

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



**Estrés y rendimiento académico en estudiante de un centro pre  
universitario en Tarma**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

**Jhon Misael Julcarima Raqui**

**ASESOR**

**Jean Paul Moreno Palomino**

**Tarma, Perú**

**2020**

Estrés y rendimiento académico en estudiante de un centro  
pre universitario en Tarma

## **DEDICATORIA**

A Dios, por ser mi sendero y guía, darme fortalezas y bendiciones en cada etapa de vida.

A mis padres, por su sacrificio y amor incondicional, por los consejos de vida brindados que me sirven para continuar forjando con ahínco cada valor educado.

A mis hermanos, por ser compañeros de vida y escalones de crecimiento elevados hacia una cima de amor y apoyo mutuo.

Y, por último, a quienes aportaron directa e indirectamente durante todo el proceso de formación profesional.

## **AGRADECIMIENTO**

Mi mayor gratitud a mi casa de estudios superior, Universidad Católica Sedes Sapientiae, por brindarme los conocimientos adquiridos y a los docentes por las enseñanzas ofrecidas

De igual manera, al Mg. Jean Paul Moreno Palomino, por la asesoría brindada, los conocimientos transmitidos y el altruismo ofrecido en todo el proceso de la presente investigación.

Finalmente, mi reconocimiento al coordinador general y a los estudiantes del centro pre de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, filial Tarma, por la colaboración y el proporcionar la información requerida para la elaboración de la investigación.

## RESUMEN

**Objetivo:** determinar si existe relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de un centro pre universitario en Tarma, 2019. **Materiales y métodos:** estudio de enfoque cuantitativo, alcance correlacional, diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 63 alumnos de un centro pre universitario de la Provincia de Tarma. Las principales variables fueron estrés académico y rendimiento académico. Se utilizó el programa estadístico SPSS 24 para el análisis de los datos descriptivo e inferencial. **Resultados:** la variable rendimiento académico no se asoció significativamente con el nivel de estrés académico ( $p=0.1$ ). Los encuestados que mostraron un rendimiento académico deficiente tenían un nivel de estrés leve (22.2 %). Mientras que aquellos con un rendimiento académico bueno presentaron un nivel de estrés moderado (4.8 %). **Conclusión:** los estudiantes de un centro pre universitario en Tarma, evidencian niveles leves de estrés académico y se encuentran en la categoría de deficientes en cuanto a la variable rendimiento académico, por otro lado, se observó que no existe relación significativa entre los factores sociodemográficos y las variables estrés y rendimiento académico en los estudiantes sometidos a investigación.

**Palabra clave:** estrés y rendimiento académico.

## ABSTRACT

**Objective:** to determine if there is a relationship between stress and academic performance in students of a pre-university center in Tarma, 2019. **Materials and methods:** study of quantitative approach, correlational scope, non-experimental and cross-sectional design. The sample consisted of 63 students from a pre-university center in the Province of Tarma. The main variables were academic stress and academic performance. The statistical program SPSS 24 was used for the analysis of descriptive and inferential data. **Results:** the variable academic performance was not significantly associated with the level of academic stress ( $p = 0.1$ ). Respondents who showed poor academic performance had a mild level of stress (22.2%). While those with good academic performance showed a moderate level of stress (4.8%). **Conclusion:** the students of a pre-university center in Tarma, show mild levels of academic stress and are in the category of deficient in terms of the variable academic performance, on the other hand, it was observed that there is no significant relationship between sociodemographic factors and the variables stress and academic performance in the students under investigation.

**Keyword:** stress and academic performance.

## ÍNDICE

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE	vii
INDICIE DE TABLAS	viii
INTRODUCCIÓN	ix
CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	10
1.1. Situación problemática	10
1.2. Formulación del problema	11
1.3. Justificación de la investigación	11
1.4. Objetivos de la investigación	12
1.4.1. Objetivo general	12
1.4.2. Objetivos específicos	12
1.5. Hipótesis	12
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	14
2.1. Antecedentes de la investigación	14
2.2. Bases teóricas	17
CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS	25
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación	25
3.2. Población y muestra	25
3.2.1. Criterios de Inclusión y exclusión	25
3.3. Variables	26
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables	26
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos	27
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información	31
3.6. Ventajas y limitaciones	32
3.7. Aspectos éticos	32
CAPÍTULO IV. RESULTADOS	34
CAPÍTULO V. DISCUSIÓN	38
5.1. Discusión	38
5.2. Conclusiones	39
5.3. Recomendaciones	40
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	41
ANEXOS	47

## INDICIE DE TABLAS

Tabla 1 Descripción de las variables de la muestra	34
Tabla 2. Asociación entre el estrés académico, rendimiento académico y los factores sociodemográficos	35
Tabla 3. Asociación entre rendimiento académico y los factores sociodemográficos	37



## INTRODUCCIÓN

Actualmente, emprender una carrera académica es percibido por los estudiantes como una experiencia positiva, un desafío asumido con motivación y entusiasmo. Sin embargo, para otros, el camino a la universidad se vuelve demasiado estresante y difícil de manejar, porque dependiendo de los cambios que surgen del desarrollo en la adolescencia, el enfoque de la educación universitaria se ve obstaculizado por los jóvenes. Varios desafíos, como la separación de la familia y los amigos, a una mayor demanda de autonomía.

Del mismo modo, el cambio de una pasantía escolar a una pasantía universitaria provoca estresores en los estudiantes que deben enfrentar, en relación con los horarios de clase, las condiciones del aula, los exámenes, la espera de calificaciones o la incertidumbre, sobre el futuro, que puede tener un impacto negativo en la salud física y mental y el rendimiento académico (Silva, 2017).

La investigación buscó identificar la relación entre el estrés y el rendimiento académico, y determinar la importancia de los niveles de estrés, el rendimiento académico y sus relaciones con los factores socio demográficos en los estudiantes de una universidad en Tarma, 2019.

El estrés académico es la reacción que muestra el estudiante debido a los diferentes requisitos en el salón de clases, tales evaluaciones exámenes, intervenciones, tareas, exposiciones, etc. Pues estas acciones reaccionan y se activa los mecanismos con los que se enfrenta al alumno, o el rendimiento disminuye con mayores demandas (Osorio, 2019).

El rendimiento académico es un grado de conocimiento manifestado en un campo o materia en relación con la edad promedio y el nivel académico, así como la clasificación de los estudiantes basada en un orden numérico vigesimal que indica déficit o ser excepcional. (Edel, 2003).

Asimismo, la investigación se propuso debido a la limitada bibliografía existente sobre la presencia de niveles de estrés en la población preuniversitaria y su relación con el rendimiento académico, así como la poca preocupación presentada por los docentes y coordinadores. De este método de admisión a la universidad, ver un trabajo aburrido o diseñar estrategias que aborden las causas de las bajas calificaciones que muestran sus estudiantes cuando buscan un puesto vacante en su casa de estudio.

El presente estudio se dividió en 5 capítulos, de los cuales tenemos:

En la primera parte se presenta la situación problemática de las variables estudiadas, el planteamiento del problema, la justificación de la investigación, los objetivos planteados y las hipótesis a contrastar.

El segundo parte se desarrolló el marco teórico, de cada una de las variables teniendo en cuenta la investigación internacional y nacional relacionada con el estrés y su impacto en el rendimiento académico; y las bases teóricas que apoyan la investigación.

El tercer capítulo describe el método utilizado, el tipo de estudio, el diseño de investigación, población de estudio y muestra, variables, plan de recolección de información e instrumentos que se aplicaran, plan de análisis e interpretación de los resultados, los beneficios, las limitaciones y aspectos éticos.

El cuarto capítulo considera el análisis e interpretación de los resultados en relación con las hipótesis, involucrando las variables y los factores sociodemográficos.

Por último, el quinto capítulo presenta la discusión de los resultados, conclusiones y recomendaciones.

## **CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Situación problemática**

La formación profesional es una función que, naturalmente e inevitablemente, entra en juego para permitir a las personas entrenar, ampliar y desarrollar sus conocimientos para sus propias actividades dentro de la formación académica en la educación universitaria.

El bajo rendimiento académico, es un problema en la educación universitaria sobre todo en la enseñanza e incluso para otros niveles de estudio, como la secundaria y la primaria. Estos son discutidos en todos los entornos sobre el tema incluyen pobreza, nutrición inadecuada, carencia de cultura, prejuicios raciales, discriminación, conflictos familiares y emocionales. En nuestro país, el bajo rendimiento, el abandono escolar y la repetición en la universidad indican claramente la mala preparación académica la base escolar ha sido débil y el proceso de admisión no ha detectado quién realmente sirvió para continuar los estudios universitarios (Ortiz 2015).

En tal sentido, un porcentaje significativo de estudiantes no han podido dar respuesta a las demandas que lo hubieran llevado a logros placenteros en la institución universitaria y consecuente cometido en beneficio de la sociedad. Los bajos niveles de rendimiento conducen a una falta de recursos humanos para la sociedad, la familia, la comunidad por ende para el país, lo que genera sentimientos de frustración que las personas sienten por no lograr su objetivo y, en otros casos, los estudiantes abandonan (Ortiz, 2015).

Para, Pérez (2012) define el estrés como el proceso enraizado en un conjunto de demandas ambientales, culturales, sociales que la persona percibe, por la que se debe dar respuestas adecuadas, en los momentos indicados a fin de ejecutar los recursos de afrontamiento. Siendo esa demanda en el entorno (laboral, social, educativo, etc.), esta se vuelve excesiva al comparar con los recursos de afrontamiento disponibles, generando una serie de reacciones adaptativas, en las que implican activación fisiológica y psicológicas.

Según Caldero, Pulido y Martínez (2007), el estrés académico es un fenómeno causado por las demandas del entorno educativo que afecta significativamente el bienestar físico y psicológico del estudiante, lo que genera dificultades en el rendimiento académico, lo que dificulta principalmente sus objetivos académicos, como aprobar las asignaturas y mantener una calificación aceptable.

Por otro lado, Reyes (2007) evoca que el rendimiento académico es la expresión de las capacidades y características cognitivas del alumno, que se desarrollan y renuevan a través del proceso de enseñanza-aprendizaje. Es este proceso el que le da al alumno un nivel de rendimiento académico y logro durante el tiempo, que se resume en un indicador final, que evalúa el nivel alcanzado.

De este modo, el estudiante preuniversitario al no obtener los resultados esperados frente a las evaluaciones constantes o la idea de no poder alcanzar una vacante en la universidad le ocasiona tensión, frustración y estrés académico viéndose esto reflejado de manera directa en el rendimiento académico (Chávez, Ortega y Palacios, 2016).

Asimismo, según García (2011) en la actualidad se menciona mucho al estrés, sus causas y los muchos efectos que produce y se refleja en el entorno en el que las personas interactúan. En el ámbito pre universitario, este problema puede

estar presente, tanto a nivel grupal como individual, siendo una de sus manifestaciones trascendentes el rendimiento académico. De este modo, todo estudiante a inicios del camino universitario convive con una constante y creciente exigencia académica que demandan esfuerzos de adaptación personal, social, cognitivo y conductual. La preparación para las competencias del campo laboral debe de ser sobresaliente. En conclusión, el estudiante se sobrecarga de problemáticas de distinto tipo, ya sea familiar e interpersonal, y esto sumado a la carga académica presente en un ciclo pre universitario para lograr una vacante, puede, a corto o mediano plazo, conllevar a presentar un nivel inadecuado de estrés académico relacionándose y determinando un déficit en el rendimiento académico.

En particular, el ambiente en el que se cimentó la investigación incluye al estrés y el rendimiento académico puesto que se observó las preocupaciones de los alumnos a puertas de una educación universitaria, las diversas demandas por las que pasan los estudiantes pre universitarios en busca de una plaza universitaria, esto sumado a factores externos ocasionarían un cierto nivel de estrés que podría provocar un inadecuado rendimiento académico y la obstrucción de los objetivos personales.

Finalmente, la investigación pretendió identificar si existe asociación del estrés entre el rendimiento académico en los alumnos del centro pre universitario en Tarma.

## **1.2. Formulación del problema**

### **a) Problema general**

¿Cuál es asociación del estrés entre el rendimiento académico en los alumnos del centro pre universitario en Tarma?

### **b) Problema específicos**

- ¿Cómo son los niveles de estrés académico en alumnos del centro pre universitario en Tarma?
- ¿Cómo se manifiesta el rendimiento académico en alumnos del centro pre universitario en Tarma?
- ¿Cuál es la asociación del estrés académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma?
- ¿Cuál es la asociación del rendimiento académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma?

## **1.3. Justificación de la investigación**

El estudio surgió porque actualmente hay un aumento en los datos estadísticos sobre los efectos del estrés. En Perú, la incidencia anual de estrés excede los parámetros normales en aprox. 14%, más frecuente en damas. El Ministerio de Salud (MINSA), informa que el estrés es un problema que afecta en forma negativa a más del 30% de los habitantes de Lima y Callao, lo que significa que tres de cada diez individuos tienen un alto nivel de tensión o estrés, siendo ello producto de las complicaciones económicas, salud, trabajo, sociabilización, estudios, familia y parejas (Ticona, 2015).

En educación y especialmente a nivel preuniversitario y universitario, existen preocupaciones sobre las altas tasas de fracaso, deserción, el tiempo que les toma a los estudiantes completar sus estudios y las bajas tasas de graduados y títulos (Vallejo, 2011).

Por ello, varios autores enfatizan la naturaleza negativa del alto estrés en el rendimiento académico del estudiante; Maldonado (2000), citado por Corvain (2008), afirma que un alto grado de estrés perturba las reacciones del sujeto a nivel cognitivo, motor y fisiológico. Cambiar estos niveles de respuesta afecta negativamente el rendimiento académico. En algunos casos, la calificación del alumno en las calificaciones disminuye y en otros casos, los alumnos no aparecen para las calificaciones ni abandonan el aula.

A nivel teórico, la investigación aportó información científica basándose en datos estadísticos del estrés y rendimiento académico para posteriores estudios vinculados a estas variables. Asimismo, será utilizada como punto inicial hacia una posible explicación referente al rendimiento académico que obtienen los estudiantes que se encuentran en un centro pre universitario.

A nivel práctico, presentó una realidad mostrando la relación del estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de un centro pre universitario.

A nivel educativo, permitirá elaborar recomendaciones con el propósito de controlar los factores negativos que origina el estrés sobre el rendimiento académico generando propuestas educativas.

