Universidad Continental

Escuela de Posgrado

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR

Tesis

Estrés académico y procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023-I

Ana Maria Arizabal Arriaga
Haydee Ccansaya Roman
Armando Cruz Torres

Para optar el Grado Académico de
Maestro en Educación con Mención en
Docencia en Educación Superior

Lima, 2025

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital

Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

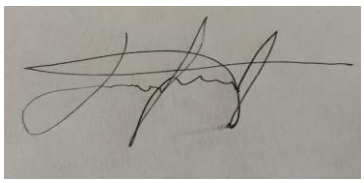
INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

A	:	Mg. JAIME SOBRADOS TAPIA Director Académico de la Escuela de Posgrado
DE	:	**Mg. Luis Victor Quispe Nuñez** Asesor del Trabajo de Investigación
ASUNTO	:	Remito resultado de evaluación de originalidad de Trabajo de Investigación
FECHA	:	29/10/2024

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarlo y en vista de haber sido designado Asesor del Trabajo de Investigación titulado "ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LA CIUDAD CUSCO, 2023 - I", perteneciente a **Bach. ANA MARÍA ARIZABAL ARRIAGA; Bach. HAYDEÉ CCANSAYA ROMÁN; Bach. ARMANDO CRUZ TORRES**, de la **MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR**; se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado **12 %** de similitud (informe adjunto) sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía — SI [x] NO [ ]
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores (N° de palabras excluidas: < **40**) — SI [x] NO [ ]
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante — SI [x] NO [ ]

En consecuencia, se determina que el trabajo de investigación constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad.
Recae toda responsabilidad del contenido de la tesis sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios de legalidad, presunción de veracidad y simplicidad, expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales – RENATI y en la Directiva 003-2016-R/UC.
Esperando la atención a la presente, me despido sin otro particular y sea propicia la ocasión para renovar las muestras de mi especial consideración.
Atentamente,



Mg. **Luis Victor Quispe Nuñez**
DNI. N° **46103259**

Universidad Continental

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, ANA MARIA ARIZABAL ARRIAGA, identificado con Documento Nacional de Identidad N° 23860834, de la MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR, de la Escuela de Posgrado de la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. El Trabajo de Investigación titulado "ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LA CIUDAD CUSCO, 2023 - I", es de mi autoría, el mismo que presento para optar el Grado Académico de MAESTRA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR. El Trabajo de Investigación no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
2. El Trabajo de Investigación es original e inédito, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
3. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

Lima, 18 de febrero de 2025

Huella

Bach. ANA MARIA ARIZABAL ARRIAGA
DNI. N° 23860834

Universidad Continental

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, HAYDEE CCANSAYA ROMAN, identificado con Documento Nacional de Identidad N° 25003918, de la MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR, de la Escuela de Posgrado de la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. El Trabajo de Investigación titulado "ESTRÉS ACADEMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE UNA UNIVERSIDAD PUBLICA DE LA CIUDAD CUSCO, 2023 - I", es de mi autoría, el mismo que presento para optar el Grado Académico de MAESTRO EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR. El Trabajo de Investigación no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
2. El Trabajo de Investigación es original e inédito, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
3. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

Lima, 18 de febrero de 2025

Bach. HAYDEE CCANSAYA ROMAN
DNI. N° 25003918

Huella

Universidad Continental

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, ARMANDO CRUZ TORRES, identificado con Documento Nacional de Identidad N° 23930051, de la MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR, de la Escuela de Posgrado de la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. El Trabajo de Investigación titulado "ESTRÉS ACADEMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE UNA UNIVERSIDAD PUBLICA DE LA CIUDAD CUSCO, 2023 - I", es de mi autoría, el mismo que presento para optar el Grado Académico de MAESTRO EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR. El Trabajo de Investigación no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
2. El Trabajo de Investigación es original e inédito, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
3. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

Lima, 18 de febrero de 2025

Huella

Bach. ARMANDO CRUZ TORRES
DNI. N° 23930051

G2.ARIZABAL ET AL. TURNITIN

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%	12%	4%	8%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
2	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Andina del Cusco Trabajo del estudiante	1%
4	fdocuments.ec Fuente de Internet	1%
5	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	1%
7	repositorio.umch.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	www.thefreelibrary.com Fuente de Internet	1%
9	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%

10	Submitted to Universidad TecMilenio Trabajo del estudiante	<1 %
11	doaj.org Fuente de Internet	<1 %
12	repositorio.utelesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas	Apagado	Excluir coincidencias	< 40 words
Excluir bibliografía	Activo		

Asesor

Mg. Luis Victor Quispe Nuñez

Agradecimiento

Estamos profundamente agradecidos con Dios por darnos la vida, salud y calidad humana para seguir adelante con nuestros proyectos y metas personales.

Quedamos profundamente agradecidos con cada uno de los miembros de nuestras familias, por estar presentes en todo el proceso de este proyecto, desde que iniciamos hasta la conclusión.

Un agradecimiento muy valioso al asesor de la presente investigación, por brindarnos todo el tiempo necesario para el asesoramiento, orientación y pautas, durante el desarrollo de la misma.

A la Universidad Continental por otorgarnos la ocasión de ampliar nuestra formación académica y ser parte de las nuevas tendencias en bien de la Educación Superior.

A cada uno de los estudiantes que nos brindaron sus valiosos minutos para obtener la información solida de la presente investigación.

Ana María
Haydeé
Armando

Índice

Asesor ii
Agradecimiento iii
Índice iv
Índice de Tablas vi
Índice de Figuras vii
Índice de imágenes viii
Resumen ix
Abstract x
Introducción xi
Capítulo I 13
Planteamiento del Estudio 13
1.1. Planteamiento y formulación del problema 13
1.1.1. Planteamiento del problema 13
1.1.2. Formulación del problema 15
1.2. Determinación de objetivos 16
1.2.1. Objetivo general 16
1.2.2. Objetivos específicos 16
1.3. Justificación e importancia del estudio 16
1.3.1. Justificación teórica 16
1.3.2. Justificación práctica 17
1.3.3. Justificación social 17
1.4. Limitaciones de la presente investigación 17
Capítulo II 19
Marco Teórico 19
2.1. Antecedentes de la investigación 19
2.1.1. Antecedentes nacionales 19
2.1.2 Antecedentes internacionales 21
2.2. Bases teóricas 24
2.2.1. Estrés académico 24
2.2.2. Procrastinación 29
2.2.3. Relación del estrés académico y la procrastinación. 33

2.3. Definición de términos básicos 34
Capítulo III 36
Hipótesis y Variables 36
3.1. Hipótesis 36
3.1.1. Hipótesis general 36
3.1.2. Hipótesis específica 36
3.2. Operacionalización de variables 36
Capítulo IV 40
Metodología del Estudio 40
4.1. Método, Tipo o alcance de investigación 40
4.1.1. Método 40
4.1.2. Tipo o alcance 40
4.2. Diseño de la investigación 40
4.3. Población y muestra 41
4.3.1. Población 41
4.3.2. Muestra 41
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos 42
4.5. Técnicas de análisis de datos 44
Capítulo V 45
Resultados 45
5.1. Resultados y análisis 45
5.1.1. Análisis de tendencia central y dispersión de las variables a correlacionar 45
5.1.2. Análisis de dispersión y distribución de datos de las variables a .. 46
correlacionar 46
5.1.3. Resultados de los objetivos de la investigación 48
5.2. Discusión de los resultados 52
Conclusiones 55
Recomendaciones 56
Referencias 57
Apéndice A: Matriz de consistencia 60
Apéndice B: Documentos de trámites administrativos 63

Índice de Tablas

Tabla 1 Operacionalización de la variable 1 estrés académico 38
Tabla 2 Operacionalización de la variable 2 procrastinación 39
Tabla 3 Número total de población 41
Tabla 4 Análisis descriptivo de las variables..... 45
Tabla 5 Análisis de dispersión y distribución de datos de la variable 46
Tabla 6 Análisis de dispersión y distribución de datos de la variable procrastinación y sus dimensiones a correlacionar 47
Tabla 7 Análisis de correlación de las variables 48
Tabla 8 Nivel del estrés académico 48
Tabla 9 Nivel de Procrastinación 49
Tabla 10 Análisis de correlación de estrés académico y las dimensiones de procrastinación. 50
Tabla 11 Análisis de correlación entre las dimensiones de estrés..... 51
Tabla 12 Baremo de escala 73

Índice de Figuras

Figura 1 Esquema del diseño de la investigación 40

Figura 2 Frontis principal de la UNSAAC 77

Figuras 3 y 4 Vista del pabellón de la Escuela Profesional de Arqueología de la UNSAAC
……77

Figuras 5 y 6 Proceso de la aplicación de las respectivas encuestas dentro de la Escuela Profesional de Arqueología, la misma que fue aplicada a los estudiantes del IX y XI de la UNSAAC..... 78

Figuras 7 y 8 Proceso de la aplicación de las respectivas encuestas dentro de la Escuela Profesional de Antropología, la misma que fue aplicada a los estudiantes del IX de la UNSAAC……..……790

Figura 9 Aplicación de los instrumentos en el aula académica de la Escuela Profesional de Antropología junto a la tesista Haydeé Ccansaya R 801

Figura 10 Aplicación de los instrumentos en el aula académica de la Escuela Profesional de Arqueología junto a la tesista Ana María Arizábal A 801

Figura 11 Aplicación de los instrumentos en el aula académica de la Escuela Profesional de Historia junto al tesista Armando Cruz T 801

Índice de imágenes

Imagen 1 Número de estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la UNSAAC – 2023 I. 63
Imagen 2 Solicitud para uso de instrumento para estrés académico. 64
Imagen 3 Respuesta a la Solicitud para uso de instrumento para estrés académico
. 65
Imagen 4 Solicitud para Aplicar instrumentos en la UNSAAC 66
Imagen 5 Respuesta para Aplicar instrumentos en la UNSAAC 67

Resumen

La pesquisa se abordó con el objetivo de determinar la relación que existió entre el estrés académico y procrastinación en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I, el método que se empleó fue enfoque cuantitativo, de alcance correlacional, el diseño es no experimental y la población quedó comprendida por alumnos de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco de 329 participantes de una población de 1094 estudiantes de tres (3) escuelas profesionales: Antropología, Arqueología e Historia; las técnicas empleadas para el recojo de los datos fueron mediante las encuestas de los cuestionarios formulados, las que fueron evaluadas en cuanto a la validez y confiabilidad, en el programa de Jamovi, identificándose que 68.4% tuvo un nivel moderado de estrés académico, en cambio la procrastinación obtuvo un nivel medio 93.6%. Concluyendo que gran porcentaje de los encuestados se encuentran en el nivel moderado de estrés académico y un nivel medio de procrastinación; así mismo existió una correlación positiva y baja (r=0.112; p<0.05) entre el estrés académico y la procrastinación.

Palabras claves: Estrés académico, procrastinación, investigación, universidad, estudiantes, instrumentos.

Abstract

The research was approached with the objective of determining the relationship that existed between academic stress and procrastination in students of the Faculty of Social Sciences of a public university in the city of Cusco, 2023 - I, the method used is a focus quantitative, correlational in scope, the design is non-experimental and the population was made up of students from the Faculty of Social Sciences of a public university in the city of Cusco of 329 participants from a population of 1094 students from three (3) professional schools : Anthropology, Archeology and History; The techniques used to collect the data were through the questionnaire surveys formulated, which were evaluated in terms of validity and reliability, in the Jamovi program, identifying that 68.4% had a moderate level of academic stress, while In procrastination, 93.6% obtained a medium level. Concluding that the majority of respondents are at a moderate level of academic stress and a medium level of procrastination; Likewise, there was a positive and low correlation ($r=0.112$; $p<0.05$) between academic stress and procrastination.

Keywords: Academic stress, procrastination, research, university, students, instruments.

Introducción

El estudio, elegido con el tema titulado: “Estrés académico y procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I”, situación de estrés en general toma mucha incidencia a partir de la problemática ocasionada por el COVID- 19, que atravesó el universo entero, no siendo ajeno dentro de la educación superior en los estudiantes universitarios que atravesaron dicha situación.

En esta investigación se está considerando a una población en general, que son los estudiantes de las escuelas profesionales de: Antropología, Arqueología e Historia de la Facultad de Ciencias Sociales; en la cual se quiere poner en evidencia el grado de estrés académico y procrastinación que existe entre las dos variables en el ámbito estudiantil de la investigación.

Por lo mismo; desarrollar esta investigación de alcance correlacional, donde se busque establecer la correlación que hay entre ambas variables (estrés académico y procrastinación), permitirá tener una información adecuada a la realidad en la cual atraviesan los estudiantes y tener una certeza verificable que ambas variables se vinculan entre sí.

