

KVALITETA ŽIVOTA IZVANREDNIH STUDENATA SESTRINSTVA

Štibel, Samantha

Undergraduate thesis / Završni rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Rijeka, Faculty of Health Studies / Sveučilište u Rijeci, Fakultet zdravstvenih studija u Rijeci**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:184:131378>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-18**

Repository / Repozitorij:

[Repository of the University of Rijeka, Faculty of Health Studies - FHSRI Repository](#)



SVEUČILIŠTE U RIJECI
FAKULTET ZDRAVSTVENIH STUDIJA
PREDDIPLOMSKI STRUČNI STUDIJ
SESTRINSTVA

Samantha Štibel

**KVALITETA ŽIVOTA IZVANREDNIH STUDENATA
SESTRINSTVA**

Završni rad

Rijeka, 2023.

UNIVERSITY OF RIJEKA
FACULTY OF HEALTH STUDIES
UNDERGRADUATE PROFESSIONAL STUDY OF NURSING

Samantha Štibel

**QUALITY OF LIFE OF PART-TIME NURSING
STUDENTS**

Bachelor thesis

Rijeka, 2023.

Mentor rada: Saša Uljančić prof. rehab., mag. med. techn.

Rad ima 48 stranica, 6 slika, 10 tablica, 53 literarnih navoda.

Završni rad obranjen je dana _____na Fakultetu zdravstvenih studija

Sveučilišta u Rijeci, pred povjerenstvom u sastavu:

1. Marija Bukvić, predsjednik povjerenstva
2. Kata Ivanišević, član povjerenstva
3. Saša Uljančić, član povjerenstva

Izvešće o provedenoj provjeri izvornosti studentskog rada

Opći podatci o studentu:

| | |
|------------------------|--|
| Sastavnica | FZSRI |
| Studij | DODIPLOMSKI SVEUČILIŠNI STUDIJ SESTRINSTVA |
| Vrsta studentskog rada | Završni rad |
| Ime i prezime studenta | Samantha Štibel |
| JMBAG | |

Podatci o radu studenta:

| | |
|-------------------------------|--|
| Naslov rada | KVALITETA ŽIVOTA IZVANREDNIH STUDENATA SESTRINSTVA |
| Ime i prezime mentora | Saša Uljančić |
| Datum zadavanja rada | 10.10.2022. |
| Datum predaje rada | 10.9.2023. |
| Identifikacijski br. podneska | 2166020415 |
| Datum provjere rada | 14.9.2023. |
| Ime datoteke | KVALITETA ŽIVOTA IZVANREDNIH STUDENATA SESTRINSTVA |
| Veličina datoteke | 645.4K |
| Broj znakova | 67580 |
| Broj riječi | 11693 |
| Broj stranica | 57 |

Podudarnost studentskog rada:

| | |
|--------------------|-----|
| PODUDARNOST | |
| Ukupno | 10% |
| Izvori s interneta | |
| Publikacije | |
| Studentski radovi | |

Izjava mentora o izvornosti studentskog rada

| | |
|--|-----------------------------------|
| Mišljenje mentora | |
| Datum izdavanja mišljenja | |
| Rad zadovoljava uvjete izvornosti | Rad zadovoljava uvjete izvornosti |
| Rad ne zadovoljava uvjete izvornosti | |
| Obrazloženje mentora (po potrebi dodati zasebno) | |

Datum

Potpis mentora

14.9.2023.

ZAHVALA

Zahvaljujem se svojoj mentorici što me pratila i kroz ideju i nastanak ovog rada.

Najviše se želim zahvaliti svojoj obitelji na neprestanoj podršci i neizmjenoj ljubavi koju mi svakodnevno pružaju, te hvala prijateljima na razumijevanju i podršci.

SADRŽAJ

| | |
|--|-------------|
| POPIS KRATICA: | VII |
| SAŽETAK | VIII |
| ABSTRACT | IX |
| 1 UVOD | 1 |
| 1.1 <i>KVALITETA ŽIVOTA</i> | 2 |
| 1.1.1 Kvaliteta života izvanrednih studenata sestrinstva | 3 |
| 2 CILJEVI I HIPOTEZE | 4 |
| 3 ISPITANICI (MATERIJALI) I METODE | 5 |
| 3.1 <i>ISPITANICI/MATERIJALI</i> | 5 |
| 3.2 <i>POSTUPAK I INSTRUMENTARIJ</i> | 5 |
| 3.3 <i>STATISTIČKA OBRADA PODATAKA</i> | 7 |
| 3.4 <i>ETIČKI ASPEKTI ISTRAŽIVANJA</i> | 8 |
| 4 REZULTATI | 9 |
| 5 RASPRAVA | 26 |
| 6 ZAKLJUČAK | 33 |
| REFERENCE | 34 |
| PRILOZI | 39 |
| <i>Prilog A: Informativno pismo</i> | 39 |
| <i>Prilog B: Upitnik: Kvaliteta života izvanrednih studenata Sestrinstva</i> | 40 |
| <i>Prilog C: Popis ilustracija</i> | 47 |
| Popis slika: | 47 |
| Popis tablica: | 47 |
| ŽIVOTOPIS | 48 |

POPIS KRATICA:

| | |
|--------------|--|
| QOL | kvaliteta života (engl. Quality of life) |
| SZO | Svjetska zdravstvena organizacija |
| MS/MT | medicinske sestre-tehničari |
| FZSRI | Fakultet zdravstvenih studija u Rijeci |

SAŽETAK

UVOD: Kvaliteta života (QOL) je subjektivan pojam jer interpretacija svakog pojedinca ovisi o njegovom/njezinom osobnom stajalištu. Izvanredni studenti sestrinstva predstavljaju skupinu pojedinaca koji studiraju uz rad. Samim time, njihova kvaliteta života dodatno je opterećena kako poslom, tako i zahtjevima studiranja uz rad i ostalim privatnim obavezama.

CILJ ISTRAŽIVANJA: Utvrditi percipiranu kvalitetu života izvanrednih studenata sestrinstva kroz društvene, zdravstvene i akademske odrednice.

ISPITANICI I METODE: Ispitivanje je provedeno na prigodnom uzorku (N=31) među izvanrednim studentima 1., 2. i 3. godine Preddiplomskog stručnog studija Sestrinstva, Fakulteta zdravstvenih studija u Rijeci, neovisno o spolu i dobi. Podaci za istraživanje prikupljeni su putem anonimnog upitnika kreiranog na online platformi Microsoft office Forms tijekom mjeseca lipnja i srpnja 2023. godine. Za potrebe ovog istraživačkog rada korištena je prilagođena inačica upitnika preuzetog iz istraživanja: „Kvaliteta života studenata u Republici Hrvatskoj“ autorice Irme Kovčo Vukadin. Zaključci nakon provedenih ispitivanja doneseni su razini značajnosti $p < 0,05$. Za statističku obradu podataka korišten je program Statistica 14.0.0.15 (TIBCO Software Inc.).

REZULTATI: U istraživanju je sudjelovalo 31 ispitanik, većinom žene (68%), od 26-30 godina (N=18), između 5-10 godina radnoga staža (N=13). Najveći broj ispitanika živi u obiteljskom domu/s roditeljima (42%), za njih 49% ovo je ukupno 3. godina studiranja, s prosječnom ocjenom „vrlo dobar“ (61%). Ispitanici su iskazali prosječnu razinu zadovoljstva studijem i studiranjem, zdravljem (psihičkim i fizičkim), osrednju kvalitetu provođenjem slobodnog vremena i kvalitetu života, te visoku razinu samopercepcije i samopoštovanja.

ZAKLJUČAK: U odnosu na istražene odrednice kvalitete života izvanrednih studenata sestrinstva, percipirana kvaliteta života je prosječna/osrednja, studenti u dobnoj skupini 19-25 godina i studenti s radnim stažem <5 godina imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale studente, dok uvjeti stanovanja ne utječu značajno na percipiranu kvalitetu života studenata.

KLJUČNE RIJEČI: izvanredni studenti, kvaliteta života, sestrinstvo

ABSTRACT

INTRODUCTION: Quality of life (QOL) is a subjective term because the interpretation of everyone depends on his/her personal point of view. Part-time nursing students represent a group of individuals studying alongside work. Therefore, their quality of life is additionally burdened by work, as well as the requirements of studying with work and other private obligations.

RESEARCH GOAL: Determine the perceived quality of life of part-time nursing students through social, health and academic determinants.

RESPONDENTS AND METHODS: The examination was conducted on a commemorative sample (N =31) among part-time students of the 1st, 2nd and 3rd year of the Undergraduate Professional Study of Nursing, Faculty of Health Studies in Rijeka, regardless of gender and age. The data for the survey was collected through an anonymous questionnaire created on the online Platform Microsoft office Forms during the months of June and July 2023. For the purposes of this research paper, an adapted version of the questionnaire taken from the research was used: "Quality of life of students in the Republic of Croatia" by Irma Kovčo Vukadin. Conclusions after the conducted tests were reached to the level of significance $p < 0.05$. Statistica 14.0.0.15 (TIBCO Software Inc.) was used for statistical data processing.

RESULTS: The study included 31 respondents, mostly women (68%), aged 26-30 (N=18), between 5-10 years of service (N=13). The largest number of respondents live in a family home/with parents (42%), for 49% of them this is the 3rd year of study in total, with an average grade of "very good" (61%). The subjects showed an average level of satisfaction with study, health (mental and physical), mediocre quality by spending free time and quality of life, and a high level of self-perception and self-esteem.

CONCLUSION: In relation to the investigated determinants of the quality of life of part-time nursing students, the perceived quality of life is average/ mediocre, students in the age group 19-25 years and students with seniority <5 years have a higher perceived level of quality of life compared to other students, while housing conditions do not significantly affect the perceived quality of life of students.

KEY WORDS: part-time students, quality of life, nursing

1 UVOD

Kvaliteta života (QOL¹) je subjektivan pojam jer interpretacija svakog pojedinca ovisi o njegovom/njezinom osobnom stajalištu. Također je višedimenzionalan, s obzirom na utjecaj čimbenika povezanih s obrazovanjem, gospodarstvom i sociokulturnim aspektima (1). Svjetska zdravstvena organizacija (SZO) kvalitetu života definirala je kao „*percepciju pojedinca o svom položaju u životu u kontekstu kulture i sustava vrijednosti u kojem žive, a u odnosu na njihove ciljeve, očekivanja, standarde i brige*” (2).

Sestrinstvo je samo po sebi vrlo izazovna profesija, a medicinske sestre-tehničari (MS/MT) svakodnevno su izloženi raznim stresnim situacijama koje mogu narušiti kvalitetu života. U svom svakodnevnom radu MS/MT suočavaju se s mnogobrojnim stresnim situacijama poput spašavanja ljudskih života, patnjama pacijenata, terminalnim bolestima, smrću (3).

Izvanredni studenti sestrinstva predstavljaju skupinu pojedinaca koji studiraju uz rad. Samim time, njihova kvaliteta života dodatno je opterećena kako poslom, tako i zahtjevima studiranja uz rad i ostalim privatnim obavezama.

Funkcija obuke na sveučilištu trebala bi pružiti okruženje za učenje koje promiče kvalitetu života studenata (4). Međutim, studije su pokazale da je na kvalitetu života studenata sestrinstva utjecala preopterećenost kolegijem i nedostatak vremena za slobodno vrijeme (1).

Izvanredni studij sestrinstva je cjelodnevni, studenti sudjeluju u istraživačkim i stručnim projektima, odrađuju se nastavne vježbe iz pojedinih sestrinskih kolegija. Pored toga, izvanredni studenti imaju redovni posao, koji se u većini slučajeva odvija u smjenskom radu i to dnevnim i noćnim smjenama. Zbog manjka sestrinskog kadra i to na globalnoj razini, studenti često nisu u mogućnosti za potrebe predavanja i vježbi dobiti slobodne i/ili plaćene dane ili godišnji odmor. Sve ovo utječe i na slobodno vrijeme i privatni život izvanrednih studenata.

Zanimljivo je, da iako većina istraživanja provedena u svijetu idu u prilog navedenim tvrdnjama (1,3), neka od istraživanja provedena upravo na Fakultetu zdravstvenih studija u Rijeci (FZSRI) pokazuju suprotno (5,6).

Svrha ovog istraživanja je utvrditi utjecaj sociodemografskih čimbenika na percipiranu kvalitetu života izvanrednih studenata sestrinstva, kako bi utvrdili postoji li potreba za poboljšanjem uvjeta studiranja koji bi poboljšali kvalitetu života izvanrednih studenata sestrinstva.

¹ Engl. Quality of life

1.1 KVALITETA ŽIVOTA

Kvaliteta života (engl. *Quality of life-QoL*) je koncept koji ima za cilj obuhvatiti dobrobit, bilo populacije ili pojedinca, s obzirom na pozitivne i negativne elemente unutar cjelokupnog njihovog postojanja u određenom trenutku. Na primjer, uobičajeni aspekti kvalitete života uključuju osobno zdravlje (fizičko, mentalno i duhovno), odnose, status obrazovanja, radno okruženje, društveni status, bogatstvo, osjećaj sigurnosti, slobodu, autonomiju u donošenju odluka, društvenu pripadnost i njihovo fizičko okruženje (7).

SZO objašnjava QoL kao subjektivnu procjenu nečije percepcije vlastite stvarnosti u odnosu na svoje ciljeve promatrane kroz leću njihove kulture i sustava vrijednosti. Jedinica za istraživanje kvalitete života na Sveučilištu u Torontu definira QoL kao sposobnost osobe da uživa u cijenjenim mogućnostima svog života. Bitno je prepoznati razliku između QoL i drugih donekle sličnih koncepata koji se u literaturi mogu lako zamijeniti, kao što su životni standard i kvaliteta života povezana sa zdravljem. QoL se razlikuje od prvog po tome što se životni standard u velikoj mjeri temelji na ekonomskom statusu i prihodu, a od javnozdravstvene mjere kvalitete života povezane sa zdravljem po tome što je potonja, mjera koja istražuje vezu između zdravlja i QoL-a (7).

Budući da je bilo prepoznatih poteškoća s dolaskom do univerzalno prihvaćene definicije i mjerenja, nedavne studije pokušale su preoblikovati QoL u zasebne domene. Jedan primjer ovog preoblikovanja je "angažirana teorija", koja uzima QoL i dijeli ga na četiri glavne domene: ekonomija, kultura, politika i ekologija (8–10).

QOL ima brojne definicije, sa i bez faktora povezanog sa zdravljem (11), a razvijeni su mnogi instrumenti u pokušaju da se izmjeri. Stoga će tumačenje svake empirijske izjave o kvaliteti života uvelike ovisiti o tome kako je definirana i procijenjena. QOL često procjenjuje i izvještava, ali rijetko popraćeno eksplicitnom definicijom. Ako određena studija eksplicitno ne definira kvalitetu života, vjerojatno je definirana implicitno u smislu komponenti u upitniku odabranom za procjenu kvalitete života. U idealnom slučaju, bilo koju izjavu o kvaliteti života treba izravno i nedvosmisleno protumačiti onaj tko je čita, a svi čitatelji je trebaju tumačiti na isti način. Ali to je ometeno velikim rasponom načina na koji se QOL konceptualizira i operacionalizira (tj. u domenama i stavkama uključenim u bilo koji određeni instrument) u trenutnoj praksi (8).

