

# **ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA “JOSÉ JIMÉNEZ BORJA”**



**El estrés académico en los estudiantes del programa de estudios de  
Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación  
Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja”  
de Tacna en el año 2022**

## **TRABAJO DE INVESTIGACIÓN: TESINA**

### **PRESENTADA POR:**

Gomez Quispe, Alexandra Maryori  
Lanchipa Vildoso, Emily Mariely

### **PARA OPTAR EL GRADO DE:**

Bachiller en Educación

### **ASESOR (A)**

Dra. Rodríguez Carpio, Verónica Silvia  
<https://orcid.org/0000-0001-7951-3543>

**TACNA – PERÚ**

**2022**

**Título:** Estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022

**Fecha:**

**Página de jurado**

---

Presidente (a)

---

Secretario (a)

---

Vocal



*"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"*

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, **ALEXANDRA MARYORI GOMEZ QUISPE**, egresada del Programa de Estudios de Educación Inicial de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Jiménez Borja" de Tacna, identificada con DNI: 77711656, DECLARO BAJO JURAMENTO que mi Trabajo de Investigación tipo Tesina titulado: "El estrés académico en los estudiantes del programa de estudios de educación inicial del VII ciclo de la EESPP "José Jiménez Borja" - Tacna, 2022.", es ORIGINAL y se apega a la verdad respetando los derechos de autor en la elaboración del mismo.

Así mismo, declaro que mi asesor del trabajo de investigación tipo Tesina fue la docente VERÓNICA SILVIA RODRÍGUEZ CARPIO.

En caso de incumplimiento, aceptaré todas las sanciones que disponga el Código de Ética para la Investigación de la EESPP "José Jiménez Borja".

Tacna, 12 de Julio del 2023

.....  
ALEXANDRA MARYORI GOMEZ QUISPE  
DNI: 77711656  
( Autor )

.....  
VERÓNICA SILVIA RODRÍGUEZ CARPIO  
DNI: 00484756  
( Asesor )



*"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"*

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, **EMILY MARIELY LANCHIPA VILDOSO**, egresada del Programa de Estudios de Educación Inicial de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Jiménez Borja" de Tacna, identificada con DNI: 72123997, DECLARO BAJO JURAMENTO que mi Trabajo de Investigación tipo Tesina titulado: "El estrés académico en los estudiantes del programa de estudios de educación inicial del VII ciclo de la EESPP "José Jiménez Borja" - Tacna, 2022.", es ORIGINAL y se apega a la verdad respetando los derechos de autor en la elaboración del mismo.

Así mismo, declaro que mi asesor del trabajo de investigación tipo Tesina fue la docente VERÓNICA SILVIA RODRÍGUEZ CARPIO.

En caso de incumplimiento, aceptaré todas las sanciones que disponga el Código de Ética para la Investigación de la EESPP "José Jiménez Borja".

Tacna, 12 de Julio del 2023

EMILY MARIELY LANCHIPA VILDOSO  
DNI: 72123997  
( Autor )

VERÓNICA SILVIA RODRÍGUEZ CARPIO  
DNI: 00484756  
( Asesor )

## Dedicatoria

A mi madre Hilda Mónica Quispe Mamani, quien siempre confió en mí, además me motivó y me dio las fuerzas para seguir la carrera de educación, también a mi abuela, quien con todo su esfuerzo me apoyo en seguir mi vocación de ser maestra.

Alexandra

A Dios, por darme la fortaleza para poder culminar mi carrera, a mi madre Milagros por ser mi soporte, a mi hijo Francesco por su paciencia y comprensión a su corta edad, a mi bisabuela Nulia Vildoso (+), muchas gracias por tus palabras de aliento siempre que estuvimos juntas, por cuidarme y por soñar en grande conmigo.

Emily

## **Agradecimiento**

Queremos agradecer en primer lugar a nuestra casa de estudios la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja”, que nos albergó durante aproximadamente seis años, además, a toda la plana docente quienes nos orientaron y permitieron que logremos culminar nuestros estudios, asimismo, queremos dar gracias a la directora Ana María Quiroga, también a nuestra profesora Ana Luz Borda que nos brindó las herramientas y el conocimiento necesario para realizar nuestro trabajo de investigación, a nuestra profesora Nelly Franco Ríos quien nos guió en nuestra práctica profesional permitiendo que sea exitosa y con grandes frutos.

Por último, queremos agradecer a nuestra asesora Verónica Rodríguez Carpio quien estuvo pendiente de cada detalle de nuestro informe de tesina, también, por tener la disposición de siempre apoyarnos y aconsejarnos.

## Índice de contenidos

Página de jurado .....	ii
Dedicatoria .....	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice de contenidos.....	v
Índice de tablas .....	viii
Índice de figuras .....	x
Resumen .....	xi
Abstract .....	xii
Introducción .....	xiii

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	3
1.3. Justificación del estudio .....	4
1.4. Objetivos .....	6
1.4.1. Objetivo general.....	6
1.4.2. Objetivos específicos .....	6
1.5. Hipótesis .....	7
1.5.1. Hipótesis general .....	7

1.5.2.	Hipótesis específicas .....	7
1.6.	Variable e indicadores.....	8

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

2.1.	Antecedentes .....	11
2.2.	Bases teóricas .....	16
2.3.	Definición de términos.....	28

## CAPÍTULO III

### METODOLOGÍA

3.1.	Tipo de investigación .....	30
3.2.	Diseño de investigación .....	30
3.3.	Población, muestra y muestreo .....	31
3.4.	Técnicas e instrumento de recolección de datos .....	33
3.5.	Técnicas de procesamiento y análisis de datos .....	36
3.6.	Validación y confiabilidad .....	38
3.6.1.	Validación de instrumento .....	38
3.6.2.	Confiabilidad de instrumento .....	39

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS

4.1.	Descripción del trabajo de campo .....	43
------	--	----



4.2.	Análisis estadístico descriptivo de los resultados .....	45
4.2.1.	Análisis estadístico de la variable estrés académico .....	45
4.3	Pruebas estadísticas .....	62
4.3.1.	Prueba de normalidad .....	62
4.3.2.	Prueba correlacional .....	65
4.4.	Prueba de hipótesis .....	71
4.4.1.	Prueba de hipótesis general.....	71
4.4.2.	Prueba de hipótesis específicas .....	74
4.5.	Verificación de hipótesis.....	80
4.5.1	Verificación de la primera hipótesis específica .....	80
4.5.2	Verificación de la segunda hipótesis específica .....	82
4.5.3	Verificación de la tercera hipótesis específica .....	83
4.5.4	Verificación de hipótesis general .....	84
	CONCLUSIONES .....	85
	RECOMENDACIONES.....	87
	REFERENCIAS .....	89
	ANEXOS .....	96

## Índice de tablas

Tabla 1 Operacionalización de variable: Estrés académico .....	10
Tabla 2 Distribución de la población .....	32
Tabla 3 Distribución de la muestra.....	33
Tabla 4 Consolidado de informes de opinión de expertos.....	39
Tabla 5 Escala de valor de alfa de Cronbach.....	40
Tabla 6 Estadística de confiabilidad del inventario SISCO de estrés académico .....	40
Tabla 7 Validez discriminante de los ítems del Inventario SISCO de estrés académico .....	41
Tabla 8 Niveles de estrés académico de las estudiantes del Programa de Estudio de Educación Inicial VII.....	45
Tabla 9 Nivel de estrés académico en la dimensión estresores .....	47
Tabla 10 Media aritmética de la dimensión estresores .....	49
Tabla 11 Nivel de estrés académico en la dimensión síntomas. ....	51
Tabla 12 Media aritmética de la dimensión síntomas.....	53
Tabla 13 Nivel de estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento.....	56
Tabla 14 Media aritmética de la dimensión estrategias de afrontamiento	58
Tabla 15 Nivel de estrés académico por dimensiones .....	60
Tabla 16 Distribución de normalidad de la variable estrés académico mediante la prueba de Shapiro-Wilk .....	62

Tabla 17 Distribución de la normalidad de las dimensiones del estrés académico mediante la prueba de Shapiro-Wilk .....	64
Tabla 18 Coeficiente r de Pearson entre el total de estrés académico y la dimensión estresores.....	65
Tabla 19 Coeficiente r de Pearson entre el total de estrés académico y la dimensión síntomas.....	67
Tabla 20 Coeficiente r de Pearson entre el total de estrés académico y la dimensión estrategias de afrontamiento .....	69

## Índice de figuras

Figura 1 Distribución del instrumento de estrés académico .....	35
Figura 2 Niveles de estrés académico .....	45
Figura 3 Niveles de la dimensión estresores.....	47
Figura 4 Niveles de la dimensión síntomas.....	51
Figura 5 Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento .....	56
Figura 6 Niveles del estrés académico por dimensiones .....	61
Figura 7 Diagrama de dispersión entre el total de estrés académico y la dimensión estresores.....	65
Figura 8 Diagrama de dispersión entre el total de estrés académico y la dimensión síntomas.....	67
Figura 9 Diagrama de dispersión entre el total de estrés académico y la dimensión estrategias de afrontamiento .....	69

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022. El tipo de estudio fue no experimental con un diseño descriptivo. La población estuvo conformada por 78 estudiantes del VII ciclo, la muestra fue de 27 estudiantes, seleccionada de manera no probabilístico, intencional y circunstancial. Se empleó la encuesta como técnica para el recoger la información, aplicándose el Inventario SISCO de estrés académico debidamente validado por el juicio de expertos, además obtuvo una confiabilidad de 0,846. El resultado de los niveles de estrés académico que presentan las estudiantes del programa de estudios de Educación Inicial VII, afirman que el 63%, tienen un nivel de estrés académico moderado, con un nivel de confianza del 95%.

Palabras claves: Académico, estrategias, estrés, impacto, signos, afrontamientos.

## **Abstract**

The main objective of this research was to determine the level of academic stress in the students of the Initial Education study program of the VII cycle of the "José Jiménez Borja" Public Pedagogical Higher Education School of Tacna in the year 2022. The type of study It was non-experimental with a descriptive design. The population consisted of 78 students from the VII cycle, the sample was 27 students, selected in a non-probabilistic, intentional and circumstantial manner. The survey was used as a technique to collect information, applying the SISCO Inventory of academic stress duly validated by expert judgment, also obtaining a reliability of 0.846. The result of the levels of academic stress presented by the students of the Initial Education VII study program, affirm that 63% have a moderate level of academic stress, with a confidence level of 95%.

Keywords: academic, strategies, stress, impact, signs, coping.

## Introducción

La presente investigación, tiene como principal objetivo, determinar el nivel de estrés académico que poseen los estudiantes, ya que, durante la formación inicial docente, se encuentran expuestos a numerosas demandas académicas, en efecto, se realizó un estudio con estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial VII ciclo, de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna 2022.

La investigación se compone por 4 capítulos que contienen lo siguiente:

En el **Capítulo I**, se desarrolla el Planteamiento del problema, que contiene la descripción del problema, formulación del problema, la justificación del estudio, objetivos, hipótesis y la variable e indicadores.

En el **Capítulo II**, se titula Marco teórico y posee los antecedentes internacionales, nacionales y locales, asimismo las bases teóricas y las definiciones de términos de la variable estrés académico.

En el **Capítulo III**, se encuentra ubicada la Metodología, donde se realiza el análisis del tipo y diseño de la investigación, la población, la muestra y muestreo, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, asimismo las técnicas de procesamiento y análisis de datos que se utilizaron, finalmente se encuentran la validación y confiabilidad del instrumento.

En el **Capítulo IV**, se encuentran los Resultados que han sido obtenidos, considerando en él, la descripción de trabajo de campo, el análisis estadístico de los resultados, pruebas estadísticas, prueba de hipótesis, además la verificación de las hipótesis, aplicando el estadístico de alfa de Cronbach.

Finalmente, la presente investigación tiene como finalidad, ser una referencia, que pueda ser utilizada para otras investigaciones, siendo un aporte al conocimiento científico con un análisis del estrés académico.



## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción del problema**

Hoy en día, los estudiantes que se encuentran en el proceso de la formación inicial docente en el Perú, presentan múltiples exigencias teóricas y prácticas, debido que se requiere formar maestros de calidad, competentes y al servicio de la comunidad. En efecto, los futuros docentes están expuestos a la aparición de estrés académico, que puede ocasionar severos problemas en su salud físico y mental.

Asimismo, al conocer los efectos que genera el estrés en el ámbito académico, es fundamental darle la importancia necesaria, para prevenirlo y controlarlo, por lo tanto, es necesario comprender la definición del estrés académico, para reconocerlo como una amenaza constante que afecta a los estudiantes. Con respecto al estrés académico, Silva et al. (2018) que cita a Alfonzo et al. (2015) lo definen como una molestia que percibe el estudiante de forma

física, emocional y social, que pueden repercutir en el insuficiente logro de las competencias, además de su rendimiento académico. Por tal motivo, los docentes tienen que estar alertas, ante la presencia del estrés académico en sus estudiantes, lo que permitirá mejores desempeños académicos dentro de la escuela.

En tal sentido, a causa del efecto que producen en los estudiantes, el estrés académico, ha sido motivo de estudio por diversos investigadores a nivel internacional, nacional y local. Según el estudio de Rodríguez et al. (2020) indican que, en una muestra de 291 estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina, el 98,3 % presentan estrés académico, además, el 88,81 % padecen niveles altos de estrés académico, debido a las evaluaciones y sobrecargas de tareas. En el Perú, en la investigación de Cassaretto et al. (2021), indican que una muestra de 1801 estudiantes de seis universidades de diferentes ciudades del Perú, Huánuco, Puno, Cajamarca, Piura, Arequipa y Lima, los resultados concluyeron que el 83% de los estudiantes universitarios padecen de estrés académico en un nivel medio y alto. A nivel local, según la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann (2021), emitió una Resolución rectoral N°9142-2021, puesto que, se hallaron niveles de estrés en estudiantes y docentes, del mencionado centro de estudios, suspendiendo las labores académicas, desde el 18 de al 22 de octubre del 2021.

Se evidenció que en la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública José Jiménez Borja, las estudiantes del VII ciclo del programa de estudios de Educación Inicial, evidencian signos y síntomas de estrés académico como dolores de cabeza, problemas digestivos, variación del apetito, cambios en el sueño, tensión muscular, dolor de espalda, alteraciones en el sueño, cansancio e irritabilidad, que perjudican su salud física y psicológica. Es por ello, que se deduce que las estudiantes padecen de estrés académico, debido a los diferentes síntomas que presentan.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema principal**

¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022?

