

Primljeno/Submitted: 19.9.2025.
Prihvaćeno/Accepted: 24.11.2025.

Izvorni znanstveni rad
Original scientific paper

PROCJENA PSIHOLOŠKE DOMENE KOD OSOBA TREĆE ŽIVOTNE DOBI TOKOM PANDEMIJE COVID-19

ASSESSMENT OF THE PSYCHOLOGICAL DOMAIN IN OLDER ADULTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Hamira Sultanović Karadža *

Marijan Marjanović**

Larisa Jovanović***

SAŽETAK

Pandemija COVID-19 donijela je brojne izazove u svakodnevni život osoba treće životne dobi, uključujući i promjene u psihološkoj domeni kvaliteta života. Cilj ovog istraživanja bio je procijeniti psihološku dobrobit starijih osoba tokom pandemije. Istraživanjem je obuhvaćeno 143 ispitanika treće životne dobi koji su boravili u svojim domovima. Rezultati su pokazali da ispitanici izražavaju visok stepen zadovoljstva sobom, očuvanu koncentraciju i pažnju, te izraženu emocionalnu stabilnost uprkos kriznim okolnostima. Osobe s fakultetskim obrazovanjem i razvedeni ispitanici u većoj mjeri uživaju u životu i posjeduju viši nivo percepcije smisla života. Također, razvedeni ispitanici i oni koji žive u Bugojnu iskazali su veću prihvaćenost vlastitog tjelesnog izgleda. Dobiveni nalazi upućuju na to da su osobe treće životne dobi pokazale zavidan nivo psihološke otpornosti tokom pandemije. Obrazovni nivo, bračni status i lokalni kontekst pokazali su se važnim faktorima u oblikovanju psihološke dobrobiti, što naglašava potrebu za dodatnom podrškom i razvojem programa koji će osnažiti starije osobe u budućim kriznim situacijama.

Ključne riječi: COVID-19, treća životna dob, psihološka domena, kvaliteta života, starije osobe

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic brought numerous challenges to the daily lives of older adults, including changes in the psychological domain of quality of life. The aim of this study was to assess the psychological well-being of older adults during the pandemic. The study included 143 older adults who were living in their own homes. The results showed that participants expressed a high level of self-satisfaction, maintained concentration and attention, and demonstrated emotional stability despite the crisis circumstances. Individuals with higher

* Sveučilište/Univerzitet "Vitez", Školska 23, Travnik, e-mail: hamira.sultanovic@unvi.edu.ba

** Sveučilište/Univerzitet "Vitez", Školska 23, Travnik, e-mail: marijan.marjanovic@unvi.edu.ba,

*** JU Medicinska škola Zenica, Crkvice bb, Zenica, e-mail: LarisaJ511@gmail.com, 062863335

education and divorced participants reported greater life enjoyment and a higher sense of meaning in life. Additionally, divorced participants and those living in Bugojno showed greater acceptance of their own body image. The findings indicate that older adults demonstrated a commendable level of psychological resilience during the pandemic. Educational level, marital status, and local context emerged as important factors in shaping psychological well-being, highlighting the need for additional support and the development of programs to empower older adults in future crisis situations.

Keywords: COVID-19, older adults, psychological domain, quality of life, elderly population

UVOD

Kvalitet života starijih osoba u posljednjim decenijama postaje sve značajnija tema u javnozdravstvenim istraživanjima i politikama. Pored fizičkog zdravlja, sve veći fokus stavlja se na psihološke i socijalne aspekte koji imaju snažan uticaj na subjektivno blagostanje i svakodnevno funkcionisanje starijih ljudi. Produženje očekivanog životnog vijeka dovelo je do potrebe za intervencijama koje ne obezbjeđuju samo dužinu, već i kvalitet života. Starije osobe koje njeguju dobru psihološku i socijalnu ravnotežu često imaju manje zdravstvenih problema, veću sposobnost samostalnog funkcionisanja, aktivnije učestvuju u društvenom životu i iskazuju viši nivo zadovoljstva životom (Popović i sar., 2023).

Istraživanja starenja i kvalitete života često se fokusiraju na prevenciju bolesti te očuvanje fizičkih i kognitivnih funkcija, dok se drugi faktori, poput psihološkog i socijalnog blagostanja, nerijetko zanemaruju. Odnos između psihosocijalnih faktora i procesa starenja stoga nije dovoljno proučen. Međutim, kako ističu Ailshire i Crimmins (2011) u radu Valaithan i sar. (2023), starije osobe koje doživljavaju pogoršanje fizičkog zdravlja i funkcionalnih sposobnosti i dalje mogu održati dobru kvalitetu života kroz stabilno socijalno i psihološko blagostanje. Ovi nalazi skreću pažnju na važnost psihosocijalnih aspekata dobrobiti, poput samopercepcije starenja, mentalnog zdravlja, zadovoljstva životom i dostupnosti društvenih resursa, koji predstavljaju vitalne elemente pri procjeni kvalitete života starijih odraslih osoba (Ailshire i Crimmins, 2011; McKee i Schuz, 2015).

