

Stres kod studenata sestrinstva Veleučilišta u Bjelovaru zbog utjecaja pandemije COVID-19

Šignjar, Ivana

Undergraduate thesis / Završni rad

2020

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Bjelovar University of Applied Sciences / Veleučilište u Bjelovaru**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:144:340934>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-02-28**



Repository / Repozitorij:

[Digital Repository of Bjelovar University of Applied Sciences](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

VELEUČILIŠTE U BJELOVARU
PREDDIPLOMSKI STRUČNI STUDIJ SESTRINSTVO

STRES KOD STUDENATA SESTRINSTVA
VELEUČILIŠTA U BJELOVARU ZBOG UTJECAJA
PANDEMIJE COVID-19

Završni rad br. 51/SES/2020

Ivana Šignjar

Bjelovar, listopad 2020.



Veleučilište u Bjelovaru
Trg E. Kvaternika 4, Bjelovar

1. DEFINIRANJE TEME ZAVRŠNOG RADA I POVJERENSTVA

Kandidat: **Šignjar Ivana**

Datum: 15.07.2020.

Matični broj: 001814

JMBAG: 0314016679

Kolegij: **OSNOVE ISTRAŽIVAČKOG RADA U SESTRINSTVU**

Naslov rada (tema): **Stres kod studenata sestrinstva Veleučilišta u Bjelovaru zbog utjecaja pandemije COVID-19**

Područje: **Biomedicina i zdravstvo** Polje: **Kliničke medicinske znanosti**

Grana: **Sestrinstvo**

Mentor: **dr.sc. Rudolf Kiralj**

zvanje: **viši predavač**

Članovi Povjerenstva za ocjenjivanje i obranu završnog rada:

1. doc.dr.sc. Zrinka Puharić, predsjednik
2. dr.sc. Rudolf Kiralj, mentor
3. Ksenija Eljuga, mag.med.techn., član

2. ZADATAK ZAVRŠNOG RADA BROJ: 51/SES/2020

U radu je potrebno ispitati utjecaj pandemije COVID-19 na stvaranje stresa kod studenata sestrinstva Veleučilišta u Bjelovaru tj. nastavak stresnih situacija u svakodnevnom životu, u studentskim i radnim aktivnostima zbog pandemije COVID-19, pomoću posebno konstruiranog anonimnog anketnog upitnika, zatim je potrebno prikazati rezultate ankete statističkim metodama, te komentirati i objasniti kako COVID-19 utječe na kvalitetu života i studija ispitane grupe studenata sestrinstva.

Zadatak uručen: 15.07.2020.

Mentor: **dr.sc. Rudolf Kiralj**



Zahvala

Iskreno se zahvaljujem profesorima i svim predavačima sestrinstva Veleučilišta u Bjelovaru, posebno svom mentoru dr.sc. Rudolfu Kiralju, v. pred. na prenesenom znanju i stručnoj pomoći tijekom izrade ovoga rada. Zahvaljujem se i svim studentima na VUB-u na otvorenosti i susretljivosti te odvojenom vremenu kako bi ispunili anketni upitnik i time doprinijeli novim spoznajama o utjecaju COVID-a-19 kao uzročnika stresa tijekom studiranja.

I na kraju, posebnu zahvalnost iskazujem svojoj obitelji i dečku Tomislavu na pruženoj podršci, razumijevanju i strpljenju tijekom studiranja.

Sadržaj

1 . UVOD	1
1.1 Stres	2
1.2 Stres kao podražaj	3
1.3 Stres i zdravstveno ponašanje u akademskom okruženju	4
1.4 COVID–19 - uzročnik stresa	5
2. CILJ RADA	7
3. METODE	8
4. REZULTATI	10
4.1 Socio – demografski podaci	10
4.2. Opća pitanja o COVID-19	16
4.3 Utjecaj COVID-a 19 na studij	17
5. RASPRAVA	23
6. ZAKLJUČAK	27
7. LITERATURA	29
8. OZNAKE I KRATICE	31
9. SAŽETAK	32
9. SUMMARY	34
10. PRILOZI	36

1. UVOD

Ljudi u današnje vrijeme žive užurbanim načinom života, jedu brzu hranu, ne bave se tjelesnim aktivnostima, malo spavaju, stalno jure i žure, te su postali žrtve „tihog ubojice“ zvanog stres (1). Pisati o stresu znači pisati o životu (2). Stres je zapravo svakodnevno i uobičajeno iskustvo u našem tijelu i umu, koje nastaje prilagodbom okolini koja se neprestano mijenja (3). Činjenica je da se stres javlja u raznim oblicima, veličinama i da je različitog intenziteta (4).

Život u 21. stoljeću je složeniji nego što je ikada prije bio. Puno je izazova, zahtjeva, a samim time i mogućnosti (2). Zbog napretka tehnologije i samog čovjeka doveo je do toga da se izvori stresa nalaze svugdje oko nas, te je važan čimbenik koji utječe na zdravlje i kvalitetu života. Ponekada je najbolji način nošenja i suočavanja sa stresom promjena situacije koja ga je uzrokovala, iako to često nije moguće ni jednostavno. Postoji mnogo prednosti života brzim tempom u modernom industrijaliziranom svijetu, ali je važno pronaći balans odnosno ravnotežu (2). Zajedno sa tim potrebama javlja se i određena količina stresa koju je nemoguće izbjeći (ona može biti pozitivna i/ili negativna), jer što više težimo uspjehu javljaju se veći izvori stresora koji utječu na kvalitetu našega života.

Svaki čovjek ima potrebu za učenjem, napredovanjem i stvaranjem (1). Često kažu kako je studentsko doba najljepše doba, te biti student zvuči pohvalno, budi osjećaj divljenja, međutim biti student (redovni ili izvanredni) iz vlastite perspektive djeluje teško, ponekad zastrašujuće, zahtjevno. Kada dodamo studiranju još privatni život, uključujući naše obitelji, posao, nespavanje, te pandemiju COVIDOM-19 koja nas je snašla tijekom studiranja u akademskoj godini 2019/20. vidimo kako je život jednog takvog studenta uistinu pun stresora što dužem izlaganju može dovesti do kroničnog stresa i ne kvalitetnog načina života, gdje pati naše zdravlje.

1.1 Stres

Promjene nastale u okruženju u kojem živimo u 21.stoljeću i njihov utjecaj na naš svakodnevni život, zahtijevaju da uspostavimo nove odnose sa svijetom oko nas, s drugima i sa samima sobom. Prilagođavanje je uvijek bio uvjet preživljavanja (4). Stres je riječ koja je već godinama u „modi“. Definira se kao uobičajeni odgovor našega tijela na svakodnevna iskustva iz okoline koja nastaju tijekom prilagodbe (5). Ljudi često govore kako je stres gužva na cestama, oboljenje člana obitelji, ali zapravo su to sve podražaji koji potiču nastanak stres kao unutarnje reakcija (5). Stres je ponašanje organizma kao cjeline (4). Potaknut je djelovanjem adrenalina - hormona koji pobuđuje čitav niz reakcija kao što su ubrzano disanje, ubrzano kucanje srca, osjećaj suhih usta, pojačano znojenje, napetost mišića (5).

Važna ličnost koja je popularizirala stres je Kanađanin Hans Selye (2). Prvi je koristio koncept stresa da bi se shvatili fiziološki regulatorni odgovori koji prijete cijelom organizmu (6). Stresori su podražaji koji uzrokuju stresne odgovore u organizmu, tjelesne i psihičke efekte koji prijete ravnoteži organizma. Ta nespecifična reakcija sadrži tri faze: 1. faza alarma – ona može trajati od nekoliko sati do nekoliko dana (faza u kojoj se nakon štetnog djelovanja iz okoline mobiliziraju obrambene snage organizma) 2. faza otpora (u kojoj brojne hormonalne i kemijske promjene aktiviraju obrambenu energiju i uspostavljaju narušenu ravnotežu) 3. faza iscrpljenja (u kojoj organizam jedno vrijeme ne može normalno funkcionirati nakon što je suzbio štetno djelovanje iz okoline ili je odustao od borbe) (6).

Ne postoji jedna razina stresa koja bi bila povoljna za sve ljude. Svaka osoba na jedinstven način doživljava stres i iskazuje reakcije (5). Ono što je jednoj osobi tjeskobno, drugoj može značiti veselje. Stres se dijeli na vanjski i unutarnji, akutni i kronični, pozitivni i negativni (2). Vanjski stresori su fizička okolina (buka, vrućina, blještava svjetla), društvena interakcija (grubost, šefovanje), važni životni događaji (gubitak posla, rođenje djeteta, unaprjeđenje), svakodnevne teškoće (mehanički kvarovi). Unutarnji stresori su način života (nedovoljno spavanja, konzumacija kofeina), „zamke“ u načinu razmišljanja (pesimistično razmišljanje, sklonost pretjeranom analiziranju). Akutni stresovi su uzrokovani naglim promjenama u okolini koje dovode do naglih promjena u organizmu (jaki intenzitet, kratko trajanje) kao npr. automobilska nesreća, poplava u kupaonici (2). Kronični stresovi nastaju izlaganju trajnoj neugodnoj situaciji u kojoj se pojedinac nalazi duži period bez izlaska iz takve situacije koja uzrokuje stres (slabi intenzitet, dulje trajanje) kao npr. dugoročna nezaposlenost, stalna briga za bolesnog člana obitelji (2). Negativan ili loš stres djeluje štetno

na psihičko, fizičko i duhovno zdravlje (u slučaju da je pretjeran i produljenje). Osjećaj ljutnje, frustracije i straha mogu uzrokovati razne bolesti (kožne bolesti, nesаница, čirevi). Pozitivan ili dobar stres (eustres) može imati i povoljan učinak jer donosi ispunjenje kao npr. rođenje djeteta ili zaljubljenost (2). Pozitivan stres djeluje u razvoju svjesnosti i motivacije jer omogućuje poticaj da se bi odgovorilo na izazov u određenoj situaciji.

Napetost i budnost nužni su za uživanje u mnogim situacijama u životu i bez toga bi ponekad bilo prilično dosadno (4).

1.2 Stres kao podražaj

Stresni su podražaji u raznim istraživanjima različito i kategorizirani. Važno je znati koji su mogući uzroci stresa u životu, jer to daje mogućnost da se učini nešto što će smanjiti negativan utjecaj koji stres može imati na zdravlje i općenito dobar osjećaj. Podražaji mogu dolaziti iz različitih izvora (2). Najčešće uključuje četiri slučaja. Prvi slučaj su velike životne promjene – određeni životni događaji mogu postavljati i donijeti veće zahtjeve (gubitak posla, završetak školovanja, rođenje djeteta, gubitak bliske osobe, preseljenje u drugi grad, umirovljenje, vjenčanje). Iako takve promjene mogu djelovati vrlo pozitivnima npr. sklapanje braka, mogu itekako uzrokovati simptome stresa kao što su glavobolje, nervoze, umor, želučani problemi jer označavaju promjene koje same po sebi mogu biti izvor stresa (6). Drugi slučaj izvora stresa su kronični stresni događaji - to su životne teškoće koje mogu trajati dulje vrijeme ili se mogu ponavljati češće tijekom dužeg perioda. To su npr. prijevoz do posla, problemi na poslu, problemi u obitelji, život u urbanoj zoni, napetosti u međuljudskim odnosima itd. Treći slučaj izvora stresa su svakodnevni problemi - situacije koje se pojavljuju svakodnevno, a čine ih mali, neugodni doživljaji kao npr. gužve u javnom prijevozu, svakodnevne buke, žurbe, neljubaznost ljudi. Traumatski događaji su četvrti slučaj izvora stresa. U ovu skupinu izvora stresa spadaju osobne traume (kao npr. razni oblici silovanja – fizičko, verbalno, spolno) i ratne situacije. Velike katastrofe imaju zajedničke osobine. Javljaju se naglo i obično bez upozorenja. Uključuju ekstremnu prijetnju, čak do prijetnje gubitkom života te katastrofe pružaju ljudima vrlo malo osobne kontrole na situacijom. Okoliš može biti veliki izvor stresa. Različita zagađenja, ekstremne temperature, siromašni uvjeti stanovanja, buka (2). Često ne možemo utjecati hoće li ili ne doći do pojave poplava, potresa, požara, ekstremnih temperatura, često i kod pojave neke bolesti, posebno ako je u pitanju pandemija (6). Istraživanje dr. Lazarusa i Susan Folkman iz 1984. godine na Sveučilištu u

Kaliforniji su pokazala da su dnevne frustracije tj. svakodnevni stresori opasniji kao podražaji nego važni životni događaji tzv. prekretnice. Životni važni događaji se ne događaju svaki dan, a dnevne frustracije imamo svaki dan i ta konstanta dnevnih frustracija uzrokuje najviše stresa, jer se redovito pojavljuje i nakuplja (2). Primjeri dnevnih frustracija su dosadan posao, tračevi, pripremanje jela, bezobzirni ljudi, pritisci vezani uz postizanje rokova, gužve u prometu.