### **1.2.2. Problemas secundarios**

a. ¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores con el estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior

Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022?

b. ¿Cuál es la relación entre la dimensión síntomas con el estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022?

c. ¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022?

### **1.3. Justificación del estudio**

La investigación se justifica, porque es importante identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de formación inicial docente.

#### Justificación teórica científica

Se justifica, porque aborda un tema relevante en la educación actual, puesto que, el resultado que se obtenga, permitirá contribuir al conocimiento científico, aportando

información que contenga datos actualizados, sobre el estrés académico en los estudiantes que retornan a la modalidad presencial.

#### Justificación metodológica

Porque mediante la técnica utilizada para la recolección de datos, asimismo, la aplicación del instrumento cuestionario SISCO de estrés académico que se encuentra validado, y presenta los requisitos obligatorios de confiabilidad, se logrará contribuir a investigaciones posteriores.

#### Justificación social

Porque la salud mental es muy frágil en la sociedad actual, y son los estudiantes quienes se ven más afectados, por las exigencias académicas, por ello, los resultados obtenidos en la investigación, permitirán conocer el nivel de estrés académico en el que se encuentran, esos datos beneficiarán a la comunidad educativa, y se podrá tomar acciones oportunas para poder controlarlo.

#### Importancia

Es importante, porque tiene la finalidad de dar a conocer el nivel de estrés académico de los estudiantes, para que una vez

detectado, se propongan medidas para la prevención, además de la reducción de sus síntomas y efectos.

#### **1.4. Objetivos**

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

Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

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

a. Determinar la relación entre la dimensión estresores con el estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

b. Determinar la relación entre la dimensión síntomas con el estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

c. Determinar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

## **1.5. Hipótesis**

### **1.5.1. Hipótesis general**

El nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022, es moderado.

### **1.5.2. Hipótesis específicas**

a. Existe una relación significativa entre la dimensión estresores con el estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

b. Existe una relación significativa entre la dimensión síntomas con el estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

c. Existe una relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

## **1.6. Variable e indicadores**

### **1.6.1. Identificación de la Variable**

#### **Variable**

Estrés académico

#### **Dimensiones**

- A. Estresores
- B. Síntomas
- C. Estrategias de afrontamiento



**Definición conceptual**

El estrés académico, es un malestar que lo experimentan los estudiantes, debido a las exigencias en sus actividades académicas que impactan su desempeño. (Alfonzo et. al 2015).

**Definición operacional**

El estrés académico, es una alteración que presenta el cuerpo, debido que los estudiantes de nivel superior, sienten presión por obtener calificaciones satisfactorias durante la carrera profesional. La cual será medida mediante el cuestionario SISCO de estrés académico, que está compuesto por 32 ítems, distribuidos en 3 dimensiones.

### 1.6.2. Operacionalización de la variable

**Tabla 1**

*Operacionalización de variable: Estrés académico*

Dimensiones	Indicadores	Ítems/ pregun tas	Escala de valoración	Niveles/ Rango
Estresores	Recarga de labores escolares. Evaluación de los docentes. Clases poco entendibles. La personalidad del profesor. Tiempo para realizar las tareas.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9		
Síntomas (reacciones)	Dolor de cabeza y/o espalda Cansancio, fatiga crónica. Disfunciones gástricas Dificultad para dormir o sueño Irregular Ansiedad e indecisión. Tono de humor depresivo y/o tristeza Irritabilidad y/o preocupación excesiva. Aislamiento y/o absentismo, desgano. Tendencia a polemizar o discutir. Conflictos frecuentes. Aumento o reducción de consumo de alimentos.	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	1= Nunca 2= Rara vez 3=Algunas veces 4=Casi siempre 5= Siempre	Leve: 32-74 Moderado: 75-117 Profundo: 118-160
Estrategias de afrontamientos	Ser asertivo. Concentrarse, buscar información, elaborar, ejecutar un plan y obtener lo positivo de la situación estresante. Elogiarse	25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32		

*Nota: Elaboración propia*

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes**

##### Ámbito internacional

En el ámbito internacional, Vargas (2019) realizó una investigación titulada: El estrés académico y su correlación con la sintomatología psicológica en estudiantes de la facultad de ciencias administrativas de la Universidad técnica de Cotopaxi, en la ciudad de Abanto, Colombia, tesis para obtener el título de Psicóloga Clínica, el diseño de estudio fue descriptivo correlacional. La población estuvo compuesta por 700 estudiantes, la muestra seleccionada fue de 324 estudiantes. Los instrumentos que se aplicaron fueron el cuestionario Ad Hoc y el inventario de estrés académico SISCO del estrés académico. La investigación concluyó que el 51,38%, de varones encuestados posee estrés en un nivel moderado y el 54,65% de mujeres posee un nivel de estrés moderado.

Asimismo, Silva et al. (2020) realizaron un artículo de investigación titulado: Estrés académico en estudiantes universitarios, en la ciudad de Tabasco, México, el diseño de estudio fue de tipo descriptivo correlacional. La población estuvo compuesta por 255 estudiantes, la muestra seleccionada fue de 255 estudiantes. El instrumento aplicado fue el inventario de estrés académico SISCO del estrés académico. La investigación concluyó que el nivel de estrés que presentan los estudiantes es moderado 86.3%, seguido de un nivel profundo 11.4% y un nivel leve con 2.4%.

Así también, los investigadores Silva et al. (2019) realizaron un artículo de investigación titulado: Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería, proveniente de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México, el diseño de estudio fue de tipo descriptivo transversal. La población estuvo compuesta por 377 estudiantes, la muestra seleccionada fue de 180 estudiantes. El instrumento aplicado fue el inventario de estrés académico SISCO del estrés académico. La investigación concluyó que los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado 87.8%.

Por último, Salas (2021) realizó la investigación titulada: Estrés académico en tiempos de pandemia COVID- 19,

proveniente de la Universidad de Chile, en Chile el diseño de estudio fue de tipo diseño cuantitativo de tipo descriptivo. La población estuvo compuesta por 132 estudiantes, la muestra seleccionada fue de 103 estudiantes. El instrumento aplicado fue el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO) de estrés académico. La investigación concluyó que un 68,2 % de los estudiantes manifiestan un nivel alto.

#### Ámbito nacional

En el ámbito nacional, Pari y Villena (2021) presentaron su tesis titulada: Estrés académico en estudiantes de obstetricia de la universidad nacional de Huancavelica en tiempos de pandemia por covid-19 enero 2021, proveniente de la Universidad Nacional de Huancavelica, en la ciudad de Huancavelica, tesis para optar el título profesional de obstetricia. La presente investigación fue de diseño no experimental, la población estuvo conformada por 244 estudiantes, y la muestra fue de 143 estudiantes, para medir el estrés académico se aplicó el instrumento inventario SISCO SV que está constituido por 45 ítems. Las autoras concluyeron que el 60.1% de los estudiantes presentan un nivel de estrés académico moderado, debido a las tareas académicas, exámenes, prácticas y exigencia de los docentes.

Así también, las investigadoras Barreros et al. (2021) realizaron un estudio titulado: Nivel de estrés académico y nivel de actividad física, en estudiantes universitarios de la escuela profesional de tecnología médica de la universidad Cayetano Heredia que reciben educación a distancia, en la ciudad de Lima, tesis para optar el grado Licenciado en Tecnología Médica en la especialidad de terapia física y rehabilitación, el diseño de estudio observacional de tipo transversal descriptivo. La población estuvo conformada por 512 estudiantes, y se analizó una muestra de 96 estudiantes. Los instrumentos que se aplicaron, fueron el inventario de estrés académico SISCO y el cuestionario Internacional de actividad física. La investigación concluyó, que el 59.38% de los estudiantes presentaron un nivel de estrés académico moderado.

También, Salazar (2021) en su investigación denominada: Estrés académico en estudiantes de una universidad pública y privada durante clases virtuales en época de pandemia en Trujillo, 2020, realizado en la Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología. Se realizó una investigación de tipo no experimental, descriptiva-comparativa. La población estaba constituida por 195 estudiantes, y la muestra por 130. El instrumento aplicado fue el Inventario de estrés académico SISCO, que contiene 31 ítems. Finalmente, la

investigación concluyó que los estudiantes pertenecientes a la universidad pública padecen de niveles altos de estrés académico con un 80.6%, sin embargo, los estudiantes de la universidad privada tienen niveles altos de estrés académico, pero solo en un 63.6%.

Asimismo, García y Medina (2022) presentaron su trabajo de investigación denominado: Estrés académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima, 2022, tesis proveniente de la Universidad María Auxiliadora, en Lima, para optar el título profesional de licenciado en enfermería. La investigación fue de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y descriptivo, la muestra estaba conformada por 75 estudiantes. Se utilizó como instrumento de recojo de datos, el inventario SISCO que contiene 34 ítems. Se concluyó, que el 74,7% de las estudiantes presentan un nivel medio de estrés académico.

#### Ámbito local

En el ámbito local, Alcalá (2021) realizó un artículo de investigación denominado: Perfil de estrés académico en estudiantes de formación inicial docente, proveniente de la Escuela

de Educación Superior Pedagógica Pública” José Jiménez Borja”, Tacna. La investigación es de tipo descriptivo, no experimental y transversal. La muestra estuvo conformada por 59 estudiantes del V ciclo del Programa de Estudio de Educación Inicial y Primaria. Se aplicó como instrumento de recolección de datos, el inventario SISCO, que estaba compuesto por 21 ítems. Se concluyó que, el 98% de los estudiantes tienen un nivel de estrés académico moderado con tendencia a severo, esto se debe a la sobrecarga de trabajos académicos, tiempo limitado para la entrega de las actividades.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Estrés académico**

#### **2.2.1.1. Definición de estrés académico**

Luego de retornar a las clases presenciales, después de dos años de pandemia, los estudiantes de nivel superior han estado experimentando diferentes situaciones que para ellos son consideradas exigentes, como los exámenes, intervenciones orales, exposiciones, sobrecarga de tareas académicas, entre otros, además del temor de ser contagiados del covid-19 y la viruela del mono, puesto que, ponen en riesgo su salud y la de su familia. Según Jerez y Oyarzo (2015) indican que cuando un estudiante se encuentra en período de aprendizaje, se enfrenta a un conjunto de



situaciones demandantes, donde experimenta tensión, ésta es denominada estrés académico.

De acuerdo con Álvarez et al. (2018) que citan a Alfonso et al. (2015), indican que el estrés académico “es el malestar que siente el estudiante por causas físicas, emocionales, de relaciones interpersonales, de entorno y que pueden influir con presión en el desarrollo de las competencias que afrontan un contexto de rendimiento académico” (pág. 193).

Asimismo, Gil y Fernández (2021) que citan a Alfonso (2015), mencionan que el estrés académico se presenta, durante el proceso de aprendizaje porque los estudiantes experimentan tensiones emocionales, debido a que las actividades propuestas por los profesores, son consideradas como amenazas que pone en riesgo su bienestar.

Así también, los investigadores Alfonso et al. (2015) mencionan que el estrés académico, es un malestar que experimentan los estudiantes, a causa de las exigencias en sus actividades académicas que impactan su desempeño.

En definitiva, el estrés académico es la respuesta que presenta el estudiante, frente a circunstancias que para ellos son consideradas demandantes en el ámbito educativo. Esto puede

causar en el estudiante un daño en su bienestar físico y emocional, produciéndose un estrés, que afecta su desempeño académico.

#### **2.2.1.2. Causas de estrés académico**

Si bien es cierto, los estudiantes de nivel superior están expuestos a muchas exigencias académicas, lo que genera en ellos estrés en el ámbito educativo, por tal motivo, es fundamental conocer cuáles son los diferentes factores que las genera, esto los ayudará a anticiparse y prepararse ante esas situaciones estresantes.

Según Arias y Vizoso (2016) indican que el estrés académico en los estudiantes, es causado principalmente por los exámenes, además, la participación oral en público, el exceso de trabajos académicos y la falta de preparación de los docentes al momento de impartir sus clases. Así también, Gil y Fernández (2021) que citan a Escobar et al. (2018) mencionan que los estudiantes tienen estrés académico, debido a las exigencias de los docentes, también, por los largos horarios académicos, y por el ritmo de estudio que tienen, todo ello puede causar problemas en su salud.

Asimismo, Zárate et al. (2018) indican que los factores que causan estrés académico, son “el competir con los compañeros de grupo, la sobrecarga académica, el carácter del profesor, el tiempo

limitado para hacer tareas y los exámenes; ocasionando que presenten manifestaciones negativas en su salud, tanto física, psicológica y de comportamiento” (pág. 157).

En definitiva, las diferentes causas que provocan el padecimiento de estrés académico en los estudiantes, son las siguientes: los exámenes que deben rendir, el tener que hablar en público y expresar sus ideas; además, la sobrecarga de los trabajos académicos; asimismo, la falta de preparación de los docentes para realizar sus clases, puesto que, al no estar preparados produce que los estudiantes no comprendan el tema que se está tratando; otros factores son los largos horarios de clases y la presión que ejercen los docentes para que sean mejores; además, la competencia que surge entre compañeros y el poco tiempo que se brinda para presentar las actividades. Todo lo antes mencionado, puede producir un efecto negativo en el organismo de los estudiantes.

#### **2.2.1.3. Impacto de estrés académico**

El padecimiento de estrés académico, genera un impacto negativo en la salud física y psicológica del estudiante, además de tener un efecto en su desempeño académico. Es por ello, que se debe dar importancia al manejo del estrés académico, puesto que, se podrá evitar tener consecuencias severas. De acuerdo con Gonzáles (2017), el estrés académico tiene como resultado que los

estudiantes tengan “agotamiento físico, alteraciones de sueño, pensamientos negativos y agitación física” (pág. 58). Lo antes mencionado, podría afectar directamente en sus destrezas al momento de ejecutar alguna acción.

Así también, Gil y Fernández (2021) que citan a Escobar et al. (2018), indican que el estrés académico afecta en la salud mental y física del estudiante, además de perjudicar su desempeño académico. Asimismo, las autoras Jerez y Oyarzo (2015) mencionan que el estrés académico está asociada a enfermedades como la depresión, lo que ocasiona un riesgo en la salud de los estudiantes, ya que causa que comiencen a consumir bebidas alcohólicas y drogas.