1.1.1 Kvaliteta života izvanrednih studenata sestrinstva

Studenti sestrinstva izloženi su raznim stresnim situacijama tijekom svog sveučilišnog studija; neke od ovih situacija mogu poticati akademski razvoj, dok druge mogu imati štetan učinak na dobrobit i QoL (12).

Istraživanja vezana uz ovu temu, koja uključuju studente sveučilišta, provode se od 1980-ih, međutim, za studente sestrinstva smatra se da nema naglaska na njihovom studiju. Uzimajući u obzir da je populacija sveučilišnih studenata porasla tijekom posljednjih nekoliko godina, precizno praćenje demografskih podataka, podataka o ponašanju i socio-okolišnih podataka koji mogu biti povezani sa zdravstvenim i akademskim uspjehom ključno je za formuliranje vladinih politika i programa intervencije za ovu populacijsku skupinu (13).

Nadalje, kada razmišljamo o aspektima koji se odnose na način života ove populacije, kao što je veliko radno opterećenje na poslu, učionici i praksi, odnos predavača i studenata, nedostatak slobodnog vremena, skraćeno vrijeme spavanja/odmora, nezadovoljavajuće prehrambene navike, nedostatak redovitih praksa tjelesne aktivnosti, stalna tjeskoba/tjeskoba zbog zahtjeva za akademskim uspjehom, među ostalim, primjećuje se da sveučilišno okruženje možda ne promiče ili čak narušava QoL (1).

Što se tiče razvoja vještina u praktičnom području, uključivanje studenata u kliničko iskustvo može izazvati osjećaje straha, tjeskobe i nesigurnosti, ponekad povezane s nesigurnim radnim uvjetima, kontaktom s bolesnim osobama i provođenjem postupaka povezanih s pružanjem pomoći (14). Ovaj aspekt nešto je izraženiji kod redovnih studenata sestrinstva, jer se prvi put susreću s takvim kliničkim okruženjem, ali ne rade ni svi izvanredni studenti u jednako stresnim okruženjima. Na međuljudskom planu ističu se odnosi s profesorima, kolegama i drugim zdravstvenim djelatnicima (15). Nedostatak odmora i sna još je jedan od faktora koji negativno utječu na QoL izvanrednih studenata sestrinstva. Veliki dio njih radi noćne smjene kako bi preko dana mogli polaziti predavanja.

Ove situacije pogoduju pojavi depresivnih simptoma kao što su: iritacija, obeshrabrenost i/ili umor, rasprave s prijateljima i obitelji, iscrpljenost na kraju dana, misli koje uzrokuju tjeskobu i emocionalnu iscrpljenost te visoka razina stresa, kao česta u ovoj populaciji (16). Studije pronađene u vezi s depresijom kod studenata sestrinstva ističu da proučavana populacija zaslužuje značajnu pozornost, budući da je velika većina imala simptome koji ukazuju na depresiju (17).

2 CILJEVI I HIPOTEZE

Glavni cilj ovog istraživačkog rada bio je utvrditi percipiranu kvalitetu života izvanrednih studenata sestrinstva.

Specifični ciljevi ovog istraživanja su:

C1: Utvrditi postoji li povezanost između dobi izvanrednih studenata sestrinstva i percipirane kvalitete života

C2: Utvrditi postoji li povezanost između radnog staža izvanrednih studenata sestrinstva i percipirane kvalitete života

C3: Utvrditi postoji li povezanost između uvjeta stanovanja izvanrednih studenata sestrinstva i percipirane kvalitete života

S obzirom na glavni i specifične ciljeve ovog istraživačkog rada, postavljene su sljedeće hipoteze:

H1: Percipirana kvaliteta života izvanrednih studenata sestrinstva je niska

H2: Studenti izvanrednog studija sestrinstva u dobnoj skupini 19-25 godina imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva

H3: Studenti izvanrednog studija sestrinstva s radnim stažem <5 godina imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva

H4: Studenti izvanrednog studija sestrinstva koji žive u obiteljskom domu ili vlastitom stanu/kući imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva

3 ISPITANICI (MATERIJALI) I METODE

3.1 ISPITANICI/MATERIJALI

Ispitivanje je provedeno na prigodnom uzorku među izvanrednim studentima 1., 2. i 3. godine Preddiplomskog stručnog studija Sestrinstva, Fakulteta zdravstvenih studija u Rijeci, neovisno o spolu i dobi. Planirani broj ispitanika bio je N=100, međutim zbog slabog odziva uzorak čini N=31 ispitanik.

Kriteriji isključenja za sudjelovanje u istraživanju bili su:

- Redovni studenti
- Studenti drugih usmjerenja (primaljstvo, fizioterapija, radiološka tehnologija)
- Studenti na diplomskim studijima

3.2 POSTUPAK I INSTRUMENTARIJ

Podaci za istraživanje prikupljeni su putem anonimnog upitnika kreiranog na online platformi Microsoft office Forms tijekom mjeseca lipnja i srpnja 2023. godine.

Poveznica na upitnik prosljeđena je predstavnicima izvanrednih studenata 1., 2. i 3. godine Preddiplomskog stručnog studija Sestrinstva, FZSRI, putem službenog e- maila FZSRI-a (Outlook mail).

Putem informativnog pisma (Privitak A), ispitanici su u uvodnom djelu upitnika biti informirani o svrsi istraživanja, vremenu potrebnom za ispunjavanje, te da je sudjelovanje anonimno, dobrovoljno i da mogu odustati u bilo kojem trenutku.

Za potrebe ovog istraživačkog rada korištena je prilagođena inačica upitnika preuzetog iz istraživanja: „Kvaliteta života studenata u Republici Hrvatskoj“ autorice Irme Kovčo Vukadin (18). Od autorice upitnika zatraženo je odobrenje za upotrebu i prilagodbu navedenog upitnika.

Iz originalnog upitnika preuzeta su i prilagođena sljedeća pitanja (Privitak B):

- Opći podaci koji sadrže pitanja o:
 1. dobi (dobne skupine: 19-25 g., 26-30 g., 31-35 g., 36-40 g., 41-45 g., 46-50 g., 51-55 g., 56-60 g. i 61-65 g.),
 2. spolu (muško, žensko)
 3. radnom stažu (<5 g., 5-10 g., 11-20 g., 21-30 g., >30 g.),
 4. stanovanju (obiteljski dom, studentski dom, iznajmljeni stan /soba, vlastiti stan, ostalo)
 5. godini studiranja (I., II.,III.)

6. dosadašnji prosječni uspjeh studija

Pitanja 2., 5. i 6. nisu varijable istraživanja i služe isključivo za opis strukture ispitanika.

- Drugi dio upitnika ispituje zadovoljstvo i kvalitetu života izvanrednih studenata sestrinstva. Podijeljen je na 5 sekcija gdje se ispituje:

- I. zadovoljstvo studijem i studiranjem (37 čestica) i povezanosti studija i privatnog života (3 čestice)
- II. samopercepcija i samopoštovanje (10 čestica)
- III. zdravlje, psihičko i fizičko (19 čestica)
- IV. provođenje slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama (9 čestica) i način provođenja slobodnog vremena (14 čestica)
- V. zadovoljstvo životom (5 čestica)

Ispitanici na Likertovoj skali u sekcijama I, II i III označuju stupanj slaganja s ponuđenim tvrdnjama: 1= nimalo se ne slažem, 2= uglavnom se ne slažem, 3= niti se slažem, niti se ne slažem, 4= uglavnom se slažem, 5= u potpunosti se slažem

U sekciji IV: 1=nikada, 2= nekoliko puta godišnje, 3= nekoliko puta mjesečno, 4= nekoliko puta tjedno, 5= svakodnevno

U sekciji V: 1= uopće se ne slažem, 2= ne slažem se, 3= donekle se ne slažem, 4= niti se slažem, niti se ne slažem, 5= donekle se slažem, 6= slažem se, 7= u potpunosti se slažem.

Osim Likertove skale u upitniku se nalazi i nekoliko pitanja otvorenog i zatvorenog tipa.

Razina kvalitete života ocjenjuje se pomoću omjerne skale (zbroj bodova za svaku sekciju i ukupno za sve sekcije). Pitanja označena * boduju se obrnuto. Manji broj bodova na pojedinoj skali označava manje zadovoljstvo i kvalitetu života studenata.

Raspon bodova za pojedine sekcije je sljedeći:

- I. zadovoljstvo studijem i studiranjem: 37-185 (37-86=nisko zadovoljstvo, 87-136= osrednje zadovoljstvo, 137-185= visoko zadovoljstvo)
- II. samopercepcija i samopoštovanje: 10-50 (10-23=niska razina samopercepcije i samopoštovanja, 24-36=srednja razina samopercepcije i samopoštovanja, 37-50=visoka razina samopercepcije i samopoštovanja)
- III. zdravlje, psihičko i fizičko: 18-90 (18-42=loše, 43-67=dobro, 68-90=odlično)
- IV. provođenje slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama: 9-45 (9-21=nekvalitetno, 22-34=osrednje, 35-45=kvalitetno) i način provođenja

slobodnog vremena: 14-70 (14-33=nekvalitetno, 34-53=osrednje, 54-70=kvalitetno)

V. zadovoljstvo životom: 5-35 (5-14=nisko zadovoljstvo, 15-25=osrednje zadovoljstvo, 25-35=visoko zadovoljstvo)

Ukupna kvaliteta života izvanrednih studenata sestrištva je zbroj bodova svih sekcija.

Raspon bodova kreće se od 93-475, pri čemu je:

- 93-220=niska kvaliteta života
- 221-348=umjerena kvaliteta života
- 349-475=visoka kvaliteta života.

Popunjavanjem ankete ispitanici daju pristanak za sudjelovanje te da se podaci koriste isključivo u navedene istraživačke svrhe. Pored svakog pitanja ili skupine pitanja date su detaljne upute o načinu ispunjavanja.

3.3 STATISTIČKA OBRADA PODATAKA

Varijabla percipirana kvaliteta života se javlja u svih 4 zadanih hipoteza. U istraživanju se koriste metode tabelarnog i grafičkog prikaza kojima se iskazuje struktura prema sociodemografskim karakteristikama i stavovima/opažanjima ispitanika.

Struktura ispitanika prema promatranim obilježjima se prezentira upotrebom apsolutnih i postotnih frekvencija, te se prezentira grafičkim i tabelarnim putem.

Numeričke vrijednosti se prezentiraju upotrebom metoda deskriptivne statistike, i to aritmetičke sredine sa standardnom devijacijom kao pokazateljem odstupanja oko srednjih vrijednosti. U slučaju odstupanja od normalne distribucije se koristi medijan, te interkvartilni raspon i ukupan raspon kao pokazatelji odstupanja oko medijana. Normalnost razdiobe se prethodno ispituje Kolmogorov-Smirnov testom.

Hipoteze se ispituju upotrebom T-testa za jedan nezavisan uzorak, dok se u slučaju nezadovoljenja uvjeta za provedbu T-testa koristi Wilcoxon test za jedan nezavisan uzorak.

U slučaju usporedbe nezavisnih uzoraka se koristi T-test za nezavisne uzorke, dok se u slučaju neispunjenja uvjeta za upotrebu T-testa koristi Mann-Whitney U test.

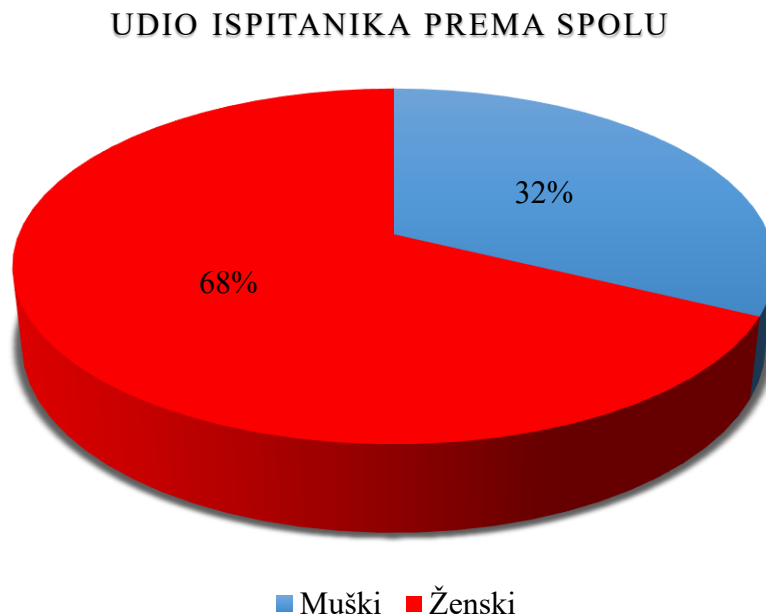
Zaključci nakon provedenih ispitivanja se donose razini značajnosti $p < 0,05$. Za statističku obradu podataka koristi se program Statistica 14.0.0.15 (TIBCO Software Inc.).

3.4 ETIČKI ASPEKTI ISTRAŽIVANJA

Ovo je istraživanje niskog rizika s obzirom da je metoda prikupljanja podataka anonimna online anketa. Rezultati istraživanja korišteni su jedino i isključivo u svrhu izrade ovog završnog rada. Anonimnost i povjerljivost podataka je zajamčena na način da online anketni upitnik ne sadrži ime i prezime ispitanika ili bilo koji podatak koji bi ga mogao identificirati kao osobu. Također je onemogućeno prikupljanje e-mail adresa sudionika. Podacima iz anketnog upitnika pristup ima autor ovog završnog rada i mentor. Istraživanje je provedeno u skladu s etičkim načelima i ljudskim pravima u istraživanjima.