1.3 Stres i zdravstveno ponašanje u akademskom okruženju

Svatko od nas u obiteljskom životu, na poslu, pa tako i tijekom studiranja doživljava stres. Period studiranja obilježava veliki period života (3). Mnogi učenici kao i njihovi profesori, izloženi su napetostima koje ono stvara, ali s različitim stupnjem osjetljivosti. Neki učenici kroz period studiranja prolaze s lakoćom, dok drugima pak taj period donosi mnoge promjene kao npr. promjenu mjesta prebivališta, razvijanje novih prijateljstava. Uspješno savladavanje izazova u studentskom životu vezana je za različite faktore kao što su npr. zrelost osobe, osobine, uvjeti života, pruženoj podršci te već razvijenim metodama nošenja sa stresom (3). U ovom slučaju, jedan od stresnih podražaja je i prilagodba i učenika i profesora na novi način održavanja on-line predavanja, seminara, kolokvija i ispitnih rokova. Samo po sebi je to jedan novitet sa kojima se istovremeno prvi put susreću i studenti, a i sami profesori. Studiranje kao izvor stresa može imati dugoročne posljedice na psihičko, fizičko i mentalno zdravlje pojedinca (2). Zdravstveno ponašanje tijekom akademskog perioda se ne smije smetnuti s uma, jer je važno koje aktivnosti osoba poduzima da bi očuvala, poboljšala ili zadržala svoje zdravlje. Međutim, ovakva je definicija dosta nejasna jer se nameće pitanje koje su to aktivnosti i kako bi se to trebali ponašati da naše zdravlje ne bi patilo. Važnu ulogu u tome svemu ima pravilna prehrana. Većina stručnjaka smatra da je dobra uravnotežena prehrana važna za očuvanje zdravlja i velika pomoć u smanjivanju razine stresa. Pušenje cigareta je aktivnosti koju bi trebali izbaciti, jer iako mnogi ljudi cigarete koriste kao sredstvo pomoću kojega lakše podnose stresna vremena i čini se pušenje, barem na kratko vrijeme doista smanjuje razinu stresa, gledano dugoročno opasnost od pušenja uvelike nadmašuje njihovu kratkoročnu korist. U cijelom svijetu pušenje cigareta je jedan od glavnih uzroka bolesti i smrti. Dokazano je da uzrokuju razne vrste karcinoma, razvoj bolesti dišnih organa i razne srčane bolesti (4). Uvijek treba nanovo isticati važnost fizičke aktivnosti. Prisutan je sve više sjedilački način života (4). Opuštanje mišića i vježbanje smanjuje mišićnu napetost.

Vježbanjem poboljšavamo i samu sliku o sebi te nam pomaže kod održavanja odgovarajuće tjelesne težine. Koliko god se činilo općepoznatim, važno je istaknut i važnost sna kao načina smanjivanja razine stresa. Studenti koji imaju predavanja u kasnijim satima dulje spavaju, manje su pospani tijekom dana i propuštaju manje nastave. Kada smo umorni, puno je teže nositi se sa stresnim situacijama (4). Studenti su u različitim fazama svoje akademske godine, neki su pri kraju akademske godine, neki se spremaju pisati završne radove. Poznato je da studenti doživljavaju puno stresa, posebno prije i tijekom ispita. Ispiti su se održavala on-line preko interneta zbog preventivnih mjera. Ovome roditelji mogu nadodati više stresa svojoj djeci jer su podjednako podvrgnuti stresu u vezi s karijerom njihove djece. Iako su mnoge od obrazovnih ustanova pokrenule on-line nastavu, prilagodba studenta je nagli prijelaz s rutinskog načina poučavanja je stresan. Ovo se pogotovo odnosi na osobe kojima je teže učiti i sporije uče.

1.4 COVID–19 uzročnik stresa

Epidemija novim koronavirusom SARS-CoV-2 nije prva epidemija zarazne bolesti koja je zaprijetila čovječanstvu u 21. stoljeću. Možemo reći da su zarazne epidemije neizbježne međutim iskustva pokazuju da se njihov utjecaj može kontrolirati i ublažiti. One se mogu svrstati u kategoriju „prirodnih nepogoda“ (11). Situacija zbog epidemije koronavirusom za sve nas je nova i pred nama su brojni izazovi, kako u profesionalnom tako i u osobnom životu. (11) Kompleksna, naglo nastala promjena životne situacije, poput ove koju sad proživljavamo, u kojoj je ugroženo tjelesno i psihičko zdravlje te socijalno funkcioniranje, dovodi do povećane količine stresa, depresija, anksioznosti i straha. Epidemija uzrokovana virusom može dovesti do niza stresnih reakcija (kao npr. pojava nesаницe, osjećaj nesigurnosti, pojačana uznemirenost, anksioznosti), različite zdravstvene oblike rizičnog ponašanja (kao npr. povećana upotreba lijekova, pojačana konzumacija alkohola, duhana ili drugih nedozvoljenih supstancija) te pojavu drugih simptoma (kao npr. česte prehlade, negativan stav). COVID -19 je novi virus koji se pojavio 2019. godine u Kini (7). Taj novi soj koronavirusa se prije nije dijagnosticirao kod ljudi, nego se pojavljivao među životinjama no neki od njih mogu prijeći na ljude (7). Virus se među ljudima prenosi kapljičnim putem (kašljanjem, kihanjem, šmrncanjem). Vrijeme inkubacije je vrijeme od trenutka izlaganja virusu i pojave prvih simptoma, a procjenjuje se između 2 i 12 dana (7). Važno je da se ljudi sa simptomima i sa sumnjom na COVID-19 testiraju i da se na vrijeme postavi dijagnoza te

da se provedu stroge mjere kontrole zaraze. Do danas nema dokazanog liječenja za oboljenje od novog virusa korone (11). Simptom koji se pojavljuju mogu varirati od blagih simptoma sličnih gripi kao npr. povišena tjelesna temperatura, kašalj, zaduha, malaksalost, bolovi u mišićima (7). Kod bolesnika sa težim simptomima bolesti (kao npr. upala pluća, otežano disanje) nužna je hitna hospitalizacija zbog mogućih dodatnih komplikacija, pojave septičkog šoka koji može dovesti i do smrti pacijenta. Kronični bolesnici podložniji su težim oboljenjima (7).

2. CILJ RADA

Cilj ovog istraživanja je ispitati i ukazati utjecaj pandemije COVID-19 kao izvor stresa kod studenata sestrinstva Veleučilišta u Bjelovaru tj. nastanak stresnih situacija u svakodnevnom životu, u studentskim i radnim aktivnostima zbog pandemije COVID 19, pomoću posebno konstruiranog anonimnog anketnog upitnika. Zatim je potrebno prikazati rezultate ankete statističkim metodama, te komentirati i objasniti te ocijeniti kako COVID-19 utječe na kvalitetu života i studija ispitane grupe studenata sestrinstva.

3. METODE

Istraživanje je provedeno na Veleučilištu u Bjelovaru u razdoblju od svibnja do kolovoza 2020. godine. Obuhvatilo je studente prve, druge i treće godine studija Sestrinstva. Metoda prikupljanja podataka korištena u ovom istraživačkom radu je anketa. Anketa je sastavljena pomoću alata "Google forms" te je sastavljena isključivo za potrebe ovog istraživanja i sastoji se od 3 skupine pitanja. U anketi su korištena demografska pitanja, a obuhvaćala su podatke o spolu, dobi (po dobnim skupinama), načinu studiranja, obliku zaposlenosti, sveukupno je bilo 9 takvih pitanja, od toga jedno pitanje s mogućnošću dopisivanja. Druga skupina pitanja se odnosila na opće podatke o COVID-u 19 (8 pitanja), a treća skupina pitanja se bavila utjecajem COVID-a-19 na studij (10 pitanja). Anketa se provodila na način da se putem društvene mreže Facebook poslao anketni obrazac, a ispitanici su imali na izbor žele li ili ne sudjelovati u anketi. Anketa je bila anonimna. Također su imali podatke o autoru obrasca ankete i o razlogu provođenja. Na istraživanje je pristalo 200 studenata, redovnog i izvanrednog studija Sestrinstva na Veleučilištu u Bjelovaru po dobnim skupinama od 18 do 50 i više godina. Za prikaz dobivenih podataka iz ankete, radila se deskriptivna statistika tj. izračuni i prikazi frekvencija kružnim dijagramima i histogramima. Varijable koje su korištene navedene su u tablici po vrstama (tablica 3.1).