Brojna istraživanja koja su se bavila ispitivanjem zadovoljstva životom pokazala su da sretniji i zadovoljniji pojedinci žive duže, imaju bolje zdravstveno stanje i održavaju kvalitetnije socijalne odnose (Banovac, 2025). Svjetska zdravstvena organizacija definiše kvalitet života kao „percepciju pojedinca o njegovom položaju u životu u kontekstu kulture i sistema vrijednosti u kojima živi i u odnosu na svoje ciljeve, očekivanja, standarde i brige“. To je širok koncept koji na složen način obuhvata fizičko zdravlje osobe, psihičko stanje, nivo nezavisnosti, društvene odnose, lična uvjerenja i odnos prema istaknutim karakteristikama okoline. Ova definicija naglašava da se kvalitet života temelji na subjektivnoj procjeni pojedinca, a ta procjena uvijek je oblikovana kulturnim, društvenim i okolišnim kontekstom.

Psihološka domena kvaliteta života, prema WHOQOL upitniku, obuhvata više aspekata: pozitivne emocije, razmišljanje, učenje, pamćenje i koncentraciju, samopoštovanje, zadovoljstvo tjelesnom slikom i izgledom, te prisutnost negativnih emocija (World Health Organization, 1998). Analiza ovih dimenzija omogućava uvid u psihološko blagostanje starijih osoba i pruža temelje za razumijevanje njihove ukupne percepcije kvaliteta života. Tokom

pandemije COVID-19, upravo su ovi aspekti bili posebno pogođeni. Mjere fizičke distance, socijalna izolacija, smanjenje mogućnosti kretanja i druženja, strah od bolesti i smrti, kao i otežan pristup zdravstvenim uslugama, stvorili su dodatni pritisak na mentalno zdravlje starijih osoba. Posljedice su se manifestovale kroz povećani osjećaj usamljenosti i socijalne izolacije, depresivnih simptoma, kognitivnih oštećenja, te suicida (Sinaga, Simanjuntak i Locsin, 2022). Širenje COVID-19, uz prisustvo dezinformacija, dodatno je povećalo nivo straha u javnosti, što je direktno utjecalo na kvalitet života starijih osoba. Nguyen i saradnici izvijestili su da starije odrasle osobe imaju veću vjerovatnoću da iskuse depresivne simptome i niži kvalitet života u odnosu na mlađe odrasle. Povećani strah tokom pandemije također je doveo do drugih psihosocijalnih problema, uključujući stigmatizaciju, diskriminaciju i osjećaj socijalne izolacije, čime je dodatno narušeno psihološko blagostanje ove populacije (Khorani i sar., 2022). U tom kontekstu, procjena psihološke domene kvaliteta života starijih osoba tokom pandemije COVID-19 predstavlja značajan istraživački zadatak koji može pružiti vrijedan uvid u psihološke potrebe starijih, te poslužiti kao osnova za planiranje intervencija koje bi doprinijele očuvanju i unaprijeđenju mentalnog zdravlja.

1. HIPOTEZE I CILJEVI

Glavna hipoteza (H1): Postoji statistički značajna razlika u rezultatima psihološke domene kvaliteta života među osobama treće životne dobi u zavisnosti od mjesta stanovanja tokom pandemije COVID-19.

Nulta hipoteza (H0): Ne postoji statistički značajna razlika u rezultatima psihološke domene kvaliteta života među osobama treće životne dobi u zavisnosti od mjesta stanovanja tokom pandemije COVID-19.

Ciljevi:

- Ispitati psihološku domenu među ispitanicima treće životne dobi u period COVID-19
- Ispitati stepen uživanja u životu između ispitanika
- Analizirati razliku u percepciji smisla života između ispitanika
- Procijeniti sposobnost koncentracije među ispitanicima
- Ispitati razlike u prihvatanju tjelesnog izgleda među ispitanicima
- Ispitati stepen zadovoljstva sobom između ispitanika
- Analizirati učestalost doživljavanja negativnih osjećaja (loše raspoloženje, očaj, tjeskoba, potištenost) među ispitanicima
- Procijeniti razliku u zadovoljstvu psihološkom domenom u odnosu na spol
- Ispitati utjecaj bračnog statusa na psihološku domenu
- Analizirati utjecaj obrazovanja na zadovoljstvo psihološkom domenom
- Analizirati utjecaj sredine stanovanja na zadovoljstvo psihološkom domenom

2. METODOLOGIJA

Istraživanje je provedeno kao presječno deskriptivno istraživanje, s ciljem procjene psihološke dobrobiti osoba treće životne dobi tokom pandemije COVID-19. U istraživanju je učestvovalo 143 ispitanika treće životne dobi koji su tokom pandemije COVID-19 boravili u

svojim domovima u Bugojnu i Sarajevu. Uzorak je formiran slučajnim odabirom među osobama koje su željele učestvovati u istraživanju i bile sposobne samostalno ispunjavati upitnik ili odgovarati na postavljena pitanja. Kriteriji isključenja uključivali su ispitanike koji nisu bili u mogućnosti davati odgovore, osobe sa kognitivnim smetnjama, teškoćama u komunikaciji ili demencijom. Ispitanici su informisani o ciljevima istraživanja i dobrovoljnoj prirodi učestvovanja. Svi odgovori su prikupljeni anonimno, bez mogućnosti identifikacije pojedinca. Prikupljanje podataka provedeno je uz poštivanje etičkih principa, uključujući dobrovoljnost učestvovanja, anonimnost i mogućnost povlačenja iz istraživanja u bilo kojem trenutku. U istraživanju je korišten međunarodni upitnik WHOQOL-BREF, skraćena i validirana verzija WHOQOL-100 koju je razvila Svjetska zdravstvena organizacija za procjenu kvaliteta života. Upitnik sadrži 26 pitanja raspoređenih u četiri domene (fizičko zdravlje, psihološko stanje, društvene interakcije i životna sredina), a rezultati se boduju Likertovom skalom od 1 do 5 i transformišu u raspon od 0 do 100, pri čemu viši skor označava bolji kvalitet života. Fokus ovog istraživanja bio je na psihološkoj domeni, koja uključuje emocije, sposobnost koncentracije i pamćenja, samopoštovanje i zadovoljstvo tjelesnim izgledom.