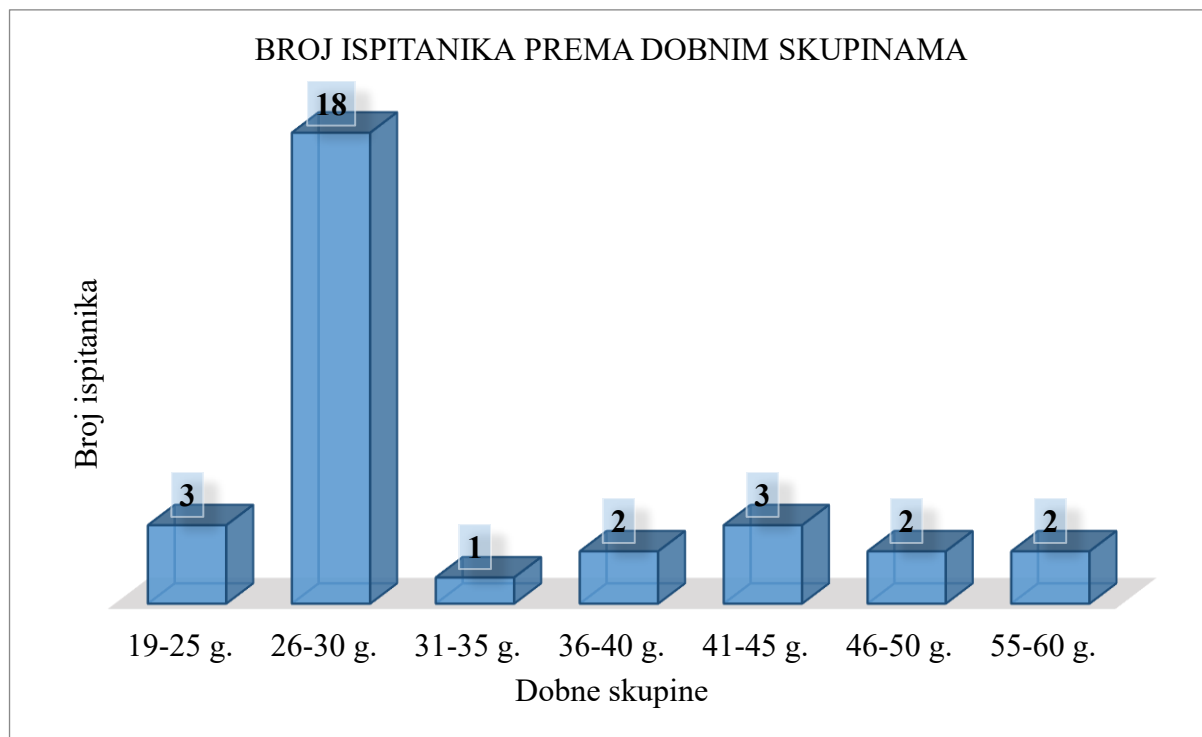
4 REZULTATI

U istraživanju je sudjelovalo 31 ispitanika, od čega 32% muškog spola (N=10) i 68% ženskog spola (N=21). Udio ispitanika prema spolu grafički je prikazan na slici 1.



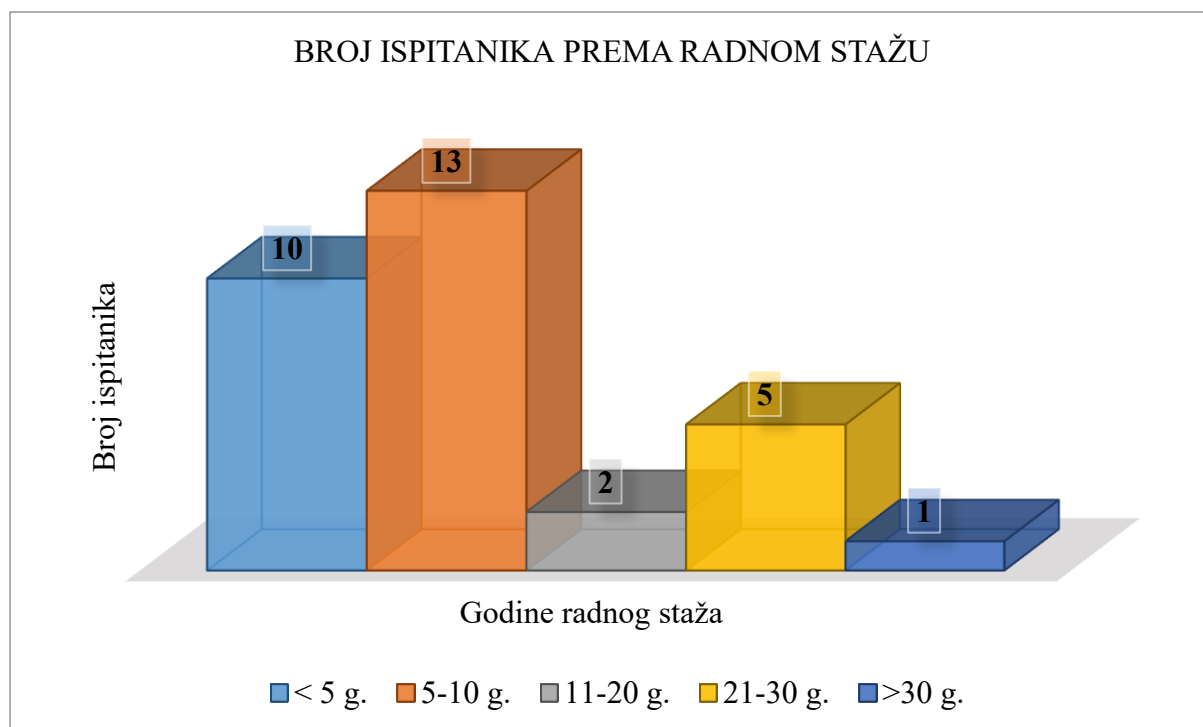
Slika 1. Grafički prikaz udjela ispitanika prema spolu

Najveći broj ispitanika je u dobnoj skupini od 26-30 godina (N=18), a najmanji u dobnoj skupini od 31-35 godina (N=1) (slika 2.).



Slika 2. Grafički prikaz zastupljenosti ispitanika prema dobnim skupinama

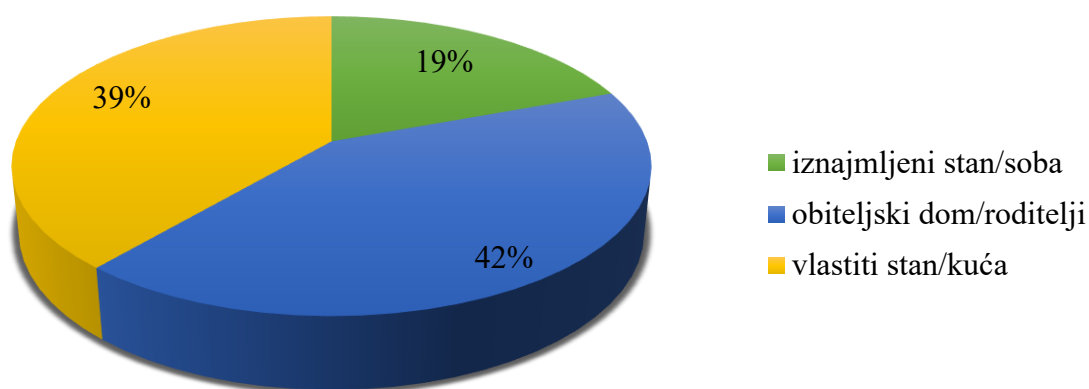
Prema godinama radnoga staža, najveći broj ispitanika ima između 5-10 godina radnoga staža (N=13), a najmanji broj ispitanika (N=1) više od 30 godina radnoga staža (slika 3.)



Slika 3. Grafički prikaz broja ispitanika prema godinama radnoga staža

Najveći broj ispitanika živi u obiteljskom domu/s roditeljima (N=13; 42%), dok ih je najmanje u iznajmljenom stanu/sobi (N=6; 19%) (slika 4.)

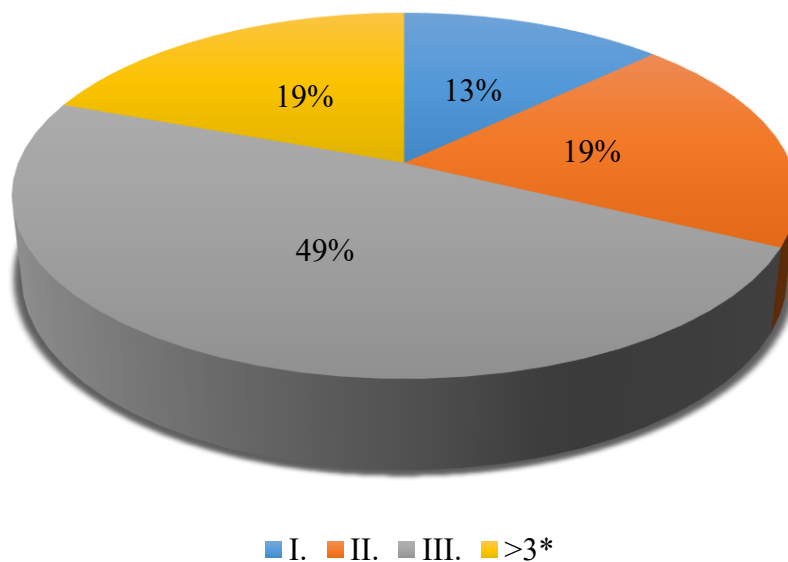
UVJETI STANOVANJA



Slika 4. Grafički prikaz udjela ispitanika prema uvjetima stanovanja

Najvećem broju ispitanika ovo je ukupno treća godina studiranja (N=15; 49%), dok je najmanjem broju ispitanika ovo prva godina studiranja (N=4; 13%). Podjednaka je zastupljenost ispitanika kojima je ovo druga godina studiranja i onih koji studiraju više od 3 godine (prethodno završen neki drugi studij, prekidi u studiranju, ponavljači i slično) (slika 5.).

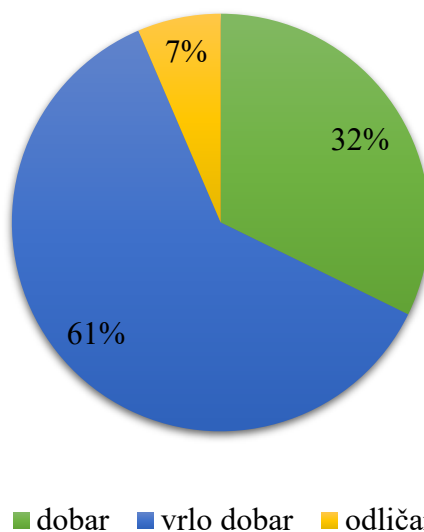
GODINA STUDIRANJA



Slika 5. Grafički prikaz udjela ispitanika prema godini studiranja

Najveći broj ispitanika tijekom studiranja ima prosječnu ocjenu „vrlo dobar“ (N=19; 61%), dok prosječnu ocjenu „odličan“ ima najmanji broj ispitanika (N=2; 7%) (slika 6.)

PROSJEČNA OCJENA TIJEKOM STUDIRANJA



Slika 6. Grafički prikaz udjela ispitanika prema prosječnoj ocjeni tijekom studiranja

- ZADOVOLJSTVO STUDIJEM I STUDIRANJEM

Zadovoljstvo studijem i studiranjem je ispitano upotrebom set a od 37 čestica, te je utvrđena prosječna razina zadovoljstva studiranjem 128,65 bodova (tablica 1.), odnosno u prosjeku ispitanici spadaju u kategoriju osrednjeg zadovoljstva (137-185 bodova).

Tablica 1. Ispitanici prema zadovoljstvu studijem i studiranjem

| | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | AS | SD |
|--|---|-------|---|-------|----|-------|----|-------|---|-------|------|------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | |
| Da sutra upisujem studij, opet bih upisao ovaj. | 7 | 22,58 | 2 | 6,45 | 6 | 19,35 | 12 | 38,71 | 4 | 12,90 | 3,13 | 1,36 |
| Ovaj studij je za sada zadovoljio moja očekivanja | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 12 | 38,71 | 12 | 38,71 | 1 | 3,23 | 3,23 | 0,87 |
| Većina predmeta je dobro koncipirana. | 0 | 0,00 | 8 | 25,81 | 12 | 38,71 | 9 | 29,03 | 2 | 6,45 | 3,16 | 0,88 |
| Studentske grupe su odgovarajuće veličine | 0 | 0,00 | 4 | 12,90 | 6 | 19,35 | 17 | 54,84 | 4 | 12,90 | 3,68 | 0,86 |
| U većini predmeta broj ECTS bodova odgovara opterećenju studenata | 2 | 6,45 | 5 | 16,13 | 11 | 35,48 | 11 | 35,48 | 2 | 6,45 | 3,19 | 1,00 |
| Zadovoljan sam ponudom izbornih predmeta. | 2 | 6,45 | 7 | 22,58 | 6 | 19,35 | 11 | 35,48 | 5 | 16,13 | 3,32 | 1,17 |
| Raspored predavanja je dobar. | 6 | 19,35 | 8 | 25,81 | 8 | 25,81 | 6 | 19,35 | 3 | 9,68 | 2,74 | 1,24 |
| U studentskoj referadi uvijek dobijem potrebne informacije. | 2 | 6,45 | 3 | 9,68 | 8 | 25,81 | 12 | 38,71 | 6 | 19,35 | 3,55 | 1,10 |
| Nastavnici znaju zainteresirati studente za svoj predmet. | 0 | 0,00 | 6 | 19,35 | 11 | 35,48 | 8 | 25,81 | 6 | 19,35 | 3,45 | 1,01 |
| Nastavnici jasno izlažu sadržaj svojih predmeta. | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 7 | 22,58 | 12 | 38,71 | 6 | 19,35 | 3,55 | 1,07 |
| Nastavnici jasno definiraju ciljeve nastave i ono što | 1 | 3,23 | 3 | 9,68 | 9 | 29,03 | 12 | 38,71 | 6 | 19,35 | 3,61 | 1,01 |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|---|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|------|------|
| se očekuje od studenata. | | | | | | | | | | | | |
| Nastavnici se prema studentima odnose korektno i s poštovanjem. | 0 | 0,00 | 3 | 9,68 | 5 | 16,13 | 17 | 54,84 | 6 | 19,35 | 3,84 | 0,85 |
| Nastavnici su dostupni i susretljivi za konzultacije sa studentima. | 1 | 3,23 | 1 | 3,23 | 10 | 32,26 | 14 | 45,16 | 5 | 16,13 | 3,68 | 0,89 |
| Nastavnici redovito održavaju nastavu. | 0 | 0,00 | 3 | 9,68 | 7 | 22,58 | 11 | 35,48 | 10 | 32,26 | 3,90 | 0,96 |
| Nastavnici korektno ocjenjuju studente. | 1 | 3,23 | 2 | 6,45 | 9 | 29,03 | 10 | 32,26 | 9 | 29,03 | 3,77 | 1,04 |
| Redovito pohađam nastavu. | 0 | 0,00 | 2 | 6,45 | 8 | 25,81 | 11 | 35,48 | 10 | 32,26 | 3,94 | 0,91 |
| Rado sudjelujem u nastavnim aktivnostima (diskusije, vježbe). | 1 | 3,23 | 6 | 19,35 | 8 | 25,81 | 10 | 32,26 | 6 | 19,35 | 3,45 | 1,10 |
| Redovito učim. | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 12 | 38,71 | 9 | 29,03 | 4 | 12,90 | 3,32 | 1,00 |
| Na vrijeme izvršavam svoje studentske obveze. | 0 | 0,00 | 3 | 9,68 | 11 | 35,48 | 10 | 32,26 | 7 | 22,58 | 3,68 | 0,93 |
| Imam problema u organiziranju vlastitog vremena* | 7 | 22,58 | 7 | 22,58 | 8 | 25,81 | 5 | 16,13 | 4 | 12,90 | 2,74 | 1,32 |
| Imam tremu kod izlaganja pred profesorima i studentima* | 4 | 12,90 | 8 | 25,81 | 7 | 22,58 | 10 | 32,26 | 2 | 6,45 | 2,94 | 1,16 |
| Imam tremu na ispitima.* | 2 | 6,45 | 10 | 32,26 | 12 | 38,71 | 7 | 22,58 | 0 | 0,00 | 2,77 | 0,87 |
| Imam dobru strategiju učenja. | 2 | 6,45 | 1 | 3,23 | 15 | 48,39 | 12 | 38,71 | 1 | 3,23 | 3,29 | 0,85 |
| Generalno gledano, moje ocjene odgovaraju količini uloženog truda. | 2 | 6,45 | 3 | 9,68 | 7 | 22,58 | 16 | 51,61 | 3 | 9,68 | 3,48 | 1,01 |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|---|-------|---|-------|----|-------|----|-------|----|-------|------|------|
| Imam poteškoća u koncentriranju na učenje.* | 3 | 9,68 | 6 | 19,35 | 16 | 51,61 | 5 | 16,13 | 1 | 3,23 | 2,84 | 0,92 |
| Zadovoljan/na sam vlastitim uspjehom u studiranju. | 0 | 0,00 | 2 | 6,45 | 8 | 25,81 | 17 | 54,84 | 4 | 12,90 | 3,74 | 0,76 |
| Zadovoljan/na sam znanjem usvojenim na studiju. | 0 | 0,00 | 4 | 12,90 | 14 | 45,16 | 13 | 41,94 | 0 | 0,00 | 3,29 | 0,68 |
| Zadovoljan/na sam vještinama usvojenima na studiju. | 0 | 0,00 | 6 | 19,35 | 11 | 35,48 | 13 | 41,94 | 1 | 3,23 | 3,29 | 0,81 |
| Imam nekoliko dobrih prijatelja na studiju. | 0 | 0,00 | 3 | 9,68 | 5 | 16,13 | 10 | 32,26 | 13 | 41,94 | 4,06 | 0,98 |
| Družim se s kolegama sa studija i u slobodno vrijeme. | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 5 | 16,13 | 11 | 35,48 | 9 | 29,03 | 3,71 | 1,14 |
| Na mojoj godini (studijskoj grupi) vladaju korektni odnosi među studentima. | 0 | 0,00 | 2 | 6,45 | 11 | 35,48 | 10 | 32,26 | 8 | 25,81 | 3,77 | 0,91 |
| Kolegama s godine se mogu obratiti za pomoć. | 0 | 0,00 | 3 | 9,68 | 5 | 16,13 | 12 | 38,71 | 11 | 35,48 | 4,00 | 0,95 |
| Na mom fakultetu postoji osoba (služba) za pomoć i podršku studentima s problemima. | 0 | 0,00 | 3 | 9,68 | 9 | 29,03 | 15 | 48,39 | 4 | 12,90 | 3,65 | 0,82 |
| Uključen sam u različite studentske aktivnosti. | 8 | 25,81 | 6 | 19,35 | 14 | 45,16 | 2 | 6,45 | 1 | 3,23 | 2,42 | 1,04 |
| Sa ovim studijem mogu lako naći posao u Hrvatskoj. | 1 | 3,23 | 1 | 3,23 | 10 | 32,26 | 8 | 25,81 | 11 | 35,48 | 3,87 | 1,04 |
| Nakon što završim studij, želio/la bih svakako ostati u Hrvatskoj. | 2 | 6,45 | 3 | 9,68 | 13 | 41,94 | 3 | 9,68 | 10 | 32,26 | 3,52 | 1,21 |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------|---|------|----|-------|---|-------|---|-------|--------|-------|
| Optimističan/na sam u odnosu na svoju budućnost. | 1 | 3,23 | 1 | 3,23 | 13 | 41,94 | 9 | 29,03 | 7 | 22,58 | 3,65 | 0,97 |
| ZADOVOLJSTVO STUDIJEM I STUDIRANJEM | | | | | | | | | | | 128,65 | 15,31 |

