešće djelatnike čini opuštenijima i zadovoljnijima. Takvi se djelatnici lakše nose sa mnogobrojnim izazovima kojih u ovoj profesiji ne nedostaje. „Radno vrijeme odgovara mojim životnim okolnostima.“. 33,3 % sudionika se u potpunosti slaže s navedenom tvrdnjom, 43,3 % se djelomično slaže i 23,3 % nema mišljenje. „Zadovoljan sam s mogućnostima napredovanja.“ je tvrdnja s kojom se u potpunosti slaže 13,3 % sudionika, djelomično se slaže 46,7 %, 16,7 % se djelomično ne slaže, a 23,3 % nema mišljenje.

„Radim u sigurnom okruženju.“. 43,3 % sudionika izjavljuje slaganje s tvrdnjom, 26,6 % se ne slaže, a 30 % nema mišljenje o navedenoj tvrdnji. S obzirom na prirodu posla vanbolničke hitne službe, jasno je da se sigurnosni uvjeti mijenjaju iz intervencije u intervenciju, pa je stoga i ovakav odgovor očekivan. Čak 53,3 % sudionika se u potpunosti slaže s tvrdnjom „Suočen sam sa stresnim situacijama na radnom mjestu.“ i 33,3 % se djelomično slaže. Djelatnici vanbolničke hitne službe su u većini slučajeva prvi na mjestu događaja i najčešće ne znaju što ih po dolasku čeka. Takve situacije mogu biti izuzetno stresne, stoga je ovakva distribucija odgovora donekle i očekivana. „Većinu radnog vremena sam pod stresom.“ je tvrdnja o kojoj najviše sudionika, njih 46,7 %, nema mišljenje. 20 % se djelomično slaže, 20 % se djelomično ne slaže, 10 % se u potpunosti ne slaže i 3,3 % se slaže u potpunosti. Ovo je tvrdnja s najneutralnijim odgovorima, što se može protumačiti na dva načina; ili djelatnici većinom nisu pod stresom, ili s vremenom više ne percipiraju taj stres u tolikoj mjeri.

46,7 % sudionika izražava djelomično neslaganje s tvrdnjom „Osjećam nelagodu prije odlaska na posao.“, a 36,7 % pokazuje potpuno neslaganje. „Mogu se obratiti suradnicima za pomoć.“ je tvrdnja s kojom se 30 % sudionika slaže u potpunosti, 30 % se slaže samo donekle, 30 % ne izražava mišljenje, 6,7 % pokazuje djelomično neslaganje i 3,3 % se u potpunosti ne slaže. Ovakva distribucija odgovora na prije navedene tvrdnje je dobar pokazatelj međuljudskih odnosa na radnom mjestu. 26,7 % sudionika se u potpunosti ne slaže s tvrdnjom „Ponekad se osjećam bespomoćno.“, 30 % se djelomično ne slaže, 23,3 % nema mišljenje i 20 % se djelomično slaže. Iz distribucije odgovora možemo iščitati da se većina sudionika zna nositi sa stresnim situacijama na radnom mjestu. „Posao mi je ponekad prezahtjevan.“ je tvrdnja s kojom se u potpunosti slaže 6,7 % sudionika istraživanja, 20 % se djelomično slaže, 20 % nema mišljenje, 40 % se djelomično ne slaže i 13,3 % se u potpunosti ne slaže.

Za tvrdnju „Smjenski rad mi je stresan.“ je neslaganje izrazilo 66,7 % sudionika. Smjenski rad većini ne predstavlja problem. Rezultat je očekivan, jer vanbolnička hitna služba nije osmišljena za rad u jednoj smjeni. „Stres na radnom mjestu negativno utječe na kvalitetu mog života.“ je tvrdnja o kojoj 36,7 % sudionika nema mišljenje, 20 % se djelomično slaže, 16,7 % se u potpunosti slaže, 16,7 % se djelomično ne slaže i 10 % se u potpunosti ne slaže. Iz distribucije odgovora je vidljivo da trećina sudionika smatra da im stres na radnom mjestu negativno utječe na kvalitetu života, dok trećina sudionika nije sigurna u tu povezanost. Velika većina sudionika, njih 76,6 %, djelomično se slaže s tvrdnjom „Zadovoljan sam kvalitetom svog života.“. 13,3 % se u potpunosti slaže, dok 23,3 % nema mišljenje. Iz dobivenih odgovora vidimo da su, unatoč stresnom i većinu vremena nepredvidljivom radnom mjestu, sudionici istraživanja općenito zadovoljni kvalitetom svojih života.