3. REZULTATI

3.1. Demografski podaci ispitanika

Tabela 1. Spol ispitanika

Spol	N	%
Muški	52	36,4
Ženski	91	63,6
Ukupno	143	100,0

Izvor: autori

U istraživanju je učestvovalo ukupno 143 ispitanika i to 91 žena (63,6%) i 52 muškarca (36,4%). Rezultati ukazuju na spolnu neravnotežu, u korist ženskih ispitanika.

Tabela 2. Bračni status ispitanika

Bračni status	N	%
Neoženjen/neudata	9	6,3
Oženjen/udata	58	40,6
Razveden/razvedena	5	3,5
Udovac/udovica	66	46,1
Vanbračna zajednica	5	3,5
Ukupno	143	100,0

Izvor: autori

U vezi bračnog statusa, najveći procenat ispitanika bili su udovci/udovice (46,1%), što je bilo za i očekivati jer su ispitanici pripadali trećoj životnoj dobi. Malo niži procenat je

oženjenih/ udatih (40,6%). Sa istim, a ujedno i najnižim procentom od 3,5% bilo je razvedenih i onih koji su živjeli u vanbračnoj zajednici.

Tabela 3. Stepen obrazovanja ispitanika

Stepen obrazovanja	N	%
Neobrazovan	10	7,0
Osnovna škola	46	32,2
Srednja škola	56	39,1
Fakultet	31	21,2
Ukupno	143	100,0

Izvor: autori

U pogledu obrazovanja, najviše je bilo ispitanika sa srednjom školom (39,1%), skoro jedna trećina sa završenom osnovnom školom (2,2%). Fakultetski obrazovanih je bilo 21,2%, dok je najmanje bilo bez formalnog obrazovanja (7%).

Tabela 4. Mjesto stanovanja ispitanika

Mjesto stanovanja	N	%
Bugojno	72	50,3
Sarajevo	71	49,7
Ukupno	143	100,0

Izvor: autori

Iz tabele je vidljivo da je uzorak ispitanika skoro izjednačen po mjestu stanovanja.

3.2. Zadovoljstvo ispitanika, koncentracija i učestalost negativnih emocija

Tabela 5. Stepen zadovoljstva ispitanika

Koliko ste zadovoljni sobom?	N	%	Median (Interkvartilni raspon)
Vrlo nezadovoljan	5	3,5	4 (1)
Prilično nezadovoljan	14	9,8	
Ni zadovoljan ni nezadovoljan	15	10,4	
Prilično zadovoljan	55	38,5	
Vrlo zadovoljan	54	37,8	
Ukupno	143	100	

Izvor: autori

Na osnovu prikazanih rezultata može se zaključiti da većina ispitanika (76,3%) pokazuju pozitivan odnos prema sebi odnosno da su zadovoljni sa sobom. Nezadovoljnih ispitanika je 13,3 % dok je 10, 4% ispitanika pokazalo neutralnost u pogledu zadovoljstva.

Vrijednost medijane od 4 upućuje na zaključak da ispitanici tokom pandemije pokazuju visok stepen zadovoljstva sobom.

Tabela 6. Procjena koncentracije ispitanika

Koliko se dobro možete koncentrirati?	N	%	Median (Interkvartilni raspon)
Uopšte ne	3	2,1	4 (2)
Pomalo	13	9,1	
Umjereno	30	21,0	
U znatnoj mjeri	60	42,0	
U najvećoj mjeri	37	25,8	
Ukupno	143	100	

Izvor: autori

Većina ispitanika je izjavila da se mogu koncentrirati u znatnoj mjeri (42%), a u najvećoj mjeri 25,8%. Umjeren nivo koncentracije ima 21%, dok 2,1% ispitanika je izjavilo da se nikako ne mogu koncentriati. Medijana na skali iznosi 4 što nam pokazuje da ispitanici iako su u trećoj životnoj dobi pokazuju visok nivo koncentracije.

Tabela 7. Učestalost negativnih emocija (loše raspoloženje, očaj, tjeskoba, potištenost) kod ispitanika

Koliko često doživljavate negativne emocije (loše raspoloženje, očaj, tjeskoba, potištenost)	N	%	Median (Interkvartilni raspon)
Uvijek	5	3,5	4 (1)
Prilično često	17	11,9	
Uobičajeno	21	14,7	
Katkada	68	47,6	
Nikada	32	22,4	
Ukupno	143	100	

Izvor: autori

Rezultati pokazuju da skoro polovina ispitanika (47,6%) katkada odnosno povremeno doživljava negativne emocije, veoma nizak procenat da uvijek doživljava (3,5%), dok 22,4% da nikada ne doživljavaju negativne emocije. Navedeni rezultati (medijana 4) ukazuju da većina ispitanika treće životne dobi pokazuju visoku emocionalnu stabilnost.