- SAMOPERCEPCIJA I SAMOPOŠTOVANJE

Prosječna razina samopercepcije i samopoštovanja je 40,06 bodova (tablica 2.), odnosno može se utvrditi da ispitanici spadaju u kategoriju visoke razine samopercepcije i samopoštovanja (37-50 bodova).

Tablica 2. Ispitanici prema samopercepciji i samopoštovanju

| | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | AS | SD |
|---|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|-------|------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | |
| Općenito govoreći, zadovoljan/na sam sobom. | 0 | 0,00 | 2 | 6,45 | 3 | 9,68 | 18 | 58,06 | 8 | 25,81 | 4,03 | 0,78 |
| Želio/la bih da imam više poštovanja prema samom/oj sebi.* | 3 | 9,68 | 7 | 22,58 | 12 | 38,71 | 8 | 25,81 | 1 | 3,23 | 2,90 | 1,00 |
| Osjećam da nemam puno toga čime se mogao/la ponositi.* | 9 | 29,03 | 13 | 41,94 | 5 | 16,13 | 2 | 6,45 | 2 | 6,45 | 2,19 | 1,12 |
| Ponekad se osjećam potpuno beskorisnim/om.* | 13 | 41,94 | 9 | 29,03 | 5 | 16,13 | 1 | 3,23 | 3 | 9,68 | 2,10 | 1,25 |
| Sposoban/na sam raditi i izvršavati zadatke podjednako uspješno kao i drugi ljudi. | 0 | 0,00 | 1 | 3,23 | 4 | 12,90 | 11 | 35,48 | 15 | 48,39 | 4,29 | 0,81 |
| S vremena na vrijeme osjećam da ništa ne vrijedim.* | 18 | 58,06 | 6 | 19,35 | 2 | 6,45 | 3 | 9,68 | 2 | 6,45 | 1,87 | 1,26 |
| Osjećam da sam isto toliko sposoban/na kao i većina ljudi. | 1 | 3,23 | 1 | 3,23 | 4 | 12,90 | 10 | 32,26 | 15 | 48,39 | 4,19 | 1,00 |
| Osjećam da posjedujem niz vrijednih osobina. | 0 | 0,00 | 2 | 6,45 | 3 | 9,68 | 9 | 29,03 | 17 | 54,84 | 4,32 | 0,89 |
| Sve više dolazim do spoznaje da jako malo vrijedim.* | 19 | 61,29 | 5 | 16,13 | 3 | 9,68 | 2 | 6,45 | 2 | 6,45 | 1,81 | 1,23 |
| Mislim da vrijedim, barem koliko i drugi ljudi. | 0 | 0,00 | 4 | 12,90 | 4 | 12,90 | 8 | 25,81 | 15 | 48,39 | 4,10 | 1,06 |
| SAMOPERCEPCIJA I SAMOPOŠTOVANJE | | | | | | | | | | | 40,06 | 6,95 |

- ZDRAVLJE, PSIHIČKO I FIZIČKO

Zdravlje, psihičko i fizičko je ispitano upotrebom seta od 15 tvrdnji. Prosječna razina zdravlja fizičkog i psihičkog je 52,84 boda (tablica 3.), odnosno ispitanici spadaju u kategoriju dobrog zdravlja (43-67 bodova).

Tablica 3. Ispitanici prema zdravlju, psihičkom i fizičkom

| | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | AS | SD |
|---|----|-------|---|-------|---|-------|----|-------|----|-------|-------|-------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | |
| Redovito vježbam. | 2 | 6,45 | 6 | 19,35 | 2 | 6,45 | 10 | 32,26 | 11 | 35,48 | 3,71 | 1,30 |
| Imam dobar apetit. | 0 | 0,00 | 2 | 6,45 | 2 | 6,45 | 13 | 41,94 | 14 | 45,16 | 4,26 | 0,84 |
| Dobro spavam. | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 3 | 9,68 | 11 | 35,48 | 11 | 35,48 | 3,84 | 1,17 |
| U posljednje vrijeme sam odličnog zdravlja. | 2 | 6,45 | 3 | 9,68 | 9 | 29,03 | 6 | 19,35 | 11 | 35,48 | 3,68 | 1,23 |
| U dobroj sam fizičkoj kondiciji. | 1 | 3,23 | 4 | 12,90 | 8 | 25,81 | 10 | 32,26 | 8 | 25,81 | 3,65 | 1,09 |
| Zadovoljan/na sam svojim zdravljem. | 0 | 0,00 | 2 | 6,45 | 6 | 19,35 | 12 | 38,71 | 11 | 35,48 | 4,03 | 0,90 |
| Čini mi se da se razbolim češće nego drugi ljudi.* | 13 | 41,94 | 7 | 22,58 | 5 | 16,13 | 5 | 16,13 | 1 | 3,23 | 2,16 | 1,22 |
| Zdraviji/ja sam od drugih ljudi svoje dobi. | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 9 | 29,03 | 10 | 32,26 | 6 | 19,35 | 3,48 | 1,07 |
| U posljednje vrijeme sam izgubio/la ili dobio/la dosta kila.* | 13 | 41,94 | 7 | 22,58 | 5 | 16,13 | 4 | 12,90 | 2 | 6,45 | 2,19 | 1,28 |
| U posljednje vrijeme ne mogu baš dobro kontrolirati svoje osjećaje.* | 8 | 25,81 | 6 | 19,35 | 8 | 25,81 | 7 | 22,58 | 2 | 6,45 | 2,65 | 1,26 |
| U posljednje vrijeme se često osjećam potišteno i bezvoljno.* | 14 | 45,16 | 6 | 19,35 | 5 | 16,13 | 4 | 12,90 | 2 | 6,45 | 2,16 | 1,30 |
| U posljednje vrijeme se osjećam pun/a energije. | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 8 | 25,81 | 8 | 25,81 | 9 | 29,03 | 3,61 | 1,16 |
| U posljednje vrijeme se lako razljutim.* | 6 | 19,35 | 9 | 29,03 | 5 | 16,13 | 9 | 29,03 | 2 | 6,45 | 2,74 | 1,24 |
| U posljednje vrijeme se pretežno osjećam umorno.* | 7 | 22,58 | 3 | 9,68 | 7 | 22,58 | 10 | 32,26 | 4 | 12,90 | 3,03 | 1,36 |
| U posljednje vrijeme se osjećam napeto ili nervozno.* | 8 | 25,81 | 4 | 12,90 | 7 | 22,58 | 9 | 29,03 | 3 | 9,68 | 2,84 | 1,35 |
| U posljednje vrijeme sam često tužan/na.* | 12 | 38,71 | 8 | 25,81 | 5 | 16,13 | 4 | 12,90 | 2 | 6,45 | 2,23 | 1,26 |
| U posljednje vrijeme se često osjećam iscrpljeno.* | 7 | 22,58 | 5 | 16,13 | 4 | 12,90 | 8 | 25,81 | 7 | 22,58 | 3,10 | 1,49 |
| U posljednje vrijeme razmišljam o tome da potražim psihološku pomoć.* | 14 | 45,16 | 4 | 12,90 | 4 | 12,90 | 7 | 22,58 | 2 | 6,45 | 2,32 | 1,40 |
| ZDRAVLJE | | | | | | | | | | | 52,84 | 14,85 |

- **PROVOĐENJE SLOBODNOG VREMENA NA NABROJANIM MJESTIMA/SITUACIJAMA**

Učestalost provođenja slobodnog vremena je ispitana upotrebom seta od 9 čestica, te je utvrđena prosječna razina provođenja slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama 24,26 bodova (tablica 4.), odnosno učestalost provođenja slobodnog vremena je osrednje dobra (22-34 boda).

Tablica 4. Ispitanici prema provođenju slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama

| | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | AS | SD |
|--|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|-------|------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | |
| u svojoj sobi* | 5 | 16,13 | 1 | 3,23 | 3 | 9,68 | 8 | 25,81 | 14 | 45,16 | 3,81 | 1,45 |
| u kafićima, klubovima* | 1 | 3,23 | 9 | 29,03 | 10 | 32,26 | 8 | 25,81 | 3 | 9,68 | 3,10 | 1,03 |
| na fakultetu* | 5 | 16,13 | 3 | 9,68 | 8 | 25,81 | 11 | 35,48 | 4 | 12,90 | 3,19 | 1,26 |
| na koncertima, partijima* | 3 | 9,68 | 15 | 48,39 | 7 | 22,58 | 5 | 16,13 | 1 | 3,23 | 2,55 | 0,98 |
| u prirodi | 0 | 0,00 | 6 | 19,35 | 10 | 32,26 | 9 | 29,03 | 6 | 19,35 | 3,48 | 1,01 |
| u knjižnici, čitaonici | 12 | 38,71 | 9 | 29,03 | 7 | 22,58 | 2 | 6,45 | 1 | 3,23 | 2,06 | 1,08 |
| u kinu | 5 | 16,13 | 16 | 51,61 | 8 | 25,81 | 1 | 3,23 | 1 | 3,23 | 2,26 | 0,88 |
| u kazalištu | 10 | 32,26 | 15 | 48,39 | 4 | 12,90 | 1 | 3,23 | 1 | 3,23 | 1,97 | 0,93 |
| u sportskim objektima | 3 | 9,68 | 8 | 25,81 | 8 | 25,81 | 6 | 19,35 | 6 | 19,35 | 3,13 | 1,26 |
| PROVOĐENJE SLOBODNOG VREMENA NA NABROJANIM MJESTIMA/SITUACIJAMA | | | | | | | | | | | 24,26 | 3,64 |

- NAČIN KVALITETNOG PROVOĐENJA SLOBODNOG VREMENA

Način kvalitetnog provođenja slobodnog vremena je ispitan setom od 14 čestica, te je utvrđena srednja razina kvalitete 38,32 boda (tablica 5.), odnosno ispitanici provode slobodno vrijeme osrednje kvalitetno (34-53 boda).