De igual manera, Zárate et al. (2018) manifiestan que el estrés académico no solo afecta de manera física, sino también psicológica, además del comportamiento de los estudiantes. Igualmente, Toribio y Franco (2016) indican que perjudica “tanto a la salud como al rendimiento académico de los estudiantes” (pág. 12).

En definitiva, el impacto que genera estrés académico en los estudiantes, puede provocar problemas en su salud física, puesto que, tendrán malestares que no le permitirán realizar sus actividades con normalidad; así también, les afectará psicológicamente, ya que son propensos a padecer depresión,

también, los afecta en su comportamiento, puesto que son más agresivos y tienen cambios repentinos de humor; asimismo, los perjudica en su rendimiento académico.

#### **2.2.1.4. Importancia del manejo de estrés académico**

El manejo del estrés académico, es fundamental debido que, los estudiantes presentan diversas reacciones que son contraproducentes para ellos, en efecto deben buscar mantener un equilibrio en su salud mental y física.

Al respecto, las autoras Cassaretto et al. (2021) mencionan que es importante identificar las variables protectoras en esta población, que podrían favorecer la elaboración de políticas, que cuiden y promuevan la salud dentro del entorno educativo.

Asimismo, Otero et al. (2020) señalan que “la identificación y análisis de la presencia de estrés puede contribuir a establecer programas de ayuda y entrenamiento para que los estudiantes aprendan a manejar el estrés, lo que permitirá mejorar su salud física, mental y su rendimiento académico”. (pág. 50)

También, Alfonso et al. (2015) afirman que es necesario que los jóvenes tengan una preparación para prevenir conductas riesgosas y promueve una educación para la salud, que brinde herramientas y pautas para frenar la aparición de estados emocionales negativos, que interfieran en la salud mental.

En síntesis, el manejo del estrés académico permite que el estudiante no tenga repercusiones en su salud física y mental, asimismo que su rendimiento académico no se vea afectado, por ende, es necesario identificarlo y poder tomar las medidas necesarias, donde se debe buscar un equilibrio entre las exigencias académicas y la tranquilidad, permitiendo que realicen sus actividades de forma eficaz.

#### **2.2.1.5. Dimensiones de estrés académico**

Con el objetivo de medir el estrés académico en los estudiantes Barraza (2006) propone el Inventario SISCO, posteriormente Alejos (2017) realiza una adaptación del cuestionario, donde se consideran tres dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

- **Dimensión 1: Estresores**

Los estímulos que generan estrés están constituidos por las situaciones que lo producen, es decir las exigencias académicas. Los estresores son cada una de las acciones que ocasionan efectos adversos en los estudiantes. De este modo, Alejos (2017) propone que estresores son:

- La competencia con los compañeros del grupo: El deseo de querer sobresalir, es decir tener un desempeño más admirable que los demás, auto exigiéndose para ser el mejor.
- La sobrecarga de tareas y trabajos escolares: Es cuando los estudiantes tienen demasiadas actividades académicas por realizar, esta acumulación genera tensión y preocupación en ellos, desencadenando en estrés académico.
- La personalidad y el carácter del profesor: Se presenta cuando el carácter del profesor, incomoda al estudiante y no le permite desarrollarse a plenitud, tornando tenso el ambiente académico y repercutiendo en la enseñanza y desarrollo de las clases.
- Las evaluaciones de los profesores: Se origina cuando las evaluaciones que proponen los profesores, no van en relación con los avances de los estudiantes, es decir, pueden ser muy difíciles o apresuradas, ocasionando que ellos no puedan ser capaces de resolverlos con facilidad.
- Problemas con el horario de clases: Se manifiesta cuando los estudiantes tienen otras responsabilidades en el hogar y el trabajo que interfieren en su asistencia a las clases.
- El tipo de trabajos que requieren los profesores: Se presenta cuando los trabajos no van en relación a lo que el estudiante

puede realizar, por su nivel de dificultad, falta de conocimiento, ausencia de explicaciones necesarias, lo que genera confusión en ellos.

- No entender los temas que se abordan en la clase: Se origina porque cada estudiante posee diferentes tipos de aprendizaje, asimismo los temas se brindan de una forma poco práctica, ocasionando desconcierto y falta de entendimiento.
- Participación en clase: El poder expresarse no es tan sencillo, se requiere de mucha seguridad, es por ello que muchos de los estudiantes no manifiestan sus conocimientos y opiniones a pesar de tenerlas.
- Tiempo limitado para hacer el trabajo: En muchas ocasiones, los trabajos no pueden ser presentados de una forma correcta, ya que el tiempo que se les brinda es limitado y no permite entregar una asignación de calidad.

En resumen, los estímulos estresores son todas aquellas situaciones que puedan generar estrés en los estudiantes como: La competitividad entre estudiantes, actividades académicas excesivas, inconvenientes con los docentes, exámenes complicados, tareas académicas con niveles altos, poca comprensión de las clases, dificultades para cumplir el horario de



clases, mínimas intervenciones en clases y tiempo limitado para poder realizar sus trabajos, en consecuencia ellos presentan momentos de presión y tensión que desencadenan en estrés académico.

- Dimensión 2: Síntomas

Al estar expuesto a un constante estrés académico, los estudiantes presentan diversos síntomas desencadenantes que son las reacciones que se manifiestan en ellos.

Debido a ello, Barraza (2006) realiza una clasificación de los síntomas, en los que se separa en reacciones físicas, psicológicas y comportamentales diferenciándose por su sintomatología:

- a. Reacciones Físicas:

En ellas, considera todas las reacciones que se presentan a nivel físico en el estudiante como: Perturbaciones en el sueño (insomnio y pesadillas), cansancio constante, migrañas y dolores de cabeza, problemas en el aparato digestivo, mordeduras de uñas, concurrentes ganas de dormir.

Al querer tener un desempeño académico exitoso, con calificaciones elevadas y promedios adecuados, los estudiantes son propensos al estrés académico que produce en ellos reacciones físicas que perjudican su salud.

b. Reacciones Psicológicas:

Al estar expuestos a situaciones que propicien estrés, los estudiantes manifiestan reacciones psicológicas varias entre ellas: dificultad para mantener la calma, sentimientos depresivos y poca motivación, además se sienten ansiosos, son pesimistas y presentan una constante angustia, asimismo, falta de concentración, irritabilidad y momentos de agresividad.

Las reacciones psicológicas se ocasionan por las diferentes exigencias académicas, tiempo limitado para realizarlas, inflexibilidad en los horarios, entre otras que ponen en un constante riesgo su salud mental.

c. Reacciones Comportamentales:

El estrés en los estudiantes repercute también en su comportamiento, volviéndose conflictivos y en ocasiones se aíslan de los demás, presentan desgano, manifiestan un aumento o disminución del consumo de alimentos, ocasionando desequilibrios conductuales debido a la exposición a situaciones que le generen estrés.

En síntesis, los síntomas que produce el estrés son reacciones que afectan a los estudiantes físicamente, afectando su sueño y ocasionando un agotamiento constante, dolores de

cabeza, dolores de estómago y problemas con su digestión, además ellos presentan reacciones psicológicas como la dificultad por mantenerse serenos, pesimismo, ansiedad y poca concentración, por último también tienen variaciones en su comportamiento como el desgano, aislamiento, se vuelven conflictivos, cambios en su alimentación, entre otros.

- Dimensión 3: Estrategias de Afrontamiento

Para poder sobrellevar el estrés, se plantean estrategias para afrontarlo, que permitan que se reduzca y se pueda lidiar con él, sin que afecte su salud física, psicológica y mental de los estudiantes.

Asimismo, Barraza (2006) sustenta que, las estrategias de afrontamiento poseen la siguiente clasificación:

Los estudiantes hacen frente al estrés académico, con la adquisición de habilidades asertivas, además de planificar su día para actividades y realización de tareas, se auto elogian, reconocen su esfuerzo y valor, añaden en su vida la religión, buscan información sobre lo que les aqueja, son reflexivos y positivos ante las situaciones adversas, expresan con los demás las situaciones que les generan preocupación o estrés.

En definitiva, para conseguir superar situaciones que les aquejan y generen estrés en sus actividades académicas, los

estudiantes deben evidenciar un cambio o mejora en su actitud, añadiendo estrategias para la adquisición de habilidades asertivas, deberán organizarse, valorar y reconocer sus esfuerzos, mostrar actitudes resilientes y positivas, poder expresar sus pensamientos, emociones y preocupaciones, permitiendo que exterioricen sentimientos como la ansiedad, tensión, enojo e ira y logren sentirse más tranquilos.

### **2.3. Definición de términos**

- Académico: Son las actividades que se relacionan con actividades de enseñanza, es decir, se desarrollan en el ámbito educativo.
- Afrontamientos: Acciones que realiza un individuo, para manejar diferentes situaciones que les genera estrés.
- Estrategias: Son una serie de acciones que permiten lograr un fin determinado.
- Estrés: Es la respuesta que tiene el cuerpo, frente a las diferentes demandas, lo que puede desencadenar problemas en la salud de las personas.

- Estresores: Son aquellas situaciones inquietantes que producen que aparezca el estrés.
- Impacto: Son la consecuencia o los efectos que produce el padecimiento de estrés académico, como problemas en el bienestar de los estudiantes.
- Signos: Es un conjunto de malestares, que pueden ser reconocidos a través de la observación.
- Síntomas: Son aquellas reacciones que no pueden ser percibidas con facilidad, y se generan al estar expuesto a elevadas exigencias, pueden ser físicas, psicológicas o comportamentales.

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo de investigación**

El tipo de la presente investigación es no experimental, según Morlote y Celiseo (2004), indican que este tipo de investigación, se trata más de observar que de manipular la variable. Asimismo, Kerlinger y Lee (2002), mencionan que el investigador realiza deducciones sobre la variable de estudio, pero sin intervenir de manera directa. Por tal motivo, se medirá el nivel de estrés académico de los estudiantes, pero sin manipular la variable.

#### **3.2. Diseño de investigación**

La presente investigación es de diseño descriptivo, de acuerdo con Tamayo (2003) indica que este diseño consiste en “la descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual, y la composición o procesos de los fenómenos” (pág. 46).

Es decir, se recolectarán los datos, se medirán y con ellos se describirá la realidad en que se encuentran los estudiantes, de acuerdo a la variable de estudio.

El esquema es el siguiente:

**M→O**

Donde:

M = Muestra

O = Observación de la muestra

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

#### **3.3.1. Población**

Según Tamayo (2003) menciona que la población de una investigación, es el total de personas que tienen determinadas características. Así también, Carrasco (2005) indica que, es un conjunto de todos los individuos, que pertenecen al mismo grupo, donde se realizará la investigación.

En la presente investigación, la población está compuesta por 78 estudiantes del VII ciclo de los programas de estudio de Educación Primaria y Educación Inicial y la carrera profesional de Educación Física.

**Tabla 2***Distribución de la población*

Ciclo académico	Programas de estudio y carrera profesional	Número de estudiantes
VII	Educación Primaria	28
VII	Educación Inicial	27
VII	Educación Física	23
Total		78

*Nota: Elaboración propia***3.3.2. Muestra**

De acuerdo con Carrasco (2005), la muestra de la investigación es “una parte representativa de la población, cuyas características esenciales son las de ser objetiva y reflejo de ella” (pág. 237). En este sentido, la muestra es un conjunto de individuos que son escogidos de la población.

Es por ello que, la muestra de la investigación, está constituida por 27 estudiantes, del VII ciclo del programa de estudio de Educación Inicial de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna, así mismo, representa el 37.80% de la población.



**Tabla 3***Distribución de la muestra*

Ciclo académico	Programa de estudio	Número de estudiantes
VII	Educación Inicial	27

*Nota: Elaboración propia***3.3.3. Muestreo**

La investigación tiene un muestreo no probabilístico, intencional y circunstancial, porque se seleccionará de acuerdo al propio juicio, considerando los requerimientos de la investigación.

**3.4. Técnicas e instrumento de recolección de datos****3.4.1. Técnicas**

Para el autor Arias (2006) las técnicas de la investigación son “las distintas maneras, formas o procedimientos utilizados por el investigador para recopilar y obtener los datos o la información” (pág. 25). Asimismo, para Gómez (2021) “son los procedimientos que siguen los investigadores para obtener los datos necesarios en su aproximación al objeto de estudio” (pág. 2).

Por este motivo, se aplicará la técnica de la encuesta, para poder recolectar la información de las estudiantes del VII del programa de estudio de Educación Inicial de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja”, con el propósito de saber los niveles de estrés académico que tienen.

### **3.4.2. Instrumento**

Para la presente investigación, se usará el cuestionario como instrumento de recolección de datos, utilizando el Inventario SISCO de estrés académico, como seguidamente se muestra:

#### **a. Estrés académico**

Para medir la variable se aplicó el instrumento Inventario SISCO de estrés académico, que fue elaborado por Arturo Barraza Macías, posteriormente adaptado por Rocío Alejos Yataco, en su investigación que se desarrolló en la Universidad Inca Garcilaso de la Vega (2007), el mencionado cuestionario mide tres dimensiones: Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. La aplicación se dará de forma individual y colectiva, con un tiempo estimado de aplicación de 15 a 20 minutos.

**Figura 1***Distribución del instrumento de estrés académico*

Ficha técnica inventario SISCO de estrés académico	
Nombre del instrumento	Inventario SISCO de estrés académico
Autor	Arturo Barraza Macías
Adaptación	Rocio Alejos Yataco
Aplicación	Adolescentes y adultos
Procedencia	Universidad Inca Garcilaso de la Vega
Propósito	Establecer los niveles e intensidad del estrés académico que sufren los estudiantes de niveles medio, medio superior y superior,
Nº de ítems	32 ítems
Dimensiones	Dimensión 1: Estresores Dimensión 2: Síntomas Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento
Escala de valoración	Siempre (5 puntos) Casi siempre (4 puntos) Algunas veces (3 puntos) Rara vez (2 puntos) Nunca (1 punto)
Duración	Aproximadamente, entre 15 a 20 minutos
Baremo	(118-160) Profundo (75-117) Moderado (32-74) Leve

*Nota: Elaboración propia*

### **3.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

#### **3.5.1. Técnicas de procesamiento**

Los datos adquiridos, posterior a la encuesta del inventario SISCO de estrés académico, serán procesados a través de los programas SPSS y EXCEL, para poder proceder a realizar un análisis estadístico de todos los datos obtenidos, según sea oportuno.