Considerando los hallazgos de la investigación y al obtener la correspondencia entre ambas variables se propone buscar alternativas de manejo en situaciones estresantes y procrastinadores, tomando en cuenta algunas maneras de sobrellevar dichas situaciones a través de la implementación de estrategias de mejora con un control del estrés académico generando la práctica de algunos espacios cortos como: pausas activas, físicas y mentales dentro del aula, entre el tiempo de los espacios académicos, talleres dinámicos y de esta manera lograr superar dichas situaciones problemáticas del tema investigado; mientras que para la procrastinación al tener más del 90%, evidencia que un grupo significativo de encuestados presentan un grado medio, la implicancia es manejable frente al conjunto de situaciones relacionados probablemente a sobrecarga académica

haciendo que la procrastinación sea habitual en posponer sus actividades académicas.

Con los hallazgos de la pesquisa se arriba a la conclusión que un grupo mayoritario de los encuestados se encuentran en el grado moderado de estrés académico; por otra parte, coexiste una reciprocidad positiva y baja entre el estrés académico y la procrastinación; en tal sentido esta investigación sea un tema abierto y punto de inicio para muchas investigaciones futuras dentro del mundo académico y científico sin perder la esencia y punto de atención al estudiante como ser humano que esta propenso a adquirir situaciones adversas que involucren a su desarrollo personal, entorno familiar académico y lo más importante como recurso vital y viable para el desarrollo dentro de la sociedad cuando cada uno de los estudiantes logren sus objetivos en ser profesionales idóneos en todas sus capacidades y competencias adquiridas en las aulas universitaria.

Capítulo I

Planteamiento del Estudio

1.1. Planteamiento y formulación del problema

1.1.1. Planteamiento del problema

El estrés se presenta en el diario vivir de las personas, acogiendo diversas formas de acuerdo a la situación que se experimente.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) conceptualiza el estrés como “grupo de reflejos innatos que posibilita que el organismo esté listo para la acción”.

La población estudiantil universitaria son los más vulnerables al estrés, debido a que un porcentaje alto de las enfermedades se asocian a éste (Kloster, 2019).

Un estudio realizado por una Universidad de México (2023), obtuvo que aproximadamente el 60% de estudiantes universitarios mexicanos, adolecen estrés académico.

Se sabe que el estrés afecta de manera personal, escolar y física, por tanto, el propósito es brindar información a la comunidad universitaria para que reflexionen y comprendan cómo cuidar su salud (Peralta, 2023).

A nivel nacional; el estrés académico en los adolescentes se origina a partir de la sobrecarga de actividades académicas que se acumulan a lo largo de su formación escolar; asimismo, existen otras razones por las que también existe este problema tales como: resolver un examen muy difícil, entregar tareas y culminación del ciclo escolar (Cassaretto et al., 2021).

Mientras, Estrada et al. (2021) argumenta que el 30% de los estudiantes de formación superior a nivel Perú padecen los efectos de estrés presentando así problemas de salud mental que se

ocasionan como consecuencia de la presión académica que existe en el cumplimiento de sus actividades académicas.

El inicio de la vida universitaria involucra que el estudiante adolescente deba enfocarse en su carrera profesional; esta elección muchas veces es la más difícil, debido que se deben analizar varios factores como: la estabilidad económica, apoyo de padres, rendimiento académico y metas por cumplir.

En otros términos, el adolescente realizara un análisis general de todo lo que implica su vida. Asimismo; el estrés estudiantil al que están propensos gran porcentaje de adolescentes se debe muchas veces a las condiciones de cada uno de los estudiantes, pero no queda fuera los aspectos propios que comprende una institución educativa tales como: malla curricular inadecuada y horas académicas muy extensas (Luque et al., 2022).

Por ello; el estrés está fuertemente asociado con la conducta procrastinadora donde, los estudiantes universitarios que son más susceptibles de sufrir estrés, tanto externo como interno, tienden a procrastinar más. Por el contrario, Burgos y Salas (2020) refiere que los alumnos de formación superior con menores grados de estrés, no suelen procrastinar y tienen un mejor resultado académico. Además, la ansiedad es otro elemento clave de la conducta procrastinadora, donde las características del temperamento ansioso se asocian directamente con la procrastinación.

Conforme a la indagación efectuada en una universidad privada de Cusco 2018, al menos un 60% de estudiantes universitarios tienden a procrastinar dejando de lado sus quehaceres académicos y compromisos, realizando a último minuto sus tareas (Pilares, 2020).

De acuerdo al antecedente institucional; la realidad y problemática expuesta, los autores de la presente tesis han obtenido información acerca de que en la facultad de ciencias sociales de una universidad nacional de Cusco a la fecha no se han desarrollado investigaciones

que correlacionen el estrés académico y la procrastinación; por lo que inferimos que los alumnos universitarios mencionados no estarían exentos de padecer estrés académico y procrastinación durante el desarrollo de sus estudios académicos; también existiría la posibilidad que estos fenómenos estén vinculados. No obstante; esta información no es empírica por lo que se hace aún más necesario llevar a cabo una investigación para tener mayor certeza en lo que se está manifestando.

1.1.2. Formulación del problema

A. Problema general

¿Cuál es la relación entre estrés académico y procrastinarían en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I?

B. Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I?
- ¿Cuál es el nivel de la procrastinarían en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I?
- ¿Cuál es la relación entre estrés académico y las dimensiones de la procrastinarían en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I?
- ¿Cuál es la relación entre las dimensiones del estrés académico y la procrastinarían en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I?

1.2. Determinación de objetivos

1.2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I.

1.2.2. Objetivos específicos

- Describir el nivel del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I.
- Describir el nivel de la procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I.
- Determinar la relación entre estrés académico y las dimensiones de la procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I.
- Determinar la relación entre las dimensiones del estrés académico y la procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I.

1.3. Justificación e importancia del estudio

1.3.1. Justificación teórica

Esta investigación propone dar un aporte que ayude a llenar cierto vacío existente en relación al estrés académico y la procrastinación en la formación superior, enfocado en los alumnos de la Facultad de Ciencias Sociales, en las escuelas profesionales de Antropología, Arqueología e Historia de una universidad nacional, puesto que aún no se realizaron algunos estudios en relación a esta temática, por lo que sería un gran aporte a la investigación académica dentro del ámbito estudiantil y de esa manera lograr beneficios en los estudiantes universitarios en bien de su desarrollo académico.

1.3.2. Justificación práctica

Este trabajo de investigación brindará la información necesaria para establecer la correspondencia existente del estrés académico y la procrastinación en la población de los alumnos de Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco. A partir de los hallazgos del presente trabajo de investigación se podrá diseñar talleres y estrategias efectivas que permitan a los estudiantes tener oportunidades de relajación a través de juegos lúdicos, espacios culturales, de recreación y entretenimiento para aliviar la tensión académica de los alumnos y su correspondencia con la procrastinación.

1.3.3. Justificación social

Los beneficiados directos de esta investigación son los alumnos de formación superior de una universidad pública de Cusco; para quienes a raíz de los hallazgos encontrados en la presente tesis, se podría implementar programas y talleres provisorios para mejorar el afrontamiento del estrés que influyan una serie de técnicas de relajación, restructuración conflictivas que permitan reducir los efectos del estrés y ansiedad en los alumnos ayudándolos a optimizar su forma de vida académica; lo que conllevaría a disminuir comportamientos procrastinadores. Otros beneficiarios serían los mismos docentes, que siendo capacitados podrían brindar una mejor educación a los estudiantes que se abordan en el estudio.

1.4. Limitaciones de la presente investigación

El factor tiempo y no contar con las facilidades en los respectivos trámites administrativos – burocráticos, conllevo a la frustración, al no tener respuestas dentro de los plazos propuestos para el desarrollo de trabajo de campo en la institución pública educativa superior, afrontando dificultades con los estudiantes que; reflejaban síntomas de sueño, inquietud, desgano, sentimiento de la no predisposición

para colaborar a las encuestas, ya que se encontraban en exámenes, ensayo, entrega de trabajos finales.

Otro limitante durante el proceso del desarrollo fue la dificultad del acceso a algunas aulas para recolectar datos, debido a que los alumnos universitarios estaban en las últimas semanas para concluir el semestre académico y los docentes con la premura de desarrollar sus clases y culminar con las evaluaciones finales.

Capítulo II
Marco Teórico

2.1. Antecedentes de la investigación

Se hallaron varios estudios de contexto nacional e internacional que tuvieron como fin analizar la correlación que existe entre el estrés académico y la postergación de actividades académicas en estudiantes que cursan estudios superiores y en algunos casos corroboraron dicha relación, sin embargo, en otras investigaciones no encontraron dicha relación entre estas variables, pero si con otras. Seguidamente, se dará a conocer primero los estudios realizados en diversos centros superiores del Perú y posteriormente las llevadas a cabo en otros países:

2.1.1. Antecedentes nacionales

Estrada et al. (2022), realizaron una pesquisa a fin de establecer la correspondencia entre la procrastinación y el estrés académico en alumnos de un IESP de Puerto Maldonado, Perú. Se consideró una praxis cuantitativa, diseño no experimental y el tipo descriptivo relacional de diseño especifico transversal. La población fue de 240 alumnos del ciclo 2020 – I y su muestra compuesta por 189 estudiantes. Aplicaron dos instrumentos adecuadamente validados y confiables: como es el inventario SISCO, cuyos hallazgos muestran que 4 de cada 10 alumnos evidenciaron una procrastinación moderada y 5 de cada 10 evidenciaron un estrés de nivel alto. Asimismo, se halló una correspondencia positiva y significativa entre las variables (rs= 0,630; p=0,000<0,05). Concluyendo que mayor postergación de actividades académicas habrá mayor nivel de estrés académico.

Orco et al. (2022), desarrollaron un estudio donde propusieron evaluar la vinculación entre estrés y procrastinación. El grupo poblacional fue de 800 alumnos matriculados quedando como muestra 91 estudiantes. Fue analítico transversal y se aplicaron los

instrumentos (EPA) para la procrastinación y (SISCO) para estrés. Las variables se relacionaron con énfasis en sexo y edad. Se consideró los modelos lineales cuyos valores de significancia resultaron ser relevantes $p \leq 0,05$. Sus resultados mostraron una relación entre la procrastinación y el género masculino de los encuestados ($p = 0,001$), la edad ($p=0,035$) y el estrés ($p=0,022$). Concluyendo que la procrastinación mantuvo una relevante asociación con el estrés.

Visaga (2022), analizo las variables procrastinación y estrés académico con el objetivo de conocer su correspondencia entre sí, lo cual se desarrolló con la participación de los alumnos de un ISPT-Cusco. El enfoque fue cuantitativo, tipo descriptivo relacional, no experimental, de corte transversal y transaccional. Como técnica utilizó la encuesta, el cual ha sido evaluado en cuanto a la validez seguido a ello esta técnica ha sido aplicado a 150 estudiantes de un total de 4,660 estudiantes matriculados. Los valores inferenciales demuestran que existe una correspondencia de relación directa baja de ($p<.000$; $r=0,310$) entre las variables; concluyendo que, existió una vinculación intensa entre ambas variables.

Delgado et al. (2021), buscaron evaluar la asociación de estrés académico con el bienestar psicológico y papel que juega la procrastinación dentro ello. La muestra fue de 391 alumnos de formación superior de Lima Metropolitana. Los instrumentos utilizados para analizar ambas variables fue el (SISCO SV-21) y (EPA), cuyos valores inferenciales evidencian que la procrastinación y el estrés no tienen correspondencia alguna con el bienestar psicológico de un estudiante. Asimismo, la aparición de factores estresantes y sintomatologías asociados al estrés, y la procrastinación resultaron ser predictores principales del bienestar psicológico; no obstante, si interactúan ambas variables no implica un efecto significativo. Se llega a la conclusión que no existió un efecto regulador de la postergación de actividades académicas en la vinculación entre

estrés y bienestar psicológico. Por el contrario, se encontró que la procrastinación ejerce un papel regulador en la relación entre la existencia de factores estresantes y el desarrollo de las sintomatologías relacionadas al estrés académico.

Bernal (2019), ejecuto un estudio cuya finalidad fue establecer la relación que existe de procrastinación y el estrés académico en alumnos universitarios de Instituciones nacionales y privadas de Lima Metropolitana, fue de praxis cuantitativo, con diseño correlacional y de característica transversal. El grupo poblacional fue de 173 alumnos, con una muestra de 156 participantes, de 19 a 32 años. Las apreciaciones inferenciales revelaron una correlación intensa entre las variables. Concluyendo que, las valoraciones dadas respecto al estrés académico no varían en casi nada respecto al tipo de universidad de donde uno provenga. Finalmente, los varones evidenciaron mayor procrastinación que las mujeres; no obstante, las mujeres desarrollan más el estrés.