Finalmente, a nivel social, presenta un beneficio a los directores y coordinadores de las universidades que cuentan con centro pre con el fin elaborar estrategias que contrarresten el estrés y su correlación con el rendimiento académico, para una mejora en el desenvolvimiento educativo de sus estudiantes, asimismo tener referencias a los problemas en el rendimiento académico que origina el estrés en la población universitaria. A los docentes les permitirá sensibilizarse sobre las posibles causas que podrían estar ocasionando problemas en el rendimiento académico de su alumnado. Asimismo, los padres de familia conocerían qué factores se relacionan con el rendimiento académico que presentan sus hijos en el nivel universitario.

#### **1.4. Objetivos de la investigación**

##### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar la asociación del estrés entre el rendimiento académico en los alumnos del centro pre universitario en Tarma.

##### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Describir los niveles de estrés académico en alumnos del centro pre universitario en Tarma.
- Describir el rendimiento académico en alumnos del centro pre universitario en Tarma.
- Determinar la asociación del estrés académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma.
- Determinar la asociación del rendimiento académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma.

#### **1.5. Hipótesis**

##### **a) Hipótesis general**

Existe asociación significativa del estrés entre el rendimiento académico en los alumnos del centro pre universitario en Tarma.

b) Hipótesis específica

- Existe asociación significativa del estrés académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma.
- Existe asociación significativa del rendimiento académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma.

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### Antecedentes internacionales

Domínguez (2015), cuyo objetivo fue describir el impacto entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes en la Universidad Autónoma de Yucatán. La investigación tuvo un alcance correlativo y utilizó el inventario cognitivo sistémico (SISCO) del estrés académico como instrumento. Los resultados aplicados a la muestra mostraron que el estrés no se vio afectado significativamente por el rendimiento académico. Sin embargo, esto dificulta algunas de las actividades académicas del alumno.

Asimismo, Casuso (2011), cuyo objetivo era determinar la importancia del estrés para el rendimiento académico en estudiantes de ciencias de la salud. El tipo de estudio utilizado fue una correlación transversal. Los hallazgos clave relacionados con estresores, deficiencias metodológicas en docentes, son los exámenes, sobrecarga de alumnos e intervenciones públicas incluyeron los síntomas físicos más comunes, que incluyen: fatiga física, irascibilidad, agitación, pensamientos negativos y trastornos del sueño. Los valores medios mostraron un nivel de estrés moderado.

Por su parte, Vallejo (2011), cuyo objetivo fue establecer la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de la carrera de química farmacéutica-biológica en la UNAM. Para obtener una base de datos, utilizó el Inventario Cognitivo Sistémico (SISCO) de Estrés Académico, encontrando que el 80.6% de los estudiantes universitarios tenían un nivel moderado de estrés académico y con respecto al rendimiento académico, el nivel bajo y medio obtuvieron el mismo porcentaje (44,9%). Por lo tanto, se explicó que no existe una relación estadísticamente significativa entre las variables.

Del mismo modo, Oliveti (2010) en su investigación "Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario", tuvo como objetivo explorar el estrés académico (mediante sus tres componentes: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento) en estudiantes que incluían ambos sexos que se encuentran cursando su primer año universitario en la Universidad Abierta Interamericana en el periodo noviembre-diciembre de 2009, de igual modo contrastar la prevalencia de los mismos entre hombres y mujeres. La constitución de la muestra fue de 120 alumnos pertenecientes de diferentes carreras, género y edad. El alcance fue de tipo descriptivo y diseño no experimental. El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Estrés Académico diseñado por el autor. Los resultados derivados indicaron que los estudiantes de 1° año de la UAI usan frecuentemente estrategias de afrontamiento sobre las situaciones que catalogan como estresantes en el ambiente educativo y que lo manifiestan como síntomas, por otro lado, se observaron contrastes diferenciales significativos en torno el género, mas no en cuanto a las estrategias de afrontamiento.

En tanto, Barraza (2009) en su estudio estrés académico y burnout estudiantil. Propuso como objetivo analizar y describir la preponderancia de síntomas estresores y las estrategias de afrontamiento en el desenvolvimiento educativo de estas dos variables en alumnos de las dos licenciaturas las cuales son modalidad semi-escolarizada y modalidad escolarizadas de la ciudad de México constituida por 663 alumnos e hizo uso del estudio de tipo descriptivo, de diseño no experimental. Aplicó el instrumento Inventario de Estrés y burnout estudiantil. Su estudio tuvo como resultado la preponderancia de los síntomas problemas de concentración e inquietud, en lo particular, en el caso de las estrategias de

afrontamiento, la preferencia de las estrategias concentrarse en solucionar el problema y precisar lo positivo de la situación.

Por último, Barraza (2008) tuvo como objetivo establecer el nivel de estrés académico y sus variables moduladores en los alumnos de maestría en educación en la Ciudad de México, cuya población fue de 595 estudiantes de maestría en educación. El alcance del estudio fue de tipo descriptivo y de diseño experimental. El instrumento utilizado fue el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO) diseñado y validado por el autor. Llegó a la conclusión que el 95% de los alumnos anunciaron haberlo sufrido sólo algunas veces, pero en intensidad medianamente alta.

#### Antecedentes nacionales

Maza y Sanjinez (2019) querían determinar el grado de relación entre el estrés y el rendimiento académico entre los estudiantes. El alcance del estudio es cuantitativo, descriptivo, correlativo, no experimental y transversal. Dr. Arturo Barraza validó el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO) y se utilizó un formulario de recopilación de datos como herramienta de recopilación de datos para obtener el promedio ponderado de cada estudiante creado por los autores. Llegaron a la conclusión de que no existe una relación estadísticamente significativa y que las variables son independientes.

Alvarado (2018) también tuvo como objetivo determinar si existe una conexión entre la ansiedad y el estrés académico en el rendimiento de los estudiantes. El alcance de la investigación es analítico, observacional, prospectivo, correlativo y transversal. El Inventario Sistemático Cognoscitivo de Barraza (SISCO) y la Escala de Ansiedad de Hamilton se utilizaron para obtener datos. El resultado fue que hubo una correlación negativa significativa entre el nivel de ansiedad y el nivel de estrés académico con el desempeño de ECOE entre los estudiantes de esta muestra.

A su vez, Malpartida (2018), su objetivo era establecer la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo teórico, no experimental, transaccional (en el tiempo). Llegó a la conclusión de que el estrés académico está inversa y significativamente relacionado con el rendimiento académico.

Mientras tanto, Zarate (2018) quería descubrir qué impacto tiene el estrés en el rendimiento académico de los estudiantes. El método utilizado fue cuantitativo y realizó una investigación no experimental, correlativa y causal. El instrumento utilizado fue el Inventario Sistemático Cognoscitivista de Barraza. Llegó a la conclusión de que el estrés está significativamente relacionado con el rendimiento académico de los estudiantes.

Del mismo modo, Perales (2018) tuvo como objetivo analizar la relación entre el estrés y los estudiantes. Se utilizó el tipo de investigación, correlativo descriptivo, no experimental y transversal. El instrumento utilizado fue el inventario Barraza SISCO. La conclusión fue que el estrés tiene una relación significativa con el rendimiento académico de los estudiantes del centro de idiomas.

Además, Castillo (2017), tuvo como objetivo establecer la dependencia entre estrés académico y rendimiento en dichos estudiantes. Utilizó la metodología cuantitativa, no experimental, correlacional. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario SISCO de Barraza y una ficha de análisis documental de las calificaciones diseñado por el autor. Los resultados indicaron la no relación entre estrés académico y

rendimiento académico, puesto que los estudiantes presentan un nivel bajo de estrés y un nivel regular de rendimiento académico.

Por otro lado, Quenaya (2017) tuvo como objetivo determinar la influencia del estrés académico en el rendimiento académico de los estudiantes de esa facultad. El estudio fue observacional, descriptivo, transversal y correlacional. El instrumento aplicado fue el Inventario SISCO de estrés académico en Barraza. Se concluyó que existe una asociación entre el estrés académico y el rendimiento académico de la muestra recolectada.

Mientras que Buendía (2017) apuntó a la existencia o no de una correlación entre el estrés académico y el rendimiento académico. Tenía un alcance de tipo correlacional de diseño y corte no experimental. El SISCO Academic Stress Inventory se utilizó como instrumento para obtener datos. El resultado indica la presencia moderada de una correlación negativa entre el estrés académico y el rendimiento académico. Del mismo modo, los factores estresantes, los síntomas de estrés y los indicadores de rendimiento académico mostraron una correlación negativa moderada, y con respecto a las estrategias de afrontamiento, se identificó una correlación positiva débil con niveles de significancia por debajo 5% en todos los casos.

Asimismo, Rodríguez (2016) tuvo como objetivo determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes. Se utilizó el diseño descriptivo transversal y, finalmente, se administró una encuesta, preparada por el autor, como instrumento de recolección de datos. Se concluyó que existe una relación significativa entre el estrés y el rendimiento académico en sus diversas dimensiones: nivel de estrés autopercebido, factores estresantes, reacciones físicas, reacciones psicológicas y estrategias de afrontamiento para un buen rendimiento académico.

En otro momento, Ruiz y Tito (2015), cuyo objetivo principal era determinar la importancia entre el nivel de estrés y el rendimiento académico. El alcance de la investigación fue de correlación cruzada-cuantitativa, y los instrumentos utilizados fueron un cuestionario de estrés académico y un registro de observación preparado por los autores; finalmente, concluyeron en la presencia significativa entre las dos variables relacionadas. De esta manera, introdujeron los resultados en los cuales el ambiente universitario es un lugar excesivamente estresante para el estudiante, debido a las presiones que demanda el ambiente educativo universitario, aunque el poco control de las demandas expuestas es momentáneo, los estresores académicos que producen la incapacidad de hacer frente, causan altos niveles de estrés académico, acentuando la sobrecarga de tareas y evaluaciones de los docentes como estresores.

Antialon (2015) también tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes. El tipo de estudio está correlacionado cuantitativamente con un diseño no experimental, y el instrumento utilizado fue un Cuestionario de Estrés Académico diseñado y validado por el autor. La conclusión obtenida fue una correlación inversa cuando se presentaron un bajo nivel de estrés académico y un nivel de rendimiento académico medio.

Finalmente, Vilcherres (2015), para determinar la relación entre las dos variables, la investigación fue descriptiva correlacional. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario SISCO y un cuestionario para recopilar datos sobre el rendimiento académico preparado por el autor. Se concluyó que existe una relación directa y



significativa entre el estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes investigados.

## 2.2. Bases teóricas

### a. Estrés:

La definición de estrés se remonta a la década de 1930, cuando un austriaco de 20 años, un estudiante de medicina de segundo año en la Universidad de Praga, Hans Selye, hijo del cirujano austriaco Hugo Selye, mostró que los pacientes que estudiaron sin distinguir la enfermedad, mostró síntomas comunes como fatiga, pérdida de apetito, pérdida de peso, disminución, etc. Estas reacciones atrajeron la atención de Selye, quien lo llamó "síndrome de la enfermedad" (Ortega, 2015).

Selye declaró en ese momento que varias enfermedades poco conocidas, como enfermedades cardíacas, presión arterial alta y trastornos emocionales o mentales, eran consecuencia de cambios fisiológicos causados por el estrés prolongado en los órganos indicados y que estas manifestaciones podrían estar relacionadas con la genética. Pero a medida que continuó sus estudios, combinó con sus hipótesis la idea de que no solo los agentes físicos nocivos que intervienen directamente en el organismo son generadores de estrés, sino que las demandas de naturaleza social y las amenazas del entorno individual que requieren adaptabilidad producen trastorno de estrés (Ortiz, 2015).

Más adelante, Lazarus y Folkman, 1986, precisan el concepto de estrés vinculándose a las interrelaciones que se originan entre el individuo y el contexto en el que se encuentra inserto. "El estrés se genera cuando el individuo evalúa lo que le sucede como algo que supera los recursos con los que cuenta y genera un peligro a su bienestar. Por medio se ubica la evaluación cognitiva que realiza la persona; incluyendo también el aspecto emocional que genera esta situación (Hernández, 2009).

### a.1. Estrés académico

Existe una orientación psicosocial en torno al estrés académico que resalta las situaciones que pueden causarlo y lo presenta como el trastorno que el estudiante conlleva debido a factores físicos y emocionales, ya sea en la interrelación o en el entorno que puede generar demandas, en capacidad personal para cumplir con el contexto académico en el desempeño, de las habilidades metacognitivas para resolver problemas, pérdida de un ser querido, tomar exámenes, interactuar con otros estudiantes, maestros y buscar aceptación (Martínez y Díaz, 2007).

Según Orlandini (1999), las tradiciones que se enmarca en la sintomatología del estrés, según la tensión excesiva y recurrentes, señalan que "desde la educación preescolar hasta el nivel de posgrado, cuando una persona está (...) en el período de aprendizaje, experimenta tensión. Esto se llama estrés académico y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula académica", (Barraza, 2003).

En el mismo punto de partida, Caldera, Pulido y Martínez (2007) conceptualizan al estrés académico, como uno de los generadores por los requisitos establecidos en el ambiente educativo. Es por ello que los estudiantes y los docentes pueden verse afectados por este problema.

Finalmente, se destaca definir al estrés académico, lo que convierte al modelo cognitivo-sistémico, según Barraza (2006) pues él es uno de los estudiosos

latinoamericanos con mayores contribuciones a este tema. Menciona que el estrés académico es un proceso de desarrollo sistémico, adaptativo y principalmente psicológico, que se muestra en diversas situaciones, tales como: cuando el alumno está expuesto a una serie de requisitos en un contexto escolar que el alumno considera los estresores se aplican (entrada); si estos factores estresantes causan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); si este desequilibrio requiere que el alumno realice acciones de afrontamiento (salida) para restablecer el equilibrio sistémico.

#### a.2. Modelo Sistémico Cognoscitivista del estrés académico

La presente investigación se basa en el Modelo Sistémico Cognitivo de estrés académico propuesto por Arturo Barraza en 2006, que, a su vez, está respaldado por la Teoría de Sistemas Generales (Bertalanffy, 1968) y por el Modelo Transaccional de estrés (Lázaro y Folkman, 1986).