#### **3.5.2. Técnicas de análisis e interpretación**

La técnica que se aplicará, para la presente investigación es la estadística descriptiva, donde serán elaboradas tablas y figuras de frecuencias porcentuales, asimismo, se empleará la estadística inferencial, para poder comprobar la regularidad de la variable Z de Kolmogorov Smirnov, por último, para confirmar las hipótesis R de Pearson, Rho de Spearman y T de Student.

Paso 1. Planteamiento de hipótesis

Paso 2. Alfa = 5%

Paso 3. Deliberación del test estadístico

Paso 4. Diseño de prueba

Paso 5. Cálculo del estadístico de prueba

Paso 6. Decisión

Paso 7. Conclusión

### 3.5.3. Técnicas de prueba de hipótesis

Según Díaz y Luna (2014) plantean que la elaboración de la hipótesis:

Es fundamental para el enriquecimiento de la teoría pedagógica, para el mejor conocimiento de las particularidades psicológicas y pedagógicas de los alumnos, de la formación y educación de la personalidad, del proceso docente educativo, del desarrollo de la enseñanza y el aprendizaje. Cada nueva hipótesis es un aporte a la teoría, a la ciencia. Es un paso de avance en el conocimiento de lo desconocido. (pág. 109).

En efecto, se demostrará si la hipótesis es aceptada o rechazada. Para ello, se tendrá en cuenta lo siguiente:

- Si el valor  $\text{Sig} < 0,05$  (5%), entonces la hipótesis se acepta.
- Si el valor  $\text{Sig} > 0,05$  (5%), entonces la hipótesis se rechaza.

### **3.6. Validación y confiabilidad**

#### **3.6.1. Validación de instrumento**

Según Acevedo (2021), la validez es “la revisión por expertos y una prueba de campo. Se establece la validez en términos de idoneidad, utilidad, claridad, contenido, formulación y longitud. Las personas sometidas a una prueba de campo deben tener características similares a la población objetivo” (pág. 181).

El instrumento de recolección de datos, inventario SISCO de estrés académico se validó, por el juicio de tres expertos, que comprobaron que las dimensiones e ítems, sean pertinentes y coherentes, para ser aplicados en estudiantes de educación superior y logren medir el nivel de estrés académico en el que se encuentran.

### 3.6.1.1. Validación por expertos del instrumento SISCO de estrés académico para medir el estrés académico.

**Tabla 4**

*Consolidado de informes de opinión de expertos*

EXPERTOS	PERFIL	EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO		
		Favorable	Poco Favorable	Desfavorable
Experto 1	Licenciada en Educación Inicial. Mg. en Educación	X		
Experto 2	Licenciada en Educación Inicial. Mg. en Educación.	X		
Experto 3	Licenciada en Educación Primaria.	X		

Nota: En la evaluación del instrumento.

### 3.6.2. Confiabilidad de instrumento

Según Kerlinger y Lee (2002) la confiabilidad “se relaciona con la precisión con la que un instrumento de medición, mide aquello que se desea” (pág. 572).

Es por ello, que la confiabilidad del instrumento se realizará a través de la técnica Alfa de Cronbach. Efectivamente, el instrumento Inventario SISCO de estrés académico, obtuvo un 0,846 de confiabilidad

**Tabla 5***Escala de valores de alfa de Cronbach*

Escala de valores del Alfa de Cronbach	
Rango	Descripción
-1 a 0	No es confiable
0,01 a 0,49	Baja confiabilidad
0,5 a 0,75	Moderada confiabilidad
0,76 a 0,89	Alta confiabilidad
0,9 a 1	Muy alta confiabilidad

*Nota: Elaboración propia***3.6.2.1. Confiabilidad del Inventario SISCO de estrés académico****Tabla 6***Estadística de confiabilidad del inventario SISCO de estrés académico*

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N° de elementos
0,846	32

*Nota: Programa SPSS*



**Tabla 7**

*Validez discriminante de los ítems del Inventario SISCO de estrés académico*

	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1. La competencia con los compañeros del aula.	,223	,845
2. La sobrecarga de las tareas académicas.	,665	,836
3. La personalidad y el carácter que tienen los docentes.	,418	,840
4. Las evaluaciones que proponen los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).	,333	,842
5. Problemas con el horario de clases	,460	,838
6. El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).	,650	,835
7. No entender los temas que se abordan en la clase.	,211	,845
8. La participación durante la clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.).	,196	,847
9. Poco tiempo para realizar el trabajo.	,284	,844
10. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).	,537	,836
11. Fatiga crónica (cansancio permanente).	,461	,838
12. Dolores de cabeza o migrañas.	,301	,843
13. Problemas en la digestión, dolor abdominal o diarrea.	,262	,845
14. Picazón, morderse las uñas, frotarse, etc.	,545	,835
15. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	,624	,835

16. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).	,350	,842
17. Sentimientos de depresión y tristeza (estar decaído).	,694	,831
18. Ansiedad, angustia o desesperación.	,668	,832
19. Problemas de concentración.	,636	,833
20. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.	,708	,828
21. Conflictos o tendencia a discutir.	,675	,830
22. Aislamiento de los demás (problemas de socialización).	,560	,836
23. Desgano para realizar las tareas académicas.	,271	,844
24. Aumento o reducción del consumo de alimentos.	,196	,846
25. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).	,046	,848
26. Elaboración de un plan de organización y ejecución de sus tareas.	,135	,847
27. Concentrarse en resolver la situación que generan preocupación.	,106	,847
28. Elogios a sí mismo (automotivación).	,091	,848
29. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).	,215	,846
30. Búsqueda de información sobre la situación estresante.	-,174	,858
31. Tratar de obtener lo positivo de la situación que causa preocupación.	-,166	,853
32. Ventilación y confidencias (comentar con los demás la situación que le preocupa).	,199	,847

Nota: Programa SPSS

## **CAPÍTULO IV**

### **RESULTADOS**

#### **4.1. Descripción del trabajo de campo**

La investigación ha sido desarrollada considerando las siguientes etapas:

##### **4.1.1 Planificación**

El proyecto de investigación de la tesina se inició en el año 2022, el que fue realizado y aprobado durante el año académico. En el mes de junio del 2022, se inició con la elaboración del marco teórico y todos los fundamentos que fueron necesarios para el siguiente proceso. Además, se ejecutó la planificación de la aplicación del instrumento de recolección de datos Inventario SISCO de estrés académico, en el mes de julio, previa coordinación con el jefe académico del programa de Educación Inicial Mg. Aurelio Mamani y también con el docente a cargo del área, que permitió en ingreso al aula para realizar las indicaciones a las

estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial VII, luego se hizo entrega del cuestionario a las estudiantes.

#### **4.1.2 Ejecución**

El presente trabajo de investigación se realizó en la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” Tacna, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial VII ciclo en el mes de julio del 2022.

#### **4.1.3 Evaluación**

Para poder recoger los datos a través de los instrumentos, se pidió permiso a la docente del aula que estaba a cargo de las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial VII ciclo, para que permita realizar el cuestionario sobre el estrés académico.

## 4.2. Análisis estadístico descriptivo de los resultados

### 4.2.1. Análisis estadístico de la variable estrés académico

#### 4.2.1.1. Análisis estadístico general de la variable estrés académico

**Tabla 8**

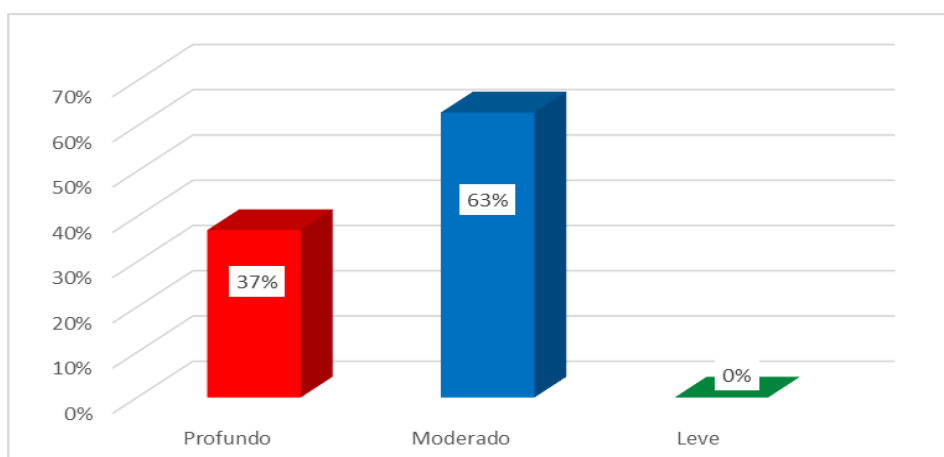
*Nivel de estrés académico de las estudiantes del Programa de Estudio de Educación Inicial VII*

Niveles	f	%
Profundo	10	37%
Moderado	17	63%
Leve	0	0%
Total	27	100%

Nota: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera profesional de Educación Inicial VII

**Figura 2**

*Nivel de estrés académico de las estudiantes del Programa de Estudios de Educación Inicial VII*



Nota: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera profesional de Educación Inicial VII

### **Interpretación**

La tabla 8, presenta los resultados de los niveles de estrés académico, de los estudiantes del programa de estudios de Educación Inicial VII, en el cual se muestra lo siguiente: 10 de los estudiantes que representa el 37%, se encuentran en el nivel profundo de estrés académico, debido que presentan mayores síntomas, repercutiendo en su salud física y mental, asimismo, 17 de los estudiantes, representado por el 63%, tienen un nivel de estrés académico moderado, es decir que los estudiantes presentan sintomatología de estrés ante situaciones académicas que para ellos resultan demandantes, por último, ninguno de los estudiantes presenta un nivel de estrés académico leve. Se concluye que, la mayoría de los estudiantes encuestados, presentan un nivel moderado de estrés académico.

Los resultados obtenidos, demuestran que las estudiantes presentan en su mayoría, un nivel moderado de estrés académico, es decir, tienen malestares en su cuerpo ante situaciones demandantes en el ámbito educativo, lo que puede desencadenar un daño en su bienestar y afectar su rendimiento académico.

#### 4.2.1.2. Análisis estadístico por dimensiones del estrés académico

**Tabla 9**

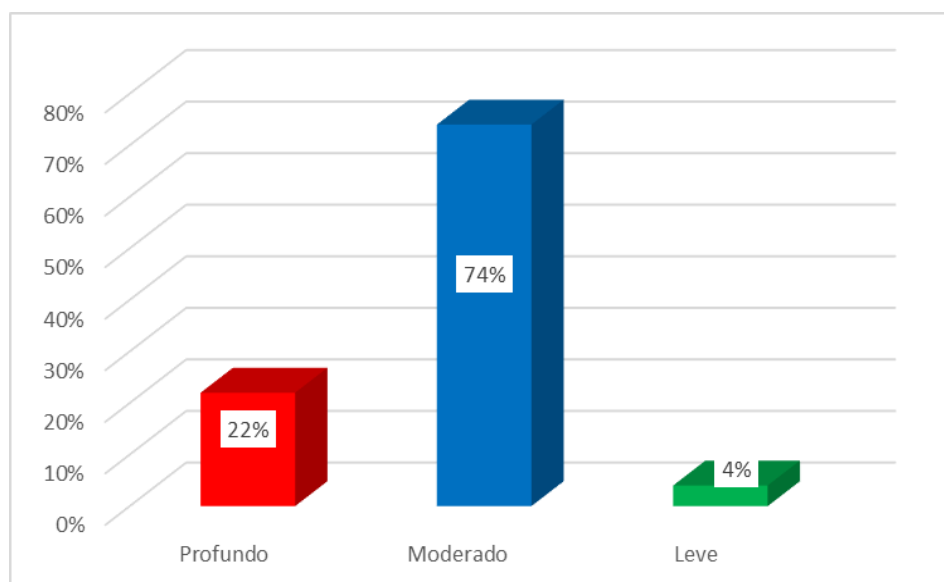
*Nivel de estrés académico en la dimensión estresores*

Niveles	f	%
Profundo	6	22%
Moderado	20	74%
Leve	1	4%
Total	25	100%

Nota: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera profesional de Educación Inicial VII

**Figura 3**

*Nivel de estrés académico en la dimensión estresores*



Nota: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera profesional de Educación Inicial VII

## **Interpretación**

En la tabla 9, se presenta los niveles de la dimensión estresores de estrés académico, de los estudiantes del programa de estudios de Educación Inicial VII, en ella se expresa lo siguiente: Se observa que, 6 de los estudiantes que representa el 22%, presentan un nivel profundo de estresores, además de 20 estudiantes que representa el 74%, poseen un nivel moderado, por último, solo 1 estudiante que equivale al 4% tiene un nivel leve.

Los resultados demuestran, que la mayoría de los estudiantes presentan un nivel moderado de estresores, esto se debe a las situaciones donde ellos se sienten exigidos académicamente, lo que conlleva que padezcan estrés académico.



**Tabla 10***Media aritmética de la dimensión estresores*

Ítems	Media
2.La sobrecarga de las tareas académicas.	4,52
9.Poco tiempo para realizar el trabajo.	3,78
4.Las evaluaciones que proponen los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	3,78
3.La personalidad y el carácter que tienen los docentes.	3,33
6.El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	3,30
7.No entender los temas que se abordan en la clase.	3,19
1.La competencia con los compañeros del aula.	3,11
8.La participación durante la clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	3,04
5.Problemas con el horario de clases.	2,96

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

### Interpretación

En la tabla 10, se presenta nueve ítems que identifican la dimensión “Estresores” de la variable “Estrés académico”.