Tablica 3.1. Naziv varijable s obzirom na postavljena pitanja

Varijable	Pitanja
kategorijska nominalna	Spol (m, ž) Načina studiranja? (redovno, izvanredno) Godina studiranja! (1,2,3) Mjesto stanovanja? (grad, selo, prigradsko naselje) Bračni status? (neoženjen/neudana, oženjen/udana, razveden/razvedena, udovac/udovica, u vezi, slobodna) Imate li djece? (da, ne) Imate li starijih ukućana? (da, ne) Radite li uz studij? (da, ali ne u zdravstvenom sustavu, da, radim u zdravstvenom sustavu, ne radim) Koji izvor stresa vas je uznemirio i omeo u svakodnevnom funkcioniranju unazad 3 mjeseca, kao izravna ili neizravna posljedica epidemiološke situacije? (Obavljanje stručne prakse, Učenje i rad na seminarima, Balans između posla i fakulteta, Nedostupnost materijala za učenje, Poteškoće tijekom

	online kolokvija (loš internet...))
kategorijska ordinalna	<p>Dob (po dobnim skupinama) (18-23,24-29, 30-39, 40 i više)</p> <p>Većina nastavnika redovito održava kontakte sa studentima? (U potpunosti se, NE slažem, Djelomično se NE slažem, Niti se ne slažem niti se slažem, Djelomično se slažem, U potpunosti se slažem)</p>
likertova ljestvica (ocjene 1 – 5)	<p>Pridržavate li se preporuka za zaštitu od virusa COVID-a 19? (nošenje zaštitne maske, pranje ruku, održavanje razmaka...)</p> <p>Osjećate li brigu i paniku više nego inače u ovom periodu pandemije COVID 19 virusom?</p> <p>Imate li strah od negativnih posljedica za vlastito zdravlje zbog utjecaja virusa COVID- 19?</p> <p>Imate li strah da netko od vaše djece i/ili ukućana ne oboli od COVID-a 19?</p> <p>Na ljestvici od 1-5 procijenite u kojoj ste mjeri pod stresom zbog pandemije COVID 19 virusom?</p> <p>Za suzbijanje anksioznosti tijekom pandemije koristim alkohol i/ili opojna sredstva.</p> <p>Češće pratim vijesti zbog novonastale situacije uzrokovane COVID-om 19?</p> <p>Tijekom ove situacije sa COVID-om 19 imam problema sa spavanjem.</p> <p>Smatram da su donijete učinkovite mjere o obustavi izvođenja nastave na visokim učilištima i fakultetima zbog situacije sa COVID-om 19?</p> <p>Situacija sa COVID-om 19 je negativno utjecala na moje studiranje.</p> <p>Važna mi je podrška i razumijevanje profesora tijekom ove situacije sa COVID-om 19</p> <p>Možete li dobro naučiti gradivo online pristupom u vrijeme pandemije u odnosu na prijašnji način predavanja?</p> <p>Koliko se smatrate uspješnim na studiju unazad 3 mjeseca tijekom situacije sa pandemijom?</p> <p>Online koloviji i ispiti me čine nervoznom i napetom.</p> <p>Brinem se kako će ova situacija sa pandemijom utjecati na moj završetak fakulteta?</p>

4. REZULTATI

Nadalje su u radu prikazani rezultati istraživanja u kojem je sudjelovalo 200 ispitanika, prve, druge i treće godine studija sestrištva na Veleučilištu u Bjelovaru.

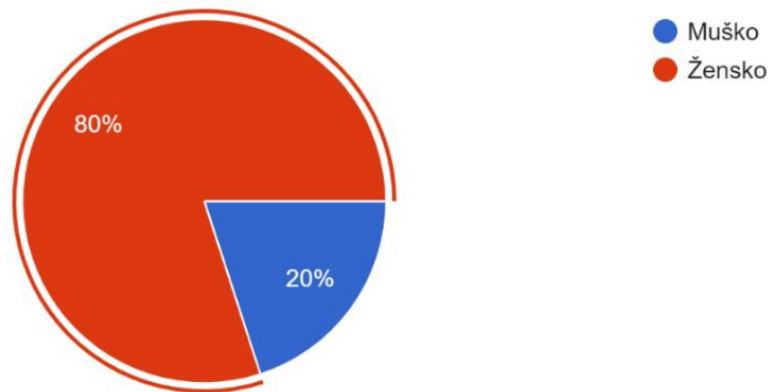
4.1. Socio demografski podaci

Socio demografski podaci sadrže 9 pitanja od toga jedno pitanje s mogućnošću dopisivanja.

Podaci iz slike 4.1 pokazuju da je u istraživanju sudjelovao veći broj žena, čak 160 (80%), dok je muških samo 40 (20%).

Spol?

200 odgovora

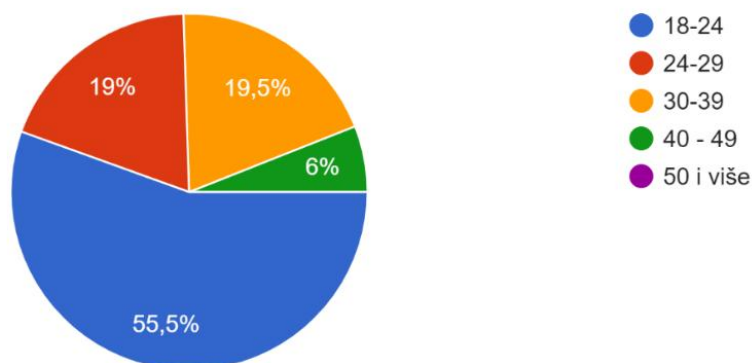


Slika 4.1. Prikaz raspodjele sudjelovanja muških i ženskih ispitanika u istraživanju

Podaci iz slike 4.2 i tablice 4.1 prikazuju da je čak udio ispitanika 111 (55,5%) u dobi od 18-24 godina, zatim 39 (19,5 %) u dobi od 30-39 godina, 38 (19,0 %) ispitanika je u dobnoj skupini 24-29 godina, a najmanju zastupljenost ima 12 (6,0 %) ispitanika u dobi od 40 - 49 godine, dok u dobi od 50 i više nema ni jedan ispitanik (0,0 %).

Dob (po dobnim skupinama)

200 odgovora



SIKKA 4.2. Prikaz raspodjele ispitanika prema dobi (po dobnim skupinama)

Tablica 4.1. Raspodjela ispitanika s obzirom na dob

Varijabla		Frekvencija	Postotak (%)
Dob po dobnim skupinama	18-24	111	55,5 %
	24-29	38	19,0 %
	30-39	39	19,5 %
	40 - 49	12	6,0 %
	50 i više	0	0,0 %
Ukupno		200	100 %

Dobivene rezultate možemo također prikazati u obliku relativne frekvencije prema dobnim skupinama kroz sljedeću tablicu (tablica 4.2).

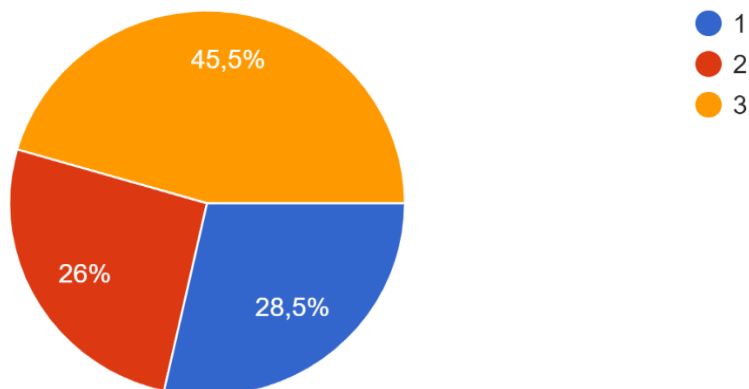
Tablica 4.2. Prikaz relativne frekvencije prema dobnim skupinama

Skupina	f	f _r
18-24	111	$f_{r1} = 0.5555 \times 100\% = 55,5\%$
24-29	38	$f_{r2} = 0.19 \times 100\% = 19\%$
30-39	39	$f_{r3} = 0.195 \times 100\% = 19,5\%$
40-49	12	$f_{r4} = 0,06 \times 100\% = 6\%$
50 i više	0	$f_{r5} = 0$
Ukupno	N = 200	

U anketi je najviše sudjelovalo studenta sa treće godine, njih čak 91 (45,5 %), sa prve godine njih 57 (28,5 %), dok je najmanje, ali ne i velikim odstupanjem, 52 (26 %) studenta odgovorilo sa druge godine (slika 4.3).

Godina studiranja?

200 odgovora

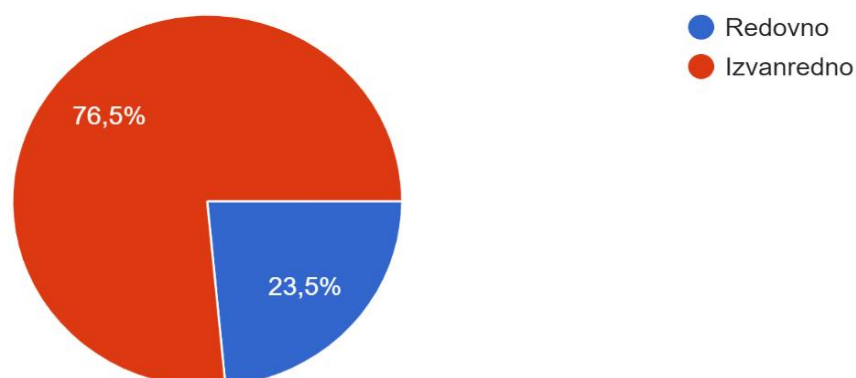


Slika 4.3. Raspodjela ispitanika po godini studiranja na VUB-u

Podaci iz slike 4.4 i tablice 4.3 prikazuju da je čak 76,5 % ispitanika, što znači 153 studenata na izvanrednom studiju na VUB-u, dok je samo 23,5 % odnosno 47 studenta na redovnom studiju.

Način studiranja?

200 odgovora



Slika 4.4. Prikaz raspodjele načina studiranja studenta na VUB-u

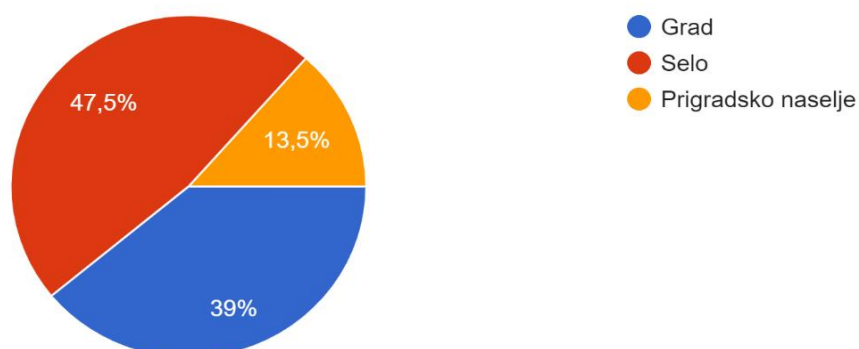
Tablica 4.3. Raspodjela ispitanika s obzirom na način studiranja

NAČIN STUDIRANJA	Frekvencija	Postotak (%)
Redovni studenti	47	23,5 %
Izvanredni studenti	153	76,5 %
Ukupno	200	100 %

Iščitamo li podatke iz slike 4.5 vidimo da čak 95 ispitanika (47,5 %) živi na selu, njih 78 (39,0 %) u gradu, dok 27 ispitanika (13,5 %) živi u prigradskom naselju.

Mjesto stanovanja?

200 odgovora

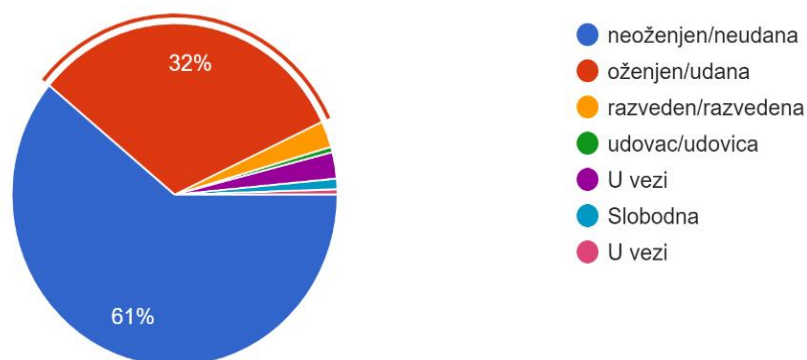


Slika 4.5. Raspodjela ispitanika prema mjestu stanovanja

Iščitamo li podatke iz slike 4.6, najvećim dijelom, točnije 122 ispitanika (61%) je odgovorilo da je neudata/neoženjeno, dok je 64 ispitanika (32%) oženjeno/udano, samo 5 ispitanika (2,5%) je odgovorilo da je u vezi, dok je samo 2 (1,0%) slobodno. Samo 5 ispitanika (2,5%) je razvedeno, a samo 1 osoba (0,5%) je udovac/ica.

Bračni status?