2.1.2 Antecedentes internacionales

Espín y Vargas (2023), llevaron a cabo una pesquisa donde se propusieron establecer la correlación entre la procrastinación y el estrés académico en alumnos universitarios; fue no experimental, con ruta cuantitativa, de alcance descriptivo-correlacional y de característica transversal. Para ello se consideró una muestra de 432 estudiantes elegidos por criterio del investigador, para lo cual se utilizó los instrumentos de la (EPA) y el Inventario SISCO. Los hallazgos evidencian que no existió correspondencia entre las variables (*rho*=0.062; *p*=0.197>0.05); asimismo, la que tuvo menor predominio entre las dimensiones de procrastinación fue autorregulación en un 96.1%, mientras que el aplazamiento de actividades fue de nivel alto 85.9%; en cuanto al estrés académico preponderó el nivel severo 41.9 %, observándose diferencias significativas según el sexo (x^2= 9.96; *p*=0.007<0.05); en el nivel severo hay mayor incidencia en las mujeres respecto a los hombres. Se concluyó, que el estrés

académico en formación superior fue independiente de la procrastinación.

Ramírez et al. (2022), realizaron una investigación a fin de investigar la correspondencia que existe entre el uso del internet, estrés y procrastinación académica; fue cuantitativo, no experimental y de carácter transversal. Tuvo una muestra constituida por 448 alumnos de educación superior de 17 a 34 años a quienes se les suministró los cuestionarios del inventario SISCO y CUPI para medir la adicción a redes sociales y EPA para estrés, en cuyas valoraciones se determinaron diferencias elementales en cuanto al género tanto en la categoría de reacciones a la tensión académica como de autorregulación, mostrando baja autorregulación en varones. Asimismo, se mostró vinculación directa en cuanto al uso de las redes sociales y el aplazamiento de actividades en el sexo femenino y los inconvenientes acarreados por uso excesivo de redes sociales y las reacciones psicológicas al estrés en el sexo masculino. Concluyendo que, el cambio de una educación presencial a una educación digital trajo consecuencias en las tres variables de estudio a los alumnos de dicha universidad.

Magnin (2021), llevó a cabo un estudio con la finalidad de evaluar la correspondencia de procrastinación y estrés académico de alumnos de Psicología de Paraná; fue de ruta cuantitativa, descriptivo correlacional, y de carácter transversal. Se aplicó a un grupo de 64 estudiantes argentinos de Psicología, Universidad Católica. Los instrumentos empleados fueron: un cuestionario sociodemográfico, la escala SISCO y la escala Tuckman. Los hallazgos evidencian que entre estas variables existe una relación directa entre sí (r = .55; p< .01). Concluyendo que la vinculación implica que a mayor nivel de estrés mayor nivel de procrastinación. Del mismo modo, se logró apreciar que la dimensión reacciones fisiológicas es aquella que tiene mayor vinculación con la procrastinación. A ello se suma que las valoraciones evidenciadas en ambas variables indican que ambas se

encuentran en el nivel medio. Por lo mismo los investigadores vieron por conveniente sugerir a los miembros responsables de las universidades tomar mayor a las variables evaluadas puesto que afecta directamente al estado emocional de los alumnos.

Barraza y Barraza (2019) ejecutaron una pesquisa que tenía como finalidad determinar la correlación de procrastinación y estrés académico en alumnos mexicanos de educación media superior. La ruta fue cuantitativa, de diseño no experimental, correlacional y de carácter transversal. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario SISCO, cuya muestra fue de 300 estudiantes, los hallazgos reflejan la inexistencia de correspondencia entre los factores estresores (p=.363) y síntomas (p=.136) con la procrastinación dejando claro que ninguno de ellos es un factor determinante; asimismo, se evidencia que las estrategias de afrontamiento tampoco son un factor determinante de procrastinación. Concluyendo que en la investigación no se logró determinar la relación entre las variables por lo tanto el estrés no es un factor predictor de procrastinación (p=.165).

Muliani et al. (2020) desarrollaron una investigación cuyo propósito radico en establecer la correspondencia del estrés y la procrastinación en alumnos de ciencias de la salud, se consideró el diseño de tipo relacional de carácter transversal y su muestra estuvo compuesta por 145 universitarios, utilizando un muestreo probabilístico estratificado. Aplicaron dos instrumentos: La escala (APS) y el inventario (SSI)[1]. Como hallazgo mostraron que un grupo mayoritario de alumnos padecían estrés y procrastinación moderada (>80% y <82%). De la misma forma se determinó una correspondencia directa entre las variables (r=.442 y p=.000). Se concluyó que las variables en análisis son factores predictora el uno de la otra sobre todo cuando se busca analizar desde la apreciación de los alumnos de enfermería de Bandung-Indonesia.

[1] SSI = Student Satisfaction Inventory

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Estrés académico

A. Aproximación conceptual del estrés académico

Para Alfonso et al. (2015) esta reacción fisiológica es uno de los problemas que mayor repercusión negativa ha tenido en los estudiantes de nivel de educación básica regular y superior, lo que se origina como consecuencia de cumplir una serie de actividades escolares. Asimismo, se debe que hoy en día los estudiantes están propensos a muchas exigencias tanto internas como externas lo que impactan su desempeño en el ámbito escolar.

Es el proceso de tensión de la preocupación se produce en base a los estímulos físicos y aspectos sociales que se someten en las personas en solicitud que no se pueden complacer de forma apropiado en el tiempo que distinguen las carencias de satisfacer y resulta desajustarse en varias demandas sociales, ambientales, recursos materiales disponibles (Sánchez, 2010).

Es un estado de tensión mental como agrupaciones de particulares relaciones entre las personas y el acontecimiento, en esta situación que es valorada como algo que perjudica o propase los recursos propios y que pone en riesgo de la persona su bienestar y se resalta los elementos psicológicos o relacionado a ello y el cumplimiento de los objetivos educativos (Berrío y Mazo, 2011).

Es un proceso de preocupación constante que se manifiesta que genera la implicación de los estímulos, respuestas y etapas mentales que, mediante ello, se supone una situación del organismo que caracteriza un sobre esfuerzo, es un procedimiento de ritmo dinámico que se involucra distintas

variables que tienen la función en diferentes niveles y relación entre sí (Feitosa, 2017).

Es una fase ordenada que tiene características adaptativas y psicológicas que se originan en el contexto académico (Vasquez, 2021).

Para efectos de esta investigación se consideró el concepto según Alfonso et al. (2015), porque los estudiantes durante la etapa universitaria padecen reacciones de estresores relacionadas con las actividades académicas y también la preocupación por su rendimiento académico que podrían impactar en su desempeño estudiantil.

B. Aproximación teórica del estrés académico

Teoría del estrés de Selyer.

Según Selyer (1960) la acción de estimulación del estrés es un componente que perjudica en contra del equilibrio dinámico del organismo, donde, el estresor es representante perjudicial para la estabilización del modelo homeostático del cuerpo, donde, la acción de estimulación del estrés es un componente que perjudica en contra del equilibrio dinámico del organismo, donde, el estresor es representante perjudicial para la estabilización del modelo homeostático del cuerpo, considerando que el estrés es parte de la situación que se manifiesta por una enfermedad específicamente, que consiste en que todos los cambios indeterminados están vinculados dentro de un modelo biológico.

Teoría basada en el estímulo

Aquellas hipótesis fundadas en el ánimo analizan y comprenden que el estrés parte de la particularidad de grupos a los impulsos del entorno, analizando que estos puedan agitar o cambiar el movimiento físico químico del individuo.

Frente a ello, Holmes y Rahe (1967) lograron expandir el estudio del estrés con relación a la salud, quien añadió que es el resultado de experiencias objetivas resultantes de un proceso de reajuste sustancial en base al comportamiento de la persona.

Teoría de Sapolsky

En el modelo de Sapolsky, el estrés se entiende desde la perspectiva de la agitación emocional, donde se entiende que el estrés es una respuesta ante los hechos donde surge la agresión, el cual influye en la manifestación fisiológica corporal. Al respecto, Sapolsky (2004) indica que los sucesos influyentes en el estrés se generan en todas las especies y que surgen ante los hechos de agresión para poner en marcha la actividad defensiva del individuo, el cual es parte del proceso adaptativo filogenéticamente dado.

La teorización del estrés académico se sustenta en un estudio elaborada sobre el mismo tomando como base a modelos teóricos agrupados como son: interaccional y transaccional.

Modelo sistémico- cognoscitivista del estrés académico

El análisis realizado hasta este momento conduce a la autor a reconocer la necesidad de construir una conceptualización del estrés académico que: a) trasciendan las definiciones unidimensionales altamente referenciales propias del programa de investigación Estímulo-Respuesta y b) involucre la construcción de un modelo teórico propio o específico para el campo del estudio de la reacción fisiológica para lograr ese objetivo el autor construyó el prototipo organizado - cognoscitivista referente al estrés académico qué procedimentalmente hablando se realizó tomando como base a la teoría de la modelización sistémica (Colle, 2002).

Hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico

Modelo que se caracteriza por ser muy diferente de la concepción tradicional del estrés, donde esta definición enfatiza a dos sistemas importantes como es la estructura y los subsistemas haciendo que dicho sistema se ha visto de manera abierta donde exista una interacción relacional del sistema y el contexto que lo rodea; es decir todas las fases que ocurren antes del estrés son efectos que se dan como parte del proceso de entrada y salida que realiza el organismo para alcanzar su equilibrio de manera mucho más precisa el estrés académico puede graficarse del siguiente orden el estudiante en su formación académica se siente sometidos a un conjunto de exigencias que como al ser estimadas como este provocan un desequilibrio sistémico entre paréntesis situación estresantes y referencias; este se presenta en un conjunto de signos denominados indicadores que provocan el desequilibrio (Barraza, 2008).

Para la investigación se eligió la teoría de Selyer, ya que el estrés está en una relación estrecha con la homeostasis, el mismo que es un factor determinante en el equilibrio y buen funcionamiento corporal, lo que conlleva al estado psicológico favorable o desfavorable.

C. Características del estrés académico

- El estresor es representante perjudicial para la estabilización del modelo homeostático del cuerpo (Selye 1960).

- El estrés es una respuesta ante los hechos donde surge la agresión (Sapolsky 2004).

- Estado de tensión mental como agrupaciones de particulares relaciones entre las personas y el acontecimiento (Berrio y Mazo, 2011).

D. Dimensiones del estrés académico

Según (Barraza-Macías, 2018) las dimensiones del estrés estudiantil son las siguientes:

a. Dimensión estresores

Dimensión que presenta un conjunto factores estresantes que de manera directa o indirecta se presentan en los alumnos para desequilibrar la salud mental de cada uno, como de estos factores por ejemplo es el exceso de tareas que se deben realizar y cumplir a diario; esta dimensión toma en consideración una escala de valores.

b. Dimensión síntomas (reacciones)

Esta dimensión presenta un conjunto de respuestas que los alumnos muestran cuando se encuentran en una situación de estrés, por ejemplo, con qué periodicidad se presenta el cansancio permanente cuando un estudiante está estresado. Considera la misma escala de valores de la dimensión anterior.

c. Dimensión estrategias de afrontamiento

Presenta un conjunto de actividades que los alumnos ponen en práctica a fin de hacer frente al estrés, por ejemplo, indica la frecuencia que utiliza el estudiante para enfocarse en solucionar un problema que le aqueja. Por lo cual, considera la misma valoración de las dimensiones anteriores (Barraza-Macías, 2018).

2.2.2. Procrastinación

A. Aproximación conceptual de la procrastinación

Según (Ostoich, 2019) la procrastinación está presente en la vida cotidiana de las personas como en el contexto laboral, político, bancario, entre otros. Asimismo, está presente en el campo académico, donde los estudiantes tienen un patrón conductual aplazando las tareas que se les asigna dando lugar a consecuencias graves que conlleva a su bajo rendimiento académico.

El aplazamiento de actividades en el contexto académico es la conducta de posponer sin justificación razonable la elaboración o presentación de una actividad educativa, el cual va ligado a la falta de motivación por realizar tal tarea a tiempo dejándola para un momento final y sentir mayor satisfacción emocional (Ruiz y Cuzcano, 2018).

En el ámbito educativo se comprende que la procrastinación es la acción de dilatar el tiempo delimitado para realizar una actividad planificada en un momento dado, el cual puede darse por falta de agrado a la tarea, carencia de planeación, ausencia de disciplina u organización de tiempo, sin embargo, ello genera ansiedad y estrés (Rodríguez y Clariana, 2017).