3.3. Stepen uživanja u odnosu na socio-demografske karakteristike ispitanika

Tabela 8. Stepen uživanja u odnosu na stepen obrazovanja ispitanika

Stepen obrazovanja	Koliko uživate u životu?	Sredina rangova	Kruskal Wallis Test	p
Neobrazovan	10	41,45	8,690	0,034
Osnovna škola	46	67,27		
Srednja škola	56	76,68		
Fakultet	31	80,42		
Ukupno	143			

Izvor: autori

Vrijednost Kruskal Wallis Testa od 8,690 i značajnosti od 0,034 upućuje na zaključak da postoji statistički značajna razlika između stepena uživanja i obrazovanja ispitanika. Ispitanici treće životne dobi koji su fakultetski obrazovani više uživaju u životu u odnosu na druge ispitanike, odnosno osobe sa nižim stepenom obrazovanja, u prosjeku iskazuju niži nivo zadovoljstva životom.

Tabela 9. Stepen uživanja u odnosu na spol

Spol	Koliko uživate u životu?	Sredina rangova	Suma rangova	Mann-Whitney test	p
Muški	52	69,05	3590,50	2212,500	0,503
Ženski	91	73,69	6705,50		
Ukupno	143				

Izvor: autori

Na osnovu vrijednosti Mann-Whitney U test od 2212,500 i značajnosti od 0,503 zaključuje se da ne postoje statistički značajne razlike u uživanju u životu između žena i muškaraca treće životne dobi.

Tabela 10. Stepen uživanja u odnosu na bračni status ispitanika

Bračni status	Koliko uživate u životu?	Sredina rangova	Kruskal Wallis Test	p
Neoženjen/neudata	9	48,89	13,651	0,008
Oženjen/udata	58	78,22		
Razveden/razvedena	5	109,60		
Udovac/udovica	66	64,69		
Vanbračna zajednica	5	100,30		
Ukupno	143			

Izvor: autori

Dobivena vrijednost testa iznosi 13,651, a značajnost je 0,008, što znači da postoji statistički značajna razlika između bračnog statusa i uživanja u životu. Uživanje u životu je najizraženije kod razvedenih osoba, a potom onih u vanbračnoj zajednici. U prosjeku najmanje uživaju u životu neoženjeni/nedate.

Tabela 11. Stepen uživanja u životu o odnosu na mjesto stanovanja

Mjesto stanovanja	Koliko uživate u životu?	Sredina rangova	Suma rangova	Mann-Whitney test	p
Bugojno	72	69,06	4972,00	2344,000	0,373
Sarajevo	71	74,99	5324,00		
Ukupno	143				

Izvor: autori

Na osnovu rezultata iz tabele može se zaključiti da ne postoje statistički značajne razlike u uživanju u životu između ispitanika iz Bugojna i Sarajeva.

3.4. Percepcija smisla života u odnosu na socio-demografske karakteristike

Tabela 12. Percepcija smisla života u odnosu na stepen obrazovanja

Stepen obrazovanja	Koliko osjećate da Vaš život ima smisla?	Sredina rangova	Kruskal Wallis Test	p
Neobrazovan	10	46,25	9,647	0,022
Osnovna škola	46	64,89		
Srednja škola	56	74,88		
Fakultet	31	85,66		
Ukupno	143			

Izvor: autori

Rezultati iz tabele pokazuju da postoje značajne razlike u percepciji smisla života treće životne dobi ispitanika u odnosu na stepen obrazovanja ($p=0,022$). Fakultetski obrazovani ispitanici pokazuju viši stepen percepcije smisla života u odnosu na ostale ispitanike. Iz tabele je vidljivo da stepen percepcije smisla života opada sa nižim stepenom obrazovanja.

Tabela 13. Percepcija smisla života u odnosu na spol

Spol	Koliko osjećate da Vaš život ima smisla?	Sredina rangova	Suma rangova	Mann-Whitney test	p
Muški	52	74,87	3893,00	2217,000	0,514
Ženski	91	70,36	6403,00		
Ukupno	143				

Izvor: autori

Muškarci i žene ne razlikuju se u pogledu percepcije smisla života.

Tabela 14. Percepcija smisla života u odnosu na bračni status

Bračni status	Koliko osjećate da Vaš život ima smisla?	Sredina rangova	Kruskal Wallis Test	p
Neoženjen/neudata	9	60,44	17,752	0,001
Oženjen/udata	58	81,73		
Razveden/razvedena	5	118,00		
Udovac/udovica	66	60,21		
Vanbračna zajednica	5	89,50		
Ukupno	143			

Izvor: autori

U pogledu bračnog statusa, najviši nivo percepcije smisla života pokazali su razvedeni ispitanici, dok najniži nivo su pokazali udovci/udovice.

Tabela 15. Percepcija smisla života u odnosu na mjesto stanovanja

Mjesto stanovanja	Koliko osjećate da Vaš život ima smisla?	Sredina rangova	Suma rangova	Mann-Whitney test	p
Bugojno	72	71,21	5127,00	2499,000	0,810
Sarajevo	71	72,80	5169,00		
Ukupno	143				

Izvor: autori

Između ispitanika iz Bugojna i Sarajeva ne postoje statistički značajne razlike u percepciji smisla života.