Entonces, comencemos conceptualizando las definiciones que soportan este modelo:

##### - Teoría General de Sistemas:

Karl Ludwig von Bertalanffy, en su libro *General System Theory*, publicado en 1968, presenta la definición de un sistema como un conjunto de componentes que interactúan. Estos no son necesariamente humanos o animales, pero también pueden ser computadoras, neuronas o células, entre otros. Así, los sistemas se definen por sus características estructurales, como la relación entre sus componentes y sus funciones; Por ejemplo, en los sistemas de las personas, los elementos del sistema buscan un objetivo común. El aspecto principal que diferencia a los sistemas es si están abiertos o cerrados, que influyan al entorno que los rodea (Figueroba, 2014).

De este modo, la Teoría General de Sistemas se fundamenta en tres premisas básicas:

##### a) Los sistemas existen dentro de sistemas.

Las moléculas existen dentro de las células, las células dentro de los tejidos, los tejidos dentro de órganos y así sucesivamente.

##### b) Los sistemas son abiertos.

Cada sistema recibe y otorga algo a los otros sistemas, principalmente sobre aquellos que lo rodean. Los sistemas abiertos tienen la característica de ser un proceso de intercambio infinito con su ambiente, que son los otros sistemas.

##### c) Las funciones de un sistema dependen de su estructura.

Al hablar de sistema también se determina de una acción instintiva producto del cambio que puede provocar el ambiente, como, por ejemplo, los tejidos musculares se contraen porque están compuestos de una estructura celular que permite contracciones.

Por otro lado, Bertalanffy (1968) concibe a un sistema en dos grupos:

##### a) Sistema, supra-sistema y subsistema: si concebimos el sistema como un conjunto de componentes, elementos, hablamos de "subsistemas" para designar dichos componentes; Por ejemplo, una familia es un sistema y cada persona es un subsistema. El sistema supra es el soporte externo del sistema en el que está inmerso; en sistemas humanos, es reconocible con la sociedad.

##### b) Abierto y cerrado: el aspecto fundamental que define un sistema es el grado de interacción con el sistema supra. Los sistemas abiertos

intercambian materia, energía e información con el entorno que los rodea, adaptándose e influyendo en ella. Por otro lado, los sistemas cerrados están teóricamente aislados de las influencias ambientales; En la práctica, hablamos de sistemas cerrados cuando están muy estructurados y la retroalimentación es mínima, porque ningún sistema es totalmente independiente de su sistema supra.

- Modelo Transaccional del estrés:  
Lazarus y Folkman (1986) en su Modelo Transaccional o Interaccional presentan al estrés como un “proceso dinámico entre el sujeto y el medio”. Y ofrecen un concepto de evaluación cognitiva que se explica en que un suceso será estresante en la medida en que el sujeto lo perciba o valore como tal, sean cual sean las características objetivas del suceso. Además, las estrategias de afronte con las que cuente un individuo servirá para determinar la respuesta frente al estrés.

Así, la reacción a una situación estresante dependerá de la valoración cognitiva de la misma como amenazante para la supervivencia física o psíquica de la persona, en este punto, se distinguen dos tipos de valoración:

- a) Valoración primaria: El individuo califica el significado de una transacción específica con respecto a su bienestar, por lo que existen tres resultados posibles: irrelevante, benigno (positivo), estresante. Si se evalúa el evento como estresante, puede significar: daño/pérdida, amenaza, o desafío.
- b) Valoración secundaria: Se refiere a la evaluación que el individuo realiza de los recursos (físicos, sociales, psicológicos y materiales) que posee con el fin de controlar o cambiar la situación. El estrés ocurre siempre que hay un desequilibrio entre la amenaza percibida y la habilidad o estrategia para hacerle frente (Perales, 2018).

Asimismo, los elementos que intervienen en el proceso del estrés, según Lazarus y Folkman (1986) son:

- a) Los estímulos: situaciones externas, eventos diarios que pueden ser físicos, psicológicos o sociales.
- b) Las respuestas: se refiere a las reacciones subjetivas, de nivel cognitivo y comportamentales, las cuales pueden o no ser idóneas.
- c) Los mediadores: referido a la evaluación del estímulo como amenazante y de los recursos de afrontamiento como insuficientes. Esto es, como ya se mencionó, el pilar del modelo.
- d) Los moduladores: referido a los factores que pueden incrementar o disminuir el proceso de estrés, mas no lo provocan o impiden. Por ejemplo, un rasgo elevado de ansiedad potencia las reacciones de estrés, pero no las provoca por sí mismo.

Teniendo en cuenta las teorías anteriores, Barraza (2006) concibe y define el modelo del sistema cognitivo del estrés académico como un sistema adaptativo y fundamentalmente psicológico, que se describe descriptivamente en tres momentos.

- 1º: El estudiante está expuesto a varios requisitos de evaluación en un contexto académico, que según su propia evaluación se consideran factores de estrés (entrada).

- 2º: Estos factores estresantes causan un desequilibrio sistémico que provoca diversos síntomas o reacciones (indicadores del desequilibrio).
- 3º, El desequilibrio sistémico requiere que el estudiante tome medidas de afrontamiento (salida) para restablecer el equilibrio sistémico.

De este modo, Barraza (2006) propone las 4 hipótesis constitutivas del Modelo Sistémico Cognoscitivista del estrés académico, base de la presente investigación, se tiene:

- Hipótesis en los componentes que generan la sistematización – procesos del estrés académico.  
Se hace hincapié en la definición de un sistema abierto que conduce a la idea de un proceso interrelacional entre el sistema y su entorno.  
En consecuencia, los componentes procesales sistémicos del estrés académico se refieren al flujo constante de entradas y salidas que todos los sistemas presentan para lograr su equilibrio.  
Hay tres componentes del estrés académico: factores de estrés (inquietud situacional), síntomas (indicadores de desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento que reflejan el estrés al que está expuesto el estudiante como resultado de las situaciones.
  - 1) Estímulos estresores: (Inquietud situacional) referido a las situaciones en el ambiente académico que producen estrés en el estudiante a causa de la interrelación con los agentes externos.
  - 2) Síntomas: reacciones específicas del organismo ocasionado por superar la propia valoración del estudiante respecto al estrés.
  - 3) Estrategias de afrontamiento: se refiere a los mecanismos que realiza el individuo para hacer frente a las situaciones que le generan estrés dentro del ámbito educativo.
- Hipótesis del estrés académico como estado psicológico.  
Para el estrés académico, se tiene en cuenta las condiciones predominantemente psicológicas, ya que proporciona factores llamados factores estresantes importantes (amenaza radicalmente la integridad de la vida, la vida y la muerte del individuo y no conoce su juicio) y los factores estresantes menores de edad (a, que dependerá de la evaluación que haga la persona para determinar si es estresante o no).

Según ello, un estresor es un fenómeno con una "situación de estímulo o amenaza que desencadena un problema generalizado y no específica en el sujeto" (Barraza, 2005).

Así, Barraza (2003) y Polo, Hernández y Pozo (1996) propuso una serie de factores estresantes que sería primero para identificar a aquellos que pertenecen correctamente al estrés escolar; Según estos estudios, los factores estresantes que se considerarían típicos del estrés escolar, en cada caso:

- Competencia grupal, sobrecarga de tareas, responsabilidad excesiva, interrupciones en el trabajo, ambiente físico desagradable, falta de refuerzos, poco tiempo para trabajar, problemas con los maestros, problemas o conflictos con colegas, evaluaciones, tipo de trabajo que se exige. (Barraza, 2003).
- Realizar un examen, presentar el trabajo en clase, hablar en clase (responder y hacer preguntas al profesor, participar en debates, etc.),

acercarse al escritorio del profesor durante el tiempo libre, sobrecarga académica (número excesivo de créditos, tareas obligatorias, etc.), hacinamiento en las aulas, falta de tiempo para poder realizar actividades académicas, falta de tiempo para poder realizar actividades académicas, competitividad entre compañeros, finalización de tareas Obligatorio aprobar las asignaturas (encontrar el material necesario, redactar el trabajo, etc.), la tarea de estudio, trabajar en grupo (Polo, Hernández y Pozo, 1996).

Como se puede ver en la lista, los factores de estrés para el estrés académico suelen ser menores (ira) porque se determinan como factores de estrés basados en la evaluación cognitiva del individuo. Por lo tanto, la misma situación puede considerarse o no como un estresante para cada uno de los estudiantes. En general, un estresor es un "estímulo o situación amenazante que, según el juicio cognitivo, desencadena una respuesta generalizada y no específica del sujeto" (Barraza, 2005).

- Hipótesis para los indicadores del desequilibrio sistémico y sus implicancias con el estrés académico.

Al enfatizar el aspecto adaptativo del estrés, es común identificarlo en tres tipos: estrés normal, angustia (negativo) y estrés (positivo) (Shturman, 2005); En el contexto de la línea argumentativa desarrollada, el estrés académico se considera angustia, y se reconoce que el estrés implica un desequilibrio sistémico entre la relación entre el individuo y su entorno, ya que el personal de evaluación excede sus propios recursos.

Esta situación estresante (desequilibrio sistémico) se manifiesta en el individuo a través de una serie de indicadores clasificados como:

- Físicos: son aquellos que involucran una reacción propia del organismo. Entre ellos están los trastornos del sueño (insomnio, pesadillas), cefaleas o migraña, problemas de digestión, fatiga crónica (cansancio permanente), somnolencia, incremento en las horas de sueño, dolor abdominal y diarreas.
  - Psicológicos: son aquellos que implican funciones cognoscitivas o emocionales de la persona. Entre los síntomas encontramos la inquietud, la incapacidad de relajarse, ansiedad, mayor disposición a miedos, sensación de tener la mente en blanco, sentimiento de tristeza y dificultades en la concentración.
  - Comportamentales: son los que comprenden la conducta de la persona, entre ellos están: aislamiento de los demás, desgano para realizar los lores académicos, los conflictos o tendencia a polemizar o discutir y las ausencias a las clases (Barraza, 2005).
- .
- Hipótesis como afrontar y restaurar el equilibrio sistémico.  
Cuando el estímulo estresante produce diversas manifestaciones que muestran la existencia de un desequilibrio sistémico en su relación con el entorno, el individuo inicia varias estrategias de afrontamiento para restaurarlo.  
Lazarus y Folkman (1986) entienden el afrontamiento como "esos esfuerzos cognitivos y conductuales siempre cambiantes diseñados para controlar ciertos requisitos externos y / o internos que se consideran desbordados con los recursos de la persona". Estos autores ven el afrontamiento como un proceso de cambio constante en el que la persona debe confiar principalmente en las estrategias de defensa cuando cambia su relación con el entorno.

La importancia de las estrategias de afrontamiento en lugar del tipo de estresores puede determinar si una persona está estresada o no. Cada sujeto utiliza los estilos o estrategias de afrontamiento que domina, ya sea a través del aprendizaje o por descubrimiento fortuito en una situación extrema (Vogel, 1985).

Aunque existen diferentes estrategias de afrontamiento, Barraza (2008) sugiere lo siguiente: asertividad; alaba por ti mismo; distracciones evasivas; ventilación o confidencialidad; religión; buscar información sobre la situación; Pida ayuda profesional, tome la situación con sentido del humor y planifique y realice sus tareas.

- Causas del estrés académico

Según Benjamin (2012), el estrés es causado por el instinto del cuerpo para protegerse. Este instinto es positivo en emergencias, pero puede causar síntomas físicos si persiste durante mucho tiempo, p. Por ejemplo, si se aleja de la carretera, si un automóvil se acerca a una velocidad excesiva, pero el cuerpo está inmóvil sin reacción.

Cualquier evento que desencadene una respuesta emocional, puede ser estresante. Esto se incluye en las experiencias positivas (llegada de un hijo, matrimonio) como negativas (desempleo, muerte de un ser querido, etc.). El estrés también es causado por una irritación menor: espera excesiva en la fila o en el tráfico. Debe enfatizarse que las circunstancias que crean estrés en una persona pueden no afectar a otra (Benjamín, 1991).

Los llamados estresores o diversas situaciones desencadenantes del estrés, externas o internas, que directa o indirectamente favorecen la inestabilidad hacia el equilibrio del organismo (Benjamín, 1991).

- Factores del estrés académico:

Jackson (1968) puede considerarse uno de los pioneros en emprender el estudio del estrés académico. Aunque este autor no se refiere específicamente a los factores estresantes, destaca algunos aspectos del ámbito académico que pueden ejercer presión excesiva al estudiante. Destaca entre ellos: 1) la gran cantidad y los diversos temas estudiados, así como las actividades y tareas a realizar. 2) La necesidad de desplegar una gran capacidad de concentración y atención, así como de retrasar algunos impulsos y limitar sus emociones. 3) la evaluación realizada por el docente, desde su estatus de poder, de su comportamiento y desempeño 4) el hacinamiento en el aula, lo que impide una interacción adecuada con el profesor.

Los estudiantes cada vez más se enfrentan a las exigencias, desafíos y retos lo que implica una mayor necesidad de sobrepasar demandándoles un desgaste de recursos tanto físicos como psicológicos. Tal situación ocasiona que experimenten agotamiento, bajo interés en el estudio y autocrítica (Caballero, Abello y Palacios, 2007).

Asimismo, Barraza (2008) indica que los factores que pueden desencadenar el estrés son: competitividad grupal, aprobar un examen, sobrecargar las tareas, exponer el trabajo de clase, responsabilidad excesiva, participación en clase (responder y hacer preguntas al maestro), participar en debates, etc.), interrupciones de trabajo, acercamiento al escritorio del maestro durante las horas libres, ambiente físico desagradable, sobrecarga académica (número excesivo de créditos, trabajo obligatorio, etc.), falta de incentivos, aulas superpobladas, poco tiempo para trabajar y poco tiempo para realizar actividades académicas.

## b. Rendimiento académico

El rendimiento académico se define como el nivel de conocimiento obtenido en un área o materia, evidenciado por indicadores cuantitativos, normalmente expresado por puntuación ponderada en el sistema vigesimal y bajo el supuesto de que un "grupo social calificado" (docentes) establece ramas de aprobación para áreas específicas del conocimiento académico (Tonconi, 2010).

Finalmente, Pizarro (1985) citado por reyes, 2007, lo define como una medida de la capacidad de respuesta que, de una manera apreciada, muestra lo que un estudiante ha aprendido como resultado de una instrucción o proceso de capacitación. Y desde la perspectiva del estudiante, lo define como su capacidad de respuesta, a la luz de los estímulos educativos, que pueden interpretarse de acuerdo con los objetivos educativos establecidos. Este tipo de desempeño académico puede ser ilustrado en relación a un grupo social que define los niveles mínimos de aprobación basado en conocimientos.