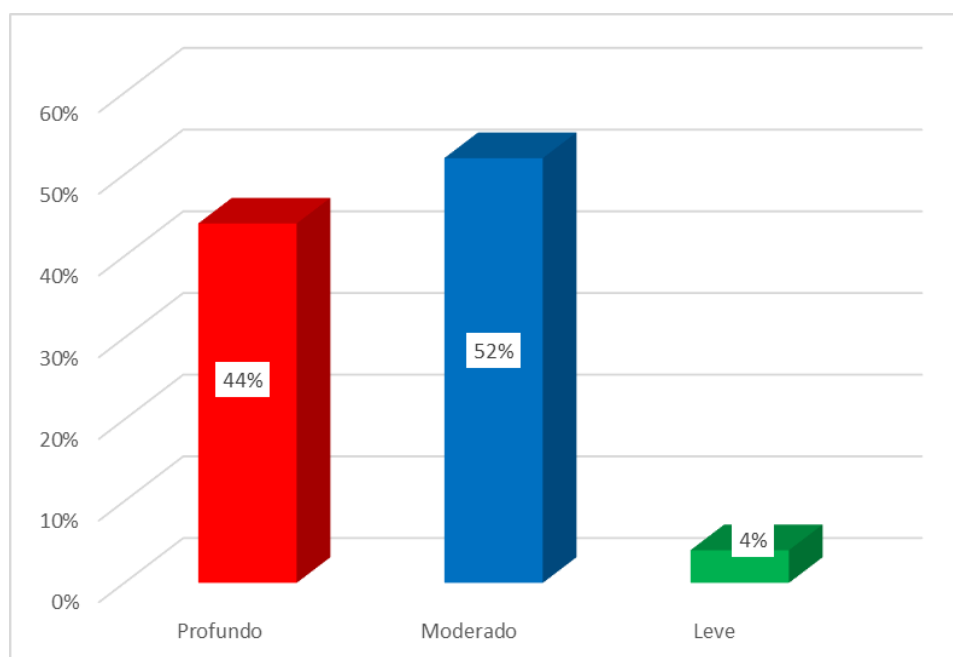
La media más alta encontrada es 4,52, que corresponde al ítem 2, indicando que los estudiantes se estresan por la sobrecarga

de tareas académicas. Después, se encuentra la media 3,78, que corresponde al ítem 9, indicando que los estudiantes se estresan al tener poco tiempo para realizar sus trabajos. Luego, se encuentra la media 3,78, que corresponde al ítem 4, mostrando que los estudiantes tienen estrés al realizar evaluaciones propuestas por los docentes. A continuación, se ubica la media 3,33, que corresponde al ítem 3, indicando que la personalidad y el carácter que tienen los docentes, hace que los estudiantes se estresen. Posteriormente, se encuentra la media 3,30, correspondiente al ítem 6, en el que se indica que el tipo de los trabajos académicos que dejan los profesores, hace que los estudiantes sientan estrés. Seguidamente, se encuentra la media 3,19, que corresponde al ítem 7, indicando que los estudiantes presentan estrés cuando no comprenden los temas tratados en clase. Así también, se ubica la media 3,11, correspondiente al ítem 1, indicando que la competencia entre los compañeros del aula es un factor que provoca en ellos estrés. Más adelante, se ubica la media 3,04, correspondiente al ítem 8, indicando que los estudiantes se estresan al participar de manera oral durante las clases. Luego, se ubica la media 2,96, que corresponde al ítem 5, indicando que los diferentes problemas con el horario de clase, hace que los estudiantes se estresen.

**Tabla 11***Nivel de estrés académico en la dimensión síntomas*

Niveles	f	%
Profundo	12	44%
Moderado	14	52%
Leve	1	4%
Total	27	100%

Nota: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera profesional de Educación Inicial VII

**Figura 4***Nivel de estrés académico en la dimensión síntomas*

Nota: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera profesional de Educación Inicial VII

### **Interpretación**

Los datos de la tabla 11, indican los niveles de la dimensión síntomas de estrés académico, de los estudiantes del programa de estudios de Educación Inicial VII, en el cual se observa lo siguiente: 12 de los estudiantes que representa el 44%, presentan un nivel profundo de síntomas de estrés académico, asimismo, 14 estudiantes representado por el 52%, presentan un nivel moderado, además, solo 1 de los estudiantes equivalente al 4% posee un nivel leve de síntomas de estrés académico.

Los resultados demuestran que las estudiantes tienen en su mayoría un nivel moderado, sin embargo, otras estudiantes tienen un nivel profundo de síntomas de estrés académico, en efecto ellas presentan diversos síntomas que desencadenan en reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, que se desarrollan al estar expuestas a situaciones de estrés en el ámbito educativo.

**Tabla 12***Media aritmética de la dimensión síntomas*

Ítems	Media
15.Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	4,33
16.Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).	4,00
17.Sentimientos de depresión y tristeza (estar decaído).	3,96
19.Problemas de concentración	3,93
12.Dolores de cabeza o migrañas.	3,93
11.Fatiga crónica (cansancio permanente).	3,93
18.Ansiedad, angustia o desesperación.	3,85
10.Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).	3,78
24.Aumento o reducción del consumo de alimentos.	3,70
23.Desgano para realizar las tareas académicas.	3,44
14.Picazón, morderse las uñas, frotarse, etc.	3,41
22.Aislamiento de los demás (problemas de socialización)	2,93
20.Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.	2,93
13.Problemas en la digestión, dolor abdominal o diarrea.	2,81
21.Conflictos o tendencia a discutir.	2,78

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

## **Interpretación**

En la tabla 12, se presentan quince ítems que caracterizan la dimensión “Síntomas” de la variable “Estrés académico”.

La media más alta es 4,33, correspondiente al ítem 15, lo que indica que los estudiantes presentan mayor necesidad de dormir. Luego, está la media 4,00, que corresponde al ítem 16, indicando que sienten inquietud, además de no lograr relajarse o estar tranquilos. Después, se ubica la media 3,96, correspondiente al ítem 17, indicando que los estudiantes presentan depresión y tristeza. A continuación, se encuentra la media 3,93, que corresponde al ítem 19, indicando que tienen problemas para poder concentrarse. Posteriormente, se ubica la media 3,93 que corresponde al ítem 12, lo que indica que tienen dolores de cabeza y migrañas. Así también, se encuentra la media 3,93, correspondiente al ítem 11, indicando que presentan fatiga crónica, un cansancio permanente. Más adelante, se ubica la media 3,85, que corresponde al ítem 18, que indica que tienen ansiedad, además de angustia y desesperación. También, se ubica la media 3,78 que corresponde al ítem 10, indicando que los estudiantes tienen trastornos de sueño. Luego, se ubica la media 3,70, que corresponde al ítem 24, indicando que, ante un momento estresante, aumentan o reducen la cantidad de sus consumos de

alimentos. Después, se ubica la media 3,44 que corresponde al ítem 23, indicando que presentan desgano ya poder realizar sus tareas académicas. Posteriormente, se encuentra la media 3,41, que corresponde al ítem 14, indicando que presentan picazón, además de morderse la uñas. Más adelante, se ubica la media 2,93 que corresponde al ítem 22, indicando que se aíslan de las personas, es decir presentan problemas de socialización. También, se encuentra la media 2,93 que corresponde al ítem 20, lo que indica que los estudiantes tienen problemas de agresividad y un aumento de irritabilidad. Posteriormente, se encuentra la media 2,81 que corresponde al ítem 13, indicando que tienen problemas de digestión además de dolor abdominal y diarrea. Por último, está la media 2,78 que corresponde al ítem 21, en el que menciona que los estudiantes tienen conflictos o tendencia a discutir.

**Tabla 13**

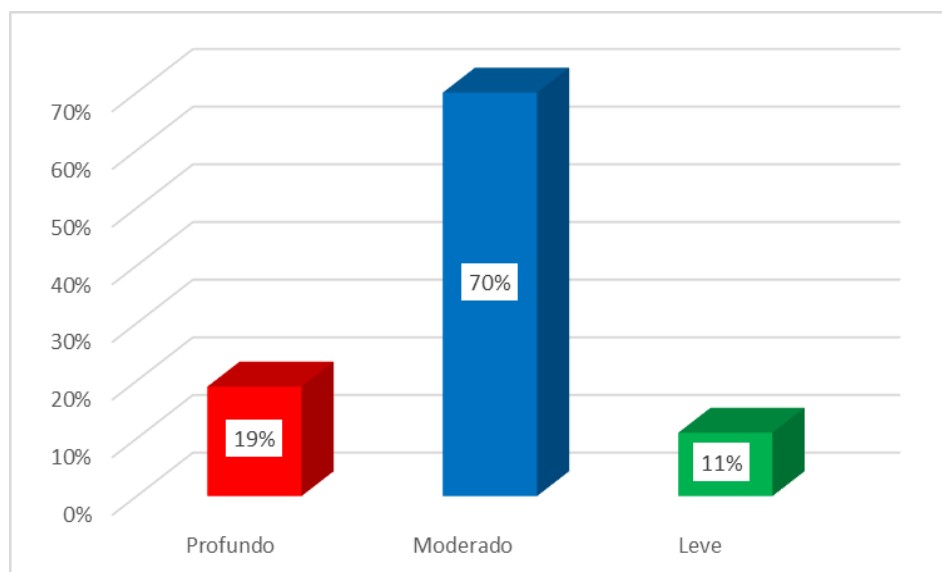
*Nivel de estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento*

Niveles	f	%
Profundo	5	19%
Moderado:	19	70%
Leve	3	11%
Total	27	100%

Nota: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera profesional de Educación Inicial VII

**Figura 5**

*Nivel de estrés académico en la dimensión estrategias de afrontamiento*



Nota: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera profesional de Educación Inicial VII



### **Interpretación**

La tabla 13, presenta los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico, de los estudiantes del programa de estudios de Educación Inicial VII, se observa lo siguiente: 5 estudiantes que representan el 19%, presentan un nivel profundo de estrategias de afrontamiento, además que, 19 estudiantes que representan el 70%, tienen un nivel moderado, por otra parte, solo 3 estudiantes equivalente al 11%, manifiestan un nivel leve de estrategia de afrontamiento.

Según los datos obtenidos, las estudiantes presentan en su mayoría un nivel moderado del uso de estrategias de afrontamiento ante el estrés académico, es decir, ellas realizan diferentes acciones para poder lidiar y reducir el estrés académico, sin que pueda afectar su bienestar.

**Tabla 14***Media aritmética de la dimensión estrategias de afrontamiento*

Ítems	Media
25.Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).	3,93
27.Concentrarse en resolver la situación que generan preocupación.	3,63
31.Tratar de obtener lo positivo de la situación que causa preocupación.	3,44
28.Elogios a sí mismo (automotivación)	3,41
26.Elaboración de un plan de organización y ejecución de sus tareas.	3,37
32.Ventilación y confidencias (comentar con los demás la situación que causa preocupación).	3,11
30.Búsqueda de información sobre la situación estresante.	2,93
29.La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).	2,74

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

**Interpretación**

En la tabla 14, se presentan ocho ítems que determinan la dimensión “Estrategias de afrontamiento” de la variable “Estrés académico”.

La media más alta encontrada es 3,93 correspondiente al ítem 25, lo que indica que los estudiantes tienen habilidades asertivas para afrontar el estrés académico. Luego, se ubica la media 3,63 que corresponde al ítem 27, indicando que los estudiantes se concentran en resolver aquella situación que le preocupa. Después, se ubica la media 3,44 que corresponde al ítem 31, indicando que los estudiantes intentan obtener lo positivo de las situaciones que son preocupante para ellos. Posteriormente, se ubica la media 3,41, correspondiente al ítem 28, indicando que los estudiantes se automotivan a través de elogios a sí mismos. También, se encuentra la media 3,37 que corresponde al ítem 26, indicando que los estudiantes realizan un plan de organización y así poder ejecutar sus tareas. Más adelante, se ubica la media 3,11 correspondiente al ítem 32, donde se indica que los estudiantes comentan con los demás las situaciones que les causa preocupación. A continuación, se ubica la media 2,93, correspondiente al ítem 30, indicando que ellos buscan información sobre las situaciones que les genera estrés. Por último, se encuentra la media 2,74, que corresponde al ítem 29, indicando que los estudiantes afrontan el estrés, refugiándose en la religiosidad, realizando oraciones o asistiendo a misa.

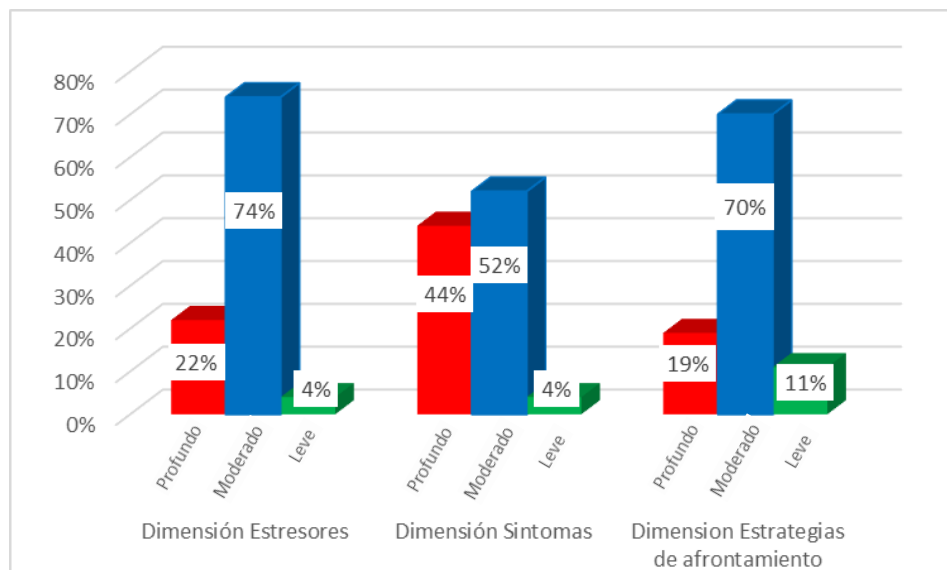
#### 4.2.1.3. Resumen estadístico de la variable estrés académico

**Tabla 15**

*Nivel de estrés académico por dimensiones*

Dimensiones	Niveles	f	%
Dimensión estresores	Profundo	6	22%
	Moderado	20	74%
	Leve	1	4%
	Total	27	100%
Dimensión síntomas	Profundo	12	44%
	Moderado	14	52%
	Leve	1	4%
	Total	27	100%
Dimensión estrategias de enfrentamiento	Profundo	5	19%
	Moderado	19	70%
	Leve	3	11%
	Total	27	100%

Nota: Se muestra las frecuencias y porcentajes de los niveles de las dimensiones de la variable estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial VII.