Tablica 5. Ispitanici prema načinu kvalitetnog provođenja slobodnog vremena

| | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | AS | SD |
|--|----|-------|---|-------|----|-------|----|-------|----|-------|-------|------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | |
| u druženju s prijateljima | 1 | 3,23 | 1 | 3,23 | 10 | 32,26 | 10 | 32,26 | 9 | 29,03 | 3,81 | 1,00 |
| u druženju s partnerom za računalom* | 4 | 12,90 | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 6 | 19,35 | 15 | 48,39 | 3,87 | 1,39 |
| gledam TV / video* | 4 | 12,90 | 0 | 0,00 | 10 | 32,26 | 8 | 25,81 | 9 | 29,03 | 3,58 | 1,26 |
| slušam glazbu | 0 | 0,00 | 1 | 3,23 | 10 | 32,26 | 5 | 16,13 | 15 | 48,39 | 4,10 | 0,96 |
| čitam knjige | 0 | 0,00 | 0 | 0,00 | 7 | 22,58 | 4 | 12,90 | 20 | 64,52 | 4,42 | 0,83 |
| čitam časopise* | 3 | 9,68 | 4 | 12,90 | 10 | 32,26 | 6 | 19,35 | 8 | 25,81 | 3,39 | 1,26 |
| pratim vijesti* | 9 | 29,03 | 5 | 16,13 | 8 | 25,81 | 5 | 16,13 | 4 | 12,90 | 2,68 | 1,38 |
| volontiram | 6 | 19,35 | 0 | 0,00 | 10 | 32,26 | 9 | 29,03 | 6 | 19,35 | 3,29 | 1,32 |
| bavim se nekom umjetnošću (muzička, likovna, dramska ...) | 16 | 51,61 | 9 | 29,03 | 3 | 9,68 | 2 | 6,45 | 1 | 3,23 | 1,81 | 1,06 |
| bavim se politikom (u okviru neke političke stranke) | 15 | 48,39 | 7 | 22,58 | 5 | 16,13 | 3 | 9,68 | 1 | 3,23 | 1,97 | 1,15 |
| bavim se sportom | 23 | 74,19 | 3 | 9,68 | 2 | 6,45 | 1 | 3,23 | 2 | 6,45 | 1,58 | 1,16 |
| angažiran/a sam u nekoj nevladinoj udruzi | 3 | 9,68 | 2 | 6,45 | 6 | 19,35 | 13 | 41,94 | 7 | 22,58 | 3,61 | 1,18 |
| aktivan/na sam u svojoj vjerskoj zajednici | 21 | 67,74 | 3 | 9,68 | 4 | 12,90 | 2 | 6,45 | 1 | 3,23 | 1,68 | 1,12 |
| NAČIN KVALITETNOG PROVOĐENJA SLOBODNOG VREMENA | 20 | 64,52 | 4 | 12,90 | 1 | 3,23 | 4 | 12,90 | 2 | 6,45 | 1,84 | 1,32 |
| | | | | | | | | | | | 38,32 | 5,33 |

- ZADOVOLJSTVO ŽIVOTOM

Zadovoljstvo životom je ispitano upotrebom seta od 5 čestica, te je utvrđena prosječna razina zadovoljstva životom od 25,06 bodova (tablica 6.), odnosno utvrđena je osrednja razina zadovoljstva životom (15-25 bodova).

Tablica 6. Ispitanici prema zadovoljstvu životom

| | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | AS | SD |
|---|---|------|---|------|---|-------|---|-------|---|-------|---|-------|---|-------|-------|------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | | |
| Na više načina moj život je blizu mojih ideala | 1 | 3,23 | 0 | 0,00 | 6 | 19,35 | 5 | 16,13 | 1 | 3,23 | 5 | 16,13 | 3 | 9,68 | 4,68 | 1,38 |
| Uvjeti mog života su izvrsni. | 1 | 3,23 | 2 | 6,45 | 4 | 12,90 | 3 | 9,68 | 1 | 3,23 | 2 | 6,45 | 5 | 16,13 | 4,71 | 1,53 |
| Zadovoljan/na sam svojim životom | 1 | 3,23 | 0 | 0,00 | 4 | 12,90 | 1 | 3,23 | 9 | 29,03 | 9 | 29,03 | 7 | 22,58 | 5,32 | 1,47 |
| Do sada sam postigao/la važne stvari koje želim u životu. | 1 | 3,23 | 0 | 0,00 | 2 | 6,45 | 1 | 3,23 | 9 | 29,03 | 9 | 29,03 | 9 | 29,03 | 5,58 | 1,39 |
| Kada bih mogao/la živjeti svoj život ponovo, skoro ništa ne bih mijenjao/la. | 1 | 3,23 | 1 | 3,23 | 6 | 19,35 | 4 | 12,90 | 9 | 29,03 | 4 | 12,90 | 6 | 19,35 | 4,77 | 1,60 |
| ZADOVOLJSTVO ŽIVOTOM | | | | | | | | | | | | | | | 25,06 | 6,50 |

Ispitivanje hipoteza:

H1: Percipirana kvaliteta života izvanrednih studenata sestrinstva je niska

Prosječna razina zadovoljstva učenjem i studiranjem je 128,65 bodova, te je za 41,65 bodova veća od granične vrijednosti 87 (najniža razina umjerene razine zadovoljstva), te je ispitivanjem utvrđena prisutnost statistički značajno veće razine zadovoljstva studijem i studiranjem u odnosu na donju granicu umjerenog zadovoljstva, odnosno utvrđeno je da studenti sestrinstva nisu nezadovoljni ($t=14,90$; $P<0,001$) (Tablica 7.).

Samopercepcija i samopoštovanje je za 16,06 bodova veće od donjeg praga umjerene razine samopercepcije i samopoštovanja, te je ispitivanjem utvrđeno da je vrijednost statistički značajno veća od donje granice umjerenog zadovoljstva, odnosno utvrđeno je da studenti sestrinstva nisu nezadovoljni ($t=12,67$; $P<0,001$) (Tablica 7.).

Kvaliteta zdravlja fizičkog i psihičkog je za 30,84 bodova veća u odnosu na graničnu vrijednost 22 (najniža razina dobrog), te je ispitivanjem utvrđena prisutnost statistički značajno veće razine kvalitete zdravlja fizičkog i psihičkog u odnosu na donju granicu umjerene razine dobrog zdravlja fizičkog i psihičkog, odnosno utvrđeno je da studenti sestrinstva nemaju loše zdravlje ($t=11,38$; $P<0,001$) (Tablica 7.).

Promatrajući provođenje slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama utvrđena je prosječna vrijednost za 2,26 bodova veća u odnosu na graničnu vrijednost 22 (donja razina osrednje kvalitete provođenja vremena), te je ispitivanjem utvrđena prisutnost statistički značajno veće razine kvalitete provođenja slobodnog vremena u odnosu na donju granicu osrednjeg provođenja, odnosno utvrđeno je da studenti sestrinstva nemaju loše provođenje slobodnog vremena ($t=3,40$; $P=0,002$) (Tablica 7.).

Način provođenja slobodnog vremena je za 4,32 bodova veća u odnosu na graničnu vrijednost 22 (donja razina osrednje kvalitete provođenja vremena), te je ispitivanjem utvrđena prisutnost statistički značajno veće razine kvalitete načina provođenja slobodnog vremena u odnosu na donju granicu osrednjeg provođenja, odnosno utvrđeno je da studenti sestrinstva nemaju loše provođenje slobodnog vremena ($t=4,44$; $P<0,001$) (tablica 7.).

Zadovoljstvo životom je ocijenjeno sa 10,06 bodova većom razinom u odnosu na donju granicu osrednjeg zadovoljstva, te je ispitivanjem utvrđeno da je razina zadovoljstva životom značajno veća u odnosu na nisku razinu zadovoljstva ($t=8,48$; $P<0,001$) (Tablica 7.).

Tablica 7. T-test razlike elemenata kvalitete života u odnosu na nisku razinu

| | N | AS | SD | K | T | df | P |
|--|----|--------|-------|----|-------|----|--------|
| zadovoljstvo studijem i studiranjem | 31 | 128,65 | 15,56 | 87 | 14,90 | 30 | <0,001 |
| samopercepcija i samopoštovanje | 31 | 40,06 | 7,06 | 24 | 12,67 | 30 | <0,001 |
| zdravlje, psihičko i fizičko | 31 | 52,84 | 15,09 | 22 | 11,38 | 30 | <0,001 |
| provođenje slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama | 31 | 24,26 | 3,70 | 22 | 3,40 | 30 | 0,002 |
| način provođenja slobodnog vremena | 31 | 38,32 | 5,42 | 34 | 4,44 | 30 | <0,001 |
| zadovoljstvo životom | 31 | 25,06 | 6,61 | 15 | 8,48 | 30 | <0,001 |

*AS=aritmetička sredina, SD=standardna devijacija, K=kritična granica, t=testna vrijednost, df=stupnjevi slobode, P=signifikantnosti

Nakon provedenog ispitivanja donosi se zaključak da se hipoteza rada H1 kojom se pretpostavlja da je percipirana kvaliteta života izvanrednih studenata sestrinstva niska odbacuje.

H2: Studenti izvanrednog studija sestrinstva u dobnoj skupini 19-25 godina imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva

Prosječna razina zadovoljstva studijem i studiranjem je za 17,37 bodova veća među studentima starosne dobi 19-25 godina u odnosu na studente ostalih dobnih skupina, te je ispitivanjem utvrđena statistički značajno veća razina zadovoljstva studija i studiranjem među studentima dobne skupine 19-25 godina u odnosu na studente ostalih dobnih skupina ($t=1,92$; $P=0,033$) (Tablica 8.).

Samopercepcija i samopoštovanje ($P=0,473$), psihičko i fizičko zdravlje ($P=0,177$), kvaliteta provođenja slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama ($P=0,177$), te provođenje slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama ($P=0,302$) se statistički značajno ne razlikuju s obzirom na dobne skupine (Tablica 8.).

Ispitivanjem je utvrđeno da je kvaliteta načina provođenja slobodnog vremena za 7,39 bodova veća među studentima dobne skupine 19-25 godina u odnosu na studente ostalih dobnih skupina, te je ispitivanjem utvrđena prisutnost statistički značajne razlike ($t=2,42$; $P=0,011$) (Tablica 8.).

Prosječna razina zadovoljstva životom je za 9,15 bodova veća među ispitanim studentima starosne dobi 19-25 godina u odnosu na studente ostalih dobnih skupina, te je ispitivanjem utvrđena prisutnost statistički značajne razlike ($t=2,47$; $P=0,010$) (Tablica 8.).

Tablica 8. T-test sastavnica kvalitete života prema dobi

| Dob | 19-25 | | Ostale dobne skupine | | T | P |
|--|--------|-------|----------------------|-------|------|-------|
| | AS | SD | AS | SD | | |
| zadovoljstvo studijem i studiranjem | 144,33 | 14,01 | 126,96 | 14,98 | 1,92 | 0,033 |
| samopercepcija i samopoštovanje | 40,33 | 8,96 | 40,04 | 7,03 | 0,07 | 0,473 |
| zdravlje, psihičko i fizičko | 60,67 | 17,93 | 52,00 | 14,89 | 0,94 | 0,177 |
| provođenje slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama | 25,33 | 4,04 | 24,14 | 3,72 | 0,52 | 0,302 |
| način provođenja slobodnog vremena | 45,00 | 7,81 | 37,61 | 4,76 | 2,42 | 0,011 |
| zadovoljstvo životom | 33,33 | 2,89 | 24,18 | 6,28 | 2,47 | 0,010 |

Nakon provedenog ispitivanja donosi se zaključak da se hipoteza rada H2 kojom se pretpostavlja da studenti izvanrednog studija sestrinstva u dobnoj skupini 19-25 godina imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva. prihvaća.

H3: Studenti izvanrednog studija sestrinstva s radnim stažem <5 godina imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva

Samopercepcija i samopoštovanje je za 5,11 bodova niža među ispitanim studentima sestrinstva sa radnim stažem do 5 godina u odnosu na studente sa duljim radnim stažem, te je ispitivanjem utvrđena prisutnost statistički značajne razlike ($P=0,029$) (Tablica 9.).

Način provođenja slobodnog vremena je za 6,17 bodova veći među ispitanim studentima sestrinstva sa radnim stažem manjim od 5 godina u odnosu na studente sa radnim stažem duljim od 5 godina, te je ispitivanjem utvrđena prisutnost statistički značajne razlike ($t=3,46$; $P=0,001$) (Tablica 9.).

Ispitivanjem nije utvrđena prisutnost statistički značajne razlike u zadovoljstvu studijem i studiranjem ($P=0,238$), psihičkom i fizičkom zdravlju ($P=0,333$), provođenju slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama ($P=0,291$), te zadovoljstvu životom ($P=0,402$) s obzirom na radni staž (Tablica 9.).

Tablica 9. T-test sastavnica kvalitete života prema stažu

| Staž | < 5 g. | | Ostale skupine | | T | P |
|--|--------|-------|----------------|-------|------|-------|
| | AS | SD | AS | SD | | |
| zadovoljstvo studijem i studiranjem | 131,60 | 11,89 | 127,24 | 17,13 | 0,72 | 0,238 |
| samopercepcija i samopoštovanje | 36,60 | 9,02 | 41,71 | 5,41 | 1,97 | 0,029 |
| zdravlje, psihičko i fizičko | 51,10 | 17,67 | 53,67 | 14,11 | 0,44 | 0,333 |
| provođenje slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama | 24,80 | 3,49 | 24,00 | 3,85 | 0,56 | 0,291 |
| način provođenja slobodnog vremena | 42,50 | 5,70 | 36,33 | 4,07 | 3,46 | 0,001 |
| zadovoljstvo životom | 25,50 | 9,03 | 24,86 | 5,35 | 0,25 | 0,402 |

Nakon provedenog ispitivanja je utvrđena razlika u elementima kvalitete življenja s obzirom na radni staž, slijedom čega se hipoteza rada H3 kojom se pretpostavlja da studenti izvanrednog studija sestrinstva s radnim stažem <5 godina imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva prihvaća.

H4: Studenti izvanrednog studija sestrinstva koji žive u obiteljskom domu ili vlastitom stanu/kući imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva

Razlike u elementima kvalitete života među studentima sestrinstva koje žive u najmu stana/sobe u odnosu na studente koje žive u obiteljskom domu/vlastitom stanu/kući nisu utvrđene ($P > 0,050$) (Tablica 10.).

Tablica 10. T-test sastavnica kvalitete života prema mjestu življenja

| Življenje | najam stana/sobe | | obiteljski dom/vlastiti stan/kuća | | T | P |
|--|------------------|-------|-----------------------------------|-------|------|-------|
| | AS | SD | AS | SD | | |
| zadovoljstvo studijem i studiranjem | 127,67 | 11,34 | 128,88 | 16,60 | 0,17 | 0,867 |
| samopercepcija i samopoštovanje | 40,50 | 10,88 | 39,96 | 6,13 | 0,17 | 0,870 |
| zdravlje, psihičko i fizičko | 49,50 | 16,48 | 53,64 | 14,99 | 0,60 | 0,555 |
| provođenje slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama | 23,33 | 2,66 | 24,48 | 3,92 | 0,68 | 0,504 |

| | | | | | | |
|---|-----------|------|-------|------|----------|-----------|
| način provođenja slobodnog vremena | 37,5 0 | 3,56 | 38,52 | 5,82 | 0, 41 | 0,6 86 |
| zadovoljstvo životom | 24,5 0 | 3,94 | 25,20 | 7,16 | 0, 23 | 0,8 20 |

Stoga se hipoteza rada H4 kojom se pretpostavlja da studenti izvanrednog studija sestrinstva koji žive u obiteljskom domu ili vlastitom stanu/kući imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale izvanredne studente sestrinstva se odbacuje.

5 RASPRAVA

Prema istraživanju kvalitete života studenata u Republici Hrvatskoj (RH) (18), iz kojeg je i preuzet dio upitnika za ovaj istraživački rad, također je prisutna veća zastupljenost žena u odnosu na muškarce. Za naše istraživanje to je relativno i očekivani rezultat s obzirom da se radi o sestrinstvu, koje je još uvijek u većini žensko usmjerenje.