Tomando en cuenta la medida del rendimiento académico para el ámbito educativo universitario, la calificación del puntaje se transcribe en una categoría de aprendizaje de manera vigesimal, es decir de 0 a 20 (Moreno, 2017).

### b.1. Características del rendimiento académico:

García y Palacios (1991), después del análisis comparativo de las diferentes definiciones de rendimiento académico, concluyen que existe un punto de vista doble, estático y dinámico que se relaciona con la educación. En general, el rendimiento académico se caracteriza de la siguiente manera:

- El rendimiento académico genera un aspecto dinámico responde al proceso de aprender porque se vincula a las habilidades y esfuerzos del alumno.
- En el aspecto estático, contiene el producto de aprendizaje desarrollados por el alumno y expresa el comportamiento de uso de los mismos.
- El servicio está asociado con estándares de calidad y juicios de evaluación.
- El rendimiento se presenta como el medio y no como un fin en sí mismo.
- El desempeño se refiere a propósitos éticos que incluyen perspectivas económicas, que requieren un tipo de desempeño basado en el modelo social actual.

### b.2. Factores influyentes en el rendimiento académico:

- Factor estudiantil, abarca nivel socioeconómico, nutrición, salud, nivel de aprensión, apoyo educativo en el hogar, autoestima, estrés, cociente intelectual, absentismo escolar, edad, sexo.
- Factor docente, incluye educación académica, experiencia, actualización, capacitación, especialización, vocación, capacidad de adoptar programas y textos para su realidad; desarrollar instrumentos de evaluación, reparación previa de clases, simpatía con los estudiantes; métodos innovadores, nivel socioeconómico, edad y sexo.
- Universidad factorial o centro de estudios, incluye la disponibilidad de programas y estándares, biblioteca, material didáctico, disponibilidad de aulas, número de alumnos por aula y docente, supervisión y supervisión adecuadas, soporte técnico, instalaciones básicas, turnos dobles, asignación de tareas, asignación de tiempo y sistemas de evaluación (Williams, 1986).

c. Relación estrés – rendimiento académico:

Referido a la relación que existe entre estrés y rendimiento académico, Bagés et al. (2008) sostienen que un mejor rendimiento académico se asocia con el reporte de mayor intensidad del estrés. Argumentan que las posibles explicaciones de tal asociación están relacionadas con el hecho de que, a medida que los alumnos se vean involucrados más en sus estudios, pueden percibir una mayor intensidad de las fuentes que generan estrés y, por ende, tener un mejor rendimiento. Sin embargo, mencionan que debería esperarse la depreciación del rendimiento académico cuando la intensidad del estrés sean demasiados elevados.

Asimismo, Del Toro et al. (2011) afirma que el estrés académico es uno de los factores que afectan de manera elevada y negativa al aprendizaje óptimo de los estudiantes, pues, disminuye su rendimiento académico. En consecuencia, de lo dicho, se infiere que los autores mencionados sostienen que es el estrés el causante de la disminución del rendimiento académico, pero no es éste, el causante de estrés, lo expuesto es apoyado por los siguientes autores.

Román, Ortiz, y Hernández (2008) argumentan que el modelo transaccional del estrés concerniente al rendimiento académico puede estar dentro de las respuestas generadas por el estrés y no como una causa de estrés. Asimismo, refieren que el hallazgo concordó con investigaciones previas donde sobresale la vulnerabilidad al estrés como variable del rendimiento académico.

Caldera, Pulido, y Martínez (2007) encontraron evidencia contrariamente a la relación entre el estrés y el rendimiento, afirman que no encontraron pruebas significativas que les permitan afirmar que el estrés afecta el rendimiento académico de los estudiantes. Sin embargo, refieren que existe una tendencia, aunque no significativa, a encontrar rendimiento académico medio y alto en alumnos con bajos niveles de estrés. Manifiestan que dicha información sugiere la posibilidad de que altos niveles de estrés son obstáculos para el desempeño académico y que la mejor condición para obtener buenas calificaciones es mantener niveles medios de estrés.



## **CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación**

El estudio se desarrolló con un enfoque cuantitativo pues comprendió un orden estricto y utiliza la recolección de datos para probar las hipótesis determinadas, con base en el análisis estadístico, para establecer los patrones de comportamiento en los alumnos del centro pre de la UNDAC, así, Hernández, Fernández y Baptista (2010) fijan este tipo de enfoque como secuencial y probatorio, cada etapa precede a la siguiente y no se puede eludir pasos, (...) parte de una idea que una vez determinada se derivan objetivos y preguntas de investigación, se construye una perspectiva teórica, hipótesis que serán probadas de manera estadística y obtenido los datos se establece una serie de conclusiones.

Asimismo, el alcance de la investigación es correlacional ya que presente demostrar la existencia o no de la relación entre el estrés y el rendimiento académico. Según lo sugerido por Hernández et al. (2010) Este tipo de estudio tiene como objetivo conocer la relación o el grado de asociación que existe para dos o más conceptos o variables en un contexto dado. Al evaluar el grado de asociación, las variables se miden, cuantifican y analizan.

Por último, el diseño de investigación transversal no es experimental, ya que Hernández et al. (2010) Este es un estudio en el que la variable independiente no varía intencionalmente para analizar su impacto en la otra variable. Solo se observa el fenómeno que ocurre en su entorno natural y, a su vez, recopilan los datos en un solo momento.

### **3.2. Población y muestra**

En nuestra investigación se realizó un censo, es decir se entrevistó a los 63 estudiantes del pre-centro de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión de la hija Tarma, que fluctúan entre 17 y 18 años, incluidos hombres y mujeres.

Dado el número limitado de estudiantes, se utilizó el tipo de muestra del censo en el estudio, lo que sugiere que Hernández et al. (2010) incluirá a todos los individuos en el universo o la población, lo cual es beneficioso si se dan todas las opiniones para su interpretación.

Asimismo, Cuesta y Herrero (2010) informan que, en algunos casos, es posible examinar cada uno de los elementos que componen la población utilizando un llamado censo, es decir, todos los elementos que se encuentran en la población.

#### **3.2.1. Criterios de Inclusión y exclusión**

##### **a) Criterios de inclusión**

- Alumnos de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, afiliados a Tarma, inscritos al centro pre universitario, que aprobaron su participación voluntariamente en el estudio después de firmar el consentimiento informado de sus padres y el acuerdo oral.
- Alumnos matriculados en el Centro de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión para el año 2019.
- Hombres y mujeres entre 17 y 18 años.

##### **b) Criterios de exclusión**

- Alumnos que no quisieron ser parte de la investigación.
- Alumnos que se matricularon y no asistieron a clases en el momento de la aplicación del instrumento.

### 3.3. Variables

En la presente investigación se tiene las siguientes variables:

- a) Variable estrés académico.
- b) Variable rendimiento académico
- c) Variable interviniente factores sociodemográficos

#### 3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables

- a) Definición conceptual de la variable estrés académico. - Se entiende como un proceso sistémico, adaptativo y fundamentalmente psicológico, ya que parece descriptivo en tres momentos: solo cuando el estudiante en contextos académicos está expuesto a diferentes demandas, que debido a su propia percepción, los estudiantes son considerados estresores (input), luego causa estos estresores son un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se externaliza como una serie de síntomas (indicadores de desequilibrio), y finalmente ese desequilibrio sistémico requiere que el alumno realice acciones de afrontamiento (salida) para restablecer el equilibrio sistémico (Barraza 2006).
  
- b) Definición conceptual de la variable rendimiento académico. - enfocado en el campo educativo universitario, mantiene una distinción de calificación vigesimal, es decir de 0 a 20, que traduce el proceso de aprendizaje que obtuvo un estudiante durante un determinado periodo de estudios (Moreno, 2017).
  
- d) Definición de la variable interviniente factor sociodemográficos. -
  - d.1. Características demográficas
    - Edad. - Tiempo que vive un individuo. (Real Academia Española, 2017). Es una variable cuantitativa, que comprende de 17 a 18 años, información que será tomada en la encuesta.
    - Género – Es la condición fisiológica que diferencia a los hombres de las mujeres (Real Academia Española, 2017), es una variable cualitativa, nominal, dicotómica. Sexo: Masculino (M) o Femenino (F), la información se recopilará en la hoja de datos sociodemográficos.
    - Procedencia. - Origen, principio de donde algo nace o deriva (Real Academia Española, 2017) con una variable cualitativa, nominal y politómica, siendo la información se recopilará en la hoja de datos sociodemográficos.
    - Tipo de vivienda. - lugar donde vive el alumno. Son de variable cualitativa, nominal y polinómica La información se recopilará en la hoja de datos sociodemográficos.
    - Ocupación. - donde trabaja el alumno. Con una variable cualitativa, nominal y polinómica La información se recopilará en la hoja de datos sociodemográficos.
    - Condición económica. - Estudio de situación de mantenimiento. Variable cualitativa, nominal y polinómica La información se recopilará en la hoja de datos sociodemográficos.
  
  - d.2. Características sociales
    - Con quien vives actualmente. - Con quién vives cuando estudias? Cualitativa, nominal, variable de politómica. La información se captura en la hoja de recopilación de datos sociodemográficos.

- La relación con tus familiares es. - ¿Cuál es el estado mental con el que vives? Cualitativa, nominal, variable de politómica. La información se captura en la hoja de recopilación de datos sociodemográficos.
- Si tienes pareja, la relación es. - Estudiantes con una variable cualitativa, nominal y politómica. La información se captura en la hoja de recopilación de datos sociodemográficos.
- La relación con tus compañeros de clase es. - Comportamiento hacia los alumnos. Cualitativa, nominal, variable politómica. La información se captura en la hoja de recopilación de datos sociodemográficos.
- La relación con tus profesores. - Cómo interactúa con los profesores en clase. Cualitativa, nominal, variable politómica. La información se captura en la hoja de recopilación de datos sociodemográficos.

e) Definición operacional: Estrés académico (ver anexo 9)

Para la investigación se utilizó, el Inventario SISCO del estrés académico. Este comprende 29 preguntas, dividido en tres dimensiones: estímulos estresores (del ítem 1 al 8), síntomas (del ítem 9 al 23) y estrategias de afrontamiento (del ítem 24 al 29), de las cuales se obtiene un puntaje global.

Variable categórica politómica ordinal caracterizada en tres niveles:

- Leve : 30 – 70
- Moderado : 71 – 110
- Profundo : 111 – 150

Definición operacional: Rendimiento académico (ver anexo 10)

Variable categórica politómica ordinal caracterizada en cinco niveles:

- Muy deficiente : 00 – 07
- Deficiente : 08 – 10
- Regular : 11 – 14
- Bueno : 15 – 17
- Excelente : 18 – 20

### 3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

a. Plan de recolección de datos.

El plan de recopilación de datos se creó con el objetivo general de determinar si existe una conexión entre el estrés y el rendimiento académico entre los estudiantes de un centro preuniversitario en Tarma en 2019. Esto planteó la pregunta: ¿Cuál es la asociación del estrés entre el rendimiento académico entre los estudiantes de un centro preuniversitario en Tarma?

Los pasos de la aplicación también fueron los siguientes:

- Planificación: consistió en llevar a cabo los procedimientos administrativos propuestos por el departamento de investigación de la Universidad Católica Sedes Sapientiae para obtener una solicitud de permiso y una carta de presentación para el uso de los instrumentos en el centro pre universitario.
- Entrevista: se estableció un diálogo con el Director General de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, afiliado a TARMA, para aceptar el instrumento de evaluación para la administración, cuyas respuestas se enviaron al coordinador del centro preuniversitario, explicando el tema de investigación y el tiempo requerido para su uso. Del mismo modo, el día anterior, se les pidió a los estudiantes que informaran sobre el uso de un instrumento para apoyar un proyecto de investigación, que los padres deben acordar oralmente para continuar con dicha evaluación. consentimiento ya obtenido

- Explicación: comenzó con la presentación del evaluador a los alumnos de la clase, una breve presentación sobre el tema que se examinará y la instrucción de que los padres de todos los alumnos a evaluar han sido aprobados y acordados respectivamente antes de la aplicación del instrumento. Luego se proporcionó el material original: copias del consentimiento informado y sus actas, destacando los aspectos éticos de la confidencialidad con respecto a la información y la protección.
  - Solicitud: comenzó mencionando las instrucciones generales para los instrumentos que se completarán más tarde, comenzando con el registro sociodemográfico y luego con la lista de estrés académico de SISCO para obtener los datos.
  - Terminación: colección de los instrumentos utilizados.
  - Evaluación: calificación de los instrumentos para lograr los resultados.
- Con todo ello se llevó a tener los resultados, los cuales se generó la base de datos para el análisis respectivo.

#### b. Instrumento

Las herramientas utilizadas fueron el inventario sistémico cognitivo-cognitivo (SISCO) del estrés académico de Barraza (2008), un cuestionario Likert, que consta de 31 elementos y permite la evaluación: estresores en el entorno académico basados en las dimensiones de estresores, síntomas y Estrategias de afrontamiento, distribuidas de la siguiente manera:

- La primera pregunta son los filtros, es decir, en términos dicotómicos (sí o no) que determinan si el alumno puede continuar con el inventario o no.
- El segundo es la autoconciencia, que indica la intensidad del estrés presentado por el alumno.
- A continuación, ocho puntos que intentan identificar los requisitos ambientales que los sujetos de prueba perciben como estresores.
- Luego quince puntos que identifican las respuestas físicas, psicológicas y conductuales al estrés.
- Finalmente, seis puntos se centraron en las estrategias de afrontamiento que el alumno utilizó como respuesta.

A cada artículo se le ha asignado un valor de medición. Nunca = 1, rara vez = 2, a veces = 3, casi siempre = 4, siempre = 5.

La calificación y la interpretación están dadas por la suma total de los puntajes obtenidos de todas las preguntas, de esta manera el nivel de estrés se determina de acuerdo con los puntajes finales, como leve = 30-70, moderado = 71 -110, Profundidad = 111-150.

Para medir el rendimiento académico, se agregó una tabla diseñada por el Ministerio de Educación (2009) y adaptada para la academia por Moreno (2017) al inventario de SISCO, que registra el promedio final de la suma de todas las notas obtenidas para el período Preuniversitario 2019, como indicador de éxito. (Anexo 1)

El nivel de rendimiento académico se determinó obteniendo las calificaciones asignadas por el Registro de Calificación General Pre-Centro UNDAC, que se evaluó como: Excelente = 18-20, Bueno = 15-17, Regular = 11 - 14, Deficiente = 08-10, Muy deficiente = 00 - 07, y el archivo sociodemográfico compuesto por 11 preguntas vinculadas a datos de identificación demográfica y social, adaptado por el investigador.