3.5. Prihvatanje tjelesnog izgleda u odnosu na socio-demografske karakteristike

Tabela 16. Prihvatanje tjelesnog izgleda u odnosu na stepen obrazovanja

Stepen obrazovanja	Možete li prihvatiti svoj tjelesni izgled?	Sredina rangova	Kruskal Wallis Test	p
Neobrazovan	10	56,00	4,216	0,239
Osnovna škola	46	68,05		
Srednja škola	56	72,23		
Fakultet	31	82,60		
Ukupno	143			

Izvor: autori

Ne postoje statistički značajne razlike u prihvatanju tjelesnog izgleda u odnosu na stepen obrazovanja.

Tabela 17. Prihvatanje tjelesnog izgleda u odnosu na spol

Spol	Možete li prihvatiti svoj tjelesni izgled?	Sredina rangova	Suma rangova	Mann-Whitney U test	p
Muški	52	78,78	4096,50	2013,500	0,126
Ženski	91	68,13	6199,50		
Ukupno	143				

Izvor: autori

Na osnovu vrijednosti Mann-Whitney U test od 2013,500 i značajnosti 0,126 može se zaključiti da ne postoje statistički značajne razlike u prihvatanju tjelesnog izgleda između muškaraca i žena.

Tabela 18. Prihvatanje tjelesnog izgleda u odnosu na bračni status

Bračni status	Možete li prihvatiti svoj tjelesni izgled?	Sredina rangova	Kruskal Wallis Test	p
Neoženjen/neudata	9	50,50	11,250	0,024
Oženjen/udata	58	83,14		
Razveden/razvedena	5	89,40		
Udovac/udovica	66	63,33		
Vanbračna zajednica	5	78,50		
Ukupno	143			

Izvor: autori

Rezultati u tabeli upućuju na zaključak da postoji značajna razlika u prihvatanju tjelesnog izgleda u odnosu na bračni status. Razvedeni ispitanici pokazuju najviši nivo prihvatanja tjelesnog izgleda, dok najniži stepen pokazuju neoženjeni/neudate.

Tabela 19. Prihvatanje tjelesnog izgleda u odnosu na mjesto stanovanja

Mjesto stanovanja	Možete li prihvatiti svoj tjelesni izgled?	Sredina rangova	Suma rangova	Mann-Whitney test	p
Bugojno	72	79,56	5728,50	2011,500	0,023
Sarajevo	71	64,33	4567,50		
Ukupno	143				

Izvor: autori

Ispitanici iz Bugojna pokazuju veći stepen prihvatanja tjelesnog izgleda u odnosu na ispitanike iz Sarajeva.

4. DISKUSIJA

U Bosni i Hercegovini postoji vrlo mali broj istraživanja kvaliteta života među osobama treće životne dobi tokom pandemije COVID-19, posebno s fokusom na psihološku dimenziju. Cilj ovog istraživanja bio je procijeniti stepen uživanja u životu, percepciju smisla života, sposobnost koncentracije, prihvatanje tjelesnog izgleda, zadovoljstvo sobom i učestalost negativnih osjećaja (loše raspoloženje, očaj, tjeskoba, potištenost). Istražene su i razlike u psihološkoj dobrobiti u odnosu na spol, bračni status, nivo obrazovanja i mjesto stanovanja. U istraživanju je učestvovalo 143 ispitanika treće životne dobi koji su za vrijeme pandemije COVID-19 boravili u svojim domovima. Od ukupnog broja, 36,4% su činili muškarci, a 63,6% žene, što ukazuje na određenu neravnotežu u uzorku. Sličnu zastupljenost žena među starijom populacijom bilježe i drugi autori (Šošić, 2024; Banovac, 2025).

Prema podacima World Life Expectancy, očekivani životni vijek žena u Bosni i Hercegovini iznosi 79,1 godinu, dok je kod muškaraca 74,4, sa ukupnim prosjekom za stanovništvo od 76,8 godina. Poznato je da žene, iako žive duže, općenito češće izvještavaju o lošijem zdravstvenom stanju tokom života. Ovaj fenomen u literaturi se opisuje kao „paradoks smrtnosti–morbidity“, jer žene imaju duži životni vijek, ali i veću učestalost hroničnih bolesti i funkcionalnih poteškoća (Mason i sar., 2022), Upravo zbog toga, u istraživanjima koja obuhvataju stariju populaciju redovno se bilježi veći broj žena u uzorku, što je bio slučaj i u ovom radu. U pogledu sociodemografskih obilježja, najveći procenat ispitanika činili su udovci i udovice, što je i očekivano s obzirom na dobnu strukturu uzorka.

Kada je riječ o obrazovanju, najviše je bilo ispitanika sa srednjom školom, dok je manji procenat imao fakultetsko obrazovanje ili nije završio formalno školovanje. Ispitanici su bili gotovo ravnomjerno raspoređeni prema mjestu stanovanja (Bugojno i Sarajevo), što omogućava uvid u psihološko blagostanje starijih osoba u različitim lokalnim zajednicama. Rezultati istraživanja pokazuju da je većina ispitanika treće životne dobi tokom pandemije

COVID-19 zadržala pozitivan odnos prema sebi, pri čemu je 76,3% zadovoljno sobom. Ovi nalazi ukazuju na očuvanu emocionalnu stabilnost i samopoštovanje, što se može tumačiti kroz teoriju otpornosti, prema kojoj starije osobe, zahvaljujući životnom iskustvu i razvijenim strategijama suočavanja, lakše održavaju psihološku ravnotežu u stresnim situacijama. Slični zaključci potvrđuju i druga istraživanja, koja pokazuju da starije osobe s pozitivnom samopercepcijom starenja tokom pandemije bile otpornije i manje uznemirene od mladih odraslih (Losada-Baltar i sar., 2020; Carlos i sar., 2021), što naglašava zaštitnu ulogu pozitivne slike o sebi i prihvatanja procesa starenja.