Considerando que en el ámbito académico los jóvenes universitarios tienden a posponer sus quehaceres conferidos por sus docentes lo que implica que su rendimiento pueda bajar en sus estudios (Ostoich, 2019).

B. Aproximación teórica de la procrastinación

Teoría psicodinámica

Baker (1979) en su teoría describe que:

La angustia como consecuencia del vínculo familiar que constituye enfermedad, por ello, la frustración de los niños

juega un papel muy esencial, donde, las funciones de los progenitores es proporcionar lo necesario al niño con una conexión empática favorable para reducir e incrementar su valoración (p.425).

De este modo, si los progenitores realizan sus funciones adecuadamente, los infantes tendrán una alta seguridad para la realización de sus tareas académicas y prevengan tener comportamientos que son procrastinadoras en el procedimiento de las instituciones superiores.

De igual forma Hellman (1954), aprendió a través de este modelo, el vínculo entre la progenitora y los hijos se muestran por patrones iguales, donde se evidencia una angustia desesperante en cuanto a la eliminación de esta relación y la refutación de esta preocupación. Es de suma importancia, desarrollar de manera adecuada vínculos afectivos en los familiares, para que el infante efectúa su proceso de crecimiento de manera efectiva y saber que el estrés, angustia podría interferir en el comportamiento procrastinadora en las acciones que se desarrolla diariamente.

Para Rothblum (1990) sostiene que:
El modelo psicodinámico en la investigación de la angustia frente rechazo, ha sido incrementada a raíz de sugerencias entendibles y reuniones con un número mínimo de situaciones por lo que no se encontró muchos avances investigativos en base al estudio de la acción de retrasar situaciones que deben ser atendidas desde ello considerar y llegar a los objetivos convenientes (p.502).

La procrastinación, según Ferrari y Tice (2007), es un fenómeno común en adolescentes y jóvenes universitarios, ya que como mencionan Peñacoba y Moreno (1999), estaría involucrando situaciones que demandan recursos inmediatos como

organización, tareas, adaptación a exigencias nuevas, entre otros. Sin embargo, al pretender reducirla y no lograrlo desarrollan un estado de angustia culpa, lo que produce bajo rendimiento académico, así como riesgo en su salud mental generado por el estrés producido (Sirois, 2007).

Adicionalmente, Popoola (2005 en Álvarez, 2010) menciona que, quien procrastina puede hacerlo e intenta hacerlo, pero no lo hace, por ende, tendría componentes conductuales, emocionales y cognitivos (Alvarez y Cerrón, 2020 p.4).

Para el tema de investigación se eligió el segundo párrafo sostenido por Hellman, que la estrecha relación entre la progenitora con los hijos genera vínculos afectivos en el entorno familiar y fortalecer la autoestima del niño conllevando esa seguridad en el proceso de su aprendizaje y de esa manera evitar o interferir la procrastinación en su formación académica.

C. Características de la procrastinación

Las principales características de procrastinación son:

- Los estudiantes tienen un patrón conductual aplazando las tareas (Ostoich, 2019).
- Acción de retrasar situaciones que deben ser atendidas (Rothblum, 1990).
- Conducta de posponer sin justificación razonable la elaboración o presentación de una actividad educativa (Ruiz & Cuzcano, 2018).

D. Dimensiones de procrastinación

Arévalo (2011), propone que las dimensiones de procrastinación son las que siguen:

a. Dimensión falta de motivación

Se comprende como una forma actuar, donde la persona manifiesta deficiencias en cuanto respecta a precisar y efectuar sus actividades, además implica que el sujeto no posee iniciativa propia en lo que quiere alcanzar como objetivo. Por tanto, se puede precisar que a medida que estos factores vayan aumentando de valoración mayor será la falta de motivación de la persona en cumplir sus responsabilidades académicas.

b. Dimensión dependencia

Dimensión donde el sujeto persiste en la idea de cumplir con sus actividades a través de la ayuda de otros. Para esta dimensión la valoración más alta es 250 y la menor es inferior a 50. Lo que implica si la dependencia aumenta en sus valoraciones el sujeto persistirá en la idea de realizar su actividad académica si o si con la presencia de otros.

c. Dimensión baja autoestima

Implica no realizar una actividad por temor a realizar lo malo, donde el sujeto piensa que sus competencias no son lo suficientemente buenos. La valoración más alta a lograr es 250 y el mínimo 50. Cuanto mayor sea el valor obtenido en esta dimensión será sinónimo de que el estudiante cuenta con baja autoestima, por lo tanto, no tienden a desarrollar sus actividades.

d. Dimensión desorganización

Implica el mal uso del tiempo y ambiente que efectúa la persona al momento de realizar sus actividades académicas, por lo tanto, no se logra concretar todas las actividades planificadas. La valoración máxima a

lograr es de 250 y el mínimo 50. Lo que implica cuando más aumente la valoración de este aspecto la presencia de esta dimensión también aumentara.

e. Dimensión evasión de la responsabilidad

Individuo que no cumple con sus responsabilidades por cansancio o considerar que no son prioritarias. La valoración alta a lograr es 250 y el mínimo 50. Lo que implica que un aumento considerable de esta dimensión es sinónimo que el sujeto está evadiendo sus obligaciones en el cumplimiento de sus tareas académicas.

2.2.3. Relación del estrés académico y la procrastinación.

Según Magnín (2012), sostiene la existencia de mayor presencia de estrés en los alumnos universitarios habrá una mayor acción de procrastinar, lo que significaría un problema y una preocupación contante para la comunidad de educación superior puesto que afectan directamente a los alumnos. Por tanto, las evidencias que muestren cada una de las investigaciones debe invitar a reflexionar como se puede solucionar este tipo de problema que afecta negativamente en la salud y bienestar de los alumnos (p. 8).

A través del presente estudio se pretende comprobar la existencia de correlación de estrés académico y la procrastinación en alumnos de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad del Cusco, y así nos permita comprender el impacto que tenga una variable sobre la otra y sirva para proponer prácticas preventivas de salud emocional en estudiantes que están en proceso de formación (Propósito de la presente investigación) (p. 10).

2.3. Definición de términos básicos

- **Concentración**

  Basado en la intensidad de la atención que indica la fuerza con que un individuo concentra su atención en un actividad, objeto o tarea determinada, haciendo abstracción de todo lo demás (Machado et al., 2021).

- **Correlacionar**

  Establecer una correlación o correspondencia entre dos o más cosas (Real Academia Española, 2018).

- **Desorganización**

  Considerada como termino de obstaculizar el desarrollo que tiene la persona para no realizar eficientemente una tarea o actividad encomendado (Diez Canseco, 2016).

- **Dimensiones**

  Conceptualizado como un todo del ser humano en cuerpo, mente, espíritu y comunidad, para establecer los porque educativos, y lograr dichos propósitos de los contenidos y métodos de estudio (Hernández - Jiménez, 2015).

- **Estrés**

  El estrés es una reacción del organismo donde se precisan los diferentes componentes fisiológicos que están presentes en conservar en equilibrio dos factores importantes como lo físico y lo químico (Román y Hernández, 2011).

- **Estrés académico**

  Conceptualizado como una reacción fisiológica que se da en los aspectos emocionales, conductuales y cognitivas que aparecen como consecuencia de un estímulo académico (Berrío y Mazo, 2011).

- **Estresores**

  Son los estímulos que provocan el desencadenamiento del estrés en un momento determinado (Berrío y Mazo, 2011).

- **Motivación académica**

  La motivación está relacionada con el rendimiento de los estudiantes por una serie de variables de motivación como el rendimiento de manera profunda y superficial, las mimas que se conectan entre sí (Medina, 2023).

- **Procrastinación**

  Comportamiento que esta frecuentemente asociado al rechazo a las exigencias e imposiciones y caracterizado por una falta de organización y responsabilidad, sea en el ámbito académico, familiar y laboral (Marquina, et al., 2018).

- **Procrastinar**

  La procrastinación se distingue por prorrogar de manera deliberada la ejecución de actividades que deberían ser entregados en un determinado tiempo (Torres, 2021).

Capítulo III

Hipótesis y Variables

3.1. Hipótesis

3.1.1. Hipótesis general

Existe relación significativa entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I.

3.1.2. Hipótesis específica

- Existe relación entre el estrés académico y las dimensiones de la procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I.
- Existe relación entre las dimensiones del estrés académico y la procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad Cusco, 2023 - I.

3.2. Operacionalización de variables

3.2.1. Variable 1 – Estrés Académico

Según Alfonso et al. (2015) esta reacción fisiológica es uno de los problemas que mayor repercusión negativa ha tenido en los estudiantes de nivel de educación básica regular y superior, lo que se origina como consecuencia de cumplir una serie de actividades escolares. Asimismo, se debe que hoy en día los estudiantes están propensos a muchas exigencias tanto internas como externas lo que impactan su desempeño en el ámbito escolar.

3.2.2. Variable 2 – Procrastinación

La procrastinación está presente en la vida cotidiana de las personas como en el contexto laboral, político, bancario, entre otros. Asimismo, está presente en el campo académico, donde los estudiantes tienen un patrón conductual aplazando las tareas que se les asigna dando

lugar a consecuencias graves que conlleva a su bajo rendimiento académico (Ostoich, 2019).

3.2.3. Instrumento

A. Se utilizó el Inventario SISCO SV 21 de segunda versión que ha permitido analizar el estrés académico, este instrumento le corresponde a Arturo Barraza Macías. Tiene la finalidad de evaluar la reacción fisiológica que presentan los alumnos encuestados, cuya estructura está conformada por 23 ítems, las cuales se evalúan a través de una escala de tipo politómica.

B. Se utilizó la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA), que ha sido creado por el Dr. Edmundo Arévalo Luna, la finalidad de esta herramienta fue recoger información respecto a sus actividades cotidianas en los encuestados (estudiantes).

3.2.4. Matriz de Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de la variable 1 estrés académico

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	CRITERIO DE VALORACIÓN	INSTRUMENTOS
V 1: Estrés Académico	Según Alfonso et al. (2015) esta reacción fisiológica es uno de los problemas que mayor repercusión negativa ha tenido en los estudiantes de nivel de educación básica regular y superior, lo que se origina como consecuencia de cumplir una serie de actividades escolares. Asimismo, se debe que hoy en día los estudiantes están propensos a muchas exigencias tanto internas como externas lo que impactan su desempeño en el ámbito escolar.	Es la valoración cuantitativa del resultado de las dimensiones del estrés académico, expresadas por los estudiantes a consecuencia de diferentes estresores relacionadas con sus actividades académicas.	Estresores	0,1,2,3,4,5,6,7	0. Nunca 1. Casi nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Cuestionario Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico (Barraza, 2018)
			Síntomas	8,9,10,11,12,13,14		
			Estrategias de afrontamiento	15,16,17,18,19,20, 21		

Tabla 2

Operacionalización de la variable 2 procrastinación

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIÓN	DIMENSIONES	ÍTEMS	CRITERIO DE VALORACIÓN	INSTRUMENTOS
V 2: Procrastinación	La procrastinación está presente en diversas áreas de la vida cotidiana como el ámbito laboral, político, bancario, entre otros. Asimismo, está presente en el campo académico, donde los estudiantes tienen un patrón conductual aplazando las tareas que se les asigna dando lugar a consecuencias graves que conlleva a su bajo rendimiento académico. (Ostoich, 2019)	Es la valoración cuantitativa del resultado de las acciones conductuales de los estudiantes expresados en las dimensiones de la procrastinación a consecuencia de los diversos factores.	Falta de motivación	1,6,11,16,21,26,31,36,41,46	1. Muy en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Indeciso 4. De acuerdo 5. Muy de acuerdo	Cuestionario Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) Edmundo Arévalo Luna, 2011
			Dependencia	2,7,12,17,22,27,32,37,42,47		
			Baja autoestima	3,8,13,23,28,33,38,43,48		
			Desorganización	4,9,14,19,24,29,34,39,44,49		
			Evasión de la responsabilidad	5,10,15,20,25,30,35,40,45,50		

Capítulo IV

Metodología del Estudio

4.1. Método, Tipo o alcance de investigación

4.1.1. Método

El método que se empleó es cuantitativo; se recabo datos para poner a prueba las conjeturas planteadas, los cuales han sido analizadas a través de la valoración numérica del estadístico, con el propósito de hacer conocer los comportamientos de las variables y así seguir probando teorías (Hernández, 2014).