Aquí están las hojas de datos técnicos de los instrumentos:

### **b.1. Ficha técnica de la variable estrés académico**

Nombre	:	Inventario SISCO del estrés académico
Autor	:	Barraza Macías, Arturo
Año de Edición	:	2008
Ámbito de aplicación	:	Área educativa
Administración	:	Individual y/o colectivo
Duración	:	20 minutos
Objetivo	:	Identificar el nivel de estrés
Adaptado	:	Julcarima Raqui, Jhon Misael
Año de la adaptación	:	2019
Nombre del estudio donde fue adaptado	:	Estrés y rendimiento académico en estudiantes de un centro pre universitario en Tarma, 2019
Confiabilidad	:	El índice de Confiabilidad Alpha de Cronbach para la variable estrés fue de 0.925
Dimensiones	:	El inventario se configura por 31 ítems distribuidos en tres dimensiones: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.
Calificación	:	Tipo Likert

### **b.2. Ficha técnica de la variable rendimiento académico**

Nombre	:	Tabulación de calificación del rendimiento académico
Autores	:	Ministerio de Educación
Año de Edición	:	2009
Ámbito de aplicación	:	Educativo
Administración	:	Adolescentes
Duración	:	10 minutos
Objetivo	:	Categorizar cuantitativamente los niveles del rendimiento académico
Adaptado	:	En el ámbito universitario, por Moreno Palomino, Jean Paúl
Año de la adaptación	:	2017
Confiabilidad	:	Alfa de Cronbach = 0.925
Aspectos a evaluar	:	Tabulación constituida de 5 categorías distribuidas en calificaciones cuantitativas referidos al rendimiento académico del estudiante.
Calificación	:	Tipo Likert

### **c. Opinión de expertos**

#### **c.1. Validez de estrés académico**

El instrumento Inventario SISCO del estrés académico se sometió a evaluación de juicio de tres expertos autorizados, con su contribución, se

comprueba la preparación y el examen del contenido del instrumento cuyo ajuste fue dado al estudio (ver Tabla).

*Tabla de validación de expertos para la variable estrés*

Nº	EXPERTO	NOTA	PORCENTAJE
Experto Nº 1	Lic. Cesar Daniel Ayala Miranda	20	100 %
Experto Nº 2	Mg. Jessica Ekatterina Mendoza Gutiérrez	19	95 %
Experto Nº 3	Lic. Oscar Alfonso Baldeón Day	20	100 %
Promedio			98 %

Fuente: Trabajo de investigación.

Según el resultado, inferimos que la ponderación para la validación del instrumento, por Estrés académico (Anexo nº 05) se encuentra con el soporte del informe y concluyen los expertos consultados, cuyo resultado obtenido promedia 98%.

Revisado el cuadro de escalas del estudio oscila entre 70% y 100% (muy bueno y excelente), se considera aplicable el instrumento al grupo muestral.

### c.2. Validez de rendimiento académico

En el estudio se toma en cuenta la validación de los expertos en la variable rendimiento académico. Los cuales determinan su valorización (ver Tabla 2).

*Tabla de validación de expertos para la variable rendimiento académico*

Nº	EXPERTO	NOTA	PORCENTAJE
Experto Nº 1	Lic. Cesar Daniel Ayala Miranda	20	100 %
Experto Nº 2	Mg. Jessica Ekatterina Mendoza Gutiérrez	20	100 %
Experto Nº 3	Lic. Oscar Alfonso Baldeón Day	20	100 %
Promedio			100 %

Fuente: Trabajo de investigación.

Según el resultado, inferimos que la ponderación para la validación del instrumento del rendimiento académico (Anexo Nº 06) se encuentra con el soporte del informe y concluyen los expertos consultados, cuyo resultado obtenido promedia 100%.

Revisado el cuadro de escalas del estudio oscila entre 70% y 100% (muy bueno y excelente), se considera aplicable el instrumento al grupo muestral.

### c.3. Prueba piloto

En la presente investigación se realizó una prueba pilo a los estudiantes del centro pre universitario de la UCSS, se tomó la encuesta a 13 estudiantes. Teniendo como resultados:

*Tabla resumen de procesamiento de caso*

	N	%
Casos Válido	13	100,0
Excluido(*)	0	,0
Total	13	100,0

(\*) La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Se aplicó el programa estadístico SPSS versión 24 donde se tuvo como resultado el alfa de Cronbach, del instrumento que se va aplicar:

*Tabla de estadística de fiabilidad*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,925	29

Según el cuadro, se tuvo como resultado de 0.925, de las 29 preguntas realizadas.

*Tabla de criterios para confiabilidad*

Criterio de confiabilidad	Escala
No es confiable	-1 a 0
Baja confiabilidad	0.01 a 0.49
Moderada confiabilidad	0.50 a 0.75
Fuerte confiabilidad	0.76 a 0.89
<b>Alta confiabilidad</b>	<b>0.90 a 1</b>

Fuente: (Orosco & Pomasunco, 2014)

Según el cuadro de criterios de confiabilidad se tiene que el instrumento es de 0.925, y se encuentra en alta confiabilidad.

Para la investigación se adjunta en el anexo 07 la confiabilidad y validez cuestionario aplicado.

### 3.5. Plan de análisis e interpretación de la información

El programa Microsoft Excel 2013 se utilizó para poblar la base de datos, luego el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS), versión 24, que clasifica, analiza y presenta en tablas de frecuencia utilizando estadísticas descriptivas. Para un mejor manejo e interpretación de los objetos.

De esta manera, la codificación de variables se expresó en los siguientes valores numéricos:

- VAR01: Estrés académico (1 = Leve; 2 = Moderado; 3 = Profundo)
- D1VAR01: Estímulos estresores
- D2VAR01: Síntomas
- D3VAR01: Estrategias de afrontamiento
- VAR02: Rendimiento académico (1 = Muy deficiente; 2 = Deficiente; 3 = Regular; 4 = Bueno; 5 = Excelente)

Después de ingresar los datos, el programa SPSS 24 realiza el análisis descriptivo utilizando frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y para las variables cuantitativas utilizando medias y desviaciones estándar.

Por otro lado, se calculó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov (KS) para el análisis de inferencia porque la muestra consta de más de 50 estudiantes, seguida del coeficiente de correlación chi-cuadrado para probar las hipótesis propuestas y determinar el grado de correlación y la significación estadística de ambas variables. La prueba U de Mann-Whitney también se utilizó para encontrar la relación entre la edad y las variables cualitativas.

Finalmente, la significación estadística en el presente estudio fue  $\leq 0.05$ .

### 3.6. Ventajas y limitaciones

a. Se tiene las ventajas:

1. De ser una investigación transversal es más barato y requiere de menor tiempo.
2. Debido a que es un tipo de investigación correlativa, existen antecedentes que involucran ambas variables, que se utilizarán en la discusión de los resultados.
3. Tiene una novedad científica, ya que no hubo investigaciones centradas en la población preuniversitaria con respecto a las variables estudiadas.
4. Existe un instrumento validado adaptado a la población que se pretendía estudiar, así como capacitación para realizar el estudio con los esfuerzos científicos especificados.
5. Existen datos específicos, ya que la muestra estadística representa a toda la población.

b. Se tiene las limitaciones:

1. Período de aplicación del instrumento, ya que tiene un tiempo establecido de 20 minutos y es un centro preuniversitario que limita el tiempo de estudio, existe la posibilidad de que no todos los estudiantes completen la encuesta.
2. Debido a que el diseño de la investigación fue transversal, es imposible evaluar las variables a lo largo del tiempo, ya que los datos se recopilaron en un momento dado.
3. Número limitado de muestras, los resultados obtenidos pueden generalizarse solo para los estudiantes evaluados, se recomienda realizar estudios con un mayor número de muestras y en diferentes áreas para que los resultados puedan generalizarse a poblaciones más grandes.

### 3.7. Aspectos éticos

Respeto a la confidencialidad y protección de datos.

La gestión de los instrumentos se realizó teniendo en cuenta la confidencialidad de los datos personales (nombre y apellido y firma), lo que indica que no se divulgará y que el único propósito es recopilar datos con fines de investigación.

Respeto a la privacidad.

El principio de la privacidad inherente de todos fue respetado en este estudio. Por lo tanto, los encuestados fueron informados de sus derechos en relación con su decisión de participar o dejar de participar en la investigación.

No discriminación por ninguna índole y libre participación

Esta es una cuestión de justicia en el sentido de "equidad en la distribución", de este modo se concibe con la forma equitativa e igualitaria, sin discriminación y distinción por sexo, religión, condición social u otros.

Consentimiento informado para apoyar la investigación.

Después de la presentación del evaluador y la aceptación verbal de los padres de aplicar el instrumento a sus hijos, comenzaron con la entrega y la lectura del consentimiento informado (Anexo 03), mencionando el propósito, los objetivos y el aspecto ético de la investigación. Posteriormente, se entregó el formulario de consentimiento informado (Anexo 04), en el que se completaron los datos personales y la firma del participante. Asimismo, se mencionó el deseo de retirarse de la evaluación, sin penalización alguna.



Respeto por la calidad, la autoría y los resultados del estudio.

La investigación buscó evaluar el campo científico, valorando el área educativa, ya que las variables proporcionan una mención educativa, apoyando el aumento porcentual en las tasas de rendimiento académico de los estudiantes preuniversitarios.

Asimismo, se otorgó la autoría de la investigación, con un enfoque en las consideraciones de las regulaciones nacionales e internacionales que involucran este aspecto.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS

De los 63 estudiantes encuestados el 50.8 % tuvo en nivel de estrés académico leve; mientras que el 49.2 % moderado, asimismo, el 60.3 % presentó un rendimiento académico entre muy deficiente y deficiente. En cuanto a la edad, el promedio fue de 17.4. Por otro lado, se obtuvo que un 77.8 % de encuestados es de sexo femenino y un 22.2 % de sexo masculino. Además, se observó que del total de la población el 61.9 % evidencia moderados estímulos estresores, el 58.7 % presenta moderados síntomas de estrés académico y el 57.1 % muestra un moderados estrategias de afrontamiento. El resto de los resultados se puede ver en la tabla 1.

Tabla 1 Descripción de las variables de la muestra

Variable	n	%
Edad (m/DS)	17.4 / 0.49	
Sexo		
Masculino	14	22.2
Femenino	49	77.8
Procedencia		
Zona urbana	40	63.6
Zona rural	23	36.5
Tipo de vivienda		
Propia	32	50.8
Alquilada	31	49.5
Ocupación		
Estudia	58	92.1
Estudia y trabaja	5	7.9
Condición económica		
Apoyo de padres	60	95.2
Autofinanciado	3	4.8
Con quién vives actualmente		
Padres	34	54
Familiares	20	31.7
Solo	9	14.3
Como es la relación con su familia		
Buena	30	47.6
Regular	31	49.2
Mala	2	3.2
Si tienes pareja, como es tu relación		
Buena	45	71.4
Regular	12	19.0
Solo	6	9.5
Como es la relación con tus compañeros		
Buena	32	50.8
Regular	28	44.4
Solo	3	4.8
La relación con tus profesores es		
Buena	28	44.4
Regular	30	47.6
Mala	5	7.9

Continúa

Variable	n	%
Estrés académico		
Leve	32	50.8
Moderado	31	49.2
Rendimiento académico		
Muy deficientes 0 – 7	17	27.0
Deficientes 8 – 10	21	33.3
Regular 11- 14	20	31.7
Buena 15 – 17	5	7.9
Estímulos estresores		
Moderado estímulos estresores	39	61.9
Profundo estímulos estresores	24	38.1
Síntomas		
Leve síntoma	5	7.9
Moderado síntoma	37	58.7
Profundo síntoma	21	33.3
Estrategias de afrontamiento		
Leve estrategia de afrontamiento	7	11.1
Moderado estrategia de afrontamiento	36	57.1
Profundo estrategia de afrontamiento	20	31.7

Los encuestados que presentaron un 22.2 % de estrés académico leve y moderado tenían un rendimiento académico deficiente y regular, respectivamente. Asimismo, los estudiantes que presentaron un 44.4 % de estrés académico leve eran de sexo femenino, del mismo modo, se observa que el 36,6 % que presentó estrés académico leve procedían de la zona urbana. De este modo se evidencia que el estrés académico no se asocia significativamente con el rendimiento académico ( $p=0.1$ ). Los demás resultados se pueden ver en la tabla 2.

Tabla 2. Asociación entre el estrés académico, rendimiento académico y los factores sociodemográficos

	Estrés académico				P - valor
	Leve		Moderado		
	f	%	f	%	
Edad (m/DS)	17.47 / 0.50		17.35 / 0.48		0.359
Sexo					
Masculino	4	6.30 %	10	15.9 %	
Femenino	28	44.4 %	21	33.3 %	
Procedencia					0.160
Zona urbana	23	36.5 %	17	27.0 %	
Zona rural	9	14.3 %	14	22.2 %	
Tipo de vivienda					0.527
Propia	15	23.8 %	17	27.0 %	
Alquilada	17	27.0 %	14	22.2 %	

continua

	f	Leve %	f	Moderado %	P - valor
Ocupación					0.151
Estudia	31	49.2 %	27	42.9 %	
Estudia y trabaja	1	1.6 %	4	6.3 %	
Condición económica					0.535
Apoyo de padres	31	49.2 %	29	46.0 %	
Autofinanciado	1	1.6 %	2	3.2 %	
Con quién vives actualmente es					0.159
Padre	18	28.6 %	16	25.4 %	
Familiares	12	19.0 %	8	12.7 %	
Solo	2	1.6 %	7	11.1 %	
La relación con tu familia es					0.928
Buena	16	25.4 %	14	22.2 %	
Regular	15	23.8 %	16	25.4 %	
Mala	1	1.6 %	1	1.6 %	
Si tienes pareja, la relación es					0.335
Buena	24	38.1 %	21	33.3 %	
Regular	4	6.3 %	8	12.7 %	
Mala	4	6.3 %	2	1.6 %	
La relación con tus compañeros de clase es					0.365
Buena	19	30,2%	13	20,6%	
Regular	12	19,0%	16	25,4%	
Mala	1	1,6%	2	3,2%	
La relación con tus profesores es					0.843
Buena	14	22.2 %	14	22.2 %	
Regular	16	25.4 %	14	22.2 %	
Mala	2	3.2 %	3	4.8 %	
Rendimiento académico					0.100
Muy deficientes 0 – 7	10	15.9 %	7	11.1 %	
Deficiente 9 -10	14	22.2 %	7	11.1 %	
Regular 11- 14	6	9.5 %	14	22.2 %	
Bueno 15 - 17	2	3.2 %	3	4.8 %	

Los encuestados que presentaron un 28.6 % de rendimiento académico deficiente son del sexo femenino, de igual forma, los estudiantes que presentaron un 20.6 % de rendimiento académico regular son de procedencia de zona urbana, asimismo, los evaluados que presentaron el 25.4 % de rendimiento académico tenían una buena relación con su pareja.