Većina ispitanika u ovom istraživanju procijenila je da se mogu skoncentrisati, pri čemu je samo 2,1% iskazalo poteškoće, a medijana rezultata (4) ukazuje na visok nivo koncentracije. Ovi nalazi upućuju na očuvano psihološko i kognitivno funkcionisanje starijih osoba, što se može povezati s njihovom emocionalnom otpornosti u kriznim situacijama. Suprotno tome, britansko istraživanje je pokazalo ubrzan pad izvršnih funkcija i radnog pamćenja kod osoba starijih od 50 godina tokom pandemije, posebno kod onih s blagim kognitivnim oštećenjem, pri čemu su faktori poput smanjene tjelesne aktivnosti, depresije, usamljenosti i povećane konzumacije alkohola bili povezani s pogoršanjem kognitivnih funkcija (Corbett i sar., 2023).

Relativno očuvan nivo koncentracije u našem uzorku može biti posljedica niže izraženosti ovih faktora rizika te veće socijalne podrške i boljeg prilagođavanja na krizne okolnosti. Većina ispitanika u našem istraživanju pokazala je relativno visok nivo emocionalne stabilnosti – 47,6% povremeno doživljava negativne emocije, 3,5% stalno, dok 22,4% nikada ne doživljava negativne emocije. Ovi nalazi sugeriraju prisutnost adaptivnih mehanizama suočavanja i emocionalne otpornosti starijih osoba. Suprotno tome, kinesko istraživanje pokazalo je da je 37,1% starijih osoba tokom pandemije iskusilo simptome depresije i anksioznosti, pri čemu su posebno pogođene žene, udovci/razvedeni, osobe koje žive same i s lošijim zdravstvenim stanjem, što naglašava važnost socijalne podrške i porodičnih veza za očuvanje psihološke dobrobiti (Mengh i sar., 2020).

Analiza pokazuje da obrazovanje značajno utiče na psihološku dobrobit starijih osoba. Fakultetski obrazovane osobe u prosjeku iskazuju viši nivo uživanja u životu i izraženiju percepciju smisla života u odnosu na ispitanike s nižim stepenom obrazovanja. Ovaj nalaz može se objasniti time što obrazovanje doprinosi boljem razumijevanju svijeta, razvijenijem sistemu vrijednosti, osjećaju samostalnosti, kontroli nad životnim okolnostima i sposobnosti da se pronade smisao u svakodnevnim izazovima. Osobe s višim obrazovanjem također imaju veći socijalni kapital, bogatije životno iskustvo i efikasnije strategije suočavanja sa stresom, što dodatno doprinosi osjećaju zadovoljstva i svrhe u starijoj dobi.

Slične rezultate navodi i Šošić (2024), prema kojem ispitanici sa srednjom školom i višim obrazovanjem više uživaju u životu u odnosu na one s osnovnim obrazovanjem. Također, istraživanja pokazuju da osobe s višim obrazovanjem imaju niži nivo anksioznosti i stresa te su zadovoljnije svojim životom (Rodriguez i sar., 2020; Kiršić-Širol, 2022), što dodatno potvrđuje zaštitnu ulogu obrazovanja u očuvanju psihološkog blagostanja starijih osoba, posebno u izazovnim okolnostima poput pandemije COVID-19.

U našem istraživanju uočeno je da spol ispitanika nije imao značajan utjecaj na percepciju smisla života, uživanje u životu, niti na prihvatanje tjelesnog izgleda. Takvi rezultati mogu ukazivati da emocionalni i egzistencijalni aspekti kvaliteta života u trećoj životnoj dobi nisu nužno određeni spolom, već vjerovatno zavise od individualnih psiholoških i socijalnih

faktora, poput ličnih stavova, socijalne podrške i životnog iskustva. Također, rezultati pokazuju da ni obrazovni nivo nije imao statistički značajnu ulogu u prihvatanju tjelesnog izgleda, što bi se moglo objasniti činjenicom da percepcija sopstvenog tijela u starijoj dobi više zavisi od zdravstvenog stanja, funkcionalne sposobnosti i samoprihvatanja, nego od obrazovnog ili socijalnog statusa. Rezultati pokazuju da bračni status značajno utiče na psihološku domenu kvaliteta života kod ispitanika treće životne dobi. Najviši stepen percepcije smisla života i uživanja u životu zabilježen je kod razvedenih osoba i onih koji žive u vanbračnoj zajednici, dok su najniže vrijednosti prisutne kod udovaca, udovica te neoženjenih i neudatih ispitanika. Sličan obrazac zabilježen je i u prihvatanju tjelesnog izgleda, gdje razvedene osobe pokazuju najveći, a neoženjeni/neudate najniži nivo prihvatanja. Analiza podataka iz Nacionalne studije o trendovima zdravlja i starenja COVID-19 (2020) pokazuje da su razvedene i udovice/udovci prijavljivali viši nivo usamljenosti u odnosu na bračne osobe, pri čemu su se razvedeni tokom pandemije osjećali još usamljenije nego prije njenog početka (Liu, Copeland, Nowak, 2023). Socijalna izolacija, poznato je, ima ozbiljne posljedice po zdravlje, usporedive ili veće od onih uzrokovanih pušenjem, gojaznošću ili fizičkom neaktivnošću (Holt-Lunstad i sar., 2017).