**Figura 6***Nivel del estrés académico por dimensiones*

Nota: Se muestra los porcentajes de la tabla 15

### Interpretación

En la tabla 15 se muestra las dimensiones de la variable estrés académico, en la que se observa que en la dimensión estresores, predomina el nivel moderado con un 74% de los estudiantes, seguidamente 22% de los estudiantes se encuentran en el nivel profundo de estresores, finalmente solo el 4% presenta un nivel leve. En la dimensión síntomas, predomina el nivel moderado con un 52% de los estudiantes, además del 44% de estudiantes que presentan un nivel profundo, y solo el 4% tienen un nivel leve de síntomas de estrés académico. Asimismo, en la dimensión estrategias de afrontamiento, 70% de estudiantes tiene un nivel moderado de estrategias de afrontamiento, además el 19% posee un nivel profundo y solo el 11% presenta un nivel leve.

### 4.3 Pruebas estadísticas

#### 4.3.1. Prueba de normalidad

Hipótesis

Ho: Los datos no tienen distribución normal

Ha: Los datos tienen distribución normal

Regla de decisión

Si el valor Sig. <0.05, Se acepta la hipótesis nula

Si el valor Sig.>0.05, Se rechaza la hipótesis nula

#### 4.3.1.1. Prueba de normalidad de la variable estrés académico

**Tabla 16**

*Distribución de normalidad de la variable estrés académico mediante la prueba de Shapiro-Wilk*

Variable	Estadístico	gl.	Sig.
Estrés académico	0,965	27	0,477

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

### **Interpretación**

La tabla 16 de la prueba de determinación de normalidad del estrés académico, se observa que el Sig. es 0,477, siendo  $>0,05$ , de tal manera se rechaza la hipótesis nula. Determinando que los datos indican que tienen una distribución normal. Es por ello que se trabajará con la  $r$  de Pearson.

**Tabla 17**

*Distribución de normalidad de las dimensiones del estrés académico mediante la prueba de Shapiro-Wilk*

Dimensiones	Estadístico	gl	Sig.
Dimensión1_Estresores	0,944	27	0,149
Dimensión2_Síntomas	0,959	27	0,350
Dimensión3_Estrategias de afrontamiento	0,970	27	0,614

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

### **Interpretación**

En la tabla 17 de la prueba de normalidad del estrés académico, se observa que la dimensión estresores tiene Sig. de 0,149, asimismo la dimensión síntomas tiene un Sig. de 0,350 y la dimensión estrategias de afrontamiento tienen un Sig. de 0,614, siendo las tres dimensiones  $>0.05$ , por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Determinando que los datos indican que tienen una distribución normal. Es por ello que se trabajará con la  $r$  de Pearson.



### 4.3.2. Prueba correlacional

**Tabla 18**

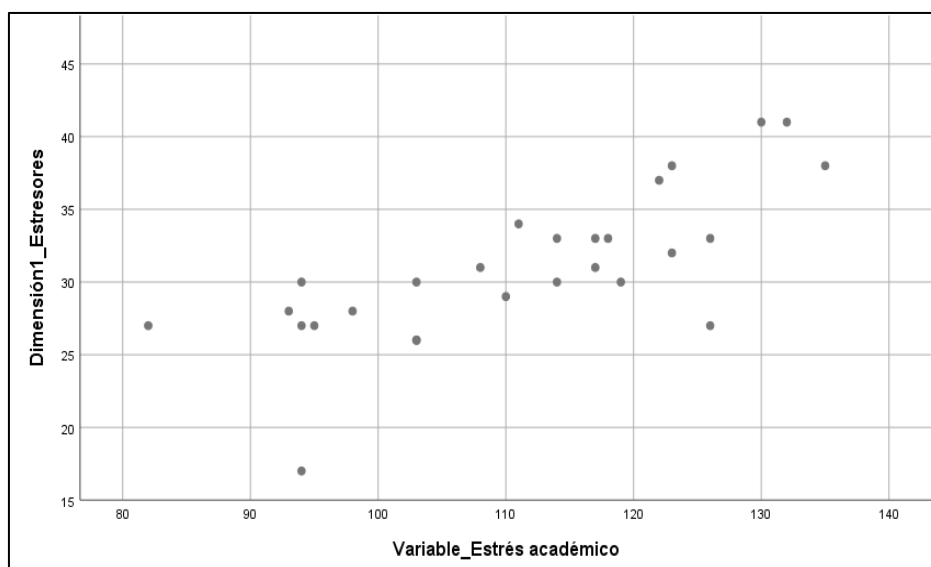
*Coeficiente  $r$  de Pearson entre el total de estrés académico y la dimensión estresores*

	Dimensión1_Estresores	
Variable Estrés académico	Correlación de Pearson	0,747**
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	27

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

**Figura 7**

*Diagrama de dispersión entre el total de estrés académico y la dimensión estresores*



Nota: Cada punto representa un estudiante encuestado, del programa de estudios Educación Inicial VII

### **Interpretación**

La figura 7 indica que las puntuaciones de la variable estrés académico y la dimensión estresores siguen un modelo de asociación ascendente hacia la derecha: a mayor número de estresores, mayor estrés académico. Asimismo, el coeficiente de Pearson  $r=0,747$  indica que la correlación es positiva, y se encuentra en un nivel alto.

**Tabla 19**

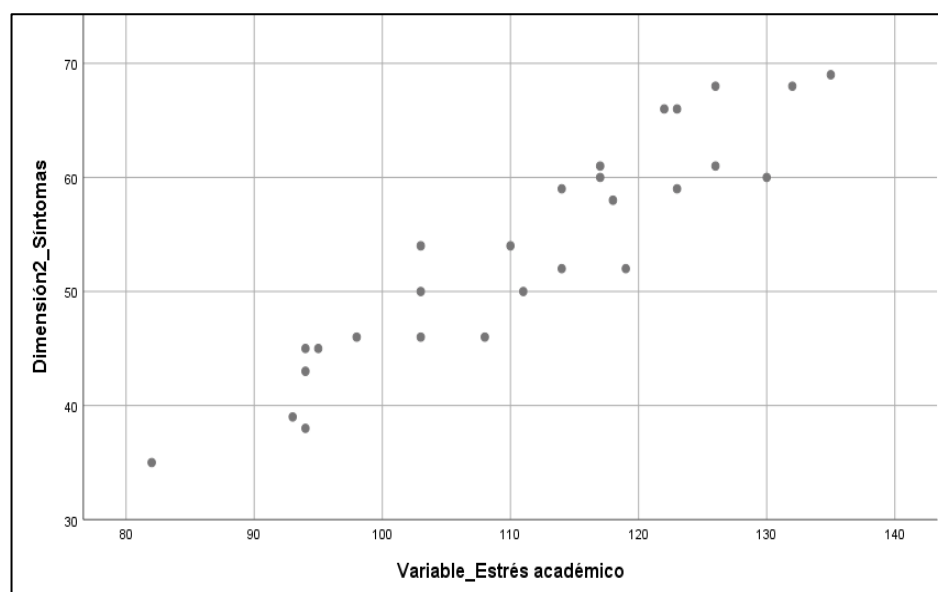
*Coeficiente  $r$  de Pearson entre el total de estrés académico y la dimensión síntomas*

		Dimensión2_Síntomas
Variable	Correlación de Pearson	0,931**
Estrés académico	Sig. (bilateral)	0,000
	N	27

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

**Figura 8**

*Diagrama de dispersión entre el total de estrés académico y la dimensión síntomas*



Nota: Cada punto representa un estudiante encuestado, del programa de estudios Educación Inicial VII

## **Interpretación**

La figura 8 indica que las puntuaciones de la variable estrés académico y la dimensión síntomas, siguen un modelo de asociación ascendente hacia la derecha: a mayores síntomas, mayor estrés académico. Asimismo, el coeficiente de Pearson  $r=0,931$  indica que la correlación es positiva, y se encuentra en un nivel muy alto.

**Tabla 20**

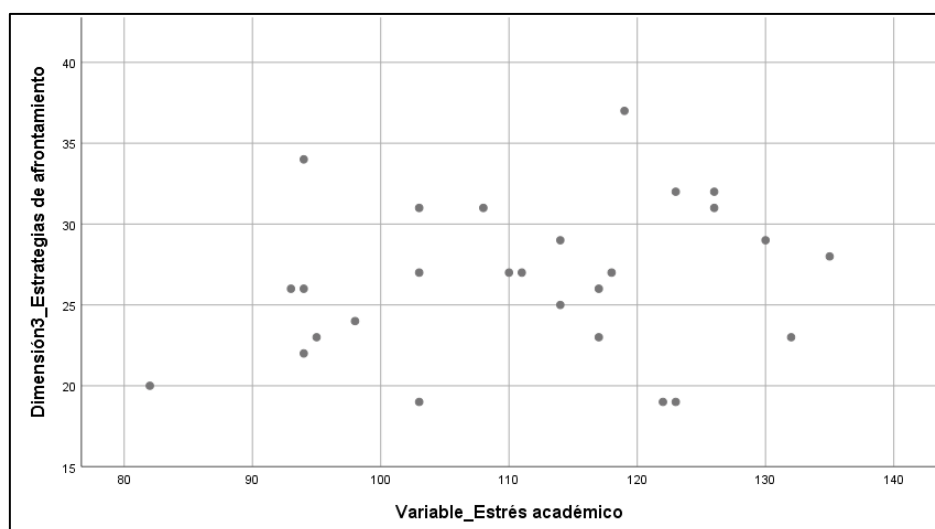
*Coeficiente  $r$  de Pearson entre el total de estrés académico y la dimensión estrategias de afrontamiento*

	Dimensión3_Estrategias de afrontamiento	
Variable	Correlación de Pearson	0,215
Estrés académico	Sig. (bilateral)	0,283
	N	27

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

**Figura 9**

*Diagrama de dispersión entre el total de estrés académico y la dimensión estrategias de afrontamiento*



Nota: Cada punto representa un estudiante encuestado, del programa de estudios Educación Inicial VII

### **Interpretación**

La figura 9, muestra que las puntuaciones de la variable estrés académico y la dimensión estrategias de afrontamiento, muestra un modelo de asociación dispersa: a mayores estrategias de afrontamiento, menor estrés académico. Asimismo, el coeficiente de Pearson  $r=0,215$  indica que poseen una correlación positiva en un nivel bajo.

#### **4.4. Prueba de hipótesis**

##### **4.4.1. Prueba de hipótesis general**

El nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022, es moderado.

##### **a. Hipótesis estadística**

Ho: El nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022, no es moderado

Ha: El nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022, es moderado.

##### **b. Significancia: $\alpha=5\%$**

##### **c. Tipo de prueba estadística**

Se utilizó el estadístico T de student con una muestra (cola a la

derecha).

#### d. Regla de decisión

Si  $t_c > t_t$  se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

Si  $t_c < t_t$  se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

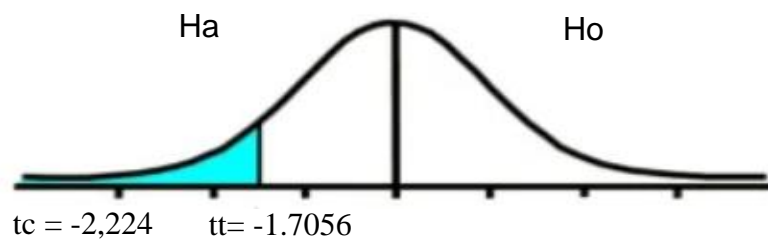
#### e. Diseño de prueba

Grados de libertad

$n-1=$

$27-1=26$

Valor de la T de tabla es -1.7056



#### f. Calcular estadístico

$X =$  Media

$S =$  Desviación estándar

$N =$  Muestra

Tamaño de la muestra

$$T_c = \frac{X - O_x}{S} \sqrt{n}$$



$$T_c = \frac{111 - 117 \times \sqrt{27}}{14}$$

$$T_c = \frac{31.14}{14}$$

$$T_c = -2,224$$

#### **g. Decisión y conclusión**

Como la  $t_c$  obtuvo -2,224 y es menor a la  $t_t$  -1,713 por ende, se decide rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Se concluye que el nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022, es moderado.

#### **4.4.2. Prueba de hipótesis específicas**

##### **4.4.2.1 Prueba de la primera hipótesis específica**

Existe una relación significativa entre la dimensión estresores con el estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

##### **a. Hipótesis estadísticas**

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión estresores con el estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

Ha: Existe relación significativa entre la dimensión estresores con el estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

##### **b. Significancia: $\alpha=5\%$**

**c. Tipo de prueba estadística:**

Se utilizó el estadístico de prueba  $r$  de Pearson y la técnica de su significancia (Sig.).

**d. Regla de decisión**

Si el valor  $\text{Sig.} < 0.05$ , se rechaza la hipótesis nula, se acepta la hipótesis alterna

Si el valor  $\text{Sig.} > 0.05$ , se acepta la hipótesis nula, se rechaza la hipótesis alterna

**e. Aplicación de prueba estadística**

De la tabla 18 se obtuvieron los siguientes resultados:

		Dimensión1_Estresores
Variable Estrés académico	Correlación de Pearson	,747**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	27

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

**f. Decisión y conclusión**

Como el valor de  $\text{Sig.} = 0.000 < 0.05$  se determina aceptar la hipótesis alterna, y se rechaza la hipótesis nula.

Se concluye que, existe una relación significativa entre la dimensión estresores y el estrés académico en las estudiantes del

programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

#### **4.4.2.2. Prueba de la segunda hipótesis específica**

La segunda hipótesis específica se manifiesta de la siguiente manera:

Existe una relación significativa entre la dimensión síntomas con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

##### **a. Hipótesis estadística**

Ho: No existe una relación significativa entre la dimensión síntomas con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

Ha: Existe una relación significativa entre la dimensión síntomas y el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de

Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

**b. Significancia:**  $\alpha=5\%$

**c. Tipo de prueba estadística**

Se utilizó el estadístico de prueba  $r$  de Pearson y la técnica de su significancia (Sig.).

**d. Regla de decisión**

Si el valor Sig. $<0.05$ , se rechaza la hipótesis nula, se acepta la hipótesis alterna

Si el valor Sig. $>0.05$ , se acepta la hipótesis nula, se rechaza la hipótesis alterna

**e. Aplicación de prueba estadística**

De la tabla 19 se obtuvieron los siguientes resultados:

		Dimensión2_Síntomas
Variable	Correlación de Pearson	0,931**
Estrés académico	Sig. (bilateral)	0,000
	N	27

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

**f. Decisión y conclusión**

Como el valor de  $\text{Sig.}=0,000<0.05$  se determina aceptar la hipótesis alterna, y se rechaza la hipótesis nula.