De este modo, no se encontró asociación significativa entre el rendimiento académico y los factores sociodemográficos cuyos datos se pueden visualizar en la tabla 3.

Tabla 3. Asociación entre rendimiento académico y los factores sociodemográficos

	Rendimiento académico								P - valor
	Muy deficiente		Deficientes		Regular		Bueno		
	f	%	f	%	f	%	f	%	
Edad (m/DS)	17.53 / 0.51		17.38 / 0.49		17.35 / 0.48		17.40 / 0.54		0.712
Sexo									0.109
Masculino	3	4,8%	3	4,8%	8	12,7%	0	0,0%	
Femenino	14	22,2%	18	28,6%	12	19,0%	5	7,9%	
Procedencia									0.854
Zona urbana	12	19,0%	12	19,0%	13	20,6%	3	4,8%	
Zona rural	5	7,9%	9	14,3%	7	11,1%	2	3,2	
Tipo de vivienda									0.09
Propia	6	9,5%	11	17,4%	10	15,9%	5	7,9%	
Alquilada	11	17,5%	10	15,9%	10	15,9%	0	0,0%	
Ocupación									0.267
Estudia	15	23,8%	21	33,3%	17	27,0%	5	7,9%	
Estudia y trabaja	2	3,2%	0	0,0%	3	4,8%	0	0,0%	
Condición económica									0.370
Apoyo de padres	15	23,8%	21	33,3%	19	30,2%	5	7,9%	
Autofinanciado	2	3,2%	0	0,0%	1	1,6%	0	0,0%	
Con quién vives actualmente es									0.753
Padre	7	11,1%	11	17,5%	13	20,6%	3	4,8%	
Familiares	7	11,1%	8	12,7%	4	6,3%	1	1,6%	
Solo	3	4,8%	2	3,2%	3	4,8%	1	1,6%	
La relación con tu familia es									0.352
Buena	9	14,3%	11	17,5%	7	11,1%	3	4,8%	
Regular	8	12,7%	8	12,7%	13	20,6%	2	3,2%	
Mala	0	0,0%	2	3,2%	0	0,0%	0	0,0%	
Si tienes pareja, la relación es									0.802
Buena	10	15,9%	16	25,4%	15	23,8%	4	6,3%	
Regular	4	6,3%	3	4,8%	4	6,3%	1	1,6%	
Mala	3	4,8%	2	3,2%	1	1,6%	0	0,0%	
La relación con tus compañeros de clase es									0.492
Buena	12	19,0%	9	14,3%	9	14,3%	2	3,2%	
Regular	5	7,9%	11	17,5%	9	14,3%	3	4,8%	
Mala	0	0,0%	1	1,6%	2	3,2%	0	0,0%	
La relación con tus profesores es									0.618
Buena	10	15,9%	7	11,1%	8	12,7%	3	4,8%	
Regular	6	9,5%	11	17,5%	11	17,5%	2	3,2%	
Mala	1	1,6%	3	4,8%	1	1,6%	0	0,0%	

## **CAPÍTULO V. DISCUSIÓN**

### **5.1. Discusión**

El estudio reveló que no existe asociación significativa del estrés académico entre el rendimiento académico. Del mismo modo, la presencia de estrés académico en los encuestados fue de un nivel leve y moderado respectivamente, presentándose entre éstos una mínima diferencia. Asimismo, el sexo femenino es quien presentó mayores niveles de estrés académico moderado. También, se evidenció que el tener una relación buena con los compañeros y la pareja provoca un nivel de estrés leve. Por otro lado, aquellos que mostraron un rendimiento académico bueno son una minoría, mientras que los que evidencian un rendimiento académico deficiente y muy deficiente representan más de la mitad de encuestados. Finalmente, el sexo masculino presentó un rendimiento académico regular, mientras que el sexo femenino un rendimiento académico deficiente.

Se observó que no existe relación significativa entre estrés académico y rendimiento académico en los estudiantes de un centro pre universitario en Tarma en el año 2019, coincidiendo con los resultados obtenidos por Maza y Sanjinez, 2019, cuya conclusión determina que ambas variables son independientes.

Del mismo modo, se observó que los encuestados presentaron un nivel leve de estrés académico y un nivel moderado respectivamente, evidenciándose una mínima diferencia. Estos datos guardan semejanza con el estudio de Antialon, 2015, que menciona la existencia de un nivel de estrés académico bajo con poca diferencia al moderado, lo que no se relaciona de manera significativa sobre el rendimiento académico de los estudiantes, por lo tanto, existen factores psicológicos que podrían estar ocasionando un inadecuado rendimiento académico, tales como la ansiedad y/o depresión. Asimismo, propone el estudio de la ansiedad como causante de un nivel bajo de rendimiento académico.

Asimismo, el sexo femenino es el que evidenció mayores niveles de estrés académico moderado que su par masculino, esto se fundamenta en la investigación de Conceição, 2017, en la que menciona que el cerebro de las mujeres presenta mayor sensibilidad a la acción del estrés, mientras que las neuronas de los hombres poseen una mayor capacidad de adaptación y tienden a resistir ciertos efectos tales como la presión académica, hallar un equilibrio entre la vida profesional y personal y un estado atractivo de la relación con la pareja.

De igual manera, una buena relación con los compañeros y con la pareja ocasiona un nivel leve de estrés académico respectivamente. Tal información guarda relación con el portal Universidad de México, 2014 lo cual menciona que el sentirse feliz en el entorno académico, formando buenas relaciones con los compañeros, profesores y de manera externa con la pareja, producen motivación y mayor productividad académica, del mismo modo, las condiciones positivas logra que los estudiantes se sientan más confiados al momento de exponer sus ideas o pedir una opinión, así como de afianzar los vínculos sociales que favorecen el desarrollo de un aprendizaje más sólido.

Por otro lado, con respecto al rendimiento académico, en general se obtuvo que una minoría calificó como bueno; asimismo, en el rango de regular y deficiente, que fue la población mayoritaria, existió mínimas diferencias, y por último un porcentaje levemente menor al anterior se presenta como muy deficiente. Gracias a los datos mencionados, en particular, se obtuvo que el 60 % de la muestra presentó un rendimiento académico entre deficiente y muy deficiente. Los datos guardan relación con el estudio de Buendía, 2017, en el que indica que el bajo rendimiento académico no está ligado a los niveles leves de estrés académico puesto que éste no afecta de manera proporcional sobre el desenvolvimiento del estudiante, pero sí

altera el equilibrio normal en el desenvolvimiento, puesto que al presentarse niveles bajos y moderados en mínima distinción, podrían existir factores externos, tales como el modo de enseñanza del docente, el ambiente del centro de estudios y la limitada cantidad de vacantes de ingreso, que ocasionarían disminuciones en cuanto a las calificaciones académicas. De este modo, concluye en una asociación negativa del estrés académico entre el rendimiento académico, en el que observó un nivel bajo de estrés seguido del mismo modo de bajas notas académicas.

Asimismo, referido al rendimiento académico y los factores sociodemográficos se halló que el sexo masculino en su mayoría presenta un rendimiento académico regular, y la población femenina mayormente evidencia un rendimiento académico deficiente. Tal información concuerda con el estudio de Hernández y Pozo (1999) en el que se menciona que los estudiantes con un mayor rendimiento académico son los del sexo masculino, mientras que el sexo femenino presentan menores niveles, la diferencia radica primordialmente en la manera de afrontamiento del estrés académico, ya que por una parte la población femenina cuentan con mecanismos emocionales que al ser dirigidos al ámbito académico provocan mayores niveles de estrés, esto no ocurre con la población masculina que al no involucrar tanto el aspecto emotivo, presentan mayores mecanismos de afronte.

## **5.2. Conclusiones**

No existe asociación significativa del estrés entre el rendimiento académico en los estudiantes de un centro pre universitario en Tarma, puesto que, al ser un periodo de estudios relativamente corto, no se presentan eventos potencialmente cargados de estrés académico tales como numerosas exposiciones, lecturas, presentación de ensayos y monografías, así como la elaboración de informes o evaluaciones mensuales. Si bien es cierto, los exámenes están presentes en un ciclo pre universitario cuyo objetivo es ingresar de manera directa a la universidad, existe la posibilidad de que éstos escaladamente vayan perdiendo interés en el estudiante, que al conocer los resultados de sus primeras evaluaciones tiendan a pensar que ya está perdido el obtener una vacante, y por lo tanto genere un nivel de estrés académico independientemente del rendimiento académico que obtenga, ya sea regular o deficiente.

Sin embargo, se obtuvo mínimas diferencias en cuanto a los niveles de estrés académico leve y moderado, y un alto porcentaje de encuestados presenta un rendimiento académico muy deficiente y deficiente, cabe subrayar que, a pesar de que el análisis manifiesta la no relación directa entre el estrés y el rendimiento académico, las tendencias sí revelan que los niveles bajos y sobre todo los medios de estrés son excelentes condiciones para el aprovechamiento académico, contexto que precisa a que se reflexione más sobre posibles relaciones entre ambas variables.

De los hallazgos encontrados se toma importancia al manejo de moderadas estrategias de afrontamiento al estrés académico, puesto que éstos sirven de soporte frente a las demandas presentes en las aulas, que visto de igual forma, se utilizan en los distintos ámbitos de la vida, tales como las habilidades asertivas y la resolución de problemas.

Por último, la elaboración sistemática de estrategias de estudios, ya sea de manera grupal o individual, promueven en los estudiantes un interés y mayor dominio de los conocimientos adquiridos tanto a nivel cognitivo como social, y con ello el incremento cuantitativo sobre el rendimiento académico.

### **5.3. Recomendaciones**

Ejecutar investigaciones con un número mayor de encuestados y en centros pre universitarios del sector privado. Así como de realizar investigaciones de alcance explicativo donde se permita tener mayor conocimiento en cuando a la causa de un rendimiento académico bajo.

Del mismo modo, tener en cuenta otras variables de estudio que puedan incidir en los bajos niveles de rendimiento académico tales como la autoestima, depresión y la ansiedad a obtener una vacante. De igual manera, a modo de propuesta, enfocarse en los factores profesor y universidad o centro de estudios como posibles indicadores que se relacionen con el rendimiento académico. Finalmente, proponer a los coordinadores de los centros pre universitarios, la implementación de programas preventivo-promocionales donde se enfoque el manejo de problemáticas psicológicas tales como la ansiedad y depresión que podrían estar afectando el rendimiento académico de sus estudiantes.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarado Barrera, L. R. (2018). *Correlación entre niveles de ansiedad y estrés académico en rendimiento del ECOE en estudiantes del 9no ciclo de una universidad privada*. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego. Obtenido de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/3869>
- Antialon Sanchez, C. S. (2015). *Estrés y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la Escuela Académico Profesional de Obstetricia de la UAP, 2014-I*. Lima: Universidad Alas Peruanas. Obtenido de <http://repositorio.uap.edu.pe/handle/uap/155>
- Bagés, N., Chacón, G., De Pablo, J., Feldman, L., Goncalves, L., & Zragoza, J. (2008). *Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos*. Caracas: Universidad de Psicología. Obtenido de <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:FcfFb0VHaKYJ:https://core.ac.uk/download/pdf/54246750.pdf+&cd=2&hl=es&ct=clnk&gl=pe#24>
- Barraza Macías, A. (2003). *El estrés académico en los alumnos de postgrado de la Universidad Pedagógica de Durango*. Guadalajara: Memoria electrónica del VII Congreso Nacional de Investigación Educativa. Obtenido de <http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v09/ponencias/at16/PRE1178202663.pdf>
- Barraza Macías, A. (2005). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. Guadalajara: Psicología Científica.com. Obtenido de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-19-caracteristicas-del-estresacademico-de-los-alumnos-de-educacion-mediasuperior.pdf>
- Barraza Macías, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. Guadalajara: Universidad Autónoma de Durango. Obtenido de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf167-un-modelo-conceptual-para-el-estudio-delestres-academico.pdf>
- Barraza Macías, A. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos*. México: Avances en Psicología Latinoamericana.
- Barraza Macías, A. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos*. México: Avances en Psicología Latinoamericana.
- Barraza Macías, A. (2009). *Estrés académico y Burnout estudiantil, análisis de su relación en alumnos de licenciatura*. Barranquilla: Universidad Simón Bolívar.
- Benjamín Stora, J. (1991). *El Estrés: ¿Qué es?* (Primera ed.). Francia: Publicaciones Cruz O.S.A.
- Benjamín Stora, J. (06 de Febrero de 2012). *Estrés*. Obtenido de <http://katiuska21.blogspot.pe/2012/10/que-causa-el-estres-segun-jean-benjamin.html>
- Bertalanfy Ludwig, V. (1968). *Teoría General de Sistemas*. México: Fondo de Cultura Económica.

