

## Work related stress and coping mechanisms among bankers in Lagos, Nigeria

FA Olatona<sup>1</sup>, EN Ezeobika<sup>1</sup>, IP Okafor<sup>1</sup> and OBA Owoeye<sup>2</sup>

Departments of Community Health<sup>1</sup> and Physiotherapy<sup>2</sup>, Lagos University Teaching Hospital/College of Medicine, University of Lagos, Lagos Nigeria.

### Abstract

**Background:** This study assessed knowledge, prevalence, associated factors and mechanisms of coping with stress among bankers in Lagos State.

**Methods:** It was a descriptive cross sectional study. A two stage sampling technique was used to select two hundred and twenty seven (227) respondents. Data was collected using a structured self administered questionnaire. The analysis was done using Epi-info version 2002 software and Chi Square was used to determine association between variables at p value 0.05. Fischer's Exact test was used where Chi-square was not valid.

**Results:** The age range of respondents was between 20 and 49 years while the mean age was  $31.3 \pm 5.0$  years. Only 3.6% had good level of knowledge about stress, 42.2% had fair level while more than half of the respondents had poor level of knowledge about stress (54.3%). Majority (67.0%) of the respondents were moderately stressed while one quarter (24.7%) were highly stressed. Majority (92.4%) of the respondents used good coping mechanisms though 69.5% of the respondents also used bad coping mechanisms.

A greater proportion of those who had poor knowledge about stress were stressed or highly stressed ( $p=0.002$ ). A statistically significant association was also found between the departments in the bank and level of stress of the respondents ( $p=0.002$ ).

**Conclusion and Recommendation:** The prevalence of stress was high among the bank workers studied. It is recommended that effective stress management programmes are implemented to address the problem of stress among bank workers.

**Keywords:** Work related stress, prevalence, coping mechanisms, bankers, Lagos, Nigeria.

### Résumé

**Introduction:** Cette étude évaluait la connaissance, la prévalence, les facteurs et les mécanismes d'adaptation au stress parmi les banquiers dans l'état de Lagos au Nigeria.

**Méthodes:** C'est une étude transversale descriptive où deux techniques d'échantillonnages ont été utilisées pour sélectionner deux cent vingt-sept (227) personnes interrogées. Les données ont été recueillies à l'aide d'un questionnaire structuré auto-administré. L'analyse a été réalisée à l'aide du logiciel Epi-info 2002 et Chi carré a été utilisée pour déterminer l'association entre variables à valeur  $P < 0,05$ . Le test exact de Fischer a été utilisé où Chi-carré n'était pas valide.

**Résultats:** La tranche d'âge des répondants était de 20 et 49 ans alors que l'âge moyen était de  $31,3 \pm 5,0$  ans. Seulement 3,6% avait un bon niveau de connaissances sur le stress, 42,2% avaient bon niveau tandis que plus de la moitié des répondants avaient un faible niveau de connaissance sur le stress (54,3%). La majorité des répondants (67,0 %) étaient modérément stressés alors que le quart (24,7 %) était fortement stressé. La majorité (92,4 %) des répondants a développé un bon mécanisme d'adaptation. Une plus grande proportion d'entre eux-ci avaient de pauvre connaissance de la pression du stress ( $P=0.002$ ). Une association statistiquement significative a été aussi trouvée entre les départements dans la banque et le degré de pression/stress des banquiers ( $P= 0.002$ ).

**Conclusion et recommandation:** La prévalence du stress était élevée parmi les travailleurs des banques étudiées. Il est recommandé que les programmes de gestion efficaces du stress soient mis en œuvre pour résoudre le problème de pression/stress chez les employés de banque.

**Correspondence:** Dr. Foluke A. Olatona, Department of Community Health, Lagos University Teaching Hospital/College of Medicine, University of Lagos. Lagos. Nigeria. E-mail: folaton@gmail.com.