Sestrinstvo i studenti sestrinstva sve su više u fokusu zanimanja mnogih istraživača, osobito nakon pandemije COVID-19, koja je sestrinstvo bacila u prvi plan zbog njihove poštivnosti, ali i sve više dokaza o njihovom izgaranju, kako na poslu, tako i tijekom školovanja na svim razinama. kao što smo u uvodnom djelu i spomenuli, kvaliteta života je pojam koji nije jednostavno definirati, jer ovisi o puno čimbenika. S obzirom da je za ovaj rad korišten upitnik koji kvalitetu života ispituje kroz nekoliko aspekata, tako će i u nastavku ti aspekti i njihov utjecaj na kvalitetu života biti prikazani kroz slična do sada objavljena istraživanja.

- ZADOVOLJSTVO STUDIJEM I STUDIRANJEM

Akademsko zadovoljstvo studenata jedan je od najvažnijih čimbenika koji utječu na uspješnost i kvalitetu visokog učilišta i pokazatelj je poučavanja i učenja. Obrazovni sustav može se konceptualizirati kao usluga koja treba zadovoljiti potrebu za učenjem, stjecanjem znanja i stjecanjem vještina, a sve to smješteno je u kontekst u kojem su studenti korisnici (19). Profesionalni regulator za medicinske sestre i primalje u Velikoj Britaniji (*The Nursing and Midwifery Council*) 2010. identificira zadovoljstvo učenika kao neizravnu mjeru kvalitetnih obrazovnih procesa (20–22). Zadovoljstvo učenika je subjektivna procjena koja odgovara podudaranju/nepodudaranju između akademskih očekivanja učenika i stečenog obrazovnog iskustva (23). Mnoge varijable su uključene u zadovoljstvo studenata, kao što su strategije poučavanja, obrazovno iskustvo ili opće varijable kao što su usluge fakulteta ili društveni imidž fakulteta u odnosu na stipendije ili istraživačke projekte (24,25).

Zadovoljstvo studenata složen je koncept ali čak i uz njegovu važnost, ne postoje studije koje prikupljaju i sistematiziraju rezultate studija o zadovoljstvu studenata sestrinstva. Bryant (2006.) i Özgüngör (2010.) tvrde da zadovoljni studenti ulažu više napora od nezadovoljnih zato što se više angažiraju u svom obrazovanju tako što pohađaju nastavu, više se uključuju u svoj obrazovni program i vjerojatnije je da će nastaviti studij (26,27). Stoga je važno imati podatke o zadovoljstvu studenata u akademskom okruženju ne samo za procjenu učinkovitosti

obrazovnih procesa (27–29), već i za prepoznavanje studenata koji su manje zadovoljni i i pružane podrške u postizanju njihovih akademske ciljeve.

Studenti su korisnici obrazovnih usluga i subjekti koji percipiraju kvalitetu usluga sveučilišne nastave (30). Samo fokusiranjem na studente i obraćanjem pažnje na njihovo zadovoljstvo, sveučilišta mogu pospješiti razvoj sveučilišta iz pasivnog u aktivno. Sjedinjene Države bile su prva zemlja koja je preuzela vodstvo u proučavanju zadovoljstva studenata. U usporedbi sa stranim zemljama, istraživanja domaćih znanstvenika o zadovoljstvu razrednom nastavom relativno su rijetka.

Istraživanje provedeno na Medicinskom sveučilištu Hubei, odabranom za provođenje upitnika na temelju Kano modela korištenjem prikladnog uzorkovanja, u kojem je sudjelovalo 10,95% muškaraca i 89,05% žena, imalo je za cilj istražiti zadovoljstvo kvalitetom poučavanja u učionici preddiplomskog studija sestrinstva (31). Rezultati ove studije ukazuju na potrebu da se promijeni koncept poučavanja iz „usmjerenog na predavača“ u „usmjeren na studenta“ i stavi studente u središte poučavanja u učionici (32,33). U raspravi također preporučuju da se studente tretira kao jedinstvene pojedince, sa svojim vrijednostima, idejama, uvjerenjima i svjetonazorima (34). Pristup učenju usmjerenom na studente potiče studente da preuzmu veću odgovornost za svoje učenje. U procesu obrazovanja i poučavanja predavači trebaju obratiti pozornost na temeljne potrebe studenata i u većoj mjeri odgovarati promjenjivim zahtjevima studenata. Istovremeno, edukatori sestrinstva moraju stalno prilagođavati i evaluirati svoje metode poučavanja kako bi osigurali da svaka metoda poučavanja koja se koristi u sestrinstvu promiče višu razinu učenja, vještine kritičkog mišljenja i praktičnu primjenu znanja (35), kako bi se kontinuirano poboljšavala kvaliteta preddiplomskog obrazovanja. Neke su studije također pokazale da strategije podučavanja usmjerene na studente mogu poboljšati kompetencije vještina sigurnosti pacijenata u kliničkom okruženju (36).

Istraživanje provedeno na fakultetu za medicinske sestre u Turskoj kako bi se utvrdilo zadovoljstvo i očekivanja studenata, došlo je do sljedećih rezultata: bez primijenjene metode uzorkovanja, u istraživanje je uključeno ukupno 694 studenta koji su pohađali fakultet za medicinske sestre tijekom 1999., 2000. i 2001. godine. Rezultati su pokazali da se zadovoljstvo studenata povećalo u 2001. godini. Prosječna ocjena zadovoljstva bila je visoka u prvoj godini ($x = 126$), ali se smanjila u drugoj godini ($x = 98$). Treća godina bila je kada je rezultat dosegao najvišu razinu ($x = 128$), a četvrta godina bila je kada se smanjio na najnižu razinu ($x = 95$). Studenti uključeni u ovo istraživanje čvrsto vjeruju da postoji prostor za poboljšanje postojećeg obrazovnog sustava, rekreacijskih aktivnosti i drugih usluga koje pruža njihov fakultet. Većina

studentata smatra da fakultet za medicinske sestre koji su pohađali nije ispunio njihova očekivanja (37).

Iako postoji konsenzus o važnosti zadovoljstva studentata njihovim akademskim studijem kao jednom od strana akademskog uspjeha, malo se zna o determinantama ove značajne varijable ishoda. Prošla istraživanja rijetko su istraživala prediktivnu moć višestrukih prediktora istovremeno.

- SAMOPERCEPCIJA I SAMOPOŠTOVANJE

Samopoštovanje se može definirati kao negativna ili pozitivna uvjerenja o sebi, a predstavlja važan osobni resurs za borbu protiv stresa i očuvanje zdravlja (38). Osobe s visokim samopoštovanjem ocjenjuju sebe pozitivno i ponosni su na svoja postignuća, dok osobe s niskim samopoštovanjem imaju osjećaj bezvrijednosti i manjka samopouzdanja (39).

Prema sustavnom pregledu (40), odgovornosti novodiplomiranih medicinskih sestara veće su od onoga s čime se može nositi njihova stvarna razina kompetencije. Osim toga, od njih se očekuje da preuzmu iste odgovornosti i dužnosti kao i iskusne medicinske sestre (41). To može uzrokovati povećanu razinu stresa, što su mnoge studije pokazale kao faktor koji rezultira smanjenim samopoštovanjem. Međutim, postoji nedostatak znanja u sestrinskim istraživanjima o ovom pitanju.

Samopoštovanje među studentima sestrinstva važno je za pružanje visokokvalitetnih usluga klijentima, no svaka studija u ovom području opisala je samo dio postojećeg relevantnog znanja. Dobro je poznato da obrazovanje/obuka medicinskih sestara može biti stresno iskustvo i da je samopoštovanje važan prediktor stresa. Iako postoji značajan broj studija koje pokazuju razine stresa među studentima i njegove doprinose, malo je dokaza o tome kako se te razine mijenjaju tijekom vremena. Cilj studije provedene u rujnu 2002. godine bio je istražiti iskustva studentata sestrinstva sa stresom i razine samopoštovanja tijekom tri godine njihovog preddiplomskog programa sestrinstva. Ova je studija pokazala da se razine stresa koje su ispitanici sami prijavili i samopoštovanja značajno razlikuju u različitim fazama procesa obuke medicinskih sestara. Stres koji su sami prijavili bio je najveći na početku treće godine i bio je značajno veći u usporedbi sa stresom prijavljenim u bilo kojoj drugoj vremenskoj točki. Razina samopoštovanja bila je najniža na kraju studiranja. Pokušaj pribavljanja podataka samo u jednoj vremenskoj točki tijekom obrazovanja medicinskih sestara je neadekvatan jer je ovo istraživanje pokazalo da doista postoje varijacije u psihološkom blagostanju studentata tijekom akademske godine (42).

- ZDRAVLJE, PSIHIČKO I FIZIČKO

Medicinske sestre predane su ispunjavanju raznolikih i često složenih potreba ljudi s kompetencijom i suosjećanjem. Iako sestrinstvo mnoge medicinske sestre smatraju pozivom, to je zahtjevna profesija. Tijekom svog rada medicinske sestre susreću se s fizičkim, mentalnim, emocionalnim i etičkim izazovima. Ovisno o ulozi i postavci rada medicinske sestre, to može uključivati izlaganje riziku od infekcije i fizičkog ili verbalnog napada, ispunjavanje fizičkih zahtjeva, upravljanje i podržavanje potreba više pacijenata sa složenim potrebama, vođenje emotivnih razgovora s pacijentima i obiteljima i suočavanje s izazovnim društvenim i etičkim pitanjima. Medicinske sestre, osobito one koje rade u zajednicama i javnozdravstvenim ustanovama, također se mogu suočiti sa stresom suočavanja s zdravstvenim nejednakostima, poput neadekvatnog smještaja i nedostatka hrane kod njihovih korisnika. Na zdravlje i dobrobit medicinskih sestara utječu ovi stresovi i zahtjevi njihovog posla, a zauzvrat, njihova dobrobit utječe na njihov rad, uključujući povećanje rizika od medicinskih pogrešaka i ugrožavanje sigurnosti i njege pacijenata (43).

S pojavom COVID-19, svakodnevni zahtjevi sestrinstva došli su u fokus javnosti, ali su i ubrzo zaboravljeni. Medicinske sestre su navikle ostaviti po strani vlastite potrebe i strahove kako bi se brinule za ljude i preuzele terete i stresove obitelji i zajednica. Međutim, ako medicinske sestre ne budu podržane u održavanju svoje fizičke, emocionalne i mentalne dobrobiti i integriteta, njihova sposobnost da služe i podržavaju pacijente, obitelji i zajednice bit će ugrožena (44).

Međusektorska online anketa provedena je na studentima sestrinstva na strukovnom koledžu od 12. do 23. travnja 2020. Za procjenu su korišteni Revidirana skala utjecaja događaja, skala depresije, anksioznosti i stresa od 21 stavke i Pittsburgh indeks kvalitete sna. Provedena je multivarijabilna logistička regresijska analiza kako bi se odredili potencijalni čimbenici rizika za psihološke simptome. Ukupno 1780 studenata sestrinstva zamoljeno je da sudjeluju u ovoj online anketi, s 1532 potpuna odgovora. Ukupno, 682 (44,5%) studenata prijavilo je PTSP, 358 (22,8%) studenata prijavilo je nesanicu, a nekoliko studenata prijavilo je depresiju ($n = 45$, 2,9%), anksioznost ($n = 44$, 2,9%) i stres ($n = 17$, 1,1%). U usporedbi s mlađim, ženskim i ruralnim studentima, stariji, muški i urbani studenti imali su više stope PTSP-a, depresije, anksioznosti i stresa. Multivarijabilna analiza pokazala je da studenti viših studija sestrinstva imaju veći rizik od PTSP-a, depresije i anksioznosti. Ukratko, znatan broj studenata sestrinstva izvijestio je o mentalnim simptomima PTSP-a i nesаницe, iako je malo njih prijavilo mentalne simptome depresije, anksioznosti i stresa (45).

Prosječno i analitičko istraživanje, provedeno od ožujka do travnja 2018. na Visokoj školi za medicinske sestre UFRGS-a u kojem je sudjelovalo 242 studenta, koristilo je upitnik kvalitete života, Beckovog popisa depresije i upitnik samoprocjene. Prosječna dob bila je $22,9 \pm 5,1$ godina. Utvrđeno je da je 25% studenata imalo teške simptome depresije, a 54% manje psihijatrijske poremećaje, s većom prevalencijom u prvom polugodištu. Uočen je obrnuti odnos između učestalosti simptoma depresije i rezultata kvalitete života ($p = 0,05$) (46).

- PROVOĐENJE SLOBODNOG VREMENA

Studije otkrivaju da je slobodno vrijeme korisno za poboljšanje zadovoljstva životom (47,48) i mentalnog zdravlja (49–51). S druge strane, manjak zanimanja namijenjenih slobodnom vremenu može rezultirati narušavanjem kvalitete života i negativno utjecati na dobrobit učenika, kao okidač negativnih osjećaja [15] [16].

Primjenom upitnika analizirani su podaci 460 studenata koji su pohađali različite multidisciplinarnе module zdravstvene njege na *School of Health Care, Oxford Brookes University* u prvom semestru akademske godine 2000./2001. Studija nije otkrila razlike u uspješnosti ili razinama zadovoljstva prema spolu, ali su studenti s invaliditetom pokazali manje zadovoljstva iako razlike nisu bile značajne (52).

Od fizičkih ili psihičkih stanja ili teškoća su u analiziranom uzorku najzastupljenija oštećenja vida (21,4%), a sa znatno manjim učešćem slijede ostala zdravstvena stanja koja mogu utjecati na tijek studija (6,4%), kronične bolesti (5,5%), psihičke bolesti i poremećaji (3,7%), teškoće u učenju (2,3%), oštećenje sluha (2%), motorički poremećaji (tjelesni invaliditet) (0,7%) te višestruka oštećenja (0,1%) (18). Najveći broj studenata živi u obiteljskom domu (41,3%), a otprilike jedna trećina studenata živi u iznajmljenom stanu ili sobi. Više od polovice studenata (51,4%) navodi kako im je dosadašnji prosječni uspjeh u studiranju vrlo dobar.