6. ZAKLJUČAK

Temeljem provedenog istraživanja i dobivenih rezultata mogu se izvesti slijedeći zaključci:

- Muški i ženski spol gotovo su podjednako zastupljeni među sudionicima istraživanja.
- Najviše sudionika pripada dobnoj skupini 30 - 39 godina.
- Djelatnici Zavoda za hitnu medicinu KZZ su većinom zadovoljni uvjetima rada.
- Trećina sudionika smatra da poslodavac ne prepoznaje njihov trud na radnom mjestu te da nisu prikladno nagrađeni za svoj rad.
- Gotovo svi su izloženi stresnim situacijama na radnom mjestu.
- Sudionici ne osjećaju nelagodu prije odlaska na posao iako su većinu radnog vremena pod stresom.
- Velika većina vjeruje da se može obratiti suradnicima za pomoć.
- Više od trećine sudionika smatra da im stres na radnom mjestu negativno utječe na kvalitetu života.

7. SAŽETAK

Cilj istraživanja: Ispitati povezanost stresa i kvalitete života medicinskih sestara i tehničara djelatnika Zavoda za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije.

Nacrt studije: Provedeno je presječno istraživanje.

Ispitanici i metode: U istraživanje je uključeno 30 medicinskih sestara i tehničara djelatnika Zavoda za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije. U svrhu provedbe istraživanja i izrade rada osmišljen je upitnik s prethodno ponuđenim odgovorima. Upitnik se sastoji od ukupno 20 pitanja i tvrdnji. Istraživanje je provedeno putem web platforme *Google Obrasci*. Sudjelovanje je dobrovoljno i anonimno.

Rezultati: 43,3 % sudionika istraživanja pripada dobnoj skupini 30 - 39 godina. Većina je zadovoljna uvjetima rada u Zavodu za hitnu medicinu KZZ. 26,6 % sudionika osjeća da poslodavac ne prepoznaje njihov trud na radnom mjestu. 86,6 % djelatnika je suočeno sa stresnim situacijama na radnom mjestu. Za 66,7 % sudionika smjenski rad ne predstavlja izvor stresa. Stres na radnom mjestu ima negativan utjecaj na kvalitetu života 36,7 % sudionika, dok ih se 26,7 % s tom tvrdnjom ne slaže.

Zaključak: Djelatnici Zavoda za hitnu medicinu KZZ su većinom zadovoljni uvjetima rada. Trećina ih smatra da poslodavac ne prepoznaje njihov trud na radnom mjestu te da nisu prikladno nagrađeni za svoj rad. Gotovo svi su svakodnevno suočeni sa stresnim situacijama. Usprkos tome, ne osjećaju nelagodu prije odlaska na posao i vjeruju da se mogu obratiti suradnicima za pomoć. Više od polovine sudionika ne smatra smjenski rad stresnim. Gotovo svi sudionici istraživanja su zadovoljni kvalitetom svog života.

Ključne riječi: hitna medicina; kvaliteta života; sestrinstvo; stres

8. SUMMARY

The relationship between stress and the quality of life of nurses and technicians of the Department of Emergency Medicine of the Krapina-Zagorje County

Objectives: Examine the correlation between stress and the quality of life of nurses and technicians working at the Emergency Medical Services Department of Krapina-Zagorje County.

Study design: A cross-sectional study was conducted.

Subjects and methods: 30 nurses and technicians working at the Emergency Medical Services Department of Krapina-Zagorje County were included in the research. To conduct the research and create the paper, a questionnaire with predefined answers was designed. The questionnaire consists of a total of 20 questions and statements. The research was conducted using the *Google Forms* web platform. Participation is voluntary and anonymous.