U tom kontekstu, viši nivo uživanja u životu i percepcije smisla života kod razvedenih ispitanika u našem istraživanju može odražavati veću psihološku otpornost i sposobnost prilagođavanja životnim izazovima, no treba imati u vidu složenost odnosa bračnog statusa, socijalne podrške i emocionalnog blagostanja, posebno u uvjetima pandemije. Nalazi studije koju su proveli Lopez i sar. (2024) naglašavaju da se kvalitet života starijih osoba smanjuje u prisustvu psiholoških tegoba, dok se povećava s višim nivoima psihološkog blagostanja. Niži nivoi psihološkog blagostanja – poput osjećaja svrhe i psihološkog rasta – te viši nivoi depresivnosti i anksioznosti značajno su povezani s lošijim kvalitetom života, pri čemu je depresija faktor s najvećim relativnim utjecajem, a slijedi je svrha.

Autori također potvrđuju da sociodemografske karakteristike, poput spola i dobi, nemaju značajan direktan utjecaj na kvalitet života kada se uzmu u obzir psihološki faktori i zdravstveno stanje. Ovi nalazi su u skladu s teorijskim shvatanjima kvaliteta života, koji podrazumijeva eudemoniku perspektivu blagostanja, povezanu s individualnim osjećajem subjektivnog zadovoljstva životom (Hyde i sar., 2003). U tom kontekstu, svrha života (uvjerenje da je nečiji život smislen i usmjeren) i lični rast (osjećaj kontinuiranog razvoja kao osobe) prirodno su pozitivno povezani s kvalitetom života. Svrha i lični rast čine ključne komponente eudemonikog blagostanja, te time predstavljaju važne prediktore ukupnog psihološkog funkcionisanja starijih osoba (Lopez i sar., 2024). Rezultati istraživanja pokazuju da mjesto stanovanja, bilo da se radi o Bugojnu ili Sarajevu, nije imalo značajan uticaj na percepciju smisla života niti na stepen uživanja u životu kod ispitanika treće životne dobi.

Ovo ukazuje da subjektivni doživljaj životnog zadovoljstva i osjećaj svrhe i smisla života kod starijih osoba nisu u velikoj mjeri određeni geografskim ili urbanim razlikama unutar Bosne i Hercegovine, već su vjerovatno više povezani sa individualnim faktorima, poput ličnih resursa, socijalne podrške, obrazovanja ili psihološke otpornosti. S druge strane, primijećena je razlika u prihvatanju tjelesnog izgleda, gdje su ispitanici iz Bugojna pokazali viši nivo u poređenju sa ispitanicima iz Sarajeva. Ovaj nalaz može biti rezultat različitih socijalno-kulturnih normi, percepcije tijela ili svakodnevnog načina života u urbanim i manjim sredinama. U manjim sredinama poput Bugojna, društvena interakcija i norme tjelesnog izgleda mogu biti manje podložne pritiscima medija i globalnih trendova, što može olakšati

prihvatanje vlastitog tijela kod starijih osoba. Nasuprot tome, u većim urbanim sredinama kao što je Sarajevo, veća izloženost modernim standardima ljepote, medijskim idealima i užurbanom načinu života može doprinosti nešto nižem nivou zadovoljstva vlastitim izgledom. Ovi nalazi naglašavaju važnost uzimanja u obzir lokalnog konteksta i kulturnih faktora prilikom analiziranja subjektivnog doživljaja tjelesnog izgleda i blagostanja kod starijih osoba, dok su šire dimenzije kvaliteta života, poput uživanja u životu i percepcije smisla života, više univerzalno određene individualnim psihološkim i socijalnim faktorima nego samim mjestom stanovanja.

ZAKLJUČAK

Na temelju rezultata ovog istraživanja može se zaključiti da su osobe treće životne dobi tokom pandemije COVID-19 pokazale visok stepen psihološke dobrobiti. Većina ispitanika izražava zadovoljstvo sobom, očuvan je visok nivo koncentracije i pažnje, te je prisutna značajna emocionalna stabilnost. Istraživanje je pokazalo da obrazovanje i bračni status imaju značajan utjecaj na psihološke dimenzije kvaliteta života – fakultetski obrazovani ispitanici i razvedene osobe iskazuju najveći stepen uživanja u životu i percepciju smisla života. Također, razvedene osobe i ispitanici iz Bugojna pokazuju viši nivo prihvatanja vlastitog tjelesnog izgleda. Ovi nalazi ukazuju na važnost individualnih i socijalnih faktora, poput obrazovanja, životnog iskustva, bračnog statusa i lokalnog konteksta, u očuvanju psihološke dobrobiti starijih osoba u izazovnim okolnostima poput pandemije COVID-19. Dobiveni rezultati također ističu potrebu za razvojem programa podrške i intervencija usmjerenih na jačanje psihološke otpornosti starijih osoba, unapređenje socijalne povezanosti i osiguravanje adekvatnih resursa u kriznim situacijama, kako bi se očuvalo njihovo mentalno zdravlje i kvalitet života.

