



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Tesis

Estrés y rendimiento académico de estudiantes del nivel secundario de la
institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Cabrera Rojas, Alexandra Katherine


Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-1654-1542>

Asesor: Dr. Reyes Callahuacho, David Tito

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7424-9261>

Lima – Perú

2024

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSION: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, CABRERA ROJAS, ALEXANDRA KATHERINE egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud y Escuela Académica Profesional de Psicología de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico “Estrés y rendimiento académico de estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023” Asesorado por el docente: David Tito Reyes Callahuacho DNI 08130324 ORCID <https://orcid.org/0000-0001-7424-9261>. tiene un índice de similitud de 18 % con código verificable oid:14912:389138312 en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el Turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1

ALEXANDRA KATHERINE CABRERA ROJAS

DNI: 48474097



.....
 Firma

Nombres y apellidos del Asesor

DAVID TITO REYES CALLAHUACHO

DNI: 08130324

Lima, 20 de abril del 2024

Es obligatorio utilizar adecuadamente los filtros y exclusión del turnitin: excluir las citas, la bibliografía y las fuentes que tengan menos de 1% de palabras. EN caso se utilice cualquier otro ajuste o filtros, debe ser debidamente justificado en el siguiente recuadro.

Se tomaron en cuenta otros filtros como:

- Texto correspondiente a portada, índice y títulos de primer nivel pues corresponden al formato propio de la Escuela para presentación de las tesis.
- Palabras de uso común como constructos psicológicos, nombres de instrumentos de medición y nombres de tipo, nivel, diseño y estadísticos, pues son elementos obligatorios a indicar para todas las tesis.

Dedicatoria

A mis padres y hermanos por su apoyo constante.

Agradecimiento

A los docentes de la universidad por su entrega en mi formación profesional.

INDICE

Índice de tablas	7
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	12
1.1. Planteamiento del problema	12
1.2. Formulación del problema	13
1.2.1. Problema general	13
1.2.2. Problemas específicos	13
1.3. Objetivos de investigación	14
1.3.2. Objetivo específico	14
1.4. Justificación de la investigación.....	14
1.4.1. Teórica.....	14
1.4.2. Metodología	15
1.4.3. Práctica.....	15
1.5. Delimitaciones de la investigación.....	16
1.5.1. Temporal	16
1.5.2. Espacial.....	16
1.5.3. Recursos.....	16
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	17
2.1. Antecedentes	17
2.2. Bases teóricas	20
2.3. Formulación de hipótesis	26

2.3.1. Hipótesis general.....	26
2.3.2. Hipótesis específica	26
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	27
3.1. Método de la investigación	27
3.2. Enfoque de la investigación	27
3.5. Población, muestra y muestreo.....	28
3.6. Variables y operacionalización.....	31
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	32
3.7.1. Técnica.....	32
3.7.2. Descripción de instrumentos.....	32
3.7.3. Validación	33
3.7.4. Confiabilidad.....	34
3.8. Plan de procesamientos y análisis de datos.....	34
3.9. Aspectos éticos.....	34
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	36
4.1. Análisis descriptivo	36
4.2. Comprobación de hipótesis	37
4.3. Discusión.....	41
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	44
5.1. Conclusiones	44
5.2. Recomendaciones.....	45
REFERENCIAS	46
ANEXOS	53

Índice de tablas

	Página	
Tabla 1	Población de estudio	27
Tabla 2	Muestra de estudio	28
Tabla 3	Operacionalización de variables	29
Tabla 4	Baremo del inventario de estrés académico	31
Tabla 5	Descripción de la muestra por edad, sexo y grado	34
Tabla 6	Niveles de estrés académico	35
Tabla 7	Niveles de rendimiento académico	35
Tabla 8	Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov	36
Tabla 9	Correlación entre estrés y rendimiento académico	37
Tabla 10	Correlación entre percepción de estresores y rendimiento académico	37
Tabla 11	Correlación entre síntomas de estrés y rendimiento académico	38
Tabla 12	Correlación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico	39