200 odgovora

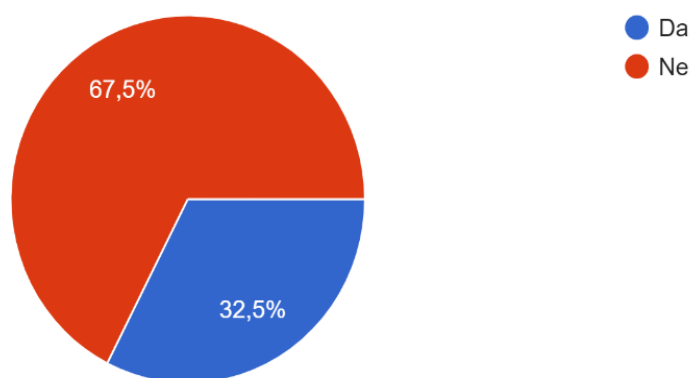


Slika 4.6. Raspodjele odgovora na anketno pitanje o bračnom statusu

Podaci iz slike 4.7 govore kako većina ispitanika, točnije njih 135 (67,5%) nema djece, dok njih 65 (32,5%) ima.

Imate li djece?

200 odgovora

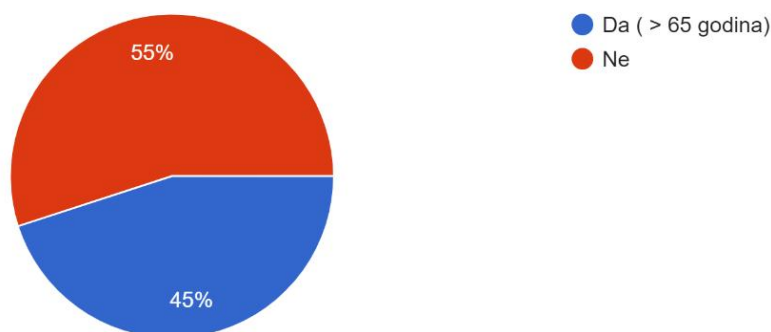


Slika 4.7. Prikaz raspodjele ispitanika s obzirom na pitanje imaju li djecu

Na anketno pitanje je odgovorilo 200 ispitanika, a njih 110 (55%) nema starijih ukućana (>65 godina), dok 90 (45%) ispitanika ima (slika 4.8).

Imate li starijih ukućana?

200 odgovora

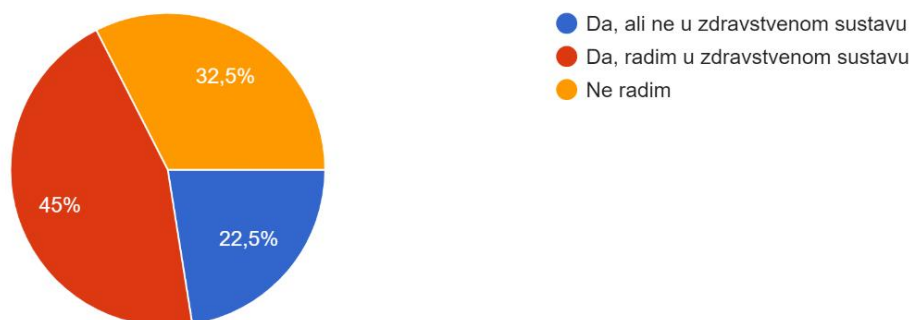


Slika 4.8. Prikaz raspodjele odgovora na anketno pitanje „Imate li starijih ukućana?“

Iščitamo li podatke iz slike 4.9, čak njih 90 (45%) je zaposleno i to u zdravstvenom sustavu, dok 65 (32,5%) ispitanika ne radi uopće. Manji broj ispitanika, njih 45 (22,5%) je zaposleno, ali ne u zdravstvenom sustavu. Pod pojmom zdravstveni sustav mislimo na poslove sa primarne razine (domove zdravlja, ustanove za zdravstvenu skrb i njegu), sekundarne razine (poliklinike, opće bolnice, specijalne bolnice) i tercijalne razine (klinike, kliničke bolničke centre).

Radite li uz studij?

200 odgovora



Slika 4.9. Prikaz raspodjele odgovora na anketno pitanje je li student radi uz studij

4.2. Opća pitanja o COVID-19

Druga skupina pitanja se odnosila na opće podatke o COVID-u 19. Podaci iz tablice 4.4 prikazuju 8 postavljenih pitanja u obliku Likertove ljestvice, koja je činila mogućnost odgovora od 1-5 - 1 je sadržavao odgovor ne, a 5 da u potpunosti. Nadalje će u tablici 4.5. biti prikazani podaci u obliku apsolutnih brojeva, postotnog udjela odgovora ispitanika te prikaz aritmetičke sredine („srednje vrijednosti“) za svako pitanje. U skladu sa odgovorima ispitanika komentirati će se pitanja kod kojih je zabilježena najniža i najveća vrijednost aritmetičke sredine.

Tablica 4.4. Statistički podaci ispitanika za opća pitanja o COVID-19

Pitanja	Mogući odgovori	Frekvencija	Postotak (%)	Aritmetička sredina
Pridržavate li se preporuka za zaštitu od virusa COVID-a 19? (nošenje zaštitne maske, pranje ruku, održavanje razmaka...)	1 (ne)	6	3,5%	
	2	9	4,5%	
	3	27	13,5%	
	4	53	26,0%	
	5 (da, u potpunosti)	105	52,5%	
	UKUPNO	200	100%	4,21
Osjećate li brigu i paniku više nego inače u ovom periodu pandemije COVID 19 virusom?	1 (ne)	38	19,0%	
	2	27	13,5%	
	3	53	26,5%	
	4	28	14,0%	
	5 (da, u potpunosti)	47	23,5%	
	UKUPNO	200	100%	2,99
Imate li strah od negativnih posljedica za vlastito zdravlje zbog utjecaja virusa COVID-19?	1 (ne)	49	24,5%	
	2	29	14,5%	
	3	44	22,0%	
	4	22	11,0%	
	5 (da, u potpunosti)	56	28,0%	
	UKUPNO	200	100%	3,04

Imate li strah da netko od vaše djece i/ili ukućane oboli od COVID-a 19?	1 (ne)	24	12,0%	
	2	9	4,5%	
	3	27	13,5%	
	4	37	18,5%	
	5 (da, u potpunosti)	103	51,5%	
	UKUPNO	200	100%	3,93
Na ljestvici od 1-5 procijenite u kojoj ste mjeri pod stresom zbog pandemije COVID-19 virusom?	1 (ne)	36	18,0%	
	2	25	12,5%	
	3	62	31,0%	
	4	37	18,5%	
	5 (da, u potpunosti)	40	20,0%	
	UKUPNO	200	100%	3,10
Češće pratim vijesti zbog novonastale situacije uzrokovane COVID-om 19?	1 (ne)	50	25,0%	
	2	29	14,5%	
	3	41	20,5%	
	4	20	10,0%	
	5 (da, u potpunosti)	60	30,0%	
	UKUPNO	200	100%	3,06
Tijekom ove situacije sa COVID-om 19 imam problema sa spavanjem.	1 (ne)	110	55,0%	
	2	24	12,0%	
	3	25	12,5%	
	4	9	4,5%	
	5 (da, u potpunosti)	32	16,0%	
	UKUPNO	200	100%	2,15

Najveća vrijednost aritmetičke sredine uočena je u pitanju ispitanika „Pridržavate li se preporuka za zaštitu od virusa COVID-a 19? (nošenje zaštitne maske, pranje ruku, održavanje razmaka...)“ gdje je čak 52,5% odgovorilo da se pridržava mjera opreza. Aritmetička sredina je 4,21, a taj rezultat je i očekivan posebno u ovo doba pandemije. Dodatan se stres stvarao među stanovništvom zbog provjerenih i neprovjerenih informacija, dok je 40 ispitanika (20,0%) odgovorilo da je potpuno pod stresom, 24 ispitanika (12,0%) je odgovorilo da nije uopće pod stresom. Dobivena aritmetička sredina (3,10) predstavlja srednju ocjenu odgovora na ovo pitanje. Na pitanje „Imate li strah od negativnih posljedica za vlastito zdravlje zbog utjecaja virusa COVID-19?“, točno 56 ispitanika (28,0%) je odgovorilo „da, u potpunosti“.

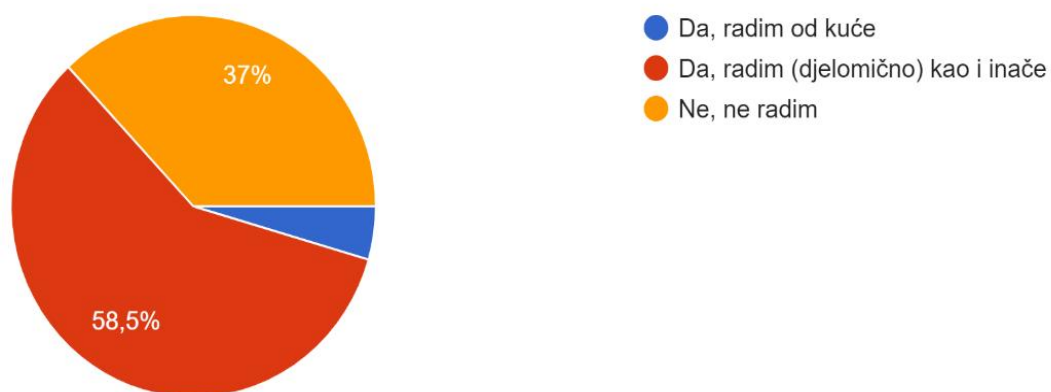
Više od pola ispitanika, točnije 103 ispitanika (51,5%), osjeća strah od oboljenja vlastite djece i drugih ukućana. Srednja vrijednost na ovo pitanje iznosi 3,93, što je prilično visoka vrijednost. Najniža vrijednost aritmetičke sredine (1,47) bilježi se na pitanju „Za suzbijanje anksioznosti tijekom pandemije koristim alkohol i/ili opojna sredstva.“, gdje 160 (80%) ispitanika odgovara sa „ne“. Točno 60 ispitanika (30,0%) je odgovorilo kako češće prate vijesti tijekom ove situacije, dok je sasvim suprotno 50 (25,0%) ispitanika odgovorilo da ne prate vijesti vezano za novonastalu situaciju sa COVID-om 19. Na pitanje „Tijekom ove situacije sa COVID-om 19 imam problema sa spavanjem.“, 110 (55,0%) ispitanika odgovara sa „ne“, dok samo 32 (16,0%) odgovara sa „da, u potpunosti“.

4.3 Utjecaj COVID-a 19 na studij

Iščitamo li podatke iz slike 4.10, vidjet ćemo da je više od pola studenata, točnije njih 117 (58,5%) odgovorilo da radi (djelomično) kao i inače, dok je 74 studenta (37%) odgovorilo da ne radi. Samo 9 studenata (4,5%) radi od kuće.

Radite li i tijekom krize uzrokovane pandemijom virusa Covid 19?

200 odgovora



Slika 4.10. Prikaz raspodjele odgovora na anketno pitanje u kojemu student odgovara radi li i tijekom krize uzrokovane pandemijom virusa COVID-OM 19.

Treća skupina pitanja se odnosila o utjecaju COVID-a 19 na studij. Podaci iz tablice 4.6. sadrže 7 postavljenih pitanja u obliku Likertove ljestvice, koja je činila mogućnost

odgovora od 1-5 - 1 je sadržavao odgovor ne, a 5 da u potpunosti i jedno pitanje sa mogućim odgovorom od 1-5, s tim da 1 označava slabo uspješnim, a 5 vrlo uspješnim.