4.1.2. Tipo o alcance

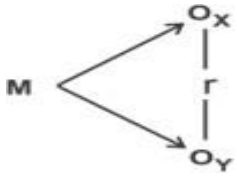
Es de alcance correlacional, porque es necesario establecer una conjetura que busque determinar la vinculación entre 2 o más variables. En el nivel cuantitativo surge la aplicación y uso del estadístico inferencial que tiene como propósito generalizar los hallazgos del estudio en beneficio de toda la población en análisis (Ramos, 2020).

4.2. Diseño de la investigación

El diseño elegido corresponde a no experimental, ya que de acuerdo a las investigaciones no experimentales tienen como propósito: describir hechos en un momento dado, diagnosticar situaciones específicas, sintetizar informaciones y datos de tipo documental (Flames, 2012).

Se representa en la siguiente gráfica.

Figura 1 – Esquema del diseño de la investigación



Fuente: Esquema desarrollado en base al libro Metodología de Investigación Científica deHernández y Mendoza (2014).

Donde:

R : Relación entre estrés académico y procrastinación.
M : Muestra
Ox : Estrés académico
Oy : Procrastinación

4.3. Población y muestra

El grupo poblacional del estudio estuvo conformado por alumnos de la facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco.

4.3.1. Población

Es el grupo de estudiantes de las tres escuelas profesionales, tal como figura en el cuadro anexo, el mismo que tuvo un total de 1,094 estudiantes.

Tabla 3
Número total de población

POBLACIÓN A INVESTIGAR	
Escuela	**Matriculados 2023 -1**
ANTROPOLOGÍA	324
ARQUEOLOGÍA	280
HISTORIA	490
TOTAL	1,094

Fuente: Elaboración propia.

4.3.2. Muestra

La muestra determinada asciende a 329 estudiantes los que se determinaron como consecuencia de aplicar un método para identificar tamaños de muestras en poblaciones donde se conoce la cantidad total de la población, en donde se consideró 5% de error muestral y 97 % de intervalos de confianza.

El muestreo corresponde a no probabilístico porque la selección de los alumnos encuestados fue intencional.

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.4.1. Técnica

Se determinó a la encuesta como técnica para conseguir la información requerida.

4.4.2. Instrumentos

A. Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico

En el estudio se empleó el Inventario SISCO SV-21 para medir Estrés Académico que ha sido propuesto por Barraza y Macías (2018), constituido por 23 ítems organizados como sigue: se consideró un ítem dicotómico como un filtro que ayudo a identificar si la persona participa o no en la investigación. Asimismo, para medir los demás ítems del inventario se consideró la escala de tipo Likert que constó de una valoración de 1 al 5 donde el primer valor es considerado como poco y el segundo como mucho todo ello ha permitido conocer cuál es el nivel con que se presenta el estrés en los alumnos. Por otro lado, para medir los diferentes factores estresantes se hizo uso de una escala de tipo Likert de 7 valoraciones como: nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre, esta escala ha permitido identificar la frecuencia de uso que realizan los estudiantes de las estrategias de afrontamiento.

Este instrumento alcanzó propiedades psicométricas de consistencia interna a través de alfa de Cronbach que fue 0.85 logrando destacar entre la valoración de muy bueno aquello parametrado por De Vellis (2011) lo que representa que las preguntas de los cuestionarios son homogéneas a la variable “estrés académico”. Porque los resultados arrojaron que las preguntas se vinculan favorablemente (p<.01) con la puntuación general de cada encuestado.

Para el uso de dicho instrumento se utilizó los siguientes baremos:

Para la valoración general de la variable se ha considerado dos baremos como son el normativo e indicativo la primera está enfocada en los sujetos quienes validan donde de 0 a 48% es considerado como estrés de nivel leve y de 49% a 60% como nivel moderado de estrés, finalmente, de 61% al 100% es considerado como estrés severo. Por otro lado, el segundo tipo de baremación está enfocado en la definición conceptual de la variable que indica que de 0 a 33% el estrés, es leve. De 34% a 66% el estrés es moderado, finalmente, del 67% al 100% el estrés es severo.

En el 2021 un grupo de investigadores peruanos efectuaron una investigación con el propósito de analizar evidencias psicométricas del inventario SISCO SV-21 en 560 estudiantes de formación superior corroborando la validez y confiabilidad de dicho instrumento presentando un grado de confiabilidad estimado con el valor numérico omega (ω>.80) (Olivas et al., 2020). Asimismo, confirmaron la pertinencia de dicho modelo para poner a prueba los 21 ítems de la variable, considerando para cada una de las dimensiones siete ítems (Barraza, 2018).
En el año 2020 un grupo de investigadores peruanos efectuaron una investigación con la finalidad de baremar el inventario SISCO SV que había sido adaptado al ámbito de la pandemia del COVID-19, aplicado a 974 participantes de forma virtual; dicho instrumento fue validado mediante el coeficiente de asociación r de Pearson y consistencia interna alfa de Cronbach (0.946) (Alania et al., 2020).

B. Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA)

Para el estudio de procrastinación se empleó la Escala (EPA) que ha sido aplicado con anterioridad en los adolescentes. Con este instrumento es posible analizar el comportamiento de una persona procrastinadora. Comprendida como aquella actitud

donde el individuo aplaza sus actividades de carácter educativo, social y familiar (Arévalo, 2011), precisa que esta escala ha sido construida mediante el método de escalamiento Likert, donde se especifica ítems relacionados a las actividades diarias de los adolescentes.

El instrumento que se utilizó, ya se estableció en otros estudios, la misma que ya fueron validadas cuyo autor es el Dr. Edmundo Eugenio Arévalo Luna lo cual administro de manera individual y colectiva en adolescentes entre 12 a 19 años en el departamento de la Libertad Trujillo Perú en el año 2011, el mismo que se suministró para el estudio de orientación y asesoría psicológica en contextos educativos con el fin de determinar el grado de aplazamiento de actividades académicas la misma que fue estructurada por 50 reactivos que han sido sistematizados en cinco dimensiones como: motivación, dependencia, bajo autoestima, desorganización y evitamiento de la responsabilidad.

4.5. Técnicas de análisis de datos

Posterior al recojo de información los datos recabados fueron procesados en el programa Excel, luego se pasaron al programa estadístico de Jamovi versión 2.3.28 para realizar la estadística descriptiva, la prueba de normalidad y la correlación entre estrés y procrastinación.

Por otro lado, para realizar la interpretación de la magnitud de los coeficientes de correlación se consideró la propuesta de Hopkins (1997) cuyos valores expresan de 0.10 a 0.30 baja o menor correlación entre dos variables (Kotrlik, Williams y Jabor, 2011).

Capítulo V
Resultados

5.1. Resultados y análisis

5.1.1. Análisis de tendencia central y dispersión de las variables a correlacionar

Tabla 4

Análisis descriptivo de las variables

	E.Acd.	Proc	D1EA	D2EAS	D3EAA	D1FM	D2Dp	D3BA	D4Do	D5ER
N	329	329	329	329	329	329	329	329	329	329
Media	63.1	149	21.7	19.6	21.8	31.1	28.6	30.9	31.7	27.0
D.E.	13.1	19.7	5.54	6.96	6.36	4.81	4.49	4.28	4.63	6.98
Varianza	171	387	30.7	48.5	40.5	23.1	20.2	18.3	21.4	48.8
Mínimo	10.0	69.0	5.00	1.00	3.00	14.0	14.0	18.0	10.0	10.0
Máximo	102	213	35.0	35.0	35.0	46.0	42.0	45.0	46.0	47.0

Nota: N = número de datos analizados; D.E.= Desviación estándar; E. Acd = Estrés Académico; Proc. = Procrastinación; D1EAE = Dimensión Estrés Académico Estresores; D2EAS = Dimensión Estrés Académico Síntomas; D3EAA = Dimensión Estrés Académico Estrategias de Afrontamiento; D1FM = Dimensión Falta de Motivación; D2Dp = Dimensión Dependencia; D3BA = Dimensión Baja Autoestima; D4Do = Dimensión Desorganización; D5ER = Dimensión Evasión de la Responsabilidad.

Fuente: elaboración propia

Interpretación

La tabla 4 muestra un número de datos analizados que asciende a 329. Asimismo, se aprecia una media de 63.1 y 149 para estrés académico y procrastinación, respectivamente. Además, se considera una desviación estándar de 13.1 y 19.7 comparativamente entre ambas variables y una varianza de 171 y 387 individualmente. Asimismo, se considera una desviación estándar para las dimensiones de EAE de 5.54, EAS de 6.96 y para EAA de 6.36, se tiene una varianza de 30.7, 48.5 y 40.5 en las valoraciones de las dimensiones del estrés respectivamente; en tanto, que para las dimensiones de la procrastinación se tiene: 23.1, 20.2, 18.3, 21.4 y 48.8 respectivamente.

Para el mínimo puntaje de las dimensiones mencionadas se obtuvo: 5.00, 1.00 y 3.00 correspondientemente. Finalmente, el máximo puntaje para la valoración de las tres dimensiones del estrés académico se cuenta con una

igualdad numérica de 35.0 difiriendo de las dimensiones de procrastinación 46.0, 42.0, 45.0, 46.0 y 47.0 respectivamente.

5.1.2. Análisis de dispersión y distribución de datos de las variables a correlacionar

Tabla 5

Análisis de dispersión de datos sobre estrés académico y sus dimensiones a correlacionar.

	Estrés Académico	D1EAE	D2EAS	D3EAA
Asimetría	-0.301	-0.199	-0.150	-0.483
Error est. asimetría	0.134	0.134	0.134	0.134
Curtosis	0.688	0.171	-0.541	-0.00640
Error est. curtosis	0.268	0.268	0.268	0.268
W de Shapiro-Wilk	0.992	0.990	0.990	0.980
Valor p de Shapiro-Wilk	0.065	0.022	0.021	< .001

Nota: D1EAE = Dimensión Estrés Académico Estresores; D2EAS = Dimensión Estrés Académico Síntomas; D3EAA = Dimensión Estrés Académico Estrategias de Afrontamiento.

Fuente: elaboración propia

Interpretación

La tabla 5, al realizar la prueba de Shapiro – Wilk, se observa que el valor “p” del estrés estudiantil es = 0.065, este valor es > 0.05; no obstante, el valor “p” de las dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento son: 0.022, 0.021 y < .001 respectivamente; por lo que estos valores son menores que 0.05. Esto significa que la distribución de los datos recabados para estrés académico es simétrico considerado como normal, en tanto la distribución de las dimensiones mencionadas no es normal.

Tabla 6

Análisis de dispersión de datos sobre procrastinación y sus dimensiones a correlacionar

	Procr.	D1FM	D2Dp	D3BA	D4Do	D5ER
Asimetría	0.114	0.00613	0.102	0.120	-0.195	0.237
Error est. asimetría	0.134	0.134	0.134	0.134	0.134	0.134
Curtosis	1.33	0.298	0.636	0.885	1.74	-0.129
W de Shapiro-Wilk	0.981	0.987	0.987	0.982	0.977	0.992
Valor *p* de Shapiro Wilk	< .001	0.004	0.004	< .001	< .001	0.089

Nota: Procr. = Procrastinación; D1FM = Dimensión Falta de Motivación; D2Dp= Dimensión Dependencia; D3BA = Dimensión Baja Autoestima; D4Do = Dimensión Desorganización; D5ER = Dimensión Evasión de la Responsabilidad.

Fuente: elaboración propia

Interpretación

La tabla 6, muestra los valores de prueba de Shapiro – Wilk, se observa que el valor “p” en la variable procrastinación es < .001, y en sus dimensiones consideradas se aprecia: Falta de motivación (0.004), dependencia (0.004), baja autoestima (<.001) y desorganización (<.001), cuyos valores son: < 0.05; y el valor “p” de la dimensión evasión de la responsabilidad es 0.089 por lo que este valor es > 0.05, que significa que la dispersión de los datos es asimétrico, en la variable procrastinación y las cuatro primeras dimensiones, mientras que en la última dimensión la distribución es normal.

En conclusión, de todas las variables y dimensiones observadas en la tabla 3 y 4, solo las variables estrés académico y la dimensión evitación de responsabilidad que corresponde a procrastinación cuentan con una distribución simétrica. Por ende, se emplearon pruebas no paramétricas (Rho Spearman) para todos los análisis de correlación, a excepción de la correlación entre estrés académico y la dimensión evasión de la

responsabilidad de la procrastinación, para las cuales se utilizó un estadístico paramétrico (Pearson).