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación existente entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas. La metodología utilizada fue de enfoque cuantitativo, de tipo básica, nivel descriptivo – correlacional y diseño no experimental y transversal. La muestra estuvo constituida por 281 estudiantes de ambos sexos del 4º y 5º del nivel secundario que estudian en la institución Alborada Francesa, a quienes se les aplicó el Inventario SISCO SV-21, mientras que la medición del rendimiento académico se realizó con las calificaciones de los docentes en las áreas de comunicación y matemática. Los resultados de la investigación mostraron que existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.547$; $p=0.00<0.05$) y con tamaño del efecto moderado ($r^2=0.30$) entre estrés y rendimiento académico. Es decir, a mayor estrés académico menor rendimiento académico.

Palabras clave: Estrés académico, rendimiento académico, estudiantes de secundaria.

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the relationship between stress and academic performance in secondary school students at the La Alborada Francesa educational institution, Comas. The methodology used was a quantitative approach, basic, descriptive-correlational level and non-experimental and cross-sectional design. The sample was made up of 281 students of both sexes from the 4th and 5th grades of secondary school who study at the Alborada Francesa institution, to whom the SISCO SV-21 Inventory was applied, while the measurement of academic performance was carried out with the grades of teachers in the areas of communication and mathematics. The results of the research showed that there is an inverse and significant correlation ($\rho=-0.547$; $p=0.00<0.05$) and with a moderate effect size ($r^2=0.30$) between stress and academic performance. That is, the greater the academic stress, the lower the academic performance.

Keywords: Academic stress, academic performance, high school students.

INTRODUCCIÓN

La investigación se centrará en comprender de qué manera el nivel de estrés que experimentan los estudiantes de secundaria se relaciona con su rendimiento académico en distintos contextos de aprendizaje. La identificación de estos factores contribuirá a una comprensión más exhaustiva que enfrentan los alumnos en entornos educativos específicos, permitiendo así el diseño de estrategias y medidas adecuadas para mejorar la calidad educativa en estas áreas. La problemática se fundamenta en la necesidad de comprender los posibles desafíos que podrían surgir en el futuro próximo para los estudiantes de estas categorías en zonas periféricas, como es el caso del distrito de Comas.

El rendimiento académico es crucial en la vida educativa de los estudiantes, ya que su importancia se extiende a diversas áreas. En primer lugar, influye directamente en el acceso a oportunidades educativas y profesionales, siendo requisito para ingresar a programas de pregrado, postgrado y competir en el mercado laboral. Además, el rendimiento académico contribuye al desarrollo profesional, abriendo puertas a empleos mejor remunerados y oportunidades de crecimiento. Este éxito también impacta en la autoestima y confianza de los estudiantes, fortaleciendo su percepción positiva de habilidades y competencias. A nivel académico, denota la obtención de conocimientos y el progreso en el desarrollo de habilidades esenciales. Asimismo, facilita el acceso a oportunidades de investigación, participación en proyectos y actividades extracurriculares.

El rendimiento académico, en su esencia, se manifiesta como el fruto visible del compromiso y la dedicación de un estudiante hacia sus estudios y está expuesto a la influencia de diversas variables que la favorecen o desfavorecen. Siendo una de estas el estrés académico, por lo resulta relevante su estudio.

La investigación estuvo conformada por cinco capítulos, considerando el capítulo I la descripción y planteamiento del problema; el capítulo II, que abarca el marco teórico; el capítulo III, donde se encontrará la metodología de estudio; el capítulo IV en la que se muestran los resultados; en el capítulo V, se presentan la discusión, conclusiones y recomendaciones del estudio; y finalmente, se incorporan las referencias y anexos.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Una educación calidad es de vital importancia para el desarrollo integral de los niños y adolescentes y a su vez de la sociedad, debido al poder transformador que posee (Miranda, 2023); no obstante, actualmente viene sufriendo una serie crisis, no solo por los cambios del actual siglo, sino por los cambios que se suscitan a nivel de currículo, siendo los estudiantes uno de los más afectados, sobre todo por el desfase educativo surgido a partir de la pandemia (Care-Perú, 2023).