Se concluye que, existe una relación significativa entre la dimensión síntomas con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

**4.4.2.3. Prueba de la tercera hipótesis específica**

La tercera hipótesis específica se manifiesta de la siguiente manera:

Existe una relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

**a. Hipótesis estadística**

$H_0$ : No existe una relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la

Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

Ha: Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

**b. Significancia:**  $\alpha=5\%$

**c. Tipo de prueba estadística**

Se utilizó el estadístico de prueba  $r$  de Pearson y la técnica de su significancia (Sig.).

**d. Regla de decisión**

Si el valor  $\text{Sig.} < 0.05$ , se rechaza la hipótesis nula, se acepta la hipótesis alterna

Si el valor  $\text{Sig.} > 0.05$ , se acepta la hipótesis nula, se rechaza la hipótesis alterna

### e. Aplicación de prueba estadística

De la tabla 20 se obtuvieron los siguientes resultados:

		Dimensión3_Estrategias de afrontamiento
Variable Estrés académico	Correlación de Pearson	0,215
	Sig. (bilateral)	0,283
	N	27

Nota: Cálculo realizado en el programa IBM SPSS Statistics 21

### f. Decisión y conclusión

Como el valor de Sig.= 0,283>0.05 se determina rechazar la hipótesis alterna, y se valida la hipótesis nula.

Se concluye que, no existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

## 4.5. Verificación de hipótesis

### 4.5.1 Verificación de la primera hipótesis específica

Existe relación significativa entre la dimensión estresores y el estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de



Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

En la tabla 18 se presenta el coeficiente de correlación  $r$  de Pearson y el diagrama de dispersión entre las puntuaciones con la dimensión estresores y la variable estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

El coeficiente de correlación  $r$  de Pearson  $r=0,747$  obtenido en el programa SPSS, indica que la dimensión estresores y la variable estrés académico poseen una correlación positiva y se encuentra en nivel alto. En segundo lugar, la figura 7 muestra un modelo de asociación ascendente hacia la derecha, evidenciando que: “A mayor número de estresores, mayor estrés académico”.

De acuerdo a los resultados, la probabilidad  $\text{Sig.}=0,000$  asociada al coeficiente de correlación de Pearson, es menor al límite tolerable 0.05 (5%), por lo que se acepta la primera hipótesis específica, a un nivel de confianza del 95%.

#### **4.5.2 Verificación de la segunda hipótesis específica**

Existe una relación significativa entre la dimensión síntomas y la variable estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

En la tabla 19 se presenta el coeficiente de correlación  $r$  de Pearson y el diagrama de dispersión entre dimensión síntomas y la variable estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

El coeficiente de correlación  $r$  de Pearson  $r=0.931$  obtenido en el programa SPSS, indica que la dimensión síntomas y la variable estrés académico poseen una correlación positiva en un nivel muy alto. En segundo lugar, la figura 8 muestra un modelo de asociación ascendente hacia la derecha, evidenciando que se encuentran correlacionadas, es decir, “A mayores síntomas, mayor estrés académico”.

De acuerdo a los resultados, la probabilidad Sig.=0.000 asociada al coeficiente de correlación de Pearson, es menor al límite tolerable 0.05 (5%), por lo que se acepta la segunda hipótesis específica, a un nivel de confianza del 95%.

#### **4.5.3 Verificación de la tercera hipótesis específica**

Existe una relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

En la tabla 20 se presenta el coeficiente de correlación  $r$  de Pearson y el diagrama de dispersión entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.

El coeficiente de correlación  $r$  de Pearson  $r=0.215$  obtenido en el programa SPSS, indica que la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable estrés académico poseen una

correlación de nivel bajo. En segundo lugar, la figura 9 muestra un modelo de asociación dispersa, evidenciando que existe una correlación baja, es decir, “A menores estrategias de afrontamiento, más estrés académico”.

De acuerdo a los resultados, la probabilidad Sig.=0,283 asociada al coeficiente de correlación de Pearson, es mayor al límite tolerable 0.05 (5%), por lo que se rechaza la tercera hipótesis específica, a un nivel de confianza del 95%.

#### **4.5.4 Verificación de hipótesis general**

El nivel de estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022, es moderado.

En la tabla 8 se muestran los niveles de estrés académico, los resultados indican que las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022, presentan en su mayoría, un nivel moderado.

## CONCLUSIONES

### PRIMERO:

El resultado de los niveles de estrés académico que presentan las estudiantes del programa de estudios de Educación Inicial VII, confirma que el 63%, tienen un nivel de estrés académico moderado, es decir que los estudiantes presentan sintomatología de estrés ante situaciones académicas que para ellos resultan demandantes, asimismo el 37%, se encuentran en el nivel profundo de estrés académico, indicando que tienen síntomas severos de estrés, entre ellos predomina la somnolencia que tiene la media aritmética más alta 4,33; finalmente, ninguno de los estudiantes presenta un nivel de estrés académico leve.

### SEGUNDO:

Asimismo, el resultado de correlación obtenido indica que, existe una correlación positiva y se encuentra en un nivel alto ( $r$  de Pearson  $r=0,747$ ), entre la dimensión estresores y el estrés académico, en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna, 2022, esto demuestra que, a mayor número de estresores, mayor estrés académico, con un nivel de confianza del 95%.

**TERCERO:**

Así también, el resultado de correlación que se obtuvo indica que, existe una relación significativa en un nivel muy alto ( $r$  de Pearson  $r=0.931$ ) entre la dimensión síntomas y la variable estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna, 2022, evidenciando que, si las estudiantes presentan mayores síntomas, mayor estrés académico tienen, con un nivel de confianza del 95%.

**CUARTO:**

Por último, el resultado de correlación que se obtuvo muestra que, poseen una correlación de nivel bajo ( $r$  de Pearson  $r=0.215$ ), entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable estrés académico en los estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna, 2022, concluyendo en que, a menores estrategias de afrontamiento, mayor estrés académico, con un nivel de confianza del 95%.

## RECOMENDACIONES

**PRIMERO:** A la plana jerárquica de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja”, se les recomienda tomar en cuenta los resultados que tuvo la investigación, y adopten las medidas necesarias para evitar que el estrés académico, trascienda de manera negativa en los estudiantes, afectando su bienestar integral.

**SEGUNDO:** A los docentes, se les recomienda que, mediante la observación, analicen los comportamientos, reacciones físicas y psicológicas que presentan los estudiantes, con la finalidad de aplicar las estrategias necesarias, para la reducción del estrés académico.

**TERCERO:** A la jefatura de bienestar estudiantil, se recomienda evaluar permanentemente el nivel de estrés académico en los estudiantes, y tomar medidas oportunas para la orientación a los docentes, también a los estudiantes y de esta manera lograr reducir el estrés académico.

**CUARTO:** A los padres de familia de los estudiantes, se les recomienda que se encuentren atentos a los signos de estrés académico

de sus hijos, para que los orienten a usar estrategias pertinentes, con la finalidad de reducirlo y no repercuta en su rendimiento académico.

**QUINTO:** A los estudiantes, se les recomienda que se mantengan informados de las consecuencias del estrés académico, asimismo, que desarrollen estrategias de afrontamiento y complementen sus actividades académicas con actividades de recreación y relajación personales, para que su salud no se afecte.



## REFERENCIAS

- Acevedo, D. (2021). *Cómo utilizar indicadores del desempeño en las comunicaciones organizacionales*. Venezuela. Obtenido de <https://books.google.com.pe/books?id=mxhEEAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Alcalá, L. (2021). *Perfil de estrés académico en estudiantes de formación docente*. *Revista Digital de Saberes Pedagógicos*, 2.
- Alejos, R. (2017). *Estrés académico en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Privada de San Juan de Lurigancho, 2017*. Tesis, Lima. Recuperado el 24 de 10 de 2021, de <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1839/TRAB.SUF.PROF.%20ROCIO%20ELIZABETH%20ALEJOS%20Y%20ATACO.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R., y Nieves, Z. (2015). *Estrés Académico*. *Edumecentro*. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742015000200013#:~:text=Derivado%20de%20todas%20estas%20definiciones,desarrollar%20en%20el%20%C3%A1mbito%20e%20scolar](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013#:~:text=Derivado%20de%20todas%20estas%20definiciones,desarrollar%20en%20el%20%C3%A1mbito%20e%20scolar)

Álvarez, L., Gallegos, R., y Herrera, P. (2018). *Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. Revista de Ciencias Sociales y Humanas*. Obtenido de [http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1390-86342018000100193](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1390-86342018000100193)

Arias, O., y Vizoso, C. (2016). Causas de estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y educación: presente y futuro*, 2833-2840. Obtenido de [https://acipe.es/wp-content/uploads/2017/12/cipe\\_final\\_capitulos.pdf](https://acipe.es/wp-content/uploads/2017/12/cipe_final_capitulos.pdf)

Arias, F. (2006). *El proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica*. Caracas: Episteme.

Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129. Recuperado el 17 de 10 de 2021, de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028>

Barreros, N., Lalupú, L., y Martínez, G. (2021). *Nivel de estrés y nivel de actividad física en estudiantes universitarios de la escuela profesional de tecnología médica de la Universidad Peruana Cayetano Heredia que reciben educación a distancia*. Tesis, Lima. Obtenido de [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9700/Nivel\\_BarrerosCardenas\\_Nayomi.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9700/Nivel_BarrerosCardenas_Nayomi.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Carrasco, S. (2005). *Metodología de la Investigación Científica*. Lima.
- Cassaretto, M., Vilela, P., y Gamarra, L. (2021). *Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académica*. *Liberabit*, 27.
- Díaz, Á., y Luna, A. (2014). *Metodología de la investigación educativa*. México: Díaz de Santos. Obtenido de <https://www.editdiazdesantos.com/wwwdat/pdf/9788499696980.pdf>
- García, S., y Medina, M. (2022). *Estrés académico en estudiantes de enfermería de VII ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022*. Lima: Universidad María Auxilidora. Obtenido de <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/828/TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gil, J., y Fernández, C. (2021). *El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral*. *Edumecentro*, 16-31. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742021000100016#B3](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100016#B3)
- Gómez, G. (2021). *Métodos y técnicas de investigación utilizados en los estudios sobre comunicación en España*. *Mediterranea*. Obtenido de <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Dialnet->

MetodosYTecnicasDeInvestigacionUtilizadosEnLosEstu-  
7706797%20(2).pdf

Gonzales, M. (2017). *Respuesta al estrés académico en estudiantes universitarios de Asunción entre diciembre del 2015 y marzo del 2016: Una comparación entre carreras. Revista Científica de la UCSA*, 48-58. Obtenido de [http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2409-87522017000300048#aff1](http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2409-87522017000300048#aff1)

Jerez, M., y Oyarzo, C. (2015). *Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Neuro-Psiquiatría*, 149-150. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v53n3/art02.pdf>

Kerlinger, F., y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento*. Mc- Graw Hill. Obtenido de <https://padron.entretemas.com.ve/INICC2018-2/lecturas/u2/kerlinger-investigacion.pdf>

Morlote, N., y Celiseo, R. (2004). *Metodología de la investigación*. México. Obtenido de <http://cotana.informatica.edu.bo/downloads/Metodologia-de-la-investigacion-cuaderno%20de%20trabajo.pdf>

Otero, G., Carriazo, G., Scarleth, T., Lacayo, M., Torres, G., y Pájaro, N. (2020). *Nivel de estrés académico por evaluación oral y escrita en*

*estudiantes de Medicina de una universidad del Departamento de Sucre. CES Medicina, 34(1).*

Pari, E., y Villena, N. (2021). *Estrés académico en estudiantes de obstetricia de la universidad nacional de huancavelica en tiempos de pandemia por covid-19 enero 2021*. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica. Obtenido de <https://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/4158/TESIS-SEG-ESP-OBSTETRICIA-2021-PARI%20QUINCHO%20Y%20VILLENNA%20CCORPA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rodríguez, I., Fonceca, G., y Aramburú, G. (2020). *Estrés académico en alumnos ingresantes a la carrera de odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. International jouro of odontostomacology, 14.*

Salas, E. (2021). *Estrés académico en tiempos de pandemia COVID-19*. Rancagua: Universidad de Chile.

Salazar, A. (2021). *Estrés académico en estudiantes de una universidad pública y privada durante clases virtuales en época de pandemia en Trujillo, 2020*. Trujillo: Universidad privada Antenor Orrego. Obtenido de [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8589/1/REP\\_ADA.SALAZAR\\_ESTR%c3%89S.ACADEMICO.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8589/1/REP_ADA.SALAZAR_ESTR%c3%89S.ACADEMICO.pdf)

- Silva, L., Luna, R., y López, P. (2018). *Estrés académico en estudiantes de Tecnología superior. Revista de ciencias sociales y humanas.*
- Silva, M., López, J., y Meza, M. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y Ciencia, 79, 75-83.*
- Silva, M., López, J., Sánchez, O., y González, P. (2019). *Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Revista Científica de Enfermería, 25 - 39.*
- Tamayo, M. (2003). *El proceso de la Investigación científica.* México: Limusa. Obtenido de [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El\\_proceso\\_de\\_la\\_investigacion\\_cientifica\\_Mario\\_Tamayo.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf)
- Toribio, C., y Franco, S. (2016). *Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del estudiante. Salud y Administración, 11-18.* Obtenido de [http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2\\_Estres\\_acad.pdf](http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf)
- Universidad Nacional Jorge Basadre Ghroman. (2021). *Universidad Nacional Jorge Basadre Ghroman.* (O. d. públicas, Ed.) Obtenido de Universidad Nacional Jorge Basadre Ghroman: <http://www.unjbg.edu.pe/noticia/noticia.php?n=5852&d=1>
- Vargas, G. (2019). *El estrés académico y su correlación con la sintomatología psicológica en estudiantes de la facultad de ciencias*

*administrativas de la Universidad técnica de Cotopaxi*. Abanto:  
Universidad Católica de Ecuador.

