

MERMER SEKTÖRÜNDE ÇALIŞAN İŞÇİLERDE STRES DÜZEYİ VE TÜKENMİŞLİĞİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER: BİR FABRİKA ÖRNEĞİ

STRESS LEVEL AND BURNOUT IN WORKERS IN THE MARBLE BUSINESS: EXAMPLE OF A FACTORY

Murat DEMİREZEN, Yiğit ŞENOL

Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi,
Halk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı

ÖZ

AMAÇ: İş stresi, kişinin görevini yerine getirme esnasında gerek kişinin kendine has olan yapısından gerekse çalışılan iş yerinden ya da yapılan işten kaynaklanan durumlara vermiş olduğu tepkidir. Çalışma hayatını olumsuz yönde etkileyen diğer bir unsur olan tükenmişlik sendromu hem bireysel hem de örgütsel açıdan olumsuz etkilere sahip bir durumdur. Bu çalışmanın amacı ve literatüre olan katkısı mermer sektöründe çalışan işçilerin stres düzeyi ve tükenmişlik durumunu etkileyen faktörleri belirlemektir.

GEREÇ VE YÖNTEM: Bu araştırma, mermer sektöründe çalışan işçilerde stresi ve tükenme durumunu değerlendirmek amacıyla bir mermer fabrikasında çalışan 140 kişiden 110 kişiye (%78.57) sosyodemografik anket formu, Öz Bildirim Stres Ölçeği, Tükenmişlik Ölçeği kullanılarak yapılmıştır.

BULGULAR: Çalışmaya katılan işçilerin yüksek ruhsal strese sahip olanların tükenmişlik seviyesinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($r=0.375$, $p=0.0001$).

SONUÇ: Ruhsal stresi yüksek olan işçilerin tespit edilip özellikle stres yönetimi konusunda eğitim ve motive edici destek verilmesinin yararlı olacağı sonucuna ulaşılmıştır.

ANAHTAR KELİMELEER: Tükenmişlik, stres, mermer

ABSTRACT

OBJECTIVE: Work stress is the reaction of the person to his / her own structure during the performance of his / her job and to the situations arising from the workplace or the work performed. Burnout syndrome, which is another factor that negatively affects working life, has negative effects both individually and organizationally. The aim of this study and its contribution to the literature is to determine the factors affecting the stress level and burnout status of the workers working in the marble sector.

MATERIAL AND METHODS: This study was carried out by using sociodemographic questionnaire form, Self-Report Stress Scale, Burnout Scale from 110 to 140 people (%78.57) working in a marble factory in order to evaluate the stress and burnout status of workers working in marble sector.

RESULTS: It was concluded that the burnout level of the workers who participated in the study was high ($r = 0.375$, $p = 0.0001$).

CONCLUSIONS: It was concluded that workers with high mental stress would be identified and it would be beneficial to provide training and motivating support especially in stress management.

KEYWORDS: Burnout, stress, marble

Geliş Tarihi / Received: 20.03.2019

Kabul Tarihi / Accepted: 01.10.2019

Yazışma Adresi / Correspondence: Dr.Öğr.Üyesi Murat DEMİREZEN

Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı

E-mail: mdemirezen1981@gmail.com

Orcid No:

GİRİŞ

Stres sözcüğü, Latince "estricia"dan gelmektedir (1). Kelime anlamı olarak gerginlik, sıkıntı, endişe, dert anlamlarını karşılayan stres, 18. yy'a kadar kişi üzerinde fizyolojik ve fizyopatolojik değişiklik yapan bir uyaran olarak görülmekteyken 1956'da stres konusuyla ilgilenen öncü bilim insanlarından olan Selye, stresi "vücuda yüklenilen herhangi bir özel olamayan isteme karşı, vücudun tepkisi" olarak tanımlamaktadır (2).

İş stresi ise kişinin görevini yerine getirme esnasında gerek kişinin kendine has olan yapısından gerekse çalışılan iş yerinden ya da yapılan işten kaynaklanan durumlara vermiş olduğu tepkidir. İş stresinin başlıca kaynakları; iş yükünün fazlalığı, zamanın sınırlı olması, çalışılan yer ile ilgili denetimlerin çok sıkı, fazla ve yakından olması, çalışana verilen yetkinin sorumluluklarını yerine getirmede yetersiz olması, sorumlulukların yarattığı endişe, insan ilişkileri, politik havanın güvensizliği, örgüt-birey arasında olan uyumsuzluk ve çalışma koşulları şeklinde olduğu belirtilmiştir (3).