Países en diversas partes del mundo tiene problemas para que los estudiantes aprendan, como por ejemplo en Kenya, Tanzania y Uganda tres de cada cuatro niños no entiende lo que lee y no pueden restar números de dos dígitos; dificultad que arrastran hasta 5° grado porque después de ese grado la mitad aun no puede hacerlo (Banco Mundial, 2019). En América Latina, la Prueba Pisa 2022 ha expuesto que los estudiantes del nivel secundario se hallan por debajo de la media global, siendo Chile, México y Brasil, quienes mejores resultados obtuvieron; el Perú ocupó el puesto 59 de 63 países participantes (OCDE, 2023).

En el Perú, por años se ha realizado una evaluación censal de la cual no se han tenido resultados alentadores. Las últimas cifras vienen de una evaluación muestral realizada en el 2022, en el cual se informa que los estudiantes de 2° de secundaria, solo el 19.1% entiende lo que lee y el 12.7% puede resolver problemas matemáticos (Ministerio de Educación, 2023). Otros estudios han concluido que esto se ha acrecentado por el efecto de la pandemia y pese a que se han generado estrategias para mitigarla, se hallado que en ella incide factores

relacionados al bienestar psicológico y socioemocional (Vera, 2022), siendo estrés académico uno de sus principales condicionantes (Calixto et al., 2023)

El estrés académico es un estado psicológico donde el estudiante percibe su entorno de manera negativa porque el proceso formativo le resulta angustiante debido al poco control que cree tener sobre ella (Zárate et al., 2017), produciéndose cuadros desadaptativos ansiosos, conductuales y emocionales que afectan diversas esferas del funcionamiento individual del estudiante (Maturana & Vargas, 2015). La prevalencia del estrés académico ha sido expuesto por Linares (2021) cuando indica que en Lima, esta se halla hasta en un 36.7% en nivel alto, siendo los principales estresores la competencia, la sobrecarga de trabajo académico, las características personales del docente, la situación de examen (Torres & Ayala, 2022); mientras que las principales respuestas serían angustia, inquietud, frustración (Siari & Armenta, 2022)

Esto hallazgos conllevan a investigar la relación entre estrés académico y rendimiento académico, pues es probable, que los estudiantes tienen dificultades en el aula porque no han logrado desarrollar capacidades suficientes para afrontar el estrés en entornos educativos, cabe decir que distorsiones de carácter cognitivo a cerca de su eficacia escolar puede estar relacionada al grado en el que el estudiante se esfuerza para alcanzar buen rendimiento escolar.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre el estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023?

- ¿Cuál es la relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023?
- ¿Cuál es la relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023?

1.3. Objetivos de investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.

1.3.2. Objetivo específico

- Determinar la relación entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.
- Determinar la relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.
- Determinar la relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

La elección de investigar la relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de secundaria se fundamenta teóricamente en la necesidad de comprender los

factores psicosociales que impactan el proceso educativo. Desde una perspectiva teórica, existen evidencias de que el estrés académico puede afectar negativamente el enfoque, la retentiva y la aptitud para adquirir conocimientos influyendo directamente en el rendimiento académico. Esta investigación se apoya en teorías psicológicas que relacionan el estrés con el funcionamiento cognitivo, proporcionando un marco conceptual sólido para explorar cómo estas variables interactúan en el contexto específico de estudiantes de secundaria.

1.4.2. Metodología

La selección exclusiva de un enfoque cuantitativo en la metodología se respalda en la necesidad de obtener datos numéricos objetivos para evaluar y medir de manera cuantitativa la relación entre el estrés y el rendimiento educativo en estudiantes de secundaria. La aplicación de encuestas estructuradas permitirá la recopilación de información cuantificable y la identificación de patrones estadísticos significativos. Este enfoque cuantitativo se considera apropiado para examinar de manera sistemática y generalizable la magnitud de la relación entre las variables, ofreciendo resultados que puedan ser aplicados a poblaciones más amplias y respaldando la formulación de conclusiones basadas en evidencia numérica. La rigurosidad y objetividad inherentes a los métodos cuantitativos garantizarán una evaluación precisa y cuantificable del impacto del estrés en el rendimiento académico en distintos contextos educativos.