LITERATURA

1. Ailshire, J. A., & Crimmins, E. M. (2011). Psychosocial factors associated with longevity in the United States: age differences between the old and oldest-old in the Health and Retirement Study. *Journal of aging research*, 2011(1), 530534.
2. Banovac M. Neki aspekti uspješnog starenja u odnosu s ego integritetom [Diplomski rad]. Zadar: Sveučilište u Zadru; 2025 [pristupljeno 23.09.2025.] Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:162:650234>
3. Carlos AF, Poloni TE, Caridi M, Pozzolini M, Vaccaro R, Rolandi E, et al. Life during COVID-19 lockdown in Italy: the influence of cognitive state on psychosocial, behavioral and lifestyle profiles of older adults. *Aging & Mental Health*. 2021 Jan 15;1–10.
4. Corbett A, Williams G, Creese B, Hampshire A, Hayman V, Palmer A, et al. Cognitive decline in older adults in the UK during and after the COVID-19 pandemic: a longitudinal analysis of PROTECT study data. *The Lancet Healthy Longevity* [Internet]. 2023 Nov 1;4(11):e591–9. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666756823001873>

5. Holt-Lunstad J, Robles TF, Sbarra DA. Advancing social connection as a public health priority in the United States. *American Psychologist* [Internet]. 2017 Sep;72(6):517–30. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5598785/>
6. Hyde, M., Wiggins, R. D., Higgs, P., & Blane, D. B. (2003). A measure of quality of life in early old age: The theory, development and properties of a needs satisfaction model (CASP-19). *Aging & Mental Health*, 7(3), 186–194. <https://doi.org/10.1080/1360786031000101157>
7. Khorani H, Mohammadi F, Hosseinkhani Z, Motalebi SA. Predictive factors of Quality of Life in older adults during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychology*. 2022 Jul 17;10(1).
8. Kiršić Širol M. Psihološki stres u vrijeme pandemije Covid - 19: Uloga subjektivnog doživljaja zadovoljstva životom i religioznosti kod starijih osoba [Diplomski rad]. Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Fakultet zdravstvenih studija; 2022 [pristupljeno 06.10.2025.] Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:184:674137>
9. Liu H, Copeland M, Nowak G, Chopik WJ, Oh J. Marital Status Differences in Loneliness Among Older Americans During the COVID-19 Pandemic. *Population Research and Policy Review* [Internet]. 2023 [cited 2024 Jan 29];42:74. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38264508/>
10. Lopez, J., Perez-Rojo, G., Noriega, C., Sánchez-Cabaco, A., Sitges, E., & Bonete, B. (2024). Quality-of-life in older adults: its association with emotional distress and psychological wellbeing. *BMC geriatrics*, 24(1), 815.
11. Losada-Baltar A, Jiménez-Gonzalo L, Gallego-Alberto L, Pedroso-Chaparro MdS, Fernandes-Pires J, Márquez-González M. “We Are Staying at Home.” Association of Self-perceptions of Aging, Personal and Family Resources, and Loneliness With Psychological Distress During the Lock-Down Period of COVID-19. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2021;76(2):e10–e16. doi:10.1093/geronb/gbaa048
12. Mason JT, Habermehl TL, Underwood KB, Schneider A, Briño-Enríquez MA, Masternak MM, et al. The Interrelationship Between Female Reproductive Aging and Survival. 2021 Sep 16;77(1):75–83.
13. McKee, K. J., & Schüz, B. (2015). Psychosocial factors in healthy ageing. *Psychology & Health*, 30(6), 607-626.
14. Meng H, Xu Y, Dai J, Zhang Y, Liu B, Yang H. Analyze the psychological impact of COVID-19 among the elderly population in China and make corresponding suggestions. *Psychiatry Research*. 2020 Jul;289:112983.
15. Papi S, Cheraghi M. Multiple factors associated with life satisfaction in older adults. *Menopausal Review*. 2021;20(2):65–71.
16. Popović B, Zavidic T, Radošević Quadranti N, Pelčić G. Kvaliteta života u starijih osoba. *Jahr* [Internet]. 2023 [pristupljeno 06.10.2025.];14(2):315-324. <https://doi.org/10.21860/j.14.2.4>
17. Rodríguez-Rey R, Garrido-Hernansaiz H, Collado S. Psychological Impact and Associated Factors During the Initial Stage of the Coronavirus (COVID-19) Pandemic Among the General Population in Spain. *Frontiers in Psychology*. 2020 Jun 23;11.
18. Ryff CD. Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2014;83(1):10–28.

19. Sinaga MRE, Roida Simanjuntak S, Locsin RC. Factors Affecting the Quality of Life of Older People during the COVID-19 Pandemic. *Nurse Media Journal of Nursing*. 2022 Aug 8;12(2):185–95.
20. Šošić M. Validacija kratki upitnik o kvaliteti života u starijoj životnoj dobi (OPQOL-BRIEF) na populaciji osoba starije životne dobi u Varaždinskoj županiji [Diplomski rad]. Koprivnica: Sveučilište Sjever; 2024 [pristupljeno 27.09.2025.] Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:122:487831>
21. Velaithan, V., Tan, M. M., Yu, T. F., Liem, A., Teh, P. L., & Su, T. T. (2024). The association of self-perception of aging and quality of life in older adults: a systematic review. *The Gerontologist*, 64(4), gnad041.
22. World Health Organization. Programme on mental health : WHOQOL user manual. iriswho.int [Internet]. 1998; Available from: <https://iris.who.int/handle/10665/77932>
23. WORLD LIFE EXPECTANCY MAP [Internet]. World Life Expectancy. 2018. Available from: <https://www.worldlifeexpectancy.com/world-life-expectancy-map>