Results: 43.3% of the research participants belong to the age group of 30 - 39 years. The majority are satisfied with the working conditions at the Emergency Medical Services Department of Krapina-Zagorje County. 26.6% of participants feel that their employer does not recognize their efforts at the workplace. 86.6% of employees face stressful situations at work. For 66.7% of participants, working in shifts is not a source of stress. Workplace stress has a negative impact on the quality of life for 36.7% of participants, while 26.7% of them disagree with that statement.

Conclusion: Employees of the Emergency Medical Services Department of Krapina-Zagorje County are mostly satisfied with their working conditions. One-third of them believe that their employer does not recognize their efforts at the workplace and that they are not adequately rewarded for their work. Almost all of them face stressful situations on a daily basis. Nevertheless, they do not feel discomfort before going to work and believe they can turn to their colleagues for help. More than half of the participants do not consider shift work to be stressful. Almost all research participants are satisfied with the quality of their life.

Key words: emergency medicine; nursing; quality of life; stress

9. LITERATURA

1. World Health Organization [Internet]. Stress [pristupljeno 2. 9. 2023.]. Dostupno na: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>
2. Jahromi K.M., Hojat M. The Etiology of burnout syndrome and the levels of stress among nurses. *JOURMEDSCI*. 2014;12(1):1-10.
3. Lazarus RS, Folkman S. *Stres, procjena i suočavanje*, Zagreb, Naklada Slap, 2004.
4. Petrie K, Milligan-Saville J, Gayed A, et al. Prevalence of PTSD and common mental disorders amongst ambulance personnel: a systematic review and meta-analysis. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 2018;53:897–909.
5. Xu H, Zhang M, Hudson A. Occupational health protection for health workers in China with lessons learned from the UK: qualitative interview and policy analysis. *Saf Health Work* 2021;12:304–10.
6. Hosseinabadi R, Karampourian A, Beiranvand S, et al. The effect of quality circles on job satisfaction and quality of work-life of staff in emergency medical services. *Int Emerg Nurs* 2013;21:264–70.
7. Batrnek T, Gašpert M. Quality of Life of Nurses in Osijek. *Croatia Nursing Journal*. 2018; 2 (2); 99 – 109.
8. Whoqol Group The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Social Science and Medicine*. 1995;41(10):1403–1409.
9. Marušić M, i sur. *Uvod u znanstveni rad u medicini*. 4. izd. Udžbenik. Zagreb: Medicinska naklada; 2008.

11. PRILOZI

1. Odobrenje Etičkog povjerenstva

1. Odobrenje Etičkog povjerenstva

**ZAVOD ZA HITNU MEDICINU
KRAPINSKO-ZAGORSKE ŽUPANIJE
49000 KRAPINA, M. Crkvenca 1**

ETIČKO POVJERENSTVO

KLASA: 007-05/23-01/32
URBROJ: 2140-43-10-23-2
Krapina, 18.06.2023.

Na temelju članka 94. Zakona o zdravstvenoj zaštiti („Narodne novine“ broj 100/18 i 125/19) i članka 37. Statuta Zavoda za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije Etičko povjerenstvo Zavoda za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije je na svojoj 10. sjednici, održanoj dana 18.06.2023. godine, jednoglasno donijelo slijedeću

ODLUKU

1. Halužan Kristianu, univ. bacc. med. techn. iz Pregrade, Gustava Krkleca 2/2, studentu Diplomskog sveučilišnog studija sestrinstva u Svetoj Nedelji daje se odobrenje za provođenje istraživanja u Zavodu za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije u toku 2023. godine za potrebe izrade diplomskog rada pod nazivom: "Povezanost stresa i kvalitete života medicinskih sestara i tehničara u Zavodu za hitnu medicinu Krapinsko-zagorske županije" pod vodstvom mentora Izv. prof. dr.sc. Rajka Fureša.
2. Odluka stupa na snagu danom donošenja.

**PREDSJEDNICA ETIČKOG
POVJERENSTVA ZAVODA ZA HITNU MEDICINU KZZ**

Ljiljana Malogorski, dipl. iur.

Lj. Malogorski



DOSTAVITI:

1. 1. Krsitian Halužan,
Pregrada, Gustava Krkleca 2/2,
2. Arhiva, ovdje.