1.4.3. Práctica

En un enfoque práctico, la investigación buscará abordar una problemática real y pertinente en el sistema educativo contemporáneo. Entender cómo el estrés académico afecta el rendimiento académico de estudiantes en diferentes niveles de la secundaria es esencial para desarrollar estrategias prácticas y eficaces de apoyo. La aplicación de los hallazgos podría orientar a educadores, padres y expertos en psicología en la implementación de intervenciones

personalizadas para mitigar el impacto del estrés en el rendimiento estudiantil, contribuyendo así al bienestar y éxito educativo de los estudiantes.

1.5. Delimitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

La investigación se desarrollará en el año 2024 pero los datos son del 2023.

1.5.2. Espacial

La investigación se desarrollará en institución educativa La Alborada Francesa, distrito de Comas, Lima Metropolitana.

1.5.3. Recursos

Durante la etapa de investigación, se dispone de recursos humanos como asesor y sujetos que participarán como muestra; también recursos logísticos, textos especializados y acceso a principales bases de datos en la web.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Muñoz (2022) tuvo como objetivo analizar el nivel de estrés y el rendimiento académico que poseen los estudiantes de subnivel medio y superior y de una Unidad Educativa de Ecuador. El enfoque empleado se basó en un método cuantitativo de nivel descriptivo, la población consistió en 172 estudiantes, se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento el cuestionario. En los hallazgos, se manifestó un elevado grado de estrés académico en la dimensión agotamiento (43.6%), seguido de eficacia académica 37.2% y despersonalización (26.7%); también que, en promedio, el 55.8% de los estudiantes están próximos a alcanzar el aprendizaje esperado. Asimismo, se comprobó que el estrés académico y rendimiento académico se hallan relacionados, siendo la dimensión agotamiento la que ofrece mayor incidencia.

Lasluisa (2020) indagó la relación existente entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de una Unidad Educativa Particular de Ecuador. La perspectiva investigativa adoptada fue de naturaleza cuantitativa y descriptiva, de tipo transversal. El grupo de estudio estuvo conformado por 154 alumnos, utilizando la técnica de encuestas y empleando el cuestionario como herramienta de recolección de datos. Los resultados obtenidos evidencian la existencia de niveles moderados de estrés académico (94.2%). En el examen correlacional, se identificó una correlación significativamente baja ($\rho = -0.135$), señalando que el estrés académico funciona débilmente como un indicador anticipado del desempeño educativo.

Ruiz (2023) lleva a cabo su estudio para determinar la relación existente entre estrés académico, funciones ejecutivas y rendimiento académico en estudiantes adolescentes de Ecuador. El estudio fue correlacional y diseño no experimental, utilizándose como muestra a 185 adolescentes. Los resultados evidenciaron que existe correlación significativa entre estrés académico y control inhibitorio ($\rho=-0.526$), además de rendimiento académico ($\rho=-0.224$).

Gaibor y Bonilla (2022) plantearon su estudio para comprobar que existe relación entre estrés académico y autoestima en estudiantes ecuatorianos. La investigación fue cuantitativa, nivel correlacional y diseño no experimental, utilizando como muestra a 135 estudiantes de ambos sexos y entre 17 y 19 años de edad. Los resultados mostraron que el 59.3% de estudiantes presentaron nivel severo de estrés académico y el 48.9% nivel de autoestima elevada; determinándose que no existe relación entre estas variables ($\rho=-0.027$; $p>0.05$).