5.1.3. Resultados de los objetivos de la investigación

A. Objetivo general de la investigación asociación entre el estrés académico y la procrastinación

Tabla 7

Análisis de correlación de las variables

		Estrés Académico	Procrastinación
Estrés Académico	Rho de Spearman	—	
	gl	—	
	valor p	—	
Procrastinación	Rho de Spearman	0.112	—
	gl	327	—
	valor p	0.043	—

Fuente: elaboración propia

Interpretación

La tabla 7, se observa que hay una significancia estadística inferior a 0.05 y un valor de correlación a 0.112, lo que permite concluir que hay una asociación baja entre el estrés académico y la procrastinación.

B. Resultado del objetivo específico 1: Describir la valoración del estrés académico

Tabla 8

Nivel del estrés académico

Estrés Académico	Frecuencias	% del Total
Nivel leve de estrés	6	1.8 %
Nivel moderado de estrés	225	68.4 %
Nivel severo de estrés	98	29.8 %

Fuente: elaboración propia

Interpretación

La tabla 8, muestra que el 1.8% de participantes tienen un nivel leve de estrés académico, mientras que el 68.4% poseen de forma moderado y el 29.8% revelan poseer un grado severo de estrés académico.

Concluyendo que un grupo mayoritario de los alumnos abordados en el estudio poseen un nivel moderado de estrés académico.

C. Resultado del objetivo específico 2: Describir la valoración de la procrastinación

Tabla 9
Nivel de Procrastinación

Procrastinación	Frecuencias	% del Total
Nivel bajo de procrastinación	8	2.4 %
Nivel medio de procrastinación	308	93.6 %
Nivel alto de procrastinación	13	4.0 %

Fuente: elaboración propia

Interpretación

En la tabla 9, se observa que un 2.4% de alumnos procrastinan en el nivel bajo, el 93.6% procrastina en un nivel medio y solo el 4% procrastina de manera alto. Concluyendo que un porcentaje mayoritario de los alumnos se encuentran en el nivel promedio de procrastinación.

D. Resultado del objetivo específico 3: Determinar la relación entre estrés académico y las dimensiones de la procrastinación

Tabla 10

Análisis de correlación de estrés académico y las dimensiones de procrastinación.

		Estrés Académico
D1 Falta de Motivación	Rho de Spearman	0.158
	gl	327
	valor p	0.004
D2 Dependencia	Rho de Spearman	0.058
	gl	327
	valor p	0.294
D3 Baja Autoestima	Rho de Spearman	0.096
	gl	327
	valor p	0.081
D4 Desorganización	Rho de Spearman	0.097
	gl	327
	valor p	0.080
D5 Evasión de la Responsabilidad	R de Pearson	0.072
	gl	327
	valor p	0.195

Nota: D = Dimensión
Fuente: elaboración propia

Interpretación

La tabla 10, muestra que hay una significancia estadística inferior a 0.05 y un valor de correlación a 0.158, lo que nos permite indicar que existe una correlación baja entre el estrés académico y la dimensión uno falta de motivación de la procrastinación; sin embargo, no hay asociación entre la variable estrés académico y las dimensiones: dos dependencias, tres

bajas autoestimas, cuatro desorganizaciones y cinco evasiones de la responsabilidad de la procrastinación. Por lo que podemos concluir que no hay asociación entre la variable estrés académico y las dimensiones de procrastinación, sin embargo, se halló asociación entre el estrés académico y falta de motivación que corresponde a procrastinación.

E. Resultado del objetivo específico 4: Determinar la relación entre las dimensiones del estrés académico y la procrastinación

Tabla 11
Análisis de relación entre las dimensiones de estrés académico y la variable procrastinación

		D1EAE	D2EAS	D3EAA
Procrastinación	Rho de Spearman	0.116	0.224	-0.134
	gl	327	327	327
	valor p	0.036	< .001	0.015

Nota: D1EAE = Dimensión Estrés Académico Estresores; D2EAS = Dimensión Estrés Académico Síntomas; D3EAA = Dimensión Estrés Académico Estrategias de Afrontamiento.
Fuente: elaboración propia.

Interpretación

La tabla 11 evidencia que existen significancias estadísticas menores a 0.05 y tres coeficientes de correlación de: 0.116, 0.224 y - 0.134, lo que nos permite concluir que existe una correlación baja entre las dimensiones estresores, síntomas, estrategias de atontamiento y la variable de procrastinación.

5.2. Discusión de los resultados

En cuanto a los valores numéricos evidenciados respecto al objetivo general, se observó en el capítulo anterior la presencia de una asociación baja entre el estrés académico y la variable procrastinación. Este hallazgo es algo similar al reportado por Estrada et al. (2022), quienes reportaron una correlación directa y significativa (r=0.630; p<0.05) entre ambas, en 189 estudiantes peruanos de un Instituto Superior de Puerto Maldonado. También es similar al reportado por Visaga (2022), quién reporta una correlación positiva (r=0.31; p<0.05), en 150 estudiantes de un ISPT de Cusco. Sin embargo, es diferente al reportado por Barraza y Barraza (2019) quienes llegaron a concluir que no hay relación entre la procrastinación y estrés académico. Por lo tanto, en cuanto al hallazgo era de esperarse debido a que el estrés académico representa una de las afecciones emocionales por las cuales pasa en mayor cantidad de estudiantes y que de alguna manera afecta las diferentes esferas incluido en la puntualidad de la presentación de sus actividades académicas. Es por ello que, aquellas personas que tienen estrés académico probablemente podrían ser las personas con mayor índice de procrastinación.

Considerando los resultados numéricos respecto al objetivo específico 1, se observó que un grupo amplio de alumnos analizados alcanzaron un nivel moderado de estrés. Este hallazgo coincide con el de Muliani et al. (2020), quiénes también reportaron un grado moderado en sus alumnos de enfermería de Indonesia, de los 145 encuestados. Asimismo, es algo similar con los resultados de Estrada et al. (2022), quienes reportaron niveles altos de estrés académico en universitarios, lo que significa que presentan malestares físicos y emocionales causados por actividades académicas. Este resultado responde a que muchos estudiantes probablemente tenían que rendir sus evaluaciones finales para aprobar el ciclo académico y esto podría haber influido en los niveles moderados.

Del mismo modo, en los resultados del objetivo específico 2 se observó que un grupo significativo de estudiantes analizados presentan un nivel promedio de procrastinación. Este hallazgo es equivalente a lo reportado por Muliani et

al. (2020) y Estrada et al. (2022), acerca del nivel de procrastinación, quienes también llegaron a la conclusión que los alumnos de educación superior alcanzaron un grado moderado de procrastinación. Este hallazgo era previsible debido a que, según lo reportado por los docentes, los estudiantes suelen postergar sus tareas, aportes y evaluaciones innecesariamente, dejándolas muchas veces para el último momento; esto probablemente debido a que algunos de los estudiantes trabajan y estudian, en otros casos por los continuos paros que no permitió el desarrollo de las actividades académicas de forma continua lo que podría agudizar la procrastinación.

Respecto al objetivo específico 3 se observó que no hay asociación entre el estrés académico y las cuatro dimensiones de procrastinación. La única dimensión que se relacionó al estrés académico fue la ausencia de motivación de la procrastinación. Este hallazgo se asemeja parcialmente con lo evidenciado por Barraza y Barraza (2019), quiénes concluyen que el estrés si se relacionan con todas las dimensiones de procrastinación. Sin embargo, esta semejanza parcial se debe de tomar con cautela dado que los instrumentos utilizados en ambos estudios comparados fueron diferentes y basados en enfoques teóricos distintos, e incluso el número de ítems también varió, lo que podría ser un factor que haya influido indirectamente en esta semejanza parcial. Además, la procrastinación es un fenómeno complejo que se desarrolla en un tiempo y en interacción con múltiples factores, tales como: Sociales, culturales, contextuales e incluso organizacionales (Estrada et al. 2022).

Respecto al objetivo específico 4 se observó que hay una asociación baja entre las dimensiones del estrés académico y la variable de procrastinación. El hallazgo es similar al reportado por (Magnín, 2021) quién también llegó a la conclusión que hay relación entre lo antes mencionado incidiendo que obtuvo una relación más significativa en cuanto respecta a la dimensión síntomas y procrastinación. En cambio, es algo diferente a lo evidenciado por Barraza y Barraza (2019) quienes exponen que hay diversos niveles de relación y no asociación entre las diferentes dimensiones del estrés académico y procrastinación aplicado a 300 estudiantes mexicanos. Este

hallazgo era predecible debido a que según el reporte de algunos docentes los estudiantes suelen presentar en última instancia situaciones de estresores como (sobrecarga de trabajos, forma de evaluación del docente), algunos síntomas (fatiga crónica, desesperación, problemas de concentración) y habilidades de afrontamiento al concluir el semestre educacional podría estar directamente asociados a la procrastinación.

Conclusiones

Primera Existe una correlación positiva y baja entre el estrés académico y la procrastinación, valorada en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad nacional de Cusco (r=0.112; p<0.05); estos valores implican que el estrés académico está vinculado a que los estudiantes desarrollen comportamientos procrastinadores.

Segunda Un grupo significativo de alumnos encuestados alcanzaron un nivel moderado de estrés académico (68.4%), debido a que los estudiantes podrían presentar malestares físicos y emocionales causados por actividades académicas.

Tercera Un grupo significativo de alumnos encuestados alcanzaron un nivel moderado en la procrastinación (93.6%), debido a que los estudiantes podrían procrastinar al postergar sus actividades por motivos de diversos factores sociales, de contexto y de organización institucional.

Cuarta Se determinó que no hay correlación entre el estrés académico y las 4 dimensiones de la procrastinación, sin embargo, si hay correlación con la dimensión falta de motivación de la procrastinación. Lo que podría ser que la variable estrés es ajeno a algunas dimensiones de procrastinación, pero que si podría tener incidencia en la falta de motivación que presentan los estudiantes al desarrollar sus actividades académicas.

Quinta Finalmente, se precisa que hay una relación baja entre las dimensiones del estrés académico y la variable de procrastinación.

Recomendaciones

Primera Según el resultado hallado, se recomienda al decano de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de Cusco, implementar talleres de socialización con pequeños espacios de relajación y recreación para la comunidad estudiantil, dirigidos por el departamento de Psicología y asistenta social para disminuir los niveles de estrés académico y procrastinación.

Segunda Habiendo encontrado estos hallazgos, se sugiere a los futuros investigadores desarrollar indagaciones de carácter aplicada con el objetivo de incrementar la población de estudio, incluyendo a la colaboración de otras facultades que alberga la universidad pública de la ciudad de Cusco.

Tercera Asimismo, se sugiere el uso de muestreos probabilísticos (generalización de datos entre sugerencias y complementos) estratificados que permitan reflexionar sobre el comportamiento de ambas variables para dar sostenibilidad a los hallazgos.

Cuarta Se recomienda que para el recojo de datos de la variable procrastinación se emplee un instrumento con menor número de ítems, porque el que se usó fue muy extenso, lo que dificultó a los encuestados contestar en menor tiempo.

Quinta A los programas de la institución superior, recomendar que promuevan programas de atención a la salud emocional y mental hacia el grupo de estudiantes, con especial énfasis hacia el estrés académico y procrastinación dirigido a los alumnos a fin de fortalecer la integridad emocional de los mismos.

Referencias

Álvarez, J., & Cerrón, R. (2020). *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancayo*. Huancayo, Perú: s.n.

Arévalo, E. (2011). *Manual de la Procrastinación: Construcción y Validación de la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA)*.

Barraza, A., & Barraza, S. (2019). *Procrastinación y estrés: Análisis de su relación en alumnos de educación media superior*. s.l.: Universidad Veracruzana.

Barraza, A. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables modulares: un diseño de diferencia de grupos*. *Avances en Psicología Latinoamericana*.

Barraza-Macías, A. (2018). *INVENTARIO SISCO SV-21: Inventario SIStémico COgnoscitivista (Segunda versión de 21 ítems)*. s.l.: ECORFAN®.

Bernal, S. M. S. (2019). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de universidades públicas y privadas de Lima metropolitana*. Lima, Perú: s.n.

Berrío, J., & Mazo, J. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia, 3*(2).

Casaretto Monica, Vilela Paty, Gamarra Lorena, 2021. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de Salud, características sociodemográficas y académicas. En: Lima - Perú: s.n

Delgado Tenorio, A. L., Oyanguren Casas, N. A., Reyes Gonzales, A. A. I., Zegarra Ángel, C. H., & Cueva Manuel, E. (2021). *El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado*. s.l.: s.n.

Diez Canseco, G. C. M. (2016). *Clima de apoyo a la autonomía, estrategias metacognitivas de aprendizaje y desorganización en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana*. Lima, Perú: s.n.

Espín, R. J. T., & Vargas, E. A. D. P. (2023). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios*. Ambato, Ecuador: s.n.