Yoğun iş stresinin sonuçlarından biri olarak kabul edilen mesleki tükenmişlik üzerine yapılan araştırmalara bakıldığında da tükenmişliğin; iş gereği insanlarla sık sık yüz yüze gelmekte olan, insanlara hizmet veren, yardım eden meslek gruplarının çalışanlarında daha fazla gözlemlendiği görülmektedir. Doktorlar, hemşireler, polisler, yöneticiler, diş hekimleri, otel çalışanları, çocuk bakıcıları, banka çalışanları, psikologlar, trafik görevlileri, satış sorumluları, akademisyenler, okul müdürleri ve öğretmenler bu meslek gruplarından bazılarıdır (4).

İnsanlarla birebir ilişki içinde çalışmayı gerektiren meslekleri yürütenlerde sık görülen bir tür stres olan "tükenmişlik" kavramı ilk kez Freudenburg (1974) tarafından ortaya konmuş ve günümüzde kabul gören tanımı Maslach tarafından 1981'de yapılmıştır. Maslach tükenmişliği, kişinin profesyonel iş yaşamında ve diğer insanlarla olan ilişkilerinde olumsuzluklara yol açan özsaygı yitimi, kronik yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duygularının gelişimi ile birlikte seyreden fiziksel, duygusal ve entelektüel tükenmeyle karakterize bir sendrom olarak ta-

nımlamıştır (5). İşe bağlı gerginlik ve tükenme kişide depresyon, anksiyete, çaresizlik duyguları gibi ruhsal, baş ağrısı, kaslarda gerginlik, uykusuzluk gibi fizyolojik etkilere yol açmaktadır. Bunun yanı sıra işle ilgili gerginliğin işte verimi ve üretimi düşürme, iş doyumunu azaltma, işe gecikme, özür uydurarak hiç gelmeme ya da işi tamamen bırakma, sonuçta deneyimli personelin elde tutulamaması gibi kurumsal sonuçları da vardır (6). Bu çalışmanın amacı mermer sektöründe çalışan işçilerde stres düzeyi ve tükenmişliği etkileyen faktörleri belirlemektir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Kesitsel tipte olan bu araştırma mermer sektöründe bir fabrikada çalışan işçilerde stres düzeyi ve tükenmişliği etkileyen faktörleri değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Fabrikada çalışan 140 kişiden 110 (%78.57) kişiye ulaşılmıştır. Örneklem büyüklüğü fabrika çalışanlarının tamamı olup tamsayım amaçlanmıştır. Ancak araştırmaya katılmak istemeyen 30 kişi çalışmaya alınmamıştır.

Veriler, araştırmacılar tarafından sosyodemografik özellikleri içeren anket, Stres Ölçeği ve Tükenmişlik Ölçeği (TÖ) ile toplanmıştır. Kullanılan ankette sosyodemografik özellikleri değerlendirmeye yönelik 7 soru ile yaş, cinsiyet, medeni durum, uyku saati, düzenli spor yapma durumu, sigara kullanımı ve işçilerin çalışma yılı sorgulanmıştır. Tükenmişlik Ölçeği 21 sorudan oluşmaktadır. Pines ve Aronson tarafından geliştirilen ölçeğin Çapri (2006) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenlik çalışması yapılmıştır.

Cronbach Alfa değeri 0,93 olarak hesaplanmıştır. Değişkenler yedili Likert tipindedir. Her zaman:7, çoğunlukla:6 sık sık:5, bazen:4, nadiren:3, sadece bir defa:2, hiçbir zaman:1 şeklinde puanlanmıştır. Ölçek maddelerinin "1 Hiçbir zaman" ve "7 Her zaman" biçiminde puanlanması sonucu TÖ'den tek bir toplam puan elde edilmekte ve her bir kişinin tükenmişlik düzeyi aşağıdaki biçimde değerlendirilmektedir.