- ZADOVOLJSTVO ŽIVOTM

Deskriptivno-eksplorativna studija s kvalitativnim pristupom, provedena na uzorku od 65 studenata sestinstva u Sao Paulu 2007. godine, najbolje je prikazala koliko je sam koncept kvalitete života teško definirati (53). Ispitanici su različitim izjavama opisivali što za njih predstavlja pojam kvalitete života. Sljedeće izjave pokazuju povezanost između kvalitete života i zadovoljenja osnovnih ljudskih potreba (53):

„(...) imati zdravlje, stanovanje, obitelj, pristup kvalitetnim prijevoznim sredstvima, pristup obrazovanju, zapošljavanju, pristup slobodnim i kulturnim aktivnostima, kvalitetnu hranu, san u vremenu potrebnom za adekvatan odmor“. (Student 1)

„(...) organizirajte dan, odvojite dovoljno vremena za obitelj, učenje, posao, hranu, tjelesne aktivnosti i društvene odnose (...)“ (Student 2)

Zadovoljenje individualnih očekivanja, kao i zbroj povoljnih i nepovoljnih čimbenika u procesu življenja, također se nazivalo kvalitetom života (53):

“(...) biti u stanju raditi na svojim životnim perspektivama kako biste se osjećali zadovoljni i ostvarili svoja očekivanja, a na onima koji nisu ispunjeni morate raditi interno kako ne bi proizveli frustraciju i demotivaciju“. (Student 3)

„(...) prolazi kroz odrednice koje mogu biti jačajuće i iscrpljujuće i koje teku u načinu življenja, kvaliteta može biti prosjek u odnosu između tih jačajućih i iscrpljujućih potencijala“. (Student 4)

Neki su ispitanici definirali kvalitetu života povezujući je s čimbenicima koji stvaraju zadovoljstvo i dobrobit (53):

“Obavljajte poslove koji vam pružaju užitek, zadovoljstvo i želju za njihovim obavljanjem, bez stresa...” (Student 5)

Studenti su istaknuli nekoliko čimbenika koji pogoduju kvaliteti života tijekom studija. Izjave u nastavku ističu neke čimbenike koji pogoduju kvaliteti života i njihov utjecaj na zdravlje (53):

„Interakcija s ljudima i stvorena prijateljstva, izgradnja znanja i širenje pogleda na svijet, dobrobiti studenta na ovom sveučilištu (pristup knjižnici s fondom knjiga)“. (Student 6)

„(...) poboljšavaju moje samopouzdanje, moju prehranu, mijenjaju moje raspoloženje na pozitivan način, što povećava moju otpornost na oportunističke bolesti...” (Student 7)

Donje tvrdnje istaknule su neke čimbenike koji ugrožavaju kvalitetu života, kao i utjecaj tih čimbenika na zdravlje studenata (53):

"Needukativna nastava, zahtjevan pripravnički staž, visoki zahtjevi prema nastavnicima, nedostatak etike prema studentima, nefleksibilni nastavnici, kratki rokovi za predaju radova, preopterećenost općenito."
(Student 8)

"(...) uzrokuju mi stres, iritaciju i nelagodu, izazivajući probleme kao što su migrene, gastritis i kožne bolesti". (Student 9)

Rezultati su pokazali da studenti imaju različite percepcije o kvaliteti života te da postoje čimbenici koji pogoduju i kompromitiraju kvalitetu života tijekom formativnih godina. Ovi čimbenici oblikuju profil zdravlja i bolesti ove populacije, koji je određen ili prevalencijom pozitivnih čimbenika, koji promiču kvalitetu života i zdravlja, ili negativnih čimbenika, koji je degradiraju. Čimbenici koji ugrožavaju kvalitetu života istaknuti su u iskazima studenata, koji posebno ističu stres kao posljedicu ove izloženosti (53).

6 ZAKLJUČAK

Nakon provedenog istraživanja, možemo donijeti sljedeće zaključke:

- U odnosu na istražene odrednice kvalitete života izvanrednih studenata sestrinstva, percipirana kvaliteta života je prosječna/osrednja
- studenti u dobnoj skupini 19-25 godina i studenti s radnim stažem <5 godina imaju višu percipiranu razinu kvalitete života u odnosu na ostale studente,
- uvjeti stanovanja ne utječu značajno na percipiranu kvalitetu života studenata.

Studenti su jedan od subjekata koji određuju kvalitetu obrazovanja. Stoga je važno da sveučilište bude svjesno svoje uloge ne samo u tehničkom nego i u sociokulturnom obrazovanju medicinskih sestara-tehničara i kako će se to odraziti na početak profesionalne karijere ovih studenata.

REFERENCE

1. Arronqui GV, Bóz Lacava RMDV, Magalhães SMF, Goldman RE. Percepción de graduandos de enfermería sobre su calidad de vida. *ACTA Paul Enferm.* 2011.;24(6):762–5.
2. The Whoqol Group. The development of the World Health Organization quality of life assessment instrument (the WHOQOL). U: Orley J, Kuyken W, urednici. *Quality of life assessment: international perspectives.* Heidelberg: Springer Verlag; 1994. str. 41–60.
3. Furegato ARF, Santos JLF, Cristina da Silva E. [Depression among students from two nursing undergraduate programs: self-assessment on health and associated factors]. *Rev Bras Enferm.* 2010.;63(4):509–16.
4. Ciobanu A. The Role of Student Services in the Improving of Student Experience in Higher Education. *Procedia - Soc Behav Sci.* listopad 2013.;92:169–73.
5. Komljenović I. UTJECAJ STUDIRANJA NA MENTALNO ZDRAVLJE I KVALITETU ŽIVOTA STUDENTA FAKULTETA ZDRAVSTVENIH STUDIJA U RIJECI [Internet]. Dabar. Sveučilište u Rijeci; 2018 [citirano 16. travanj 2023.]. Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:184:365811>
6. Grgurić F. KVALITETA ŽIVOTA STUDENTA SESTRINSTVA FZSRI-A [Internet]. Dabar. Sveučilište u Rijeci; 2019 [citirano 16. travanj 2023.]. Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:184:447012>
7. Teoli D, Bhardwaj A. Quality Of Life [Internet]. StatPearls. StatPearls Publishing; 2023 [citirano 05. rujan 2023.]. Dostupno na: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30537761>
8. Costa DSJ, Mercieca-Bebber R, Rutherford C, Tait M-A, King MT. How is quality of life defined and assessed in published research? *Qual Life Res.* 2021.;30(8):2109–21.
9. Karimi M, Brazier J. Health, Health-Related Quality of Life, and Quality of Life: What is the Difference? *Pharmacoeconomics.* 2016.;34(7):645–9.
10. Barofsky I. Can quality or quality-of-life be defined? *Qual Life Res.* 2012.;21(4):625–31.
11. Costa DSJ. Reflective, causal, and composite indicators of quality of life: A conceptual

- or an empirical distinction? *Qual Life Res.* 2015.;24(9):2057–65.
12. Salvi CPP, Mendes SS, Martino MMF De. Profile of nursing students: quality of life, sleep and eating habits. *Rev Bras Enferm.* 2020.;73(suppl 1):e20190365.
 13. de Sousa TF, Fonseca SA, José HPM, Nahas MV. Validade e reprodutibilidade do questionário Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Isaq-A). *Arq Ciências do Esporte.* 2013.;1(1):21–30.
 14. de Oliveira RA, Ciampone MHT. Qualidade de vida de estudantes de enfermagem: a construção de um processo e intervenções. *Rev Da Esc Enferm Da Usp.* 2008.;42:57–65.
 15. Eswi HYAS, Radi SM, Youssri H. Stress/ Stressors as Perceived by Baccalaureate Saudi Nursing Students. *Middle-East J Sci Res.* 2013.;14(2):193–202.
 16. Furegato ARF, Silva EC da, Campos MC de, Cassiano RP de T. Depressão e auto-estima entre acadêmicos de enfermagem. *Arch Clin Psychiatry (São Paulo).* 2006.;33(5):239–44.
 17. Garro IMB, Camillo S de O, Nóbrega M do PS de S. Depressão em graduandos de Enfermagem. *Acta Paul Enferm.* 2006.;19(2):162–7.
 18. Vukadin KI. Kvaliteta života studenata u Republici Hrvatskoj [Internet]. Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet; 2016. Dostupno na: https://drogeiovisnosti.gov.hr/UserDocsImages/dokumenti/Istraživanja/Ispitivanje_kvalitete_zivota_studenata_u_RH.pdf
 19. Kalenskaya N, Gafurov I, Novenkova A. Marketing of Educational Services: Research on Service Providers Satisfaction. *Procedia Econ Financ.* 2013.;5:368–76.
 20. Xiao J, Wilkins S. The effects of lecturer commitment on student perceptions of teaching quality and student satisfaction in Chinese higher education. *J High Educ Policy Manag.* 2015.;37(1):98–110.
 21. Witowski LL. The relationship between instructional delivery methods and student learning preferences: What contributes to student satisfaction in an online learning environment? Capella University; 2008.

22. Jamelske E. Measuring the impact of a university first-year experience program on student GPA and retention. *High Educ.* 2009.;57:373–91.
23. Gülcan Y, Kuştepe Y, Aldemir C. Student satisfaction in university education: A theoretical framework and empiric research. *Suleyman Demirel Univ J Fac Econ Adm.* 2002.;7(1).
24. Arambewela R, Hall J. An empirical model of international student satisfaction. *Asia Pacific J Mark Logist.* 2009.;21(4):555–69.
25. Levett-Jones T, McCoy M, Lapkin S, Noble D, Hoffman K, Dempsey J, i ostali. The development and psychometric testing of the Satisfaction with Simulation Experience Scale. *Nurse Educ Today.* 2011.;31(7):705–10.
26. Bryant JL. Assessing Expectations and Perceptions of the Campus Experience: The Noel-Levitz Student Satisfaction Inventory. *New Dir community Coll.* 2006.;134:25–35.
27. Özgüngör S. Identifying Dimensions of Students' Ratings That Best Predict Students' Self Efficacy, Course Value and Satisfaction. *Eurasian J Educ Res.* 2010.;(38).
28. Aman RR. Improving student satisfaction and retention with online instruction through systematic faculty peer review of courses. Oregon State University; 2009.
29. Billups FD. Measuring college student satisfaction: A multi-year study of the factors leading to persistence. *NERA Conf Proc.* 2008.;14.
30. Del Río-Rama M de la C, Álvarez-García J, Mun NK, Durán-Sánchez A. Influence of the quality perceived of service of a higher education center on the loyalty of students. *Front Psychol.* 2021.;12:671407.
31. Chen J-L, Zheng L-N. The satisfaction of the undergraduate nursing classroom teaching quality based on the Kano model in China. *SAGE Open Med.* 2023.;11:205031212311572.
32. Sun HY, Dong CQ. Construction of first-class nursing specialty based on the national standards of nursing teaching quality. *Chin J Nurs Edu.* 2021.;18(5):389–93.
33. Katawazai R. Implementing outcome-based education and student-centered learning in Afghan public universities: the current practices and challenges. *Heliyon.* 2021.;7(5).

34. Halverson KL. Sailing in the winds of change: navigating the future of nursing education. *J Nurs Educ.* 2021.;60(12):661–7.
35. Thrower EJB, Fay R, Cole L, Stone-Gale V, Mitchell A, Tenney E, i ostali. A systematic process for evaluating teaching methods in nursing education. *Nurse Educ.* 2020.;45(5):257–60.
36. Ross JG, Bruderle E. Effects of active, student-centered teaching strategies on nursing students' knowledge, skills, attitudes, and comfort related to patient safety. *Nurse Educ.* 2018.;43(1):2–3.
37. Baykal U, Sokmen S, Korkmaz S, Akgun E. Determining student satisfaction in a nursing college. *Nurse Educ Today.* 2005.;25(4):255–62.
38. Thoits PA. Stress and health: Major findings and policy implications. *J Health Soc Behav.* 2010.;51(1_suppl):S41–53.
39. Stechler G, Kaplan S. The development of the self: A psychoanalytic perspective. *Psychoanal Study Child.* 1980.;35(1):85–105.
40. Walker A, Costa BM, Foster AM, de Bruin RL. Transition and integration experiences of Australian graduate nurses: A qualitative systematic review. *Collegian.* 2017.;24(5):505–12.
41. World Health Organization. Roles and responsibilities of government chief nursing and midwifery officers: a capacity-building manual [Internet]. WHO. 2015 [citirano 01. rujana 2023.]. str. 1–36. Dostupno na: http://www.who.int/hrh/nursing_midwifery/15178_gcnmo.pdf
42. Edwards D, Burnard P, Bennett K, Hebden U. A longitudinal study of stress and self-esteem in student nurses. *Nurse Educ Today.* siječanj 2010.;30(1):78–84.
43. Melnyk BM, Orsolini L, Tan A, Arslanian-Engoren C, Melkus GDE, Dunbar-Jacob J, i ostali. A National Study Links Nurses' Physical and Mental Health to Medical Errors and Perceived Worksite Wellness. *J Occup Environ Med.* 2018.;60(2):126–31.
44. McClelland LE, Gabriel AS, Depuccio MJ. Compassion Practices, Nurse Well-Being, and Ambulatory Patient Experience Ratings. *Med Care.* 2018.;56(1):4–10.
45. Gao J, Wang F, Guo S, Hu F. Mental Health of Nursing Students amid Coronavirus

- Disease 2019 Pandemic. *Front Psychol.* 2021.;12:699558.
46. Pinheiro JMG, Macedo ABT, Antonioli L, Dornelles TM, Tavares JP, Souza SBC de. Quality of life, depressive and minor psychiatric symptoms in nursing students. *Rev Bras Enferm.* 2020.;73(suppl 1):e20190134.
 47. Agyar E. Life Satisfaction, Perceived Freedom in Leisure and Self-esteem: The Case of Physical Education and Sport Students. *Procedia - Soc Behav Sci.* 2013.;93:2186–93.
 48. Tercan E. An Examination of Leisure Participation, Family Assessment and Life Satisfaction in University Students. *Procedia - Soc Behav Sci.* svibanj 2015.;186:58–63.
 49. Al-Eisa E, Buragadda S, Melam GR. Association between physical activity and psychological status among Saudi female students. *BMC Psychiatry.* 2014.;14(1):1–5.
 50. Gerber M, Brand S, Herrmann C, Colledge F, Holsboer-Trachsler E, Pühse U. Increased objectively assessed vigorous-intensity exercise is associated with reduced stress, increased mental health and good objective and subjective sleep in young adults. *Physiol Behav.* 2014.;135:17–24.
 51. Hirsch CD, Barlem ELD, Tomaschewski-Barlem JG, Lunardi VL, De Oliveira ACC. Predictors of stress and coping strategies adopted by nursing students. *ACTA Paul Enferm.* 2015.;28(3):224–9.
 52. El Ansari W. Student nurse satisfaction levels with their courses: Part I - Effects of demographic variables. *Nurse Educ Today.* 2002.;22(2):159–70.
 53. Oliveira BM de, Mininel VA, Felli VEA. Qualidade de vida de graduandos de enfermagem. *Rev Bras Enferm.* veljača 2011.;64(1):130–5.

PRILOZI

Prilog A: Informativno pismo

Poštovani,

molim Vas za suradnju u istraživanju čiji je predmet kvaliteta života izvanrednih studenata Sestrinstva, u sklopu izrade završnog rada na Preddiplomskom stručnom studiju Sestrinstva, Fakulteta zdravstvenih studija u Rijeci.

Cilj istraživanja je utvrđivanje zadovoljstva studenata studijem i studiranjem, životnog stila i zdravstvenih rizika, te utjecaj navedenih čimbenika na kvalitetu života. Molim Vas da svojim sudjelovanjem doprinesete dobivanju uvida u kvalitetu života izvanrednih studenata Sestrinstva i iskreno odgovorite na postavljena pitanja. Sudjelovanje u istraživanju je anonimno što znači da će se podaci koristiti samo u skupnom obliku za statističke obrade i neće se analizirati na razini pojedinačnih odgovora. Popunjavanjem ankete dajete Vaš pristanak na sudjelovanje i da se podatci koriste isključivo u navedene istraživačke svrhe. Za popunjavanje ankete je potrebno 10 do 15 minuta.