Estrada, E. (2022). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de educación superior pedagógica. *Zenodo, 41*(4), 271-278.

Feitosa, V., & M. T. (2017). Estresse em estudantes de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem, 30*(2).

Flames, A. (2012). *Trabajo de grado cuantitativo y cualitativo*. Venezuela: Ediciones de la Universidad Bolivariana de Venezuela.

Hernández-Jiménez, D. (2015). *Educación: Una visión desde las dimensiones del ser humano y la vida*. s.l.: UACA.

Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F.: Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana.

Kloster, G., & Pérsico, F. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*. Argentina: s.n.

Kotrlik, J., Williams, H. A., & Jabor, K. (2011). Reporting and interpreting effect size in quantitative agricultural education research. *Journal of Agricultural Education, 52*(1).

Machado-Bague, M., Márquez-Valdez, A. M., & Acosta-Bandamo, R. U. (2021). Consideraciones teóricas sobre la concentración de la atención en educandos. *Revista de Educación y Desarrollo, 59*.

Magnín, L. R. (2021). *Relación entre procrastinación académica y estrés académico*. Paraná, Argentina: s.n.

Marquina, R., Horna, V., & Huarie, E. (2018). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG, 3*(2).

Medina, M. M. R., & Z. (2023). Motivación académica y procrastinación académica en estudiantes de una universidad pública de Guayaquil. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar, 7*(1).

Muliani, R. I. H., & Devi, E. (2020). Relationship between stress level and academic procrastination among new nursing students. *The Malaysian Journal of Nursing (MJN), 11*(3).

Orco, E. (2022). Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas, e704*.

Ortiz, F. G. (2007). *La entrevista de investigación en las ciencias sociales*. México: Limusa, S.A. de C.V.

Ostoich, G. (2019). *Time management by the procrastinator in postmodern western public organizational: case study inspector of the work of the Merida state*. s.l.: Sapienza Organizacional, 6(11).

Peralta, V. C. (2023). Alumnos UV advierten de casos de estrés académico y universitario. *Universo - Sistema de Noticias de la UV*.

Pilares, C. C. (2020). *Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Cusco, 2018*. Cusco, Perú: s.n.

Ramírez, E., Reyes, G., Solís, J., & Fragoso, R. (2022). Estrés académico, procrastinación y usos del internet en universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Cienc. Salud, 20*(3).

Ramos, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica*, *9*(3).

Real Academia Española. (2018). *Diccionario de la Real Academia Española*. España: s.n.

Román, M., & Hernández, A. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*.

Torres, P. D. M. (2021). *Procrastinación y ansiedad en los estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes durante la COVID-19*. Tumbes, Perú: s.n.

Vásquez, M. (2021). Estrés académico en estudiantes, primer año de medicina humana, de una universidad particular. *Chiclayo, Perú: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo*.

Visaga Zambrano, M. G. (2022). *Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de un instituto tecnológico público de Cusco, 2022*. Cusco, Perú: s.n.

Apéndice A: Matriz de consistencia

<table>
<tr><th colspan="7">Estrés académico y procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco–2023 I</th></tr>
<tr><th>PROBLEMA</th><th>OBJETIVOS</th><th>HIPÓTESIS</th><th>VARIABLES</th><th>DIMENSIONES</th><th>ITEMS</th><th>CRITERIO DE VALORACIÓN</th></tr>
<tr><td>General</td><td>General</td><td>General</td><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="8">¿Cuál es la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I?</td><td rowspan="8">Determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I</td><td rowspan="8">Existe relación significativa entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 – I</td><td rowspan="3">Estrés académico</td><td>Estresores</td><td>0, 1,2,3,4,5,6,7</td><td rowspan="4">1. Nunca
2. Casi nunca
3. Rara vez
4. Algunas veces
5. Casi siempre</td></tr>
<tr><td>Síntomas</td><td>8,9,10,11,12,13,14</td></tr>
<tr><td>Estrategias de afrontamiento</td><td>15,16,17,18,19,20,21</td></tr>
<tr><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td rowspan="5">Procrastinación</td><td>Falta de motivación</td><td>1,6,11,16,21,26,31,36,41,46</td></tr>
<tr><td>Dependencia</td><td>2,7,12,17,22,27,32,37,42,47</td><td rowspan="4">1. Muy en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Indeciso
4. De acuerdo
5. Muy de acuerdo</td></tr>
<tr><td>Baja autoestima</td><td>3,8,13,23,28,33,38,43,48</td></tr>
<tr><td>Desorganización</td><td>4,9,14,19,24,29,34,39,44,49</td></tr>
<tr><td>Evasión de la responsabilidad</td><td>5,10,15,20,25,30,35,40,45,50</td></tr>
<tr><td>Específicos</td><td>Específicos</td><td>Específicos</td><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td>¿Cuál es el nivel del estrés académico y procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la</td><td>Describir el nivel del estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la</td><td>Existe relación entre estrés académico y las dimensiones de la procrastinación en estudiantes de la facultad</td><td colspan="4"></td></tr>
</table>

ciudad de Cusco, 2023 - I?	ciudad de Cusco, 2023 – I.	de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I.	
¿Cuál es el nivel de la procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I.?	Describir el nivel de la procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I.		
¿Cuál es la relación entre estrés académico y las dimensiones de la procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I.?	Determinar la relación entre estrés académico y las dimensiones de la procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I.	Existe relación entre las dimensiones del estrés académico y la procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I.	
¿Cuál es la relación entre	Determinar la relación entre		

las dimensiones del estrés académico y la procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I.?	las dimensiones del estrés académico y la procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco, 2023 - I.		
METODOLOGIA			
Método	Cuantitativo		
Tipo o alcance	Correlacional		
Diseño	No Experimental		
Población	1094 estudiantes		
Muestra	329 estudiantes, no probabilística		
Instrumentos	Encuestas en cuestionarios		

Apéndice B: Documentos de trámites administrativos

Imagen 1 Número de estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la UNSAAC – 2023 I.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
UNIDAD DE CENTRO DE CÓMPUTO

NOTA DE ATENCION Nº - 008-2023-UCC-DSI-UNSAAC-VIRTUAL

DE : ING. AGUEDO HUAMANI HUAYHUA
DIRECTOR (e) DE LA UNIDAD DEL CENTRO DE CÓMPUTO

A : LIC. ARMANDO CRUZ TORRE
ESTUDIANTE DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

ASUNTO : REMITE INFORMACIÓN SOLICITADA

REFERENCIA: EXPEDIENTE Nº 547589

FECHA : CUSCO, 13 DE JULIO DE 2023

Habiendo tenido conocimiento del documento de la referencia y mediante la Unidad de Tramite Documentario sírvase hacer de conocimiento al interesado, la información solicitada mediante expediente N° 547589, en lo que respecta al número de estudiantes matriculados en las Escuelas Profesionales de Arqueología, Antropología e Historia de la Facultas de Ciencias Sociales correspondiente al semestre académico 2023-1 como sigue:

Escuela	Matriculados 2023-1
ANTROPOLOGÍA	324
ARQUEOLOGÍA	280
HISTORIA	490

Es cuanto puedo informar a usted para las acciones que amerite el caso.

Atentamente.

C.C.
AHH/sab.
Archivo

Imagen 2 Solicitud para uso de instrumento para estrés académico.

Cusco, 09 de agosto de 2023.

Sr.

Dr. Arturo Barraza Macías

Presente:

De mi consideración:

Es grato dirigirnos a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarme como estudiante maestrante, con código de matrícula N° 23860834, de la "Maestría en Educación con mención en Docencia en Educación Superior", de la Universidad Continental con sede en la ciudad de Lima, quiénes realizaremos un trabajo de investigación titulado: "Estrés académico y procrastinación en estudiantes de una universidad pública de Cusco", este trabajo solo tiene fines académicos y no de lucro.

Agradecemos por antelación nos brinde las facilidades del caso proporcionando una Carta de Autorización para el uso del instrumento: **Inventario SISCO 21 SV-21 del Estrés Académico**

Sea propicia la oportunidad para reiterarle nuestra más alta consideración y estima, y reconocer vuestro apoyo a la investigación que realizamos en bien de los estudiantes.

Atentamente

Bach. Ana María Arizabal Arriaga
DNI 23860834

Imagen 3 Respuesta a la Solicitud para uso de instrumento para estrés académico.

Asunto: Autorización

Victoria de Durango, a 14 de agosto de 2023

Ana María Arizabal Arriaga
Estudiantes maestrante de la universidad Continental de Lima-Perú
Presente.

Por medio de la presente me permito autorizarle el uso del Inventario SISCO SV-21. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el libro "Inventario SISCO SV-21. Inventario SIStémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems"; disponible en
http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Estres.pdf

Para mayor información al respecto puede consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en **https://www.youtube.com/watch?v=NsPEqQs3htg&t=312s** o el video intitulado "Codificación e interpretación del Inventario SISCO" disponible en **https://www.youtube.com/watch?v=tVRxCpyOOFo**

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándole las seguridades de mi atenta consideración.

Dr. Arturo Barraza Macías

c.c.p. archivo

Dr. Arturo Barraza Macías
E-mail: prasaredia2@gmail.com Tel. (618) 817-6990 Cel. (618)132-1782
Josefa Ortiz de Domínguez #104. Fracc. Francisco Sarabia, Durango, Dgo., México, C.P. 34214

Imagen 4 Solicitud para Aplicar instrumentos en la UNSAAC

Cusco, 07 de agosto de 2023

SR. DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE LA UNSAAC.

Presente. -

De nuestra mayor consideración:

Nos es grato dirigirnos a usted para manifestarle que está en ejecución el estudio: **"Estrés académico y procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de una universidad pública de la ciudad de Cusco – 2023 I"**, para optar el grado de Magister.

Considerando que los instrumentos citados deben ser aplicados a los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales en sus tres escuelas profesionales: Arqueológia, Antropologia e Historia; para lo cual solicitamos a usted tenga a bien emitir su autorización al respecto, para que nosotros pudiéramos realizar dicha encuesta antes de que finalice el presente semestre académico 2023 I; para este fin acompañamos a la presente la carta de consentimiento informado y los instrumentos de investigación, de igual modo para un mejor panorama se acompaña la matriz básica de consistencia y la Operacionalización de las dos variables del tema a investigar.

Agradeciendo anticipadamente la atención favorable, hago propicia la ocasión para expresar nuestra gratitud.

Muy atentamente,

Bach. Ana María Alizabal Arriaga

Bach. Haydeli Ccansaya Román

Bach. Armando Diaz Torres

Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
MESA DE PARTES
07 AGO. 2023
RECIBIDO
Firma
Hora 08:04

Imagen 5 Respuesta para aplicar instrumentos en la UNSAAC

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

Cusco, 09 de agosto del 2023

Oficio Virtual Nro. 625-2023-FCS-UNSAAC

Señores
Docentes del Departamento Académico de:
Historia
Arqueología
Antropología de la Facultad de Ciencias Sociales

PRESENTE.-

ASUNTO: SOLICITA BRINDAR FACILIDAD PARA REALIZAR ENCUENSTA A LOS SEÑORES ESTUDIANTES DE LAS ESCUELA PROFESIONALES DE HISTORIA, ARQUEOLOGIA Y ANTROPOLOGIA.

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a Ustedes, con la finalidad de solicitar a cada uno de los docentes de las Escuelas Profesionales de Historia, Arqueología y Antropología, brindar las facilidades del caso a los Bachilleres : Ana María Arizabal Arriaga, Haydee Ccansaya Roman y Armando Cruz Torres quienes vienen realizando su trabajo de investigación Intitulado " ESTRÉS ACADEMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE UNA UNIVERSIDAD PUBLICA DE LA CIUDAD DEL CUSCO-2023-I.
Por tanto, esta decanatura autoriza y solicita el apoyo a los señores docentes de estas unidades académicas a fin de que puedan brindar el apoyo para que los señores Bachilleres puedan realizar las encuestas correspondiente para dicho trabajo de investigación durante dos (2) semanas del mes de agosto.

Sin otro particular, expreso a usted muestras de mi especial distinción y estima personal.

Atentamente,

c.c.:
archivo
JEEM/jlf.

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
Dr. Francisco Medina Martinez
DECANO

Apéndice C: Instrumentos a utilizarse

Inventario SISCO SV- 21 del Estrés Académico

Ficha técnica

Nombre	: Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico
Autor	: Barraza (2018) – escala breve
Administración	: Individual o grupal
Tiempo de Administración	: 20 minutos
Finalidad	: Evalúa el nivel de estrés académico que presenta el encuestado.
Estructura	: El cuestionario está conformado por 23 ítems, las cuales se evalúan a través de una escala de tipo politómica.