- Buendia Torres, A. (2017). *Estrés académico y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de la modalidad de estudios a distancia de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote sede Lima 2013*. Chimbote: Universidad César Vallejo. Obtenido de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/7382>
- Caballero, C., Abello, R., & Palacios, J. (2007). *Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios*. Colombia: Avances en Psicología Latinoamericana. Obtenido de <http://parta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/descarga.php?id=274>
- Caldero, J., Pulido, B., & Martínez, M. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 77-82. Obtenido de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/download/2796/2441+&cd=3&hl=es&c>
- Castillo Fernández, A. V. (2017). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en los estudiantes de cuarto y quinto año del nivel secundario de una institución educativa pública - Pátapo Agosto 2015*. Pátapo: Universidad Privada Juan Mejía Baca. Obtenido de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/7382>
- Casuso Holgado, J. (2011). *Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud*. España: Universidad de Málaga.
- Chávez Alania, M. I., Ortega Quinteros, E. G., & Palacios Corrales, M. V. (2016). *Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Lima metropolitana, enero 2016*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia. Obtenido de <http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/100/Estrategias+de+afrontamiento+frente+al+estr%E9s+acad%E9mico+que+utilizan+los+estudiantes+de+una+academia+preuniversitaria+de+Lima+Metropolitana,+enero+2016.pdf;jsessionid=76032E6F302319865010F8B795B>
- Conceição, E. (2017). *Estoy Extresada*. Brasilia: SHA Wellness Clinic. Obtenido de <https://shawellnessclinic.com/es/shamagazine/por-que-sufren-mas-estres-las-mujeres/>
- Corvain, A. (2008). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. Psicología científica. Obtenido de Psicología científica: <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-19-caracteristicas-del-estresacademico-de-los-alumnos-de-educacion-mediasuperior.pdf>
- Cuesta, M., & Herrero, F. J. (2010). *Tema: Introducción al muestreo*. Oviedo: Universidad Andrés Bello.
- Del Toro Añel, A. Y., Gorguet Pi, C. M., Pérez Infante, Y., & Ramos Gorguet, D. A. (2011). *Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar*. Santiago de Cuba: MEDISAN. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192011000100003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192011000100003)
- Domínguez Castillo, R. A., Guerrero Walker, G. J., & Domínguez Castillo, J. G. (2015). *Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios*. México: Universidad Autónoma de Yucatán.

- Edel Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *REICE: Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 3-4. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>
- Felsten Alcott, L. (1992). *Influences of stress*. Psychological Reports.
- Figueroba, A. (2014). *Teoría General de Sistemas*. Barcelona: Universitat de Barcelona. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-general-de-sistemas-ludwig-von-bertalanffy>
- García Marquez, G., & Palacios Mestas, R. (1991). *Dificultades de aprendizaje*. Obtenido de Scielo.
- García, A. (2011). *Efectos del estrés percibido y las estrategias de aprendizaje cognitivas en el rendimiento académico de estudiantes universitarios novales de ciencias de la salud*. Málaga: Universidad de Málaga.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la investigación* (Vol. V). México: MCGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Hernández, H. P. (2009). *Los moldes de la mente. Más allá de la inteligencia*. La Laguna: Tafor Publicaciones.
- Hernández, J., & Pozo, C. (1999). *El fracaso académico en la Universidad: Diseño de un sistema de evaluación y detección temprana* (Vol. V). Psicología educativa. Obtenido de <http://web.ebscohost.com/ehost/results?vid=3&hid=2&sid=587899c8-abb4-450b-b739-b8c4e88709e1%40sessionmgr107>
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico: Interamericana Editores S.A. De C.V. Obtenido de <http://upla.edu.pe/portal/wp-content/uploads/2017/01/Hern%C3%A1ndez-R.-2014-Metodologia-de-la-Investigacion.pdf.pdf>
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la Investigación*.
- Jackson, P. (1968). *Life in classrooms*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción: manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca. Obtenido de <https://goo.gl/2epXz1>
- Malpartida Ramírez, A. (2018). *Estrés Académico y El Rendimiento Académico De Los Estudiantes Del 4° Grado De Secundaria En La Institución Educativa Ventura Ccalamaqui, Barranca, 2014*. Barranca: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Obtenido de <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/UNJFSC/1329>
- Martínez, E. S., & Díaz, D. A. (2007). *Una aproximación psicosocial al estrés escolar*. Educación y Educadores.

- Maza More, P. A., & Sanjinez Vincas, L. E. (2019). *Estrés y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de Tumbes, 2018*. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes. Obtenido de <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/219>
- Ministerio de Educación. (2009). *Tabulación de calificación del rendimiento académico*. Lima.
- Moreno Palomino, J. P. (2017). *INTERNET Y RENDIMIENTO ACADÉMICO CASO: ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE TARMA*. Tarma: Universidad Nacional del Centro del Perú.
- Narváez, M. (1986). *Psicología de la actividad escolar*. México: Iberoamericana.
- Olivet, A. (2010). *Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario*. España: Universidad Abierta Latinoamericana.
- Oros, L. B., & Vogel, G. K. (2005). *Eventos que generan estrés en la infancia: diferencias por sexo y edad*. Enfoques.
- Orosco, J., & Pomasunco, R. (2014). *Elaboración de proyecto e informe de investigación - Orientación cuantitativa*. Tarma: Corporación Gráfica Palomino S.E. I. R. L.
- Ortega, J. (2015). *Medicina Laboral*. Argentina: Estructplan On Line.
- Ortiz Romero, R. H. (2015). *EL STRES Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO*. Lima: Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/366/TM%202718%2001.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Osorio Vargas, M. (8 de Abril de 2019). *Centro de aprendizaje campus sur*. Recuperado el 09 de Mayo de 2019, de <http://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>
- Perales Cárdenas, E. M. (2018). *Estrés y rendimiento académico de estudiantes de inglés del centro de idiomas de la UPLA*. Huancayo: Universidad Nacional del Centro del Perú. Obtenido de <http://repositorio.uncp.edu.pe/handle/UNCP/4445>
- Pérez Porto, J. (2012). *Definición de estrés: Qué es, Significado y Concepto*. Obtenido de <http://definicion.de/estres/>.
- Polo, A., Hernández, J. M., & Poza, C. (2007). *Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios*. España: Universidad Autónoma de Madrid.
- Polo, A., Hernández, J. M., & Pozo, C. (1996). *Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios, en Ansiedad y Estrés*. México. Obtenido de [http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v09/ponencias/at16/PRE117820\\_2663.pdf](http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v09/ponencias/at16/PRE117820_2663.pdf)
- Quenaya Tacuri, J. D. (2017). *Estrés académico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de medicina humana UNSAAC*. Cusco: Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.
- Real Academia Española. (2017). *Diccionario de la lengua española*. Obtenido de <http://dle.rae.es/?id=7yAuNn2>

- Reyes, Y. (2007). *Relación entre el Rendimiento Académico, la Ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la Asertividad en estudiantes del primer año de Psicología de la UNMSM*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Rodríguez Galarreta, M. Á. (2016). *Estrés y su relación con el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela Profesional de Administración de la Universidad Nacional de Trujillo, Sede Trujillo*. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo. Obtenido de <http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/2105>
- Román, C., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46.
- Ruiz Ordoñez, R., & Tito Ccori, D. (2015). *RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA, 2015*. Lima: Universidad Peruana de Integración Global. Obtenido de <http://repositorio.upig.edu.pe/handle/UPIG/44>
- Sandín, B. (1995). El estrés. En A. Bellock, B. Sandín, & F. Ramos, *Manual de Psicopatología* (págs. 3-52). Madrid: McGraw-Hill.
- Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Revista Internacional de psicología clínica y de la salud*, 141-157. Obtenido de <https://goo.gl/u9Rh5Y>
- Shturman Sirota, S. (2005). *El poder del estrés*. México: EDAMEX.
- Silva Leiva, M. N. (2017). *INFLUENCIA DEL ESTRÉS EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DEL ESTUDIANTE DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA - 2016*. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca. Obtenido de <http://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/1399/T016-72687672-T.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ticona Benavente, S. (2015). *Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de enfermería UNSA Arequipa, Perú*. Arequipa: Universidad Nacional San Agustín.
- Tonconi, Q. J. (2010). *Factores que Influyen en el Rendimiento Académico y la Deserción de los Estudiantes de la Facultad de Ingeniería Económica de la UNA-Puno*. Los Lagos, Jalisco, México: Universidad de Guadalajara.
- Universia México. (2014). *Tener buena relación con tus compañeros de clases mejora la productividad*. México: Universia.
- Vallejo Anaya, L. (2011). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la carrera química farmacéutica-biológica de la UNAM*. México: UPN - Ajusco.
- Vilcherres Ferrer, S. G. (2015). *ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN EN EL AÑO 2014*. Huánuco: Universidad Nacional Hermilio Valdizan. Obtenido de

[http://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/UNHEVAL/1883/TM\\_Vilcherr  
es\\_Ferrer\\_Sory.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/UNHEVAL/1883/TM_Vilcherr<br/>es_Ferrer_Sory.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Vogel, W. H. (1985). *Coping, stress, stressors and health consequences*. Neuropsychobiology.

Williams Espinoza, L. (1986). *Aprender con todo el cerebro*. Barcelona: Barcelona.

Zarate Gonzales, E. D. (2018). *Influencia del estrés en el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela Militar de Chorrillos, 2016*. Lima: Universidad San Pedro. Obtenido de <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/2545>

## **ANEXOS**

**ANEXO 01|**

**INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO**

El objetivo principal de este cuestionario es medir las características estresantes que generalmente acompañan a los estudiantes durante sus estudios. La sinceridad con la que responden las preguntas será muy útil para la investigación. La información proporcionada será completamente confidencial y solo se procesarán los resultados generales. Agradezco tu cooperación.

**Instrucciones:** El cuestionario presenta un conjunto de características de estrés académico, que desea evaluarse, cada una de ellas va seguida de cinco posibles alternativas de respuestas: Nunca = 1; Rara Vez = 2; Algunas Veces = 3; Casi Siempre = 4; Siempre = 5. Marque con un aspa (X) la respuesta que usted crea conveniente, solo una respuesta por casilla y teniendo en cuenta que no existen puntos en contra.

1. Durante el transcurso de este ciclo **¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?**

Sí  No

**En caso de seleccionar la 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 preguntas.**

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 **señala tu nivel de preocupación o nerviosismo**, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. **Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.**

N°	ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
<b>INQUIETUD SITUACIONAL</b>						
01	La competencia con los compañeros de clase.					
02	Sobrecarga de tareas y/o trabajos académicos.					
03	La personalidad y el carácter del profesor.					
04	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, lecturas, trabajos de investigación, etc.)					
05	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, resúmenes de lecturas, mapas conceptuales, etc.)					



06	No entender los temas que se abordan en clase.					
07	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
08	Tiempo limitado para hacer el trabajo.					

**4. Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.**

N°	ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
<b>REACCIONES FÍSICAS</b>						
09	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
10	Fatiga crónica (cansancio permanente).					
11	Dolor de cabeza o migrañas.					
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
13	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
<b>REACCIONES PSICOLÓGICAS</b>						
15	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
16	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
17	Ansiedad, angustia o desesperación.					
18	Problemas de concentración.					
19	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					
<b>REACCIONES COMPORTAMENTALES</b>						
20	Conflictos o tendencias a polemizar o discutir					
21	Aislamiento de los demás.					
22	Desgano para realizar las labores académicas.					
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

5. Señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

N°	ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
<b>ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b>						
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
26	Elogios a sí mismo.					
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
28	Búsqueda de información sobre la situación.					
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					

*Gracias por tu participación*

### **Rendimiento Académico**

Según el ciclo de estudios pre universitario, el promedio ponderado de rendimiento académico fue:

Indicador	Valor	Nota	Marcar
Excelente	5	(18 - 20)	
Bueno	4	(15 - 17)	
Regular	3	(11 - 14)	
Deficiente	2	(08 - 10)	
Muy deficiente	1	(00 - 07)	

**FICHA SOCIODEMOGRÁFICA**
**“ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UN CENTRO PRE UNIVERSITARIO EN TARMA, 2019”**

Esta es una ficha de caracterización, diseñado para conocer los datos personales de los estudiantes. Los datos obtenidos serán anónimos y de uso confidencial. Lea cuidadosamente y marque con una (X) los aspectos que a continuación se solicitan.

**I. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS**

1. Edad:  
..... Años
2. Sexo:  
Masculino ( )                      Femenino ( )
3. Procedencia:  
Zona urbana ( )                      Zona rural ( )
4. Tipo de vivienda:  
Propia ( )                      Alquilada ( )
5. Ocupación:  
Estudiante ( )                      Estudia y trabaja ( )
6. Condición económica  
Apoyo de padres ( )                      Autofinanciado ( )

**II. CARACTERÍSTICAS SOCIALES**

1. ¿Con quién vives actualmente?  
Padres ( )                      Familiares ( )                      Solo ( )
2. La relación con tu familia es:  
Buena ( )                      Regular ( )                      Mala ( )
3. Si tienes pareja, la relación es:  
Buena ( )                      Regular ( )                      Mala ( )
4. La relación con tus compañeros de clase es:  
Buena ( )                      Regular ( )                      Mala ( )
5. La relación con tus profesores es:  
Buena ( )                      Regular ( )                      Mala ( )

**ANEXO 03**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO  
COMITÉ DE ÉTICA CIENTÍFICA  
ACREDITADO – UCSS TARMA**

Estimado estudiante.

Usted ha sido elegido para participar en la investigación titulada “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de un centro pre universitario en Tarma, 2019”, asesorado por el Mg. Jean Paúl Moreno Palomino, docente de pre grado de la Universidad Católica Sedes Sapientiae, filial Tarma.

El objetivo del estudio es determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de un centro pre universitario en Tarma, 2019.

Si usted acepta ser partícipe de esta investigación, se le pedirá responder un instrumento que mide el nivel de estrés académico que existe entre el estrés y el rendimiento académico. El tiempo aproximado de desarrollo del cuestionario es de 20 minutos.

La participación en este estudio es voluntaria y no involucra ningún perjuicio o peligro para su salud física o mental. Usted puede negarse a participar en cualquier momento del estudio sin que deba dar razones para ello, ni recibir ningún tipo de sanción. Además, los datos obtenidos serán de carácter confidencial, su identidad no estará disponible para personas que no sea para el investigador y asesor. Asimismo, los resultados de la investigación serán publicados en el Repositorio Digital de la sección Tesis y trabajos de investigación, de la Universidad Católica Sedes Sapientiae.

Cualquier pregunta o información que desee obtener respecto a la investigación luego de la evaluación, podrá comunicarse con el investigador, Jhon Misael Julcarima Raqui, egresado de la Universidad Católica Sedes Sapientiae, filial Tarma, de la carrera profesional de Psicología. Correo electrónico: [jhon\\_11\\_25@hotmail.com](mailto:jhon_11_25@hotmail.com)

**ANEXO 04**  
**ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**  
COMITÉ DE ÉTICA CIENTÍFICA  
ACREDITADO – UCSS TARMA



He sido invitado a participar en la investigación titulada **“Estrés y rendimiento académico en estudiantes de un centro pre universitario en Tarma, 2019”**. He leído el documento, entiendo las declaraciones contenidas en él y la necesidad de hacer constar mi consentimiento, para lo cual lo firmo libre y voluntariamente, recibiendo en el acto copia de este documento.