1. Ölçekten alınan "2 ve altındaki" puanlar herhangi bir tükenmişlik durumu olmadığı şeklinde değerlendirilmektedir.
2. Ölçekten alınan "3" puan tükenmişlik için bir tehlike sinyali olarak değerlendirilmektedir.

3. Ölçekten alınan "4" puan tükenmişlik durumuna işaret etmektedir.
4. Ölçekten alınan "5" puan bir kriz durumunda olma olarak değerlendirilmektedir.
5. Ölçekten alınan "5 ve üzerindeki" puanlar derhal yardım gerektiren bir durum olarak değerlendirilmektedir (7).

Öz Bildirim Stres Ölçeği 36 sorudan oluşturulmuştur. Tatar ve ark. (2018) tarafından geliştirilip Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Fizyolojik Tepki / Zorlanma Alt Boyutu ve Psikolojik / Bilişsel Süreçler Alt Boyutu içermektedir. İç tutarlılık katsayısı Fizyolojik Tepki / Zorlanma Alt Boyutu için 0,90, Psikolojik / Bilişsel Süreçler Alt Boyutu için 0,91 ve ölçeğin tamamı için 0,94'dür. Değişkenler beşli Likert tipindedir. Tamamen uygun:5, biraz uygun:4 karasız:3, uygun değil:2, hiç uygun değil:1 şeklinde puanlanmıştır (8).

ETİK KURUL

Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 11.02.2019 tarihli 2019/85 sayılı kararı ile etik izin alınmıştır.

İSTATİSTİKSEL ANALİZ

Verilerin analizinde SPSS 23 programı kullanılmıştır. Elde edilen veriler tanımlayıcı istatistikler (Aritmetik ortalama, ortanca, standart sapma, yüzde dağılımlar) ile değerlendirilmiştir. Gruplar arası ortalama karşılaştırırken öncelikle normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnov Testi ile değerlendirilmiştir. İki bağımsız grubun ortalamasını karşılaştırırken parametrik koşulların sağlandığı durumlarda Bağımsız Grup T Testi parametrik koşulların sağlanmadığı durumlarda Mann Withney U Testi kullanılmıştır. İki sürekli verinin korelasyonunu değerlendirirken parametrik koşullar sağlanıyorsa Pearson Testi parametrik koşullar sağlanmıyorsa Spearman Testi kullanılmıştır. Verilerin analizinde $p < 0,05$ düzeyi anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Araştırmaya katılan 110 katılımcının 4'ü kadın (%3.6), 106'sı (%96.4) erkektir. Araştırmaya katılan hastalar en az 19, en fazla 60 yaşında olup, Yaş ortalaması 39.17 ± 9.70 'dir.

Araştırmaya katılan 110 katılımcının 21'i bekar (%19.1), 89'u (%80.9) evlidir.

Cinsiyet, medeni durum, uyku saati, düzenli spor yapma durumu ve sigara kullanımı ile öz bildirim ruhsal stres ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır ($p > 0.05$).

Cinsiyet, medeni durum, uyku saati, düzenli spor yapma durumu ve sigara kullanımı ile tükenmişlik ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır ($p > 0.05$). Yaş ile öz bildirim ruhsal stres ölçeği puanları arasında korelasyon saptanmamıştır ($p > 0.05$). Ayrıca yaş ile tükenmişlik ölçeği puanları arasında da korelasyon saptanmamıştır ($p > 0.05$).

Çalışma yılı ile öz bildirim stres ölçeği puanları arasında korelasyon saptanmamıştır ($p > 0.05$). Ayrıca çalışma yılı ile tükenmişlik ölçeği puanları arasında da korelasyon saptanmamıştır ($p > 0.05$).

Araştırmaya katılan 110 katılımcının 52'sinde (%47.27) tükenmişlik ölçeği puanları 3 ve üzeri saptanmıştır. Öz bildirim ruhsal stres ile tükenmişlik seviyesi arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı korelasyon saptanmıştır ($r = 0.375$, $p = 0.0001$).