1. 7 ítems tipo Likert para identificar la frecuencia en que el encuestado valora las demandas del entorno como estímulos estresores. El escalamiento tipo Likert adopta cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre).

2. 7 ítems tipo Likert, cuyo objetivo es identificar con qué frecuencia se presentan las reacciones o síntomas al estímulo valorado como estresor. El escalamiento adopta los mismos cinco valores categoriales anteriores (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre).

3. 7 ítems tipo Likert con cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), para identificar cuál es la frecuencia con la que utiliza estrategias de afrontamiento.

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación.

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por Arizabal Arriaga Ana María, Ccansaya Román Haydeé y Cruz Torres Armando, estudiantes de maestría en educación con mención en docencia en Educación Superior.

La meta de este estudio es determinar la Estrés Académico y Procrastinación en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la UNSAAC – 2023 I

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá completar una encuesta. Esto tomará aproximadamente 10 a 15 minutos de su tiempo.

La participación es este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a los cuestionarios serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto; serán anónimas. Una vez trascritas las entrevistas, se destruirán.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas de la encuesta le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

En caso de tener dudas, puede comunicarse con los investigadores a los números: 984729688, 974771730 y 966360608.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación y estar de acuerdo con todo lo indicado en las líneas anteriores.

Nombre del Participante	Firma del Participante	Fecha

Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico

El presente cuestionario tiene como finalidad conocer las características del estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, para esto se requiere que usted responda sinceramente a los cuestionamientos que sepresenta en la siguiente tabla:

Por favor marca con una cruz la respuesta que sea apropiada.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo(estrés)**?**

   SI ( ) **NO ( )**

   *En caso de seleccionar alternativa **"no"** el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa **"si"**, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.*

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala de 1 a 5 señale tu nivel depreocupación o nerviosismo (estrés), donde uno (1) es poco y cinco (5) es mucho.

1	2	3	4	5

3. Dimensión estresores

   Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, **¿con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa?** tomando en consideración la siguiente escala de valores:

NUNCA	CASI NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
N	**CN**	**RV**	**AV**	**CS**	**S**

En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia te inquietaron las siguientessituaciones**:**

¿Con qué frecuencia te estresas?

Estresores	**N**	**CN**	**RV**	**AV**	**CS**	**S**
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que						

tengo que realizar todos los días.						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas enInternet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapasconceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X,

¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomandoen consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

Síntomas	**N**	**CN**	**RV**	**AV**	**CS**	**S**
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						
Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						

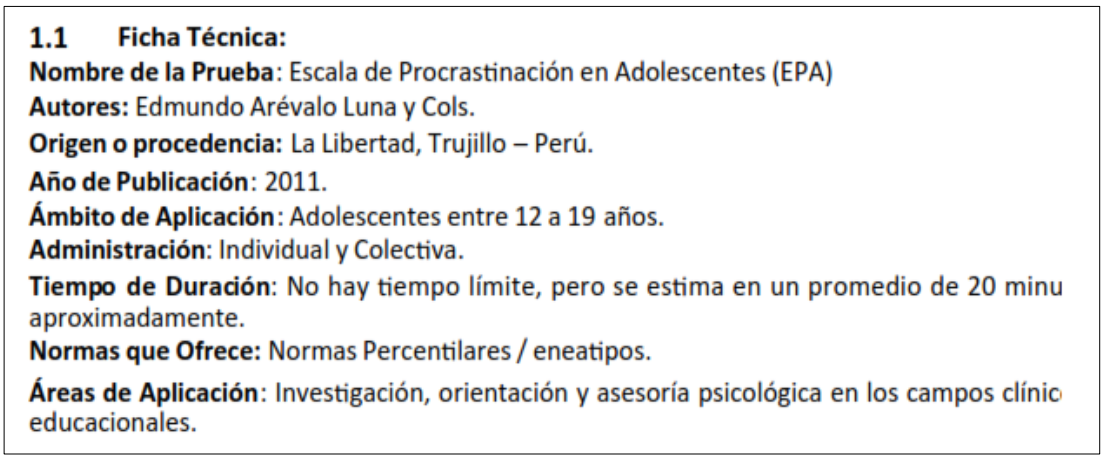
5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con que frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior. **¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones**

para enfrentar tu estrés?

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la Situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones Pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente Y pensar en cómo las solucione						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

Imagen 6 - Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) – Autor: Edmundo Arévalo Luna.



1.1 Ficha Técnica:
Nombre de la Prueba: Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA)
Autores: Edmundo Arévalo Luna y Cols.
Origen o procedencia: La Libertad, Trujillo – Perú.
Año de Publicación: 2011.
Ámbito de Aplicación: Adolescentes entre 12 a 19 años.
Administración: Individual y Colectiva.
Tiempo de Duración: No hay tiempo límite, pero se estima en un promedio de 20 minu aproximadamente.
Normas que Ofrece: Normas Percentilares / eneatipos.
Áreas de Aplicación: Investigación, orientación y asesoría psicológica en los campos clínic educacionales.

Fuente: Imagen referencia tomada de la publicación Manual de Procrastinación – Construcción y valoración de escala de procrastinación en adolescentes (EPA) – 2011
https://es.scribd.com/document/464495669/MANUAL-DE-PROCRASTINACION-doc

Tabla 12

Baremo de escala

Procrastinación			Niveles
50	-	116	Bajo
117	-	183	Medio
184	-	250	Alto

1. La Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) está conformada por 50 reactivos distribuidos en 5 factores de 10 elementos cada uno. Este instrumento ha sido elaborado a través del método de escalamiento de Likert, en la que se plantean enunciados referidos a las actividades cotidianas de los adolescentes, en diferentes ámbitos sea el académico, familiar y social – recreativo.

Imagen 7 - Dimensiones de la variable procrastinación

Dimensiones	ítems	Total	Porcentaje
Falta de motivación	1,6,11,16,21,26,31,36,41,46	10	20%
Dependencia	2,7,12,17,22 27.32.37.42.47	10	20%
Baja autoestima	3,8,13,18,23,28,33,38,43,48	10	20%
Desorganización	4,9,14,19,24,29,34,39,44,49	10	20%
Evasión de la responsabilidad	5,10,15,20,25,30,35,40,45,50	10	20%

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN EN ADOLESCENTES (EPA).

El presente cuestionario tiene como finalidad conocer la procrastinación en estudiantes de la facultad de ciencias sociales de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, para esto se requiere que usted responda sinceramente a los cuestionamientos quese presenta en la siguiente tabla.

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2023 - I

Escuela profesional: .....

Semestre : .....

Sexo : F ( ) M ( )

Edad : .....

Instrucciones:

A continuación, se presenta 50 enunciados que se refieren a los modos de comportarse en los adolescentes estudiantes. Lee detenidamente cada enunciado y rellena la burbuja de la hoja de respuestas con la opción que mejor te describa, de acuerdo a las siguientes alternativas:

- Marca debajo de **MA**, cuando estés **MUY DE ACUERDO** con la afirmación.
- Marca debajo de **A**, cuando estés **ACUERDO** con la afirmación.
- Marca debajo de **I**, cuando estés **INDECISO** con la afirmación.
- Marca debajo de **D**, cuando estés en **DESACUERDO** con la afirmación.
- Marca debajo de **MD**, cuando estés en **MUY EN DESACUERDO** con la afirmación.

Responde con sinceridad todas las afirmaciones, pero marcando solo una de las alternativas, sobre lo que te ocurre en este momento y no lo que quisieras, ni de acuerdo a lo que otros opinan. Al finalizar, verifica que todos los enunciados hayan sido contestados.

CUADERNILLO DE PREGUNTAS Y RESPUESTAS

N°	ENUNCIADOS	ALTERNATIVAS				
		MA	A	I	D	MD
1	Suelo postergar (dejar para más tarde) mis estudios por realizar actividades que me agradan.					
2	Para realizar mis tareas necesito la compañía de alguien.					
3	Pienso que mis trabajos los realizo mal, por ello prefiero no hacerlos.					
4	Tiendo a dejar mis tareas siempre para el último momento.					
5	Cuando comienzo una tarea, me aburro y por eso lo dejo inconclusa.					
6	Termino a tiempo mis trabajos y responsabilidades, porque las considero importantes.					
7	Culmino mis responsabilidades solo cuando me ayuda alguien.					
8	A pesar de la dificultad de mis tareas, me siento capaz de terminarlos.					
9	No termino mis tareas porque me falta tiempo.					
10	Tengo desinterés por realizar una tarea que me imponen.					
11	Suelo inventar excusas para no hacer mis tareas.					
12	Tiene que haber alguien que me obligue a hacer mis tareas.					
13	Mis logros me motivan a seguir cumpliendo con mis obligaciones.					
14	Ocupo mí tiempo en actividades de poca importancia, en lugar de terminarmis tareas.					
15	Siento incomodidad al iniciar una tarea, por lo tanto, lo dejo para el último momento.					
16	Prefiero ver la televisión (NEFLIX) que cumplir con mis responsabilidades en casa.					
17	Debo tener un ejemplo para guiarme y poder realizar mis tareas.					
18	Las críticas que recibo de los demás influyen para no concluir mis actividades.					
19	Acabo a tiempo las actividades que me asignan.					
20	Pospongo (dejo para otro momento) mis deberes, porque los considero poco importantes.					
21	Constantemente suelo sentirme desganado para hacer mis deberes					
22	Prefiero cumplir con mis responsabilidades para que otros no me critiquen.					
23	Pienso que mis habilidades facilitan la culminación de mis tareas.					
24	Termino mis trabajos importantes con anticipación.					
25	Con frecuencia no deseo realizar mis responsabilidades.					
26	Me es difícil comenzar un proyecto porque siento pereza.					
27	Tengo iniciativa cuando de tarea se trata.					
28	Me siento orgulloso de la forma en que realizo mis actividades.					
29	No realizo mis tareas porque no sé por dónde empezar.					
30	Me resisto a cumplir mis deberes porque prefiero desarrollar otras actividades.					

31	No hago mis tareas porque no sé por dónde empezar.					
32	No dejo que nada me distraiga cuando cumplo mis responsabilidades.					
33	Confío en mí mismo al realizar mis obligaciones a tiempo.					
34	Presento mis trabajos en fechas indicadas.					
35	Evito realizar mis actividades cuando me siento desganado.					
36	Pienso que terminar mis tareas es una de las metas que debo cumplir.					
37	Trabajo libremente y de acuerdo a mis criterios cuando hago mis tareas.					
38	Evito responsabilidades por temor al fracaso.					
39	Programo mis actividades con anticipación.					
40	No tengo la menor intención de cumplir mis deberes, aunque después me castiguen.					
41	Sí tengo que hacer algo lo hago de inmediato.					
42	No necesito de otros para cumplir mis actividades.					
43	Me siento incapaz de realizar mis obligaciones de forma correcta, por eso las postergo.					
44	No termino mis trabajos porque pienso que no me alcanza el tiempo.					
45	Prefiero tener una “vida cómoda” para no tener responsabilidades.					
46	Puedo retrasar mis actividades sociales, cuando decido terminar a tiempo mis trabajos.					
47	Postergo mis actividades, cuando no recibo la ayuda de los demás.					
48	No presento mis trabajos, porque pienso que están mal hechos.					
49	Suelo acumular mis actividades para más tarde.					
50	No me gusta tener responsabilidades, porque éstas implican esfuerzo y sacrificio.					

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICA DE LA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS

Figura 2 Frontis principal de la UNSAAC

Fuente: https://images.app.goo.gl/vMwu4JxBjFR9KCUe6

Figuras 3 y 4 Pabellón de la Escuela Profesional de Arqueología de la UNSAAC

Figuras 5 y 6 Proceso de la aplicación de las respectivas encuestas dentro de la Escuela Profesional de Arqueología, la misma que fue aplicada a los estudiantes del IX y XI de la UNSAAC

Figuras 7 y 8 Proceso de la aplicación de las respectivas encuestas dentro de la Escuela Profesional de Antropología, la misma que fue aplicada a los estudiantes del IX de la UNSAAC

Instrumentos aplicados por el equipo de investigadores

Figura 9 Aplicación de los instrumentos en el aula académica de la **Escuela Profesional de Antropología** junto a la tesista Haydeé Ccansaya R.

Figura 10 Aplicación de los instrumentos en el aula académica de la **Escuela Profesional de Arqueología** junto a la tesista Ana María Arizábal A.

Figura 11 Aplicación de los instrumentos en el aula académica de la **Escuela Profesional de Historia** junto al tesista Armando Cruz T.