Zárate, N., Soto, M., Martínez, E., Castro, M., García, R., y López, N.  
(2018). *Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la  
salud. Revista de la Fundación Educación Médica*, 153-157.  
Obtenido de  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s2014-  
98322018000300007](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s2014-98322018000300007)

## **ANEXOS**



## Anexo N° 1: Instrumento de recolección de datos

### INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

Buen día estimado estudiante, el siguiente cuestionario presenta un conjunto de características de estrés académico, que desea evaluarse, cada una de ellas va seguida de cinco posibles alternativas de respuestas:

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
<b>NUNCA</b>	<b>RARA VEZ</b>	<b>ALGUNAS VECES</b>	<b>CASI SIEMPRE</b>	<b>SIEMPRE</b>

Marque con un aspa (X) la respuesta que usted crea conveniente, solo una respuesta por casilla. Recuerde que no existe respuesta correcta o incorrecta, sea sincero. Se le agradece su participación.

N°	Ítems	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
<b>DIMENSIÓN 1: ESTRESORES</b>						
En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia te estresaron las siguientes situaciones:						
1.	La competencia con los compañeros del aula.					
2.	La sobrecarga de las tareas académicas.					
3.	La personalidad y el carácter que tienen los docentes.					
4.	Las evaluaciones que proponen los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					
5.	Problemas con el horario de clases					
6.	El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).					
7.	No entender los temas que se abordan en la clase.					
8.	La participación durante la clase (responder a					

	preguntas, exposiciones, etc.).					
9.	Poco tiempo para realizar el trabajo.					
<b>DIMENSIÓN 2: SÍNTOMAS (REACCIONES)</b>						
En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas expuesto a situaciones estresantes.						
<b>A. SÍNTOMAS O REACCIONES FÍSICAS</b>						
10.	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
11.	Fatiga crónica (cansancio permanente).					
12.	Dolores de cabeza o migrañas.					
13.	Problemas en la digestión, dolor abdominal o diarrea.					
14.	Picazón, morderse las uñas, frotarse, etc.					
15.	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
<b>B. SÍNTOMAS O REACCIONES PSICOLÓGICAS</b>						
16.	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
17.	Sentimientos de depresión y tristeza (estar decaído).					
18.	Ansiedad, angustia o desesperación.					
19.	Problemas de concentración.					
20.	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.					
<b>C. SÍNTOMAS O REACCIONES COMPORTAMENTALES</b>						
21.	Conflictos o tendencia a discutir.					
22.	Aislamiento de los demás (problemas de socialización).					
23.	Desgano para realizar las tareas académicas.					
24.	Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
<b>DIMENSIÓN 3: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b>						
En el siguiente cuadro señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar las situaciones que te generan estrés:						

<b>25.</b>	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
<b>26.</b>	Elaboración de un plan de organización y ejecución de sus tareas.					
<b>27.</b>	Concentrarse en resolver la situación que generan preocupación.					
<b>28.</b>	Elogios a sí mismo (automotivación).					
<b>29.</b>	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
<b>30.</b>	Búsqueda de información sobre la situación estresante.					
<b>31.</b>	Tratar de obtener lo positivo de la situación que causa preocupación.					
<b>32.</b>	Ventilación y confidencias (comentar con los demás la situación que le preocupa).					

**Muchas gracias por su participación**

## Anexo N° 2: Validación del instrumento

### VALIDACIÓN DE FICHA DE EXPERTOS

#### I. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y Nombres del Informante: García Nina, Zulema Nelly
- 1.2. Cargo e Institución donde labora: Docente Formadora; E.E.S.P.P. "José Jiménez Borja"
- 1.3. Nombre del Instrumento motivo de evaluación: INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO
- 1.4. Autores (as) del Instrumento: Arturo Barraza Macías / Adaptado por: Rocio Alejos Yataco
- 1.5. Estudiante investigador: Alexandra Maryori Gomez Quispe  
Emily Mariely Lanchipa Vildoso

#### II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	NULO 0.0	DEFICIENTE 0.5	REGULAR 1.0	BUENA 1.5	EXCELENTE 2.0	TOTAL
1. Claridad	Es formulado con lenguaje apropiado.					X	2
2. Objetividad	Está expresado en conductas observables.					X	2
3. Actualidad	Está acorde a los cambios de la tecnología educativa					X	2
4. Organización	Tiene una organización lógica.					X	2
5. Suficiencia	Comprende los aspectos en cantidad y calidad					X	2
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar el aprendizaje de capacidades y conocimientos					X	2
7. Consistencia	Basado en aspectos teóricos de la evaluación					X	2
8. Coherencia	Entre indicadores y dimensiones					X	2
9. Metodología	El instrumento responde al propósito del diagnóstico					X	2
10. Técnica	Validez, confiabilidad y sensibilidad					X	2
TOTAL						20	20

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN: .....

100 %

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

.....  
.....

Tacna 19 de noviembre del 2021

.....  
Firma del Experto Informante.

Centro de Trabajo: ... E.E.S.P.P "José Jiménez Borja"

.....

Teléfono N°952623300 [E-mailnellygn201@gmail.com](mailto:E-mailnellygn201@gmail.com)

## VALIDACIÓN DE FICHA DE EXPERTOS

### I. DATOS GENERALES:

- 1.6. Apellidos y Nombres del Informante: Quipe Jiménez, Ghina Carolina
- 1.7. Cargo e Institución donde labora: Docente Formadora; E.E.S.P.P. "José Jiménez Borja" Tacna
- 1.8. Nombre del Instrumento motivo de evaluación: INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO
- 1.9. Autores (as) del Instrumento: Arturo Barraza Macías / Adaptado por: Rocio Alejos Yataco
- 1.10. Estudiante investigador: Alexandra Maryori Gomez Quispe  
Emily Mariely Lanchipa Vildoso

### II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

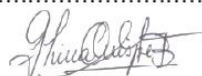
INDICADORES	CRITERIOS	NULO 0.0	DEFICIENTE 0.5	REGULAR 1.0	BUENA 1.5	EXCELENTE 2.0	TOTAL
1. Claridad	Es formulado con lenguaje apropiado.					X	2
2. Objetividad	Está expresado en conductas observables.					X	2
3. Actualidad	Está acorde a los cambios de la tecnología educativa					X	2
4. Organización	Tiene una organización lógica.					X	2
5. Suficiencia	Comprende los aspectos en cantidad y calidad					X	2
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar el aprendizaje de capacidades y conocimientos					X	2
7. Consistencia	Basado en aspectos teóricos de la evaluación					X	2
8. Coherencia	Entre indicadores y dimensiones					X	2
9. Metodología	El instrumento responde al propósito del diagnóstico					X	2
10. Técnica	Validez, confiabilidad y sensibilidad					X	2
<b>TOTAL</b>						<b>20</b>	<b>20</b>

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN: .....

100 %
-------

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

.....  
 Tacna 19 de noviembre del 2021



Firma del Experto Informante.

Centro de Trabajo: E.E.S.P.P "José Jiménez Borja"  
 Teléfono N° 952643786 E-mail: [gquispe@eesppijbtacna.edu.pe](mailto:gquispe@eesppijbtacna.edu.pe)

## VALIDACIÓN DE FICHA DE EXPERTOS

### I. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y Nombres del Informante: Vildoso Zeballos, Marlene Milagros
- 1.2. Cargo e Institución donde labora: Docente en la institución educativa Innova School
- 1.3. Nombre del Instrumento motivo de evaluación: INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO
- 1.4. Autores (as) del Instrumento: Arturo Barraza Macías / Adaptado por: Rocio Alejos Yataco
- 1.5. Estudiante investigador: Alexandra Maryori Gomez Quispe  
Emily Mariely Lanchipa Vildoso

### II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	NULO 0.0	DEFICIENTE 0.5	REGULAR 1.0	BUENA 1.5	EXCELENTE 2.0	TOTAL
1. Claridad	Es formulado con lenguaje apropiado.					X	2
2. Objetividad	Está expresado en conductas observables.					X	2
3. Actualidad	Está acorde a los cambios de la tecnología educativa					X	2
4. Organización	Tiene una organización lógica.					X	2
5. Suficiencia	Comprende los aspectos en cantidad y calidad					X	2
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar el aprendizaje de capacidades y conocimientos					X	2
7. Consistencia	Basado en aspectos teóricos de la evaluación					X	2
8. Coherencia	Entre indicadores y dimensiones					X	2
9. Metodología	El instrumento responde al propósito del diagnóstico					X	2
10. Técnica	Validez, confiabilidad y sensibilidad					X	2
TOTAL						20	20

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN: .....

100 %

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

.....  
.....

Tacna 26 de noviembre del 2021

.....  
Firma del Experto Informante.

Centro de Trabajo: Innova School Tacna

Teléfono N°950346388 E-mail: [marlene.vildoso@innovaschools.edu.pe](mailto:marlene.vildoso@innovaschools.edu.pe)

**ANEXO N° 3: Matriz de consistencia**

**Título:** Estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGÍA
<p><b>GENERAL</b> ¿Cuál es el nivel de estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022?</p>	<p><b>GENERAL</b> Determinar el nivel de estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.</p>	<p><b>GENERAL</b> El nivel de estrés académico en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022, es moderado.</p>	<p><b>Variable</b> Estrés Académico</p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresores</li> <li>• Síntomas (reacciones)</li> <li>• Estrategias de afrontamientos</li> </ul>	<p><b>Tipo de Investigación:</b> No Experimental</p> <p><b>Diseño de Investigación:</b> Descriptivo</p> <p><b>Población:</b> 82 estudiantes</p> <p><b>Muestra:</b> 27 estudiantes del VII ciclo del programa de estudio de Educación Inicial de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja”</p> <p><b>Técnica e Instrumento</b> La encuesta Cuestionario</p>
<p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b> ¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022?  ¿Cuál es la relación entre la dimensión síntomas con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022?  ¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior</p>	<p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> Determinar la relación entre la dimensión estresores con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.  Determinar la relación entre la dimensión síntomas con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.  Determinar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés</p>	<p><b>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS</b> Existe una relación significativa entre la dimensión estresores con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.  Existe una relación significativa entre la dimensión síntomas con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna en el año 2022.</p>		

Pedagógica Pública "José Jiménez Borja" de Tacna en el año 2022?	académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Jiménez Borja" de Tacna en el año 2022.	Existe una relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con el estrés académico, en las estudiantes del programa de estudio de Educación Inicial del VII ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Jiménez Borja" de Tacna en el año 2022.		
--	---	---	--	--



Anexo N° 4: Base de datos

ESTRÉS ACADÉMICO																																					
ESTUDIANTES	DIMENSIÓN 1: ESTRESORES									DIMENSIÓN 2: SÍNTOMAS												DIMENSIÓN 3: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO												D1	D2	D3	VARIABLE 2
	P-1	P-2	P-3	P-4	P-5	P-6	P-7	P-8	P-9	P-10	P-11	P-12	P-13	P-14	P-15	P-16	P-17	P-18	P-19	P-20	P-21	P-22	P-23	P-24	P-25	P-26	P-27	P-28	P-29	P-30	P-31	P-32					
1	3	3	2	4	2	2	4	4	3	3	1	4	1	3	4	4	4	3	4	2	2	4	4	2	3	3	4	2	1	3	3	4	27	45	23	95	
2	3	5	3	5	2	5	2	3	3	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	2	2	3	5	1	2	5	5	2	2	5	2	3	31	60	26	117	
3	2	4	2	4	1	3	3	4	4	1	4	3	1	3	4	3	2	3	2	1	1	2	3	2	3	4	3	2	2	1	3	2	27	35	20	82	
4	4	5	3	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	3	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	32	59	32	123	
5	3	4	3	2	2	2	4	3	3	4	4	4	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	4	5	4	3	4	4	4	4	3	26	46	31	103	
6	1	5	3	3	3	4	2	1	5	4	5	4	1	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	3	1	5	5	27	68	31	126	
7	2	5	3	5	2	3	4	4	5	4	4	3	2	4	5	4	5	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	2	4	3	33	58	27	118	
8	3	5	4	5	2	4	5	2	4	4	4	5	3	2	4	4	5	3	3	2	2	3	2	4	4	4	3	3	2	3	4	4	34	50	27	111	
9	3	5	3	4	2	3	2	3	5	4	4	3	3	4	4	2	5	5	4	2	3	3	2	4	4	5	5	4	5	5	4	5	30	52	37	119	
10	5	5	5	5	2	4	4	3	4	5	5	4	2	3	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	3	4	3	3	1	2	2	1	37	66	19	122	
11	2	4	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	38	66	19	123	
12	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	3	4	1	3	4	4	28	39	26	93	
13	4	5	4	5	4	5	3	4	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	3	4	5	5	3	4	3	3	3	3	4	38	69	28	135	
14	3	5	3	4	5	3	4	4	2	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	3	3	4	3	5	4	3	4	4	5	3	5	4	33	61	32	126	
15	2	4	3	3	4	3	2	2	3	4	4	5	2	4	5	5	4	5	4	2	1	1	3	1	4	2	4	4	2	4	4	3	26	50	27	103	
16	5	5	2	2	3	4	2	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	29	54	27	110	
17	3	5	3	3	4	3	5	2	5	2	5	5	1	3	5	5	4	3	5	4	1	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	33	52	29	114	
18	2	4	3	3	1	2	3	4	5	4	4	4	1	1	4	3	3	4	3	1	2	2	4	5	4	1	4	3	1	3	4	2	27	45	22	94	
19	2	5	4	5	3	3	3	2	3	3	5	4	5	5	3	4	4	5	5	3	2	4	4	3	4	2	4	3	2	4	3	3	30	59	25	114	
20	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	3	4	5	4	5	5	4	4	3	4	4	3	5	4	4	4	2	3	3	4	41	60	29	130	
21	5	5	4	2	4	3	2	1	5	3	1	3	5	1	4	5	5	3	1	1	3	4	3	4	5	4	3	4	5	1	4	5	31	46	31	108	
22	3	4	4	4	4	3	3	3	2	4	5	4	5	5	5	4	3	3	4	2	1	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	1	30	54	19	103	
23	5	5	3	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	3	5	4	5	3	4	3	2	1	3	2	41	68	23	132	
24	3	3	2	2	1	2	2	1	1	4	3	3	4	1	3	4	3	3	3	2	2	2	2	4	5	4	5	5	3	4	5	3	17	43	34	94	
25	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	28	46	24	98		
26	3	5	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	5	5	4	5	5	5	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	2	33	61	23	117	
27	3	5	4	5	3	3	2	1	4	4	3	3	1	2	3	3	1	1	3	1	2	1	5	5	5	3	4	3	3	4	3	1	30	38	26	94	