TARTIŞMA

Pu ve ark.'nın (2017) Çin'de 5558 katılımcı ile yaptığı çalışmada kadınlar ve erkekler için iş stresinin benzer olduğunu belirtilmiştir (9). Bizim çalışmamızda da benzer şekilde cinsiyet ile tükenmişlik durumu arasında ilişki olmadığı saptanmıştır. Cañadas-De la Fuente ve ark.'nın (2018) yaptığı bir meta-analizde medeni durum ile iş stresi arasında ilişki saptanmış ve boşanmış olanların tükenmişlik durumunun olduğu belirtmiştir (10).

Bizim çalışmamızda farklı olarak medeni durum ile tükenmişlik durumu arasında ilişki saptanmamıştır. Eskildsen ve ark.'nın (2017) yaptığı araştırmada bilişsel bozulmalardaki değişimin, algılanan stres ve daha az bir ölçüde zamanla uyku rahatsızlıklarının değişmesi ile kısmen açıklandığı görülmüştür (11). Bu çalışmada ise uykuda geçirilen vakit ile tükenmişlik durumunun etkilenmediği saptanmıştır.

Stults-Kolehmainen ve ark.'nın (2014) 168 çalışmayı değerlendirerek yaptığı bir meta-analizde fiziksel aktivite ve iş stresi arasındaki ilişkide, literatürün çoğunluğu stres deneyiminin fiziksel olarak aktif olma çabalarını engellediğini ortaya koymaktadır (12).

Bu çalışmada da düzenli spor yapma ile tükenmişlik durumu arasında ilişki saptanmamıştır. Boo ve ark. (2019) yaptıkları bir çalışmada sigara içenler sigaraları işlerinin duygusal yükünü hafifletmenin bir yolu olarak kullanabileceğini saptamışlardır (13). Bu çalışmada ise sigara içme durumu ile tükenmişlik durumu arasında ilişki saptanmamıştır.

Ezenwaji ve ark.'nın (2019) yaptıkları bir çalışmada bu araştırma ile benzer şekilde yaş ile tükenmişlik durumu arasında ilişki saptanmamıştır (14).

Kawada ve ark.'nın (2014) yaptıkları bir çalışmada bu araştırma ile benzer şekilde çalışma yılı ile tükenmişlik durumu arasında ilişki saptanmamıştır (15).

Li ve ark.'nın (2019) yaptıkları bir çalışmada bakır-nikel madencileri yüksek düzeyde mesleki strese sahiptir ve mesleki stres, yaşam kalitesini azaltabilecek bir risk faktörü olduğunu saptamışlardır (16). Bu çalışmada ise mermer sektörü fabrikasında çalışan işçilerin %36.3'ünde tükenmişlik durumu saptanmıştır. Bu sonuçlar mesleki stresin işçilerde yüksek oranda olduğunu düşündürmektedir.

Tatsuse ve ark.'nın (2019) 992 katılımcı ile yaptıkları bir çalışmada iş tatmini ve işle ilgili psikososyal stresin, 1 yıllık takipteki depresyon ve tükenmişlik ile anlamlı şekilde ilişkili olduğunu saptamışlardır. Ayrıca iş stresi bildirilenlerde depresyon gelişimi riski altında olduğunu saptamışlardır (17). Pines ve Keinan (2005) tarafından polisler üzerine yapılan çalışmada stres ve tükenmişlik arasında pozitif yönlü ilişki olduğu, bu ilişkin sadece meslekle bağlantılı olmayıp genel olarak tüm stresli durumlara genellenebileceği belirtilmiştir (18).

Travis ve ark. (2015) sosyal hizmet çalışanlarında yapmış olduğu çalışmada iş stresi ve tükenmişlik arasında ilişkinin bulunduğunu ve kronik iş stresinin tükenmişlik ile sonuçlandığını belirt-

mişlerdir (19). Benzer şekilde bu çalışmada da öz bildirim ruhsal stres ile tükenmişlik seviyesi arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı korelasyon saptanmıştır.

SONUÇ

Bu bulgular ruhsal stresin kişiyi iş stresine ve tükenmişlik durumuna sürüklediğini göstermektedir. İş yerindeki memnuniyet ve stres yönetimi tükenmişlik durumunda olmayı önler ve kişiyi korur. Bu nedenle işçilere stres yönetimi konusunda eğitim ve motive edici destek verilmesinin yararlı olacağı sonucuna ulaşılmıştır.