Za sve dodatne informacije možete me kontaktirati putem e-mail adrese: sstibel@student.uniri.hr

Unaprijed zahvaljujem na sudjelovanju,

Samantha Štibel

Prilog B: Upitnik: Kvaliteta života izvanrednih studenata Sestrinstva

➤ **OPĆI PODACI**

1) Kojoj dobnoj skupini pripadate? *

- 19-25
- 26-30
- 31-35
- 36-40
- 41-45
- 46-50
- 51-55
- 55-60
- >60

2) Kojeg ste spola? *

- Ženski
- Muški
- Ne želim se izjasniti

3) Koliko godina radnog staža imate u struci? *

- < 5 g.
- 5-10 g.
- 11-20 g.
- 21-30 g.
- > 30 g.
- ostalo

4) Stanujete u...? *

- obiteljskom domu
- studentskom domu
- iznajmljenom stanu/sobi
- vlastitom stanu
- ostalo

5) Koja Vam je ovo, ukupno gledano, godina studiranja? *

- I.
- II.
- III.

6) Koji je Vaš dosadašnji prosječni uspjeh u studiranju?

- Dovoljan
- Dobar
- Vrlo dobar
- Odličan

➤ **ZADOVOLJSTVO STUDIJEM I STUDIRANJEM**

12) Slijedi niz tvrdnji o studiju i studiranju. Molimo Vas da označite stupanj svog slaganja sa svakom navedenom tvrdnjom. Molim izaberite odgovarajući odgovor za svaku stavku. *

| Tvrdnja | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---------|---|---|---|---|---|
|---------|---|---|---|---|---|

| | nimalo se ne slažem | uglavnom se ne slažem | nit se slažem, nit se ne slažem | uglavnom se slažem | u potpunosti se slažem |
|--|------------------------|-----------------------------|--|-----------------------|------------------------------|
| 1. Da sutra upisujem studij, opet bih upisao ovaj. | | | | | |
| 2. Ovaj studij je za sada zadovoljio moja očekivanja | | | | | |
| 3. Većina predmeta je dobro koncipirana. | | | | | |
| 4. Studentske grupe su odgovarajuće veličine | | | | | |
| 5. U većini predmeta broj ECTS bodova odgovara opterećenju studenata | | | | | |
| 6. Zadovoljan sam ponudom izbornih predmeta. | | | | | |
| 7. Raspored predavanja je dobar. | | | | | |
| 8. U studentskoj referadi uvijek dobijem potrebne informacije. | | | | | |
| 9. Nastavnici znaju zainteresirati studente za svoj predmet. | | | | | |
| 10. Nastavnici jasno izlažu sadržaj svojih predmeta. | | | | | |
| 11. Nastavnici jasno definiraju ciljeve nastave i ono što se očekuje od studenata. | | | | | |
| 12. Nastavnici se prema studentima odnose korektno i s poštovanjem. | | | | | |
| 13. Nastavnici su dostupni i susretljivi za konzultacije sa studentima. | | | | | |
| 14. Nastavnici redovito održavaju nastavu. | | | | | |
| 15. Nastavnici korektno ocjenjuju studente. | | | | | |
| 16. Redovito pohađam nastavu. | | | | | |
| 17. Rado sudjelujem u nastavnim aktivnostima (diskusije, vježbe). | | | | | |
| 18. Redovito učim. | | | | | |
| 19. Na vrijeme izvršavam svoje studentske obveze. | | | | | |
| 20. Imam problema u organiziranju vlastitog vremena* | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| 21. Imam tremu kod izlaganja pred profesorima i studentima* | | | | | |
| 22. Imam tremu na ispitima.* | | | | | |
| 23. Imam dobru strategiju učenja. | | | | | |
| 24. Generalno gledano, moje ocjene odgovaraju količini uloženog truda. | | | | | |
| 25. Imam poteškoća u koncentriranju na učenje.* | | | | | |
| 26. Zadovoljan/na sam vlastitim uspjehom u studiranju. | | | | | |
| 27. Zadovoljan/na sam znanjem usvojenim na studiju. | | | | | |
| 28. Zadovoljan/na sam vještinama usvojenima na studiju. | | | | | |
| 29. Imam nekoliko dobrih prijatelja na studiju. | | | | | |
| 30. Družim se s kolegama sa studija i u slobodno vrijeme. | | | | | |
| 31. Na mojoj godini (studijskoj grupi) vladaju korektni odnosi među studentima. | | | | | |
| 32. Kolegama s godine se mogu obratiti za pomoć. | | | | | |
| 33. Na mom fakultetu postoji osoba (služba) za pomoć i podršku studentima s problemima. | | | | | |
| 34. Uključen sam u različite studentske aktivnosti. | | | | | |
| 35. Sa ovim studijem mogu lako naći posao u Hrvatskoj. | | | | | |
| 36. Nakon što završim studij, želio/la bih svakako ostati u Hrvatskoj. | | | | | |
| 37. Optimističan/na sam u odnosu na svoju budućnost. | | | | | |

Čestice označene * boduju se obrnuto

➤ **SAMOPERCEPCIJA**

13) Slijede tvrdnje o tome kako doživljavate sami sebe. Molimo Vas da označite stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom.

Molim izaberite odgovarajući odgovor za svaku stavku.

| Tvrdnja | 1 nimalo se ne slažem | 2 uglavnom se ne slažem | 3 niti se slažem, | 4 uglavnom se slažem | 5 u potpunosti se slažem |
|---------|-----------------------------|----------------------------------|-------------------------|----------------------------|-----------------------------------|
|---------|-----------------------------|----------------------------------|-------------------------|----------------------------|-----------------------------------|

| | | | | | |
|-----|--|--|------------------------------|--|--|
| | | | niti se ne slažem | | |
| 1. | Općenito govoreći, zadovoljan/na sam sobom. | | | | |
| 2. | Želio/la bih da imam više poštovanja prema samom/oj sebi.* | | | | |
| 3. | Osjećam da nemam puno toga čime se mogao/la ponositi.* | | | | |
| 4. | Ponekad se osjećam potpuno beskorisnim/om.* | | | | |
| 5. | Sposoban/na sam raditi i izvršavati zadatke podjednako uspješno kao i drugi ljudi. | | | | |
| 6. | S vremena na vrijeme osjećam da ništa ne vrijedim.* | | | | |
| 7. | Osjećam da sam isto toliko sposoban/na kao i većina ljudi. | | | | |
| 8. | Osjećam da posjedujem niz vrijednih osobina. | | | | |
| 9. | Sve više dolazim do spoznaje da jako malo vrijedim.* | | | | |
| 10. | Mislim da vrijedim, barem koliko i drugi ljudi. | | | | |

Čestice označene * boduju se obrnuto

➤ **ZDRAVLJE**

14) Slijede tvrdnje koje se odnose na zdravlje. Molimo Vas da označite stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom.

Molim izaberite odgovarajući odgovor za svaku stavku

| Tvrdnja | 1 nimalo se ne slažem | 2 se ne slažem | 3 niti se slažem, niti se ne slažem | 4 uglavnom se slažem | 5 u potpunosti se slažem |
|---|--------------------------------------|-------------------------------|--|-------------------------------------|---|
| 1. Redovito vježbam. | | | | | |
| 2. Imam dobar apetit. | | | | | |
| 3. Dobro spavam. | | | | | |
| 4. U posljednje vrijeme sam odličnog zdravlja. | | | | | |
| 5. U dobroj sam fizičkoj kondiciji. | | | | | |
| 6. Zadovoljan/na sam svojim zdravljem. | | | | | |
| 7. Čini mi se da se razbolim češće nego drugi ljudi.* | | | | | |
| 8. Zdraviji/ja sam od drugih ljudi svoje dobi. | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| 9. U posljednje vrijeme sam izgubio/la ili dobio/la dosta kila.* | | | | | |
| 10. U posljednje vrijeme ne mogu baš dobro kontrolirati svoje osjećaje.* | | | | | |
| 11. U posljednje vrijeme se često osjećam potišteno i bezvoljno.* | | | | | |
| 12. U posljednje vrijeme se osjećam pun/a energije. | | | | | |
| 13. U posljednje vrijeme se lako razljutim.* | | | | | |
| 14. U posljednje vrijeme se pretežno osjećam umorno.* | | | | | |
| 15. U posljednje vrijeme se osjećam napeto ili nervozno.* | | | | | |
| 16. U posljednje vrijeme sam često tužan/na.* | | | | | |
| 17. U posljednje vrijeme se često osjećam iscrpljeno.* | | | | | |
| 18. U posljednje vrijeme razmišljam o tome da potražim psihološku pomoć.* | | | | | |

Čestice označene * boduju se obrnuto

15) Idete li na sistematske preglede?

- Nikada
- samo kada imam neki problem
- idem svakih par godina
- idem jednom godišnje
- idem po nalogu poslodavca

16) Imate li neka od navedenih fizičkih ili psihičkih stanja ili teškoća?

Molim izaberite sve opcije koje vam odgovaraju.

- oštećenja vida (slabovidnost ili sljepoća)
- oštećenje sluha (naglušost, gluhoća)
- motorički poremećaji (tjelesni invaliditet)
- višestruka oštećenja
- psihičke bolesti i poremećaji
- kronične bolesti
- teškoće u učenju (disleksija, disgrafija, ADHD)
- ostala zdravstvena stanja ili teškoće koje mogu utjecati na tijek studija
- ništa od navedenog

➤ **SLOBODNO VRIJEME**

17) Koliko često provodite svoje slobodno vrijeme u/na nabrojanim mjestima/ situacijama? Molim izaberite odgovarajući odgovor za svaku stavku.

| | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|
| Tvrdnja | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---------|---|---|---|---|---|

| | nikada | nekoliko puta godišnje | nekoliko puta mjesečno | nekoliko puta tjedno | svakodnevno |
|------------------------------|--------|------------------------|------------------------|----------------------|-------------|
| 1. u svojoj sobi* | | | | | |
| 2. u kafićima, klubovima* | | | | | |
| 3. na fakultetu* | | | | | |
| 4. na koncertima, partijima* | | | | | |
| 5. u prirodi | | | | | |
| 6. u knjižnici, čitaonici | | | | | |
| 7. u kinu | | | | | |
| 8. u kazalištu | | | | | |
| 9. u sportskim objektima | | | | | |

Čestice označene * boduju se obrnuto

18) Kako provodite svoje slobodno vrijeme?

Molim izaberite odgovarajući odgovor za svaku stavku

| Tvrdnja | 1 nikada | 2 nekoliko puta godišnje | 3 nekoliko puta mjesečno | 4 nekoliko puta tjedno | 5 svakodnevno |
|------------------------------|----------|--------------------------|--------------------------|------------------------|---------------|
| 1. u druženju s prijateljima | | | | | |
| 2. u druženju s partnerom | | | | | |
| 3. za računalom* | | | | | |
| 4. gledam TV / video* | | | | | |
| 5. slušam glazbu | | | | | |
| 6. čitam knjige | | | | | |
| 7. čitam časopise* | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| 8. pratim vijesti* | | | | | |
| 9. volontiram | | | | | |
| 10. bavim se nekom umjetnošću (muzička, likovna, dramska ...) | | | | | |
| 11. bavim se politikom (u okviru neke političke stranke) | | | | | |
| 12. bavim se sportom | | | | | |
| 13. angažiran/a sam u nekoj nevladinoj udruzi | | | | | |
| 14. aktivan/na sam u svojoj vjerskoj zajednici | | | | | |

➤ **ZADOVOLJSTVO ŽIVOTOM**

19) Slijedeće tvrdnje se odnose na Vaše ukupno zadovoljstvo životom. Molimo Vas da označite stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom.

Molim izaberite odgovarajući odgovor za svaku stavku.

| Tvrdnja | 1 uopće se ne slažem | 2 ne slažem se | 3 donekle se ne slažem | 4 niti se slažem, niti se ne slažem | 5 donekle se slažem | 6 slažem se | 7 u potpunosti se slažem |
|---|-------------------------------|-------------------------|---------------------------------|--|------------------------------|-------------------|-----------------------------------|
| 1. Na više načina moj život je blizu mojih ideala | | | | | | | |
| 2. Uvjeti mog života su izvrsni. | | | | | | | |
| 3. Zadovoljan/na sam svojim životom | | | | | | | |
| 4. Do sada sam postigao/la važne stvari koje želim u životu. | | | | | | | |
| 5. Kada bih mogao/la živjeti svoj život ponovo, skoro ništa ne bih mijenjao/la. | | | | | | | |

Zahvaljujem na sudjelovanju!

Prilog C: Popis ilustracija

Popis slika:

| | |
|---|----|
| Slika 1. Grafički prikaz udjela ispitanika prema spolu | 9 |
| Slika 2. Grafički prikaz zastupljenosti ispitanika prema dobnim skupinama | 9 |
| Slika 3. Grafički prikaz broja ispitanika prema godinama radnoga staža..... | 10 |
| Slika 4. Grafički prikaz udjela ispitanika prema uvjetima stanovanja..... | 10 |
| Slika 5. Grafički prikaz udjela ispitanika prema godini studiranja..... | 11 |
| Slika 6. Grafički prikaz udjela ispitanika prema prosječnoj ocjeni tijekom studiranja | 11 |

Popis tablica:

| | |
|---|----|
| Tablica 1. Ispitanici prema zadovoljstvu studijem i studiranjem..... | 12 |
| Tablica 2. Ispitanici prema samopercepciji i samopoštovanju..... | 16 |
| Tablica 3. Ispitanici prema zdravlju, psihičkom i fizičkom..... | 17 |
| Tablica 4. Ispitanici prema provođenju slobodnog vremena na nabrojanim mjestima/situacijama..... | 18 |
| Tablica 5. Ispitanici prema načinu kvalitetnog provođenja slobodnog vremena..... | 19 |
| Tablica 6. Ispitanici prema zadovoljstvu životom | 20 |
| Tablica 7. T-test razlike elemenata kvalitete života u odnosu na nisku razinu..... | 22 |
| Tablica 8. T-test sastavnica kvalitete života prema dobi | 23 |
| Tablica 9. T-test sastavnica kvalitete života prema stažu | 24 |
| Tablica 10. T-test sastavnica kvalitete života prema mjestu življenja..... | 24 |

ŽIVOTOPIS

OSOBNNE INFORMACIJE:

Ime i prezime: Samantha Štibel

Spol: žensko

Datum i mjesto rođenja: 24.5.1994 Rijeka

Državljanstvo: Hrvatsko

OBRAZOVANJE:

- 2001- 2009 Osnovna škola Podmurvice
- 2009/2010-2013 Medicinska škola u Rijeci, smjer Medicinska sestra/tehničar
- 2019/2020 Fakultet zdravstvenih studija u Rijeci, smjer preddiplomski stručni studij sestrinstva -izvanredni

RADNO ISKUSTVO:

- od 2015. Operacijska sala KZO Lovran, instrumentarka

OSOBNNE VJEŠTINE:

- Znanje engleskog i talijanskog jezika
- Posjedovanje vozačke B kategorije
- Mentorstva u operacijskoj sali
- Vođenje tima operacijske sale

RAČUNALNE VJEŠTINE:

- MS office programi (Word, Outlook, Excel, PowerPoint)