U tablici 4.5 su prikazani podaci u obliku apsolutnih frekvencija, postotnog udjela odgovora ispitanika te aritmetičke sredine („srednje vrijednosti“) za svako pitanje. U skladu sa odgovorima ispitanika komentirati će se pitanja kod kojih je zabilježena najniža i najveća vrijednost aritmetičke sredine.

Tablica 4.5. Statistika odgovora ispitanika o utjecaju COVID-a 19 na studij

Pitanja	Mogući odgovori	Frekvencija	Postotak (%)	Aritmetička sredina
Smatram da su donijete učinkovite mjere o obustavi izvođenja nastave na visokim učilištima i fakultetima zbog situacije sa COVID-om 19?	1 (ne)	11	5,5%	4,26
	2	10	5,0%	
	3	21	10,5%	
	4	32	16,0%	
	5 (da, u potpunosti)	126	63,0%	
	UKUPNO	200	100%	
Situacija sa COVID-om 19 je negativno utjecala na moje studiranje.	1 (ne)	56	28,0%	3,09
	2	15	7,5%	
	3	44	22,0%	
	4	25	12,5%	
	5 (da, u potpunosti)	60	30,0%	
	UKUPNO	200	100%	
Važna mi je podrška i razumijevanje profesora tijekom ove situacije sa COVID-om 19?	1 (ne)	2	1,0%	4,7
	2	0	0	
	3	12	6,0%	
	4	28	14,0%	
	5 (da, u potpunosti)	158	79,0%	
	UKUPNO	200	100%	
Možete li dobro naučiti gradivo online pristupom u vrijeme pandemije u odnosu na prijašnji način predavanja?	1 (ne)	34	17,5%	3,18
	2	19	9,5%	
	3	54	27,5%	
	4	32	16,5%	
	5 (da, u potpunosti)	61	30,5%	
	UKUPNO	200	100%	

Koliko se smatrate uspješnim na studiju unazad 3 mjeseca tijekom situacije sa pandemijom?	1 (ne)	27	13,5%	
	2			
	3	20	10,0%	
	4	54	27,0%	
	5 (da, u potpunosti)	53	26,5%	
		46	23,5%	
	UKUPNO	200	100%	3,36
Online kolokviji i ispiti me čine nervoznom i napetom.	1 (ne)	24	12,0%	
	2	9	4,5%	
	3	33	16,5%	
	4	23	13,0%	
	5 (da, u potpunosti)	111	55,5%	
	UKUPNO	200	100%	3,94
Brinem se kako će ova situacija sa pandemijom utjecati na moj završetak fakulteta?	1 (ne)	21	10,5%	
	2	14	7,0%	
	3	26	13,0%	
	4	20	10,0%	
	5 (da, u potpunosti)	119	59,5%	
	UKUPNO	200	100%	3,91

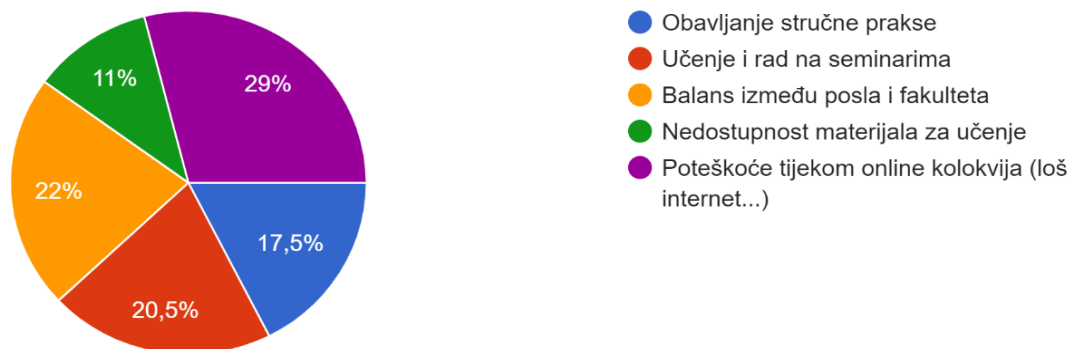
Značajna je činjenica da se čak 126 (63%) ispitanika slaže sa donesenim mjerama o obustavi izvođenja nastave na visokim učilištima i fakultetima zbog situacije sa COVID-om 19. Srednja vrijednost ovog pitanja je 4,26 što je vrlo visoka ocjena. Pogledamo li drugo pitanje u tablici 4.6, čak 60 ispitanika (30,0%) odgovara kako je situacija sa COVID-om 19 negativno utjecala na njihovo studiranje, dok 56 ispitanika (28,0%) odgovara sa „ne“. Najviša vrijednost aritmetičke sredine bilježi se na pitanju „Važna mi je podrška i razumijevanje profesora tijekom ove situacije sa COVID-om-19?“ čak 158 ispitanika (79,0%) odgovara „da, u potpunosti“, dok samo 2 (1,0%) ispitanika odgovaraju sa „ne“. Aritmetička sredina odgovora ispitanika iznosi 4,7. Pogledamo li pitanje uspješnosti na fakultetu unazad 3 mjeseca, čak 46 ispitanika (23,5%) je odgovorilo kako su vrlo uspješni unazad 3 mjeseca, dok 27 (13,5%) ispitanika odgovara kako su slabo uspješni unazad 3 mjeseca. Na pitanje „Možete li dobro naučiti gradivo on-line pristupom u vrijeme pandemije u odnosu na prijašnji način predavanja?“, 61 ispitanik (30,5%) je odgovorilo sa „da, u potpunosti“, dok je 34 (17,5%) odgovorilo sa „ne“. Vrlo je značajan i podatak da čak pola ispitanika, točnije 111 (55,5%)

ispitanika odgovara kako ih on-line kolokviji i ispiti čine nervoznim i napetim. Što se tiče pitanja o završetku fakulteta, 119 (59,5%) ispitanika osjeća brigu kako će situacija sa COVID-om 19 utjecati na završetak fakulteta, da li će uspjeti riješiti sve kolegije on-line, da li će uspjeti riješiti završni rad, kako će izgledati obrana rada s obzirom na situaciju sa COVID-om 19. Aritmetička sredina odgovora ispitanika iznosi 3,91.

Podaci iz slike 4.11. prikazuju da je čak 58 (29,0%) ispitanika iskazalo kao izvor stresa koji ih je uznemirio i omeo u svakodnevnom funkcioniranju unazad 3 mjeseca, kao izravna ili neizravna posljedica epidemiološke situacije poteškoće tijekom on-line kolokvija (loš internet...), 44 (22,0%) ispitanika ima poteškoće sa balansom između posla i fakulteta, 41 (20,5%) ispitanika navodi kao izvor stresa učenje i rad na seminarima, 35 (17,5%) ispitanika navodi kao izvor stresa obavljanje stručne prakse tijekom pandemije, a mali broj, točnije 22 (11,0%) navodi nedostupnost materijala za učenje, knjiga.

Koji izvor stresa vas je uznemirio i omeo u svakodnevnom funkcioniranju unazad 3 mjeseca, kao izravna ili neizravna posljedica epidemiološke situacije?

200 odgovora



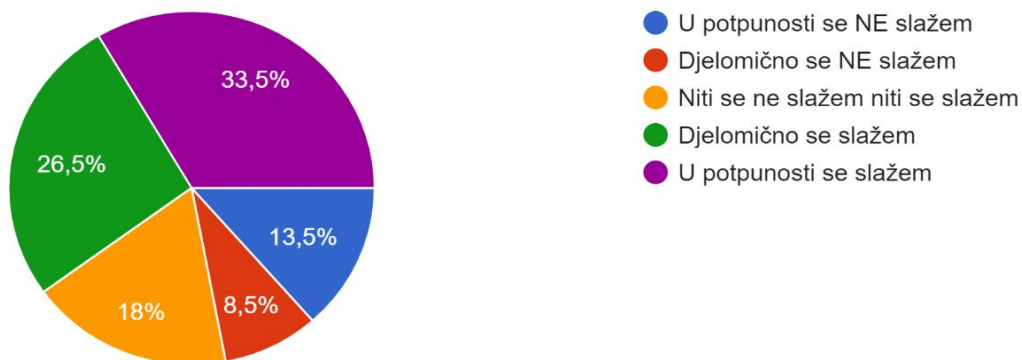
Slika 4.11. Prikaz raspodjele odgovora na pitanje: „Koji izvor stresa vas je uznemirio i omeo u svakodnevnom funkcioniranju unazad 3 mjeseca, kao izravna ili neizravna posljedica epidemiološke situacije?“

Podaci iz slike 4.12. prikazuju različite podatke, najviše ispitanika, točnije njih 67 (33,5%) smatra kako većina nastavnika u potpunosti održava kontakte sa studentima, njih 53 (26,5%) se djelomično slaže, a čak 36 (18,0%) ispitanika se niti ne slaže niti se slaže, od toga

27 (13,5%) ispitanika odgovara kako većina nastavnika ne održava kontakte sa studentima, a njih 17 (8,5%) se djelomično slaže sa tom tvrdnjom.

Većina nastavnika redovito održava kontakte sa studentima?

200 odgovora



Slika 4.12. Prikaz raspodjele odgovora na anketno pitanje: „Većina nastavnika redovito održava kontakte sa studentima?“

5. RASPRAVA

Istraživanje je učinjeno na uzorku od 200 ispitanika. Gledajući na spol, čak 160 (80%) ispitanika je ženskog spola. To samo potvrđuje činjenicu da je sestrinstvo profesija kojom dominiraju žene i čine većinu, ali također i poznatu činjenicu da rasprave o zdravlju više interesiraju žene nego muškarce. Na ženu se u društvu oduvijek gleda kao na majku i njegovateljicu jer se smatra da je to njihova društvena uloga. U odnosu na starosnu dob po dobnim skupinama više od pola ispitanika (55,5 %) studenata je u dobi od 18-24 godine, dok sa 50 i više godina nema ni jednog ispitanika, što je i za očekivati jer su na internetu uglavnom prisutne mlađe generacije. Anketni on-line upitnik ispunjavali su studenti sa sve tri godine studiranja, najviše sa treće godine, njih čak 45,5%. Usporede li redovni i izvanredni studenti, vidljivo je kako je u ovoj anketi sudjelovao veći broj izvanrednih studenata (76,5%), što je razumljivo jer je više izvanrednih studenata na studiju Sestrinstvo, a to potvrđuje činjenicu da se sve više studenata odlučuje za izvanredan studij, što uz fakultet podrazumijeva i svakodnevni odlazak na posao. Prema mjestu stanovanja, vidi se da čak 95 studenata (47,5 %) živi na selu. Nedostupnost zdravstvene njege, socijalne usluge i neadekvatna mreža javnog prijevoza mogu biti problemi stanovnika ruralnih područja, posebice ako je riječ o osobama starije dobi. Osobe starije životne dobi su nemoćnije, često ograničene i ovise o pomoći druge osobe. Predstavljaju osjetljivu skupinu u društvu, posebno tijekom prijetnje zaraze korona virusom. Na anketno pitanje o suživotu sa starijim osobama, uočava se kako 45% ispitanika živi u kućanstvu sa starijom osobom od 65 godina. Upravo zbog toga treba povesti računa prije svega o zaštiti starijih ljudi i osoba s kroničnim dijagnozama (hipertenzija, dijabetes, KOPB). Starije osobe mogu imati poteškoće u razumijevanju i pamćenju javno zdravstvenih uputa o redovitom pranju ruku, nošenju zaštitnih maska, rukavica, održavanju fizičke udaljenosti, redovitom uzimanju terapije i sl. Struktura ispitanika s obzirom na bračni status pokazuje da je 32,0% ispitanika u braku, a s obzirom na djecu 32,5% ispitanika ima djecu. Ovakvi rezultati se mogu usporediti sa istraživanjem koje je provedeno 2013./2014. godine s ciljem: ispitivanja i uspoređivanja percepcija, razina i izvora stresa kod studenata prve i treće godine Sestrinstva (Sveučilište u Dubrovniku) (16). Tijekom istraživanja korištena su četiri čimbenika: sveučilišni status studenta (prva ili treća godina studija), bračni status, oblik zaposlenosti i broj djece. S obzirom na bračni status i status djece, vidljivo je kako nema bitne znatne razlike u odnosu na ispitivane skupine (16). Raspodjela ispitanika s obzirom na broj djece podjednaka je broju ispitanika koji su u braku, jer većinom osobe u braku imaju i djecu (16). Ovi podaci nam pokazuju da studiranje više nije obilježje samo maturanata koji izlaze

iz srednje škole, nego studiraju i osobe koje često imaju i posao i obitelj. Upornost, red i rad neizostavan su dio ovakvog načina studiranja, a veliki interes ukazuje da se uz sve ove obaveze studiranje može dovesti kraju.