Asimismo, he leído la información proporcionada o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las dudas que he tenido. Consiento voluntariamente participar en esta investigación como participante y entiendo que tengo el derecho de retirarme de la evaluación en cualquier momento sin que se me afecte en ninguna manera.

**Nombres y apellidos del participante** : \_\_\_\_\_

**Firma del participante** : \_\_\_\_\_

## ANEXO 05

Consolidación de la opinión de expertos

### Consolidada opinión expertos de estrés académico

INDICADORES	CRITERIOS	PROMEDIO VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO			PROMEDIO
		EXPERTO N° 1	EXPERTO N° 2	EXPERTO N° 3	
1. CLARIDAD	Formulado con lenguaje apropiado	20	19	20	19.6
2. OBJETIVIDAD	Expresada en conductas observables	20	19	20	19.6
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia	20	19	20	19.6
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	20	20	20	20
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad	20	19	20	19.6
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para el recojo de datos del estudio.	20	20	20	20
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científico	20	19	20	19.6
8. COHERENCIA	Presenta coherencia entre las dimensiones, variables indicadores	20	20	20	20
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde a lo que se desea estudiar.	20	20	20	20
10. PERTINENCIA	El instrumento es útil para la investigación	20	19	20	19.6
PROMEDIO DE VALIDACIÓN		20	19	20	19.6

Fuente: Elaborado por el investigador según la evaluación de expertos.

Revisado el consolidado de la conclusión de los expertos, por la variable estrés académico, se tuvo el promedio de validación de 19.6 con un porcentaje de 98 %, el mismo que se determina el promedio y se considera la validación para aplicar del instrumento.

## ANEXO 06

Consolidación de la opinión de expertos

### Consolidada opinión expertos de rendimiento académico

INDICADORES	CRITERIOS	PROMEDIO VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO			PROMEDIO
		EXPERTO N° 1	EXPERTO N° 2	EXPERTO N° 3	
1. CLARIDAD	Formulado con lenguaje apropiado	20	20	20	20
2. OBJETIVIDAD	Expresada en conductas observables	20	20	20	20
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia	20	20	20	20
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	20	19	20	19.6
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad	20	20	20	20
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar la variable de actividad física	20	19	20	19.6
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científico	20	19	20	19.6
8. COHERENCIA	Coherencia entre variables indicadores	20	20	20	20
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del cuestionario	20	20	20	20
10. PERTINENCIA	El instrumento es útil para la investigación	20	20	20	20
PROMEDIO DE VALIDACIÓN		20	19.7	20	20

Fuente: Elaborado por el investigador según la evaluación de expertos.

Revisado el consolidado de la conclusión de los expertos, por la variable rendimiento académico, se tuvo el promedio de validación de 18, el mismo que se determina el promedio y se considera la validación para aplicar del instrumento.

**Anexo N° 07**  
**CONFIABILIDAD ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO**  
 CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO  
 ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UN CENTRO PRE  
 UNIVERSITARIO EN TARMA, 2019

El criterio de confiabilidad del instrumento, se determinó en la presente investigación, por el coeficiente de Alfa de Cronbach, que se hizo en la prueba piloto. Su fórmula determina el grado de consistencia y precisión; la escala de valores que determina la confiabilidad está dada por los siguientes valores:

Criterio de confiabilidad	Escala
No es confiable	-1 a 0
Baja confiabilidad	0.01 a 0.49
Moderada confiabilidad	0.50 a 0.75
Fuerte confiabilidad	0.76 a 0.89
<b>Alta confiabilidad</b>	<b>0.90 a 1</b>

El instrumento se utilizó en una muestra piloto conformada por 13 estudiantes pre universitarios. Los resultados obtenidos son:

nro	EP1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	REPEN		
1	4	1	3	3	2	3	2	3	3	2	1	1	2	3	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	4	2	1	2	3	#	3	
2	3	2	3	4	4	3	3	3	1	2	2	2	1	1	3	2	2	1	1	3	3	2	1	3	2	1	1	3	1	#	1	
3	4	2	3	3	3	2	1	3	1	1	3	1	2	1	1	2	2	1	1	1	3	1	2	3	2	2	4	1	3	#	4	
4	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	4	1	2	4	2	3	1	1	1	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	#	2	
5	3	1	1	3	1	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	5	2	3	1	#	3	
6	4	1	4	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	4	4	3	5	2	4	4	4	3	3	4	5	2	1	3	2	#	3	
7	3	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	1	5	4	3	5	3	4	4	4	3	2	3	5	2	3	4	1	4	3	#	3
8	4	2	5	4	2	3	4	5	2	3	4	2	5	3	2	4	3	2	2	2	5	2	5	5	3	3	3	4	2	#	1	
9	4	3	2	4	3	4	3	2	4	3	2	2	2	4	4	3	3	4	2	4	2	3	2	2	3	2	5	3	3	#	3	
10	2	2	3	3	3	2	4	3	3	2	5	1	2	4	4	5	5	3	2	4	3	2	2	3	5	3	1	4	2	#	2	
11	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	#	4	
12	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	4	4	3	2	4	3	3	3	3	2	#	3	
13	4	5	5	5	5	5	4	5	3	5	4	5	3	3	3	5	4	3	2	3	5	3	3	5	4	5	5	4	3	#	4	

Aplicando la fórmula o desarrollando con el programa SPSS tenemos el siguiente resultado:

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,925	29

**Interpretación:**

El coeficiente Alfa obtenido es de 0.925; lo cual permite decir que el cuestionario de RELACIÓN DE ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO con 29 ítems tiene alta confiabilidad.



## VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

### ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UN CENTRO PRE UNIVERSITARIO EN TARMA, 2019

Para determinar se utilizó la prueba ítem total, la cual se obtuvo los siguientes resultados:

#### Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
La competencia con los compañeros de clase.	80,00	319,667	,261	,923
Sobrecarga de tareas y/o trabajos académicos.	81,15	301,641	,566	,920
La personalidad y el carácter del profesor.	80,31	300,564	,615	,919
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, lecturas, trabajos de investigación, etc.)	80,15	311,474	,537	,921
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, resúmenes de lecturas, mapas conceptuales, etc.)	80,69	307,897	,488	,921
No entender los temas que se abordan en clase.	80,31	302,731	,727	,918
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	80,46	307,936	,546	,920
Tiempo limitado para hacer el trabajo.	80,31	300,564	,615	,919
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).	81,08	306,744	,504	,921
Fatiga crónica (cansancio permanente).	80,92	291,910	,927	,915
Dolor de cabeza o migrañas.	80,54	305,436	,468	,921
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	81,46	302,103	,569	,920
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	80,85	304,974	,477	,921
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	80,54	301,936	,555	,920
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).	80,62	308,590	,482	,921
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).	80,31	297,731	,646	,919
Ansiedad, angustia o desesperación.	80,54	296,103	,625	,919
Problemas de concentración.	81,08	306,744	,504	,921
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.	81,38	307,756	,479	,921

Conflictos o tendencias a polemizar o discutir	80,62	308,590	,482	,921
Aislamiento de los demás.	80,31	300,564	,615	,919
Desgano para realizar las labores académicas.	81,08	310,910	,651	,920
Aumento o reducción del consumo de alimentos.	80,85	304,974	,477	,921
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).	80,31	300,564	,615	,919
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.	80,54	296,103	,625	,919
Elogios a sí mismo.	80,69	312,064	,291	,924
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).	80,92	311,744	,230	,926
Búsqueda de información sobre la situación.	80,46	307,936	,546	,920
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	81,23	314,526	,436	,922
PENDIMIENTO	80,69	320,231	,138	,925

**Interpretación:**

El coeficiente Alpha obtenido es de 0.925; lo cual permite decir que el cuestionario de RELACIÓN DE ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO con 29 ítems tiene alta confiabilidad.

**ANEXO 08**

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UN CENTRO PRE UNIVERSITARIO EN TARMA**

<b>Problemas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables e Indicadores</b>	<b>Población y Muestra</b>	<b>Alcance y Diseño</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Análisis Estadístico</b>
<p><b>Problema general:</b> ¿Cuál es asociación del estrés entre el rendimiento académico en los alumnos del centro pre universitario en Tarma?</p> <p><b>Problemas específicos:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>¿Cómo son los niveles de estrés académico en alumnos del centro pre universitario en Tarma?</li> <li>¿Cómo se manifiesta el rendimiento académico en alumnos del centro pre universitario en Tarma?</li> <li>¿Cuál es la asociación del estrés académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre</li> </ol>	<p><b>Objetivo general:</b> Determinar la asociación del estrés entre el rendimiento académico en los alumnos del centro pre universitario en Tarma.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Describir los niveles de estrés académico en alumnos del centro pre universitario en Tarma.</li> <li>Describir el rendimiento académico en alumnos del centro pre universitario en Tarma.</li> <li>Determinar la asociación del estrés académico entre los factores sociodemográficos</li> </ol>	<p><b>Hipótesis general:</b> Existe asociación significativa del estrés entre el rendimiento académico en los alumnos del centro pre universitario en Tarma.</p> <p>Hipótesis específica: Existe asociación significativa del estrés académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Existe asociación significativa del rendimiento académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma.</li> </ul>	<p>V1: Estrés académico. Cuantitativo, categórica politómica ordinal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leve</li> <li>- Moderado</li> <li>- Profundo</li> </ul> <p>V2: Rendimiento académico. Cuantitativo, categórica politómica ordinal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Muy deficiente</li> <li>- Deficiente</li> <li>- Regular</li> <li>- Bueno</li> <li>- Excelente</li> </ul>	<p><b>Población:</b> 63 alumnos del centro pre de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, filial Tarma.</p> <p><b>Muestra:</b> Totalidad de la población, puesto que se aplicó un censo.</p> <p><b>• Criterios de inclusión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudiantes del centro pre de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, filial Tarma, que aceptaron participar voluntariamente de la investigación, previa firma del consentimiento informado y asentamiento</li> </ul>	<p><b>Diseño:</b> No experimental de corte transversal</p> <p><b>Alcance:</b> Correlacional</p>	<p>Inventario SISCO del estrés académico</p> <p>Validez: coeficiente Alpha de 0.925</p> <p>Confiabilidad: Alfa de Cronbach 0.925</p> <p>Tabulación de calificación del rendimiento académico</p> <p>Validez: coeficiente Alpha de 0.925</p> <p>Confiabilidad: Alfa de Cronbach 0.925</p>	<p><b>Análisis descriptivo:</b> Los datos se organizaron mediante frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas, mientras que para las variables cuantitativas se usó medias y desviación estándar.</p> <p><b>Análisis inferencial:</b> Se calculó la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov (KS), ya que la muestra está constituida por más de 50 alumnos, seguido del coeficiente de correlación Chi cuadrada para contrastar las hipótesis planteadas. Asimismo, para hallar la relación entre la edad y las variables cualitativas se utilizó la prueba estadística U de Mann-Whitney.</p>

<p>universitario en Tarma?</p> <p>4. ¿Cuál es la asociación del rendimiento académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma?</p>	<p>en alumnos del centro pre universitario en Tarma.</p> <p>4. Determinar la asociación del rendimiento académico entre los factores sociodemográficos en alumnos del centro pre universitario en Tarma.</p>			<p>verbal de sus padres.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudiantes matriculados en el centro pre de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión correspondiente al año 2019.</li> <li>- Varones y mujeres que se encuentran en las edades de 17 y 18 años.</li> </ul> <p>• <b>Criterios de exclusión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudiantes que no desearon ser partícipes de la investigación.</li> <li>- Estudiantes matriculados que no asistieron a clases en el momento de aplicar el instrumento.</li> </ul>			
--	--	--	--	---	--	--	--

**ANEXO 09**  
**OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE ESTRÉS ACADÉMICO**

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Calificación	Niveles	Instrumento
<b>Estrés académico</b>	Estímulos estresores	Inquietud situacional: Situaciones en el salón de clases que provocan estrés en el individuo	Del 01 al 08			
		Reacciones físicas: Manifestaciones somáticas provocadas por niveles de estrés académico fuera de la normativa regular	Del a 09 al 14			
	Síntomas	Reacciones psicológicas: Manifestaciones psicológicas generadas por la relación con el entorno que provocan estrés académico	Del 15 al 19	Escala Ordinal: Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	Leve = 30 – 70 Moderado = 71 – 110 Profundo = 111 – 150	Inventario SISCO del estrés académico, diseñado y validado por (Barraza, 2008).
		Reacciones comportamentales: Manifestaciones conductuales a causa de la interacción con él o estímulos generadores de estrés académico	Del 20 al 23			
Estrategias de afrontamiento	Recursos propios del individuo usados para hacer frente ante situaciones generadoras de estrés	Del 24 al 29				

*Fuente: Formulado por el investigador*

**ANEXO 10**  
**OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE RENDIMIENTO ACADEMICO**

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Calificación</b>	<b>Niveles</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Rendimiento académico</b>	Promedio ponderado del ciclo	Notas de todos los cursos que llevan según su registro	Calificación vigesimal de 0 a 20	Escala Ordinal: Excelente. 5 Bueno. 4 Regular. 3 Deficiente. 2 Muy deficiente. 1	Excelente (18- 20) Bueno. (15 – 17) Regular. (11- 14) Deficiente. (08 – 10) Muy deficiente. (00 – 07)	Tabulación del promedio ponderado (Moreno, 2017)

Fuente: Formulado por el investigador

**ANEXO 11**  
**OPERACIONALIZACIÓN DE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS**

<b>Variable</b>	<b>Tipo</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Dimensiones / categóricas</b>
Edad	Cuantitativa	Razón	17 – 19
Sexo	Cualitativa	Nominal	Masculino Femenino
Procedencia	Cualitativa	Nominal	Zona urbana Zona rural
Tipo de vivienda	Cualitativa	Nominal	Propia Alquilada
Ocupación	Cualitativa	Nominal	Estudiante Estudia y trabaja
Condición económica	Cualitativa	Nominal	Apoyo de padres Autofinanciado
Con quién vive	Cualitativa	Nominal	Padres Familiares Solo
Relación con la familia	Cualitativa	Nominal	Buena Regular Mala
Relación con la pareja	Cualitativa	Nominal	Buena Regular Mala
Relación con los compañeros	Cualitativa	Nominal	Buena Regular Mala
Relación con los profesores	Cualitativa	Nominal	Buena Regular Mala

Fuente: Cuestionario formulado por el investigador