KISITLILIKLAR VE ÖNERİLER

Olasılıklı örnekleme yöntemi kullanılmaması sebebiyle çalışmamızın tüm mermer sektörü çalışanlarını kapsamamaktadır. Olasılıklı örnekleme yöntemi kullanılarak tüm mermer sektörü çalışanlarını kapsayan çalışma planlanabilir.

Daha büyük örnekleme ile stres ve tükenmişliği etkileyen faktörler belirlenebilir.

KAYNAKLAR

1. Kaplanoğlu, E. Mesleki stresin temel nedenleri ve muhtemel sonuçları: Manisa ilindeki SMMM'ler üzerine bir araştırma. Muhasebe ve Finansman Dergisi. 2014;64:131-150.
2. Güçlü N. Stres yönetimi. G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2001;21(1):91-109.
3. Aydın İ. İş Yaşamında Stres. Ankara:PEGEM Akademi. 2008.
4. Sürgevil, O. Çalışma Hayatında Tükenmişlik Sendromu Tükenmişlikle Mücadele Teknikleri. Ankara:Nobel Yayınları. 2006.
5. Maslach, C, Jackson, SE. Manual of Maslach Burnout Inventory. 2nd edition. California:Consulting Psychologists Press. 1981.
6. Aslan, H, Aslan, RO, Kesepara, C. Kocaeli'nde bir grup sağlık çalışanında işe bağlı gerginlik, tükenme ve iş doyumunu. Toplum ve Hekim 1997;12:24-29.
7. Çapri, B. Tükenmişlik ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2006;2(1):62-77.
8. Tatar, A, Saltukoğlu, G, Özmen, E. Development of a self report stress scale using item response theory-1: Item selection, formation of factor structure and examination of its sychometric properties. Archives of Neuropsychiatry, 2018;55(2):161-170.

- 9.** Pu J, Zhou X, Zhu D, et al. Gender differences in psychological morbidity, burnout, job stress and job satisfaction among Chinese neurologists: a national cross-sectional study. *Psychol Health Med*. 2017;22(6):680-692.
- 10.** Cañadas-De la Fuente GA, Ortega E, Ramirez-Baena L, De la Fuente-Solana EI, Vargas C, Gómez-Urquiza JL. Gender, marital status, and children as risk factors for burn out in nurses: A meta-analytic study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018;15(10):E2102.
- 11.** Eskildsen A, Fentz HN, Andersen LP, Pedersen AD, Kristensen SB, Andersen JH. Perceived stress, disturbed sleep, and cognitive impairments in patients with work-related stress complaints: a longitudinal study. *Stress*. 2017;20(4):371-378.
- 12.** Stults-Kolehmainen MA, Sinha R. The effects of stress on physical activity and exercise. *Sports Medicine*. 2014;44(1):81-121.
- 13.** Boo S, Oh H. Women's smoking: Relationships among emotional labor, occupational stress, and health promotion. *Workplace Health & Safety*. 2019:E2165079918823214
- 14.** Ezenwaji IO, Eseadi C, Okide CC, et al. Work-related stress, burnout, and related sociodemographic factors among nurses: Implications for administrators, research, and policy. *Medicine*. 2019;98(3):e13889.
- 15.** Kawada T, Otsuka T. Change in job stress and job satisfaction over a two-year interval using the Brief Job Stress Questionnaire. *Work*. 2014;49(1):107-11.
- 16.** Li Y, Sun X, Ge H, Liu J, Chen L. The status of occupational stress and its influence the quality of life of Copper-Nickel Miners in Xinjiang, China. *International journal of environmental research and public health*. 2019;16(3):E353.
- 17.** Tatsuse T, Sekine M, Yamada M. The contributions made by job satisfaction and psychosocial stress to the development and persistence of depressive symptoms: A 1-year prospective study. *Journal of occupational and environmental medicine*. 2019 Mar;61(3):190-196.
- 18.** Pines AM, Keinan G. Stress and burnout: The significant difference. *Personality and individual differences*. 2005;39(3):625-635.
- 19.** Travis DJ, Lizano EL, Mor Barak ME. "I'm so stressed!": A longitudinal model of stress, burnout and engagement among social workers in child welfare settings. *British Journal of Social Work*. 2015;46(4):1076-1095.