Što se tiče pojave simptoma kod zaraze COVID-om 19, djeca obično imaju blažu kliničku sliku bolesti i manji rizik za razvoj teške kliničke slike nego odrasli (10), ali čak 103 (51,5%) ispitanika koji su rješavali anketu ima strah od oboljenja djece i/ili ukućana, na što je odgovoreno u obliku Likertove ljestvice u drugoj skupini pitanja. S obzirom na oblik zaposlenosti 90 (45,0%) ispitanika je zaposleno u zdravstvenom sustavu, dok 45 (22,5%) radi, ali ne u zdravstvenom sustavu, a 60 (32,5%) ispitanika je nezaposleno, što se slaže sa podacima sa međunarodnog istraživanja EUROSTUDENT u kojem je prvi puta 2010. godine sudjelovala i Hrvatska, te se u istraživanju pokazalo kako gotovo polovina studenata stručnih i sveučilišnih studija je u radnom odnosu, a taj nam podatak govori kako su studenti stručnih studija najčešće ti koji imaju status izvanrednih studenata (12). U svrhu sprječavanja širenja virusa i mogućnosti zaraze istim, primjenjuje se rad od kuće i fleksibilno radno vrijeme. No takav način rada nije od jučer, primjenjivao se takav način rada i puno prije zdravstvene krize odnosno pandemije COVID-19. Poslodavac je dužan radniku osigurati uvjete za rad, sigurnost radnika te opremu potrebnu za obavljanje rada. S druge strane, radnik je dužan ispunjavati obveze iz radnog odnosa te voditi pri tome računa o svojoj sigurnosti i zaštiti zdravlja. Više od pola ispitanika (58,5%) je radilo kao i inače (djelomično), dok je samo mali broj ispitanika (4,5%) radilo od kuće. Vidljiva razlika u rezultatima uočena je u odgovoru ispitanika na pitanje „Pridržavate li se preporuka za zaštitu od virusa COVID-a 19? (nošenje zaštitne maske, pranje ruku, održavanje razmaka...)“ gdje je čak polovina (52,5%) ispitanika odgovorila da se pridržava mjera opreza. Širenje bolesti virusa COVID-19 može se ograničiti redovitim i temeljitim pranjem ruku. Važno je često prati ruke toplom vodom i sapunom (nakon kašljanja i kihanja, prije, za vrijeme i nakon pripreme hrane, nakon korištenja WC-a, kad su ruke vidljivo prljave itd.), održavanje sigurnosnog razmaka između drugih osoba najmanje 1,5m, nošenje zaštitne maske, ostankom kod kuće i samoizolacijom prilikom pojave respiratornih simptoma, posebno kod kontakta sa pozitivnom osobom na COVID-19 (15). Dodatan se stres stvarao među stanovništvom zbog provjerenih i neprovjerenih informacija. Brojke oboljelih rastu iz dana u dan, mjere opreza postaju strože, a ljudi su uplašeni, nervozni te su obavezni nositi zaštitne maske u svim javnim zatvorenim prostorima. Pored samoga straha od samog oboljenja ili brige za bliske starije ljude, prisutna je i sama činjenica da je COVID-19 stalno prisutan u svim medijima. Sve vijesti se tiču pandemije COVID-19 virusa.

Brzo širenje informacija, stalno spominjanje, naglašavanje unosi dodatan strah, bez obzira da li osoba spada u rizičnu skupinu ili ne.

Pitanja vezana o tome kako je COVID-19 utjecao na studij, a samim time i bio uzročnik stresa kod studenata, bilo da je riječ kod studenata koji su fakultet tek upisali, odnosno prvoj godini studija, ili studentima sa treće godine studija, odnosno ispitanicima pred kraj studiranja su postavljena u obliku Likertove ljestvice. Uočeno je da se čak 126 (63%) ispitanika slaže sa donesenim mjerama o obustavi izvođenja nastave na visokim učilištima i fakultetima zbog situacije sa COVID-om 19. U cilju sprečavanja širenja infekcije i zaštite svih članova zajednice pa tako i svih studenata i djelatnika VUB-a, nastava se provodila on-line, kao i ispitni rokovi, bilo da je riječ o usmenim ili pismenim ispitima, kao i izlaganje seminara. Stručne prakse su također ograničene, svedene su na minimum ili su po odjelima bolnica ukinute, ovisno o epidemiološkoj situaciji mjesta u kojoj se bolnica nalazi (OB Koprivnica, OB Bjelovar, OB Virovitica itd.). Više od polovice (55,5%) ispitanika odgovorilo kako ih on-line kolokviji i ispiti čine nervoznim i napetim. Općenito nervoza stvara pretjeranu kiselu pH reakciju u organizmu, koja može dovesti do slabljenja imuniteta i različitih oboljenja (2). Napetost, nervoza, strah mogu dovesti do anksioznosti i uznemirenosti zbog nečega što će se dogoditi ili što osoba smatra da će se dogoditi. Prilagodba studenta na on-line način rada je nagli prijelaz s rutinskog načina poučavanja, što može djelovati stresno, posebno kod osoba koje teže i sporije uče. Za većinu ispitanika su ovo stresne situacije i pitaju se kako se suočiti s novim izazovima koji su stavljeni pred njih. Sa izjavom „Situacija sa COVID-om 19 je negativno utjecala na moje studiranje.“ mišljenja su podijeljena i rezultati različiti, uočeno je ne pretjerano značajno jer 60 ispitanika tvrdi kako je situacija sa COVID-om 19 negativno utjecala na studiranje, dok 56 ispitanika tvrdi kako nije ni malo negativno utjecalo. No što se tiče pitanja o završetku fakulteta, više od pola ispitanika (59,5%) osjeća brigu kako će situacija sa COVID-om 19 utjecati na završetak fakulteta, da li će uspjeti riješiti sve kolegije on-line, da li će uspjeti riješiti završni rad, kako će izgledati obrana rada s obzirom na situaciju sa COVID-om 19. To potvrđuje činjenicu da zahtjevi fakulteta, ubrzan način života, problemi tijekom organizacije su stresori koji utječu na svakog pojedinca. On-line predavanja sama po sebi su zahtjevnije jer zahtijevaju puno više pripreme, dodatni angažman te napore profesora na VUB-u, a samim time i kod profesora se stvara dodatan stres jer su i oni stavljeni pred neki novi zadatak. No takve okolnosti on-line nastave za studente i profesora su možda donijele i neke dobrobiti. Po prvi put smo imali on-line nastavu preko aplikacije Zoom koja nam je omogućila interaktivni dijalog i vizualni

kontakt. Vidljivo jedan od najznačajnijih podataka je da 158 (79,0%) ispitanika odgovara kako im je važna podrška i razumijevanje profesora tijekom ove situacije sa COVID-om 19, kao što je 33,5% ispitanika zadovoljno i smatra kako većina profesora u potpunosti redovito održava kontakte sa studentima.

Ovi rezultati istraživanja su realni s obzirom na pitanja koja su postavljena u anketnom obrascu. Osobe koje studiraju izvanredno, rade, imaju obitelji, često žive ne kvalitetno, jer je neizbježno da će imati velike napore i veliku količinu stresa zbog životnih okolnosti i životnog izbora te je potrebna velika volja i motivacija da bi se mogli koncentrirat i uspješno položiti mnoge ispite u zadanim rokovima. Nadalje, biti redovan student i posvetiti se fakultetskim obavezama 100%, učiti svakodnevno, istraživati i planirati, iziskuje također veliku količinu stresa, posebno pred završavanje studija. Studenti će manje uspješno izvršiti zadane zadatke ukoliko su pod stresom. Pojava pandemije COVID-19 također je dodatno djelovao kao uzročnik stresa. Također se može izdvojiti i ona strana stresa koja se javlja kad se student sam dovede u situaciju da se jave negativni osjećaji, strah, napetost, trema (koji se eventualno mogu izbjeći), a sve to zbog loše organizacije, ne učenja, prepisivanja, dolaska na ispite nespremni, nesigurni. Sve su to faktori koje treba uzeti u obzir, i kada se sve stavi u jednu zajedničku košaru, vidljivo je da je stres neizbježan u životu, jer kao što se studentima javlja stres, nelagoda, tako se i samim predavačima, profesorima (nekadašnjim studentima), koji održavaju nastavu, ulažu trud u pripreme, planiraju unaprijed, a zauzvrat dobiju loš feedback od strane studenata, nezainteresiranost, pa im se također javlja stres.

6. ZAKLJUČAK

Život današnjeg čovjeka je užurban. Često si postavimo čitav niz zadataka koje trebamo obaviti, a da toga nismo ni svjesni. Osim što čovjek radi na svojoj egzistenciji, radi i na svom statusu, obrazovanju, usvaja nova znanja kako bi bio u koraku sa vremenom koje nam svijet nudi. Naši životi stalno se mijenjaju, izvana i iznutra. Vještine i znanja koja zahtijevaju naši poslovi, u stalnom su porastu, kao i očekivanja i zahtjevi društva. Stres značajno utječe na naše zdravlje, a nemoguće ga je izbjeći, pa postavljamo pitanje: „Kako se suočiti s njime?“. Suočavanje se treba usmjeriti na problem koji uzrokuje stres. Često stres onemogućava uobičajeno funkcioniranje zato je veoma bitno da se „nosimo“ sa situacijom. Situacija epidemije COVID-om 19 je problem koji ne možemo izbjeći, ali se možemo nositi s njim. Izaziva anksioznost, stres i nesigurnosti. Posebno se ovi osjećaji mogu javiti kod djece i mladih osoba. Tijekom epidemije doživljavaju strah od oboljenja i narušenog zdravlja, zdravlja ukućana. Djeca i mladi su svjesni ozbiljnosti situacije, suočena sa strogim mjerama na predavanjima u školi i/ili fakultetima, otkazivanjem planiranih aktivnosti/putovanja. Velika je razlika studira li osoba redovno ili izvanredno, ima li djecu, obitelj, jer su to sve dodatni stresori koji imaju utjecaja. Nije isto da li osoba studira redovno, posvećena je fakultetskim obavezama svakodnevno ili je izvanredni student, pa ga po dolasku kući eventualno sa posla ili fakulteta dočekaju djeca i kućanski poslovi. Činjenica je da se sve više studenata odlučuje za izvanredan studij, te studiranje uz sam posao djeluje stresno, jer je samo po sebi zahtjevno i naporno. Studenti će biti manje uspješni tijekom obavljanja zadatka na fakultetu ukoliko su pod stresom. Stoga je važno naučiti se nositi sa situacijom, prilagoditi, poboljšati način na koji gledamo tu situaciju i emocije koje situacija donosi. Najbolje je da samo sebe upitamo što napraviti, a da nas takva situacija ne pogodi. Iz rezultata ankete proizlazi da su se ispitanici izrazili kako on-line predavanje nije djelovalo negativno na njihovu uspješnost tijekom studiranja; također se vidi kako su ispitanici imali dobru komunikaciju sa većinom profesorima, održavajući redovite kontakte. Osim što kao stresore navode on-line kolokvije i ispite, a kao razlog tome navode poteškoće sa internetom, nedostupnost materijala itd. što se sve može poboljšati i promijeniti sa vremenom.

Ovo istraživanje moglo bi utjecati kao preporuka i razmatranje možda drugačijeg oblika studiranja kod izvanrednih studenata, točnije on-line pristupa i ne samo tijekom pandemije COVID-om 19, jer su značajno izloženiji stresu što može nepovoljno utjecati ne samo na ishod studiranja, nego gledano dugoročnije i na sposobnosti rada, ali i na njihovo

psihičko i fizičko zdravlje. Možda ćemo na kraju krajeva, kada se sva ova situacija sa COVID- 19 virusom utiša i smiri, i kad se broj oboljelih smanji, postati bolji ljudi, više cijeniti slobodu kretanja, obrazovanje koje nam sustav omogućuje, kavu sa nama dragim ljudima i sve ono što nam je život pružao do pojave COVID 19 virusa.

7. LITERATURA

1. Hudek-Knežević J. Kardum I. Psihosocijalne odrednice tjelesnog zdravlja: Stres i tjelesno zdravlje. Jastrebarsko. Naklada Slap. 2006. Str. 13.-30.
2. Maslach, C. What have we Learned about burnout and health? *Psychology and Health*, 2001. str. 607.-611
3. Trankiem B. Stres u razredu. Zagreb. Profil. 2009.
4. Koronavirus i mentalno zdravlje - http://psiholoska-komora.hr/static/documents/HPK-Koronavirus_i_mentalno_zdravlje.pdf (23.09.2020.)
5. T.Barat. Stres – najveći ubojica današnjeg čovjeka. Jeste li jači od stresa? Priručnik za upravljanje stresom. Zagreb. 2010.
6. Pašić M. Pobjedite stres. Rijeka. Dušević i Kršovnik 2007.
7. Lacković-Grgin K. Stres u djece i adolescenata. Jastrebarsko. Naklada Slap. 2000.
8. Hrvatski zavod za javno zdravstvo - <https://www.hzjz.hr/> (20.09.2020)
9. <https://www.hzjz.hr/> (30.kolovoza 2020.)
10. Oz.C. M., Roizen F. M. Dr. Oz savjetuje-smanjite stres! Zagreb. V.B.Z d.o.o. 2013.
11. Koronavirus kod djece: Što do sada znamo? <https://www.adiva.hr/zdravlje/koronavirus/koronavirus-kod-djece-sto-do-sada-znamo-o-infekciji-i-bolesti/> (26.09.2020)
12. Istraživanje - koliko hrvatskih studenata radi uz fakultet i kako to utječe na njihove akademske rezultate <http://www.srednja.hr/Studenti/Vijesti/Istrazivanje-otkrilo-koliko-hrvatskihstudenata-radi-uz-faks-i-kako-to-utjece-na-njihove-akademske-rezultate> (25.09.2020.)
13. A Study to Assess the Perceived Stress and Coping Strategies among B.Sc. Nursing Students of Selected Colleges in Pune during COVID-19 Pandemic Lockdown - https://ijshr.com/IJSHR_Vol.5_Issue.2_April2020/IJSHR0038.pdf (22.09.2020.)
14. Coping with COVID-19-related Stress as a Student - <https://www.apa.org/topics/covid-19/student-stress.pdf> (22.09.2020.)
15. Preporuke za javnost za zaštitu od infekcije novim koronavirusom (SARS-CoV-2; COVID-19) - <https://www.zzjzdnz.hr/zdravlje/prevencija-zaraznih-bolesti/1368> (01.10.2020.)
16. Cetinić I. Validžić A. Tomić M. Gavranić D. Hudorović N. Stupanj stresa kod studenata sestinstva - Sveučilište u Dubrovniku. Sestrinski glasnik. 2014.

file:///C:/Users/Ra%C4%8Dunalo/Downloads/6_clanak.pdf

Za obradu podataka u radu korišteni su programi:

1. Microsoft Office Excel 2010 [Računalni program]. Washington: Microsoft Corp.; 2010.

8. OZNAKE I KRATICE

sl. – slično

itd. – i tako dalje

npr. – na primjer

tj. – to jest

f – (apsolutna) frekvencija (učestalost)

fr – relativna frekvencija

n – broj

KOPB - kronična opstruktivna bolest pluća

COVID 19 – korona virus 2019.

SARS-CoV-2 - teški akutni respiratorni sindrom koronavirus 2 (uzročnik bolesti COVID 19)

9. SAŽETAK

Cilj ovog istraživanja je bilo ispitati i ukazati utjecaj pandemije COVID 19 kao izvor stresa kod studenata sestrinstva Veleučilišta u Bjelovaru tj. nastanak stresnih situacija u svakodnevnom životu te u studentskim i radnim aktivnostima zbog pandemije COVID-19. Istraživanje je provedeno na VUB-u u razdoblju od svibnja do kolovoza 2020. godine. Stavove je iskazalo 200 studenata prve, druge i treće godine „Stručnog studija sestrinstva“. Izlaganje stresnim situacijama je dugotrajan i kroničan proces koji sa svih strana želi narušiti čovjekov balans. Kod nekih u većoj, a kod drugih u manjoj mjeri. Još jedan od uzročnika stresa je i pandemija COVID-19 koja nas je snažila u akademskoj godini 2019/2020.

Točno 40 (20,0%) ispitanika navodi da je u potpunosti pod stresom (Likertova ljestiva od 1-5), dok 36 (18,0) ispitanika nije. Ova varijabla ima srednju vrijednost 3,10 što i nije od neke velike značajnosti. Značajno je da je u istraživanju sudjelovao veći broj ispitanika ženskog spola (80%). Kada pogledamo i usporedimo redovne i izvanredne studente, vidimo kako je u ovoj anketi sudjelovao veći broj izvanrednih studenata (76,5%), što je razumljivo jer je više izvanrednih studenata na studiju Sestrinstvo. Najniža vrijednost aritmetičke sredine odgovora ispitanika bilježi se na pitanjima „Za suzbijanje anksioznosti tijekom pandemije koristim alkohol i/ili opojna sredstva“ (1,47) i „Tijekom ove situacije sa COVID-om 19 imam problema sa spavanjem.“ (2,15). Najviša vrijednost aritmetičke sredina (4,7) bilježi se kod odgovora ispitanika iz treće skupine pitanja kako im je važna podrška i razumijevanje profesora tijekom ove situacije sa COVID-om 19. Značajan i podatak da čak pola ispitanika, točnije 111 ispitanika odgovara kako ih on-line kolokviji i ispiti čine nervoznim i napetim (srednja vrijednost 3,94), osim toga kao stresore navode još i nedostupnost materijala, poteškoće s internetom, obavljanje stručne prakse kojom su također izloženi riziku od zaraze virusom. Što se tiče pitanja o završetku fakulteta, 119 ispitanika osjeća brigu kako će situacija sa COVID-om 19 utjecati na završetak fakulteta, srednja vrijednost iznosi 3,91 što je od velike važnosti i potvrđuje činjenicu da su zahtjevi fakulteta kao i problemi tijekom organizacije stresori koji također utječu na studente. Neupitno je da akademsko obrazovanje samo po sebi, uz sve svakodnevne stresore (obitelj, posao), utječe na razvijanje i razinu stresa kod studenata. Sve su to faktori koje treba uzeti u obzir, i kada ih sve stavimo u jednu zajedničku košaru, vidimo kako nam je stres neizbježan u životu. Važno je poduzeti aktivnosti kojima ćemo održati ravnotežu u organizmu, jasno sagledavati probleme, analizirati dobro i

loše. Zdravstveno ponašanje tijekom akademskog perioda se ne smije smetnuti s uma, jer je važno koje aktivnosti osoba poduzima da bi očuvala, poboljšala i / ili zadržala svoje zdravlje.

Ključne riječi: stres, izvori stresa, studiranje, COVID 19, pandemija

9. SUMMARY

The aim of this study was to examine and indicate the impact of the COVID-19 pandemic as a source of stress in nursing students at the Polytechnic of Bjelovar, ie the emergence of stressful situations in everyday life, in student and work activities, due to the COVID-19 pandemic. The research was conducted at VUB in the period from May to August 2020. Opinions were expressed by 200 students of the first, second and third year of the "Professional Study of Nursing". Exposure to stressful situations is a long-term and chronic process that seeks to disrupt a person's balance in every way. In some students to a greater extent, in others to a lesser extent. There is a big difference whether a person studies full-time or part-time, whether he / she has children or a family, because these are all additional stressors that have an affect. Another cause of stress is the COVID-19 pandemic that hit us in the academic year 2019/2020.

Exactly 40 (20.0%) respondents state that they are completely under stress (Likert scale from 1-5), while 36 (18.0) respondents are not. This variable has average value of 3.10, which is not much significant. It is significant that a larger number of female respondents (80%) participated in the research. When we look at and compare full-time and part-time students, we see that a larger number of part-time students (76.5%) participated in this survey, which is understandable because there are more part-time students in the Nursing study. The lowest value of the arithmetic mean of the respondents' answers is recorded on the questions "I use alcohol and / or narcotics to suppress anxiety during the pandemic" (1.47) and "During this situation with COVID-19 I have trouble sleeping." (2.15). The highest value of the arithmetic mean (4.7) is recorded in the answers of respondents from the third group of questions which asks how important is the support and understanding of professors during this situation with COVID-19. It is significant that as many as half of respondents, or 111 respondents, state that online classes and exams make them nervous and tense (mean 3.94). As additional stressors they also mention the unavailability of materials, difficulties with the Internet, and professional practice that also puts them at risk of contracting the virus. Regarding the issue of graduation, 119 respondents are concerned that the situation with COVID-19 will affect their completion of college, the mean value is 3.91 which is significant and confirms the fact that college requirements, as well as problems during the organization, are stressors that also affect students. There is no doubt that academic education itself, along with all the daily stressors (family, work), affects the development and level of stress in students. These are all

factors to consider, and when we put them all in one common basket, we see that stress is inevitable in our lives.

It is important to take activities that will maintain balance in the body, clearly see the problems, analyze the good and bad. Health behavior during the academic period should not be forgotten, because it is important what activities a person undertakes to preserve, improve and / or maintain their health.

Key words: stress, sources of stress, studying, COVID 19, pandemic

10. PRILOZI

Prilog br.1 Anketni upitnik

Stres kod studenata sestrinstva na VUB-u zbog utjecaja COVID-a 19

Poštovani,

Pred Vama se nalazi anketni upitnik za istraživanje u sklopu završnog rada na Veleučilištu u Bjelovaru, smjera sestrinstvo. Završni rad je pod mentorstvom dr.sc.Rudolfa Kiralja, višeg predavača.

Anketa je u potpunosti anonimna te se koristi samo u svrhu istraživanja.

Unaprijed Vam se zahvaljujem na sudjelovanju!

Ivana Šignjar, studentica 3. godine preddiplomskog studija Sestrinstva, VUB

1. Socio-demografski podaci
 1. Spol?
 - a. Muško
 - b. Žensko
 2. Dob (po dobnim skupinama)
 - a. 18-24
 - b. 24-29
 - c. 30-39
 - d. 40 – 49
 - e. 50 i više
 3. Godina studiranja?
 - a. 1
 - b. 2
 - c. 3
 4. Način studiranja?
 - a. Redovno
 - b. Izvanredno
 5. Mjesto stanovanja?
 - a. Grad

- b. Selo
 - c. Prigradsko naselje
6. Bračni status?
- a. neoženjen/neudana
 - b. oženjen/udana
 - c. razveden/razvedena
 - d. udovac/udovica
 - e. ostalo
7. Imate li djece?
- a. Da
 - b. Ne
 - c.
8. Imate li starijih ukućana?
- a. Da (> 65 godina)
 - b. Ne
9. Radite li uz studij?
- a. Da, ali ne u zdravstvenom sustavu
 - b. Da, radim u zdravstvenom sustavu
 - c. Ne radim

2. Opća pitanja o COVID-19

Pred Vama se nalaze izjava koje se mogu, ali ne moraju odnositi na Vaše iskustvo.

Za svaku izjavu možete dati procjenu na ljestvici od 1 do 5 pri čemu brojevi znače sljedeće:



10.1. Prikaz nošenja zaštitne maske

10. Pridržavate li se preporuka za zaštitu od virusa COVID-a 19? (nošenje zaštitne maske, pranje ruku, održavanje razmaka...)

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

11. Osjećate li brigu i paniku više nego inače u ovom periodu pandemije COVID 19 virusom?

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

12. Imate li strah od negativnih posljedica za vlastito zdravlje zbog utjecaja virusa COVID- 19?

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

13. Imate li strah da netko od vaše djece i/ili ukućana ne oboli od COVID-a 19?

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

14. Na ljestvici od 1-5 procijenite u kojoj ste mjeri pod stresom zbog pandemije COVID 19 virusom?

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

15. Za suzbijanje anksioznosti tijekom pandemije koristim alkohol i/ili opojna sredstva.

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

16. Češće pratim vijesti zbog novonastale situacije uzrokovane Covidom 19?

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

17. Tijekom ove situacije sa COVID-om 19 imam problema sa spavanjem.

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

3. Utjecaj COVID-a 19 na studij

18. Radite li i tijekom krize uzrokovane pandemijom virusa Covid 19?

- a. Da, radim od kuće
- b. Da, radim (djelomično) kao i inače
- c. Ne, ne radim

19. Smatram da su donijete učinkovite mjere o obustavi izvođenja nastave na visokim učilištima i fakultetima zbog situacije sa COVID-om 19?

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

20. Situacija sa COVID-om 19 je negativno utjecala na moje studiranje.

1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

21. Koji izvor stresa vas je uznemirio i omeo u svakodnevnom funkcioniranju unazad 3 mjeseca, kao izravna ili neizravna posljedica epidemiološke situacije?
- Obavljanje stručne prakse
 - Učenje i rad na seminarima
 - Balans između posla i fakulteta
 - Nedostupnost materijala za učenje
 - Poteškoće tijekom online kolokvija (loš internet...)
22. Većina nastavnika redovito održava kontakte sa studentima?
- U potpunosti se NE slažem
 - Djelomično se NE slažem
 - Niti se ne slažem niti se slažem
 - Djelomično se slažem
 - U potpunosti se slažem
23. Važna mi je podrška i razumijevanje profesora tijekom ove situacije sa COVID-om 19?
- 1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)
24. Možete li dobro naučiti gradivo online pristupom u vrijeme pandemije u odnosu na prijašnji način predavanja?
- 1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)
25. Koliko se smatrate uspješnim na studiju unazad 3 mjeseca tijekom situacije sa pandemijom?
- 1 (slabo uspješnim) 2 3 4 5 (vrlo uspješnim)
26. Online koloviji i ispiti me čine nervoznom i napetom.
- 1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)
27. Brinem se kako će ova situacija sa pandemijom utjecati na moj završetak fakulteta?
- 1 (ne) 2 3 4 5 (da, u potpunosti)

Prilog br.2 Popis pitanja i mogućih odgovora

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T
1	Spol?	a (Žensko)	b (muško)																	
2	Dob (po dobnim skupinama)	a (18-24)	b (24-29)	c (30-39)	d (40-49)	e (50 i više)														
3	Godina studiranja?	a (1)	b (2)	c (3)																
4	Način studiranja?	a (redovno)	b (izvanredno)																	
5	Mjesto stanovanja?	a (grad)	b (selo)	c (prigradsko naselje)																
6	Bračni status?	a (neoženjen/neudata)	b (oženjen/udata)	c (razvede/razvedena)	d (udovac/udovica)	e (ostalo)														
7	Imate li djece?	a (da)	b (ne)																	
8	Imate li starijih ukućana?	a (da, stariji od 65)	b (ne)																	
9	Radite li uz studij?	a (da, ali ne u zdravstvenom sustavu)	b (da, radim u zdravstvenom sustavu)	c (ne radim)																
10	Pridržavate li se preporuka za zaštitu od virusa COVID-a 19? (nošenje zaštitne maske, pranje ruku, održavanje razmaka...)	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
11	Osjećate li brigu i paniku više nego inače u ovom periodu pandemije COVID 19 virusom?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
12	Imate li strah od negativnih posljedica za vlastito zdravlje zbog utjecaja virusa COVID- 19?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
13	Imate li strah da netko od vaše djece i/ili ukućana ne oboli od COVID-a 19?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
14	Na ljestvici od 1-5 procijenite u kojoj ste mjeri pod stresom zbog pandemije COVID 19 virusom?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
15	Za suzbijanje anksioznosti tijekom pandemije koristim alkohol i/ili opojna sredstva.	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
16	Češće pratim vijesti zbog novonastale situacije uzrokovane Covidom 19?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
17	Tijekom ove situacije sa COVID-om 19 imam problema sa spavanjem.	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
18	Radite li i tijekom krize uzrokovane pandemijom virusa Covid 19?	a (da, radim od kuće)	b (da, radim (djelomično) kao i inače)	c (ne, ne radim)																
19	Smatram da su donijete učinkovite mjere o obustavi izvođenja nastave na visokim učilištima i fakultetima zbog situacije sa COVID-om 19?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
20	Situacija sa COVID-om 19 je negativno utjecala na moje studiranje.	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
21	Koji izvor stresa vas je uznemirio i omeo u svakodnevnom funkcioniranju unazad 3 mjeseca, kao izravna ili neizravna posljedica epidemiološke situacije?	a (obavljanje stručne prakse)																		
22		b (učenje i rad na seminarima)	c (balans između posla i fakulteta)	d (nedostupnost materijala za učenje)	e (poteškoće tijekom online kolokvija, loš internet)															
23	Većina nastavnika redovito održava kontakte sa studentima?	a (u potpunosti se NE slažem)	b (djelomično se NE slažem)	c (niti se ne slažem niti se slažem)	d (djelomično se slažem)	e (u potpunosti se slažem)														
24	Važna mi je podrška i razumijevanje profesora tijekom ove situacije sa COVID-om 19?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
25	Možete li dobro naučiti gradivo online pristupom u vrijeme pandemije u odnosu na prijašnji način predavanja?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
26	Koliko se smatrate uspješnim na studiju unazad 3 mjeseca tijekom situacije sa pandemijom?	1 (slabo uspješnim)	2	3	4	5 (vrlo uspješnim)														
27	Online koloviji i ispiti me čine nervoznom i napetom.	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														
28	Brinem se kako će ova situacija sa pandemijom utjecati na moj završetak fakulteta?	1 (ne)	2	3	4	5 (da, u potpunosti)														

Prilog 3. Popis slika

Slika 4.1. Prikaz raspodjele sudjelovanja muških i ženskih ispitanika u istraživanju

Slika 4.2. Prikaz raspodjele ispitanika prema dobi (po dobnim skupinama)

Slika 4.3. Raspodjela ispitanika po godini studiranja na VUB-u

Slika 4.4. Prikaz raspodjele načina studiranja studenta na VUB-u

Slika 4.5. Raspodjela ispitanika prema mjestu stanovanja

Slika 4.6. Raspodjele odgovora na anketno pitanje o bračnom statusu

Slika 4.7. Prikaz raspodjele ispitanika s obzirom na pitanje imaju li djecu

Slika 4.8. Prikaz raspodjele odgovora na anketno pitanje „Imate li starijih ukućana?“

Slika 4.9. Prikaz raspodjele odgovora na anketno pitanje je li student radi uz studij

Slika 4.10. Prikaz raspodjele odgovora na anketno pitanje u kojemu student odgovara radi li i tijekom krize uzrokovane pandemijom virusa COVID-OM 19

Slika 4.11. Prikaz raspodjele odgovora na pitanje: „Koji izvor stresa vas je uznemirio i omeo u svakodnevnom funkcioniranju unazad 3 mjeseca, kao izravna ili neizravna posljedica epidemiološke situacije?“

Slika 4.12. Prikaz raspodjele odgovora na anketno pitanje: „Većina nastavnika redovito održava kontakte sa studentima?“

Slika 10.1. Prikaz nošenja zaštitne maske; dostupno na <https://www.google.hr/search?q=koronavirus&tbm=isch&tbs=> (06.10.2020.)

Prilog 4. Popis tablica

Tablica 3.2. Naziv varijable s obzirom na postavljena pitanja

Tablica 4.1. Raspodjela ispitanika s obzirom na dob

Tablica 4.2. Prikaz relativne frekvencije prema dobnim skupinama

Tablica 4.3. Raspodjela ispitanika s obzirom na način studiranja

Tablica 4.4. Statistički podaci ispitanika za opća pitanja o COVID-19

Tablica 4.5. Statistika odgovora ispitanika o utjecaju COVID-a 19 na studij

IZJAVA O AUTORSTVU ZAVRŠNOG RADA

Pod punom odgovornošću izjavljujem da sam ovaj rad izradio/la samostalno, poštujući načela akademske čestitosti, pravila struke te pravila i norme standardnog hrvatskog jezika. Rad je moje autorsko djelo i svi su preuzeti citati i parafraze u njemu primjereno označeni.

Mjesto i datum	Ime i prezime studenta/ice	Potpis studenta/ice
U Bjelovaru, <u>07. LISTOPADA 2020.</u>	ŠIG-NJAR IVANA	Šig-jar Ivana

Prema Odluci Veleučilišta u Bjelovaru, a u skladu sa Zakonom o znanstvenoj djelatnosti i visokom obrazovanju, elektroničke inačice završnih radova studenata Veleučilišta u Bjelovaru bit će pohranjene i javno dostupne u internetskoj bazi Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu. Ukoliko ste suglasni da tekst Vašeg završnog rada u cijelosti bude javno objavljen, molimo Vas da to potvrdite potpisom.

Suglasnost za objavljivanje elektroničke inačice završnog rada u javno dostupnom nacionalnom repozitoriju

IVANA ŠIGNJAR

ime i prezime studenta/ice

Dajem suglasnost da se radi promicanja otvorenog i slobodnog pristupa znanju i informacijama cjeloviti tekst mojeg završnog rada pohrani u repozitorij Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu i time učini javno dostupnim.

Svojim potpisom potvrđujem istovjetnost tiskane i elektroničke inačice završnog rada.

U Bjelovaru, 07. LISTOPADA 2020.

Šignjar Ivana
potpis studenta/ice