Indacohea y Pérez (2019) realizó su estudio con el objetivo de demostrar que el estrés académico incide el rendimiento académico de los estudiantes de los últimos grados de educación básica de Ambato. El estudio fue de enfoque mixto, pues se aplicaron metodologías cuantitativas y cualitativas para su desarrollo, siendo la muestra establecida con 119 estudiantes y 10 docentes. Los resultados mostraron que estrés académico incide en el rendimiento académico, explicándose a su vez que los estresores mas significativos son los exámenes, sobrecarga de tareas, presión de padres y docentes. A su vez que el bajo rendimiento académico se presenta por alta prevalencia de cansancio emocional y falta de hábitos de estudio.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Contreras y Ramírez (2023) indagaron la relación entre depresión y rendimiento académico en estudiantes de secundaria. Se empleó un enfoque cuantitativo y descriptivo de tipo transversal en la metodología, con una muestra compuesta por 214 estudiantes pertenecientes a una institución educativa limeña. Los resultados obtenidos indicaron que el 51,9 % de los estudiantes presentaron niveles de depresión catalogados como leves, mientras

que el 25,2 % experimentó una categoría que oscila de moderada a severa, y un 22,9 % no mostró signos de depresión. En cuanto al desempeño educativo, un 2,4 % alcanzó un desempeño destacado, el 20 % logró un rendimiento aceptable, y la mayoría se encontró en la categoría catalogada como en desarrollo. Se identificó una correlación positiva de magnitud alta y significativa ($\rho=0.837$) entre depresión y rendimiento académico específicamente en lo referente a síntomas afectivos, fisiológicos y psicológicos.

Huamán y Sandoval (2020) indagaron la relación del estrés con el rendimiento escolar de los estudiantes del Nivel de Educación Secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría Nro. 20 del Cusco - 2019. Se adoptó una perspectiva cuantitativa de carácter básico, con un diseño descriptivo correlacional. La población de estudio consistió en 577 estudiantes, y se emplearon las técnicas de encuesta y cuestionario. Los resultados revelan una asociación inversa entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivel secundario ($\chi^2 = 133,992$, $p<0.05$). Concluyéndose que el estrés, manifestado en agotamiento físico, ansiedad y conflictos, impacta negativamente en el desempeño, especialmente en Matemáticas y Comunicación.

Rodríguez y Suarez (2021) indagaron sobre la influencia del estrés sobre el rendimiento académico en adolescentes de una Institución de Trujillo. Se aplicó una metodología de enfoque cuantitativo, con una población conformada por 65 estudiantes, cuyas edades oscilan entre los 14 y 17 años, pertenecientes a los grados de tercero, cuarto y quinto año de secundaria. Los resultados indican que el nivel predominante de estrés académico es elevado, abarcando el 65%, seguido por el nivel intermedio con un 39%. En cuanto al rendimiento académico, la categoría promedio sobresaliente fue regular, con un 37%, seguido por el nivel deficiente con un 34%. Se establece una correlación negativa moderada ($\rho = -0,443$) entre las variables estudiadas, lo que implica que a medida que aumenta el nivel de estrés, los adolescentes exhiben un rendimiento académico inferior en las áreas de comunicación y matemáticas.

Torres y Ayala (2022) realizaron su estudio con el objetivo de determinar si el estrés académico se relaciona con la calidad de vida de los estudiantes de un residentado escolar peruano. Se trató de un estudio cuantitativo, nivel descriptivo correlacional y diseño no experimental transversal, siendo la muestra 270 estudiantes del nivel secundario. Los resultados mostraron que existe correlación moderada y significativa entre las variables en estudio, hallándose mayor impacto en la dimensión bienestar físico de calidad de vida.

Tacca et al. (2022) realizaron su investigación con el fin de conocer la relación entre estrés, afrontamiento y rendimiento académico en adolescentes del Perú. El estudio fue de tipo correlacional y realizado con una muestra conformada de 178 estudiantes de los últimos grados de educación secundaria. Los resultados mostraron correlación inversa y significativa entre las variables en estudio ($\rho=-0.34$), hallándose la misma tendencia para las dimensiones estresores ($\rho=-0.25$), síntomas ($\rho=-0.29$), y estrategias de afrontamiento ($\rho=-0.23$).

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Estrés académico

Definición

El estrés es una respuesta compleja tanto a nivel fisiológico como psicológico que experimenta un individuo frente a situaciones percibidas como amenazantes, desafiantes o desbordantes en relación con sus recursos y habilidades para hacerles frente (Valiente et al., 2020). Este fenómeno involucra una interacción entre el organismo y su entorno, desencadenando una serie de reacciones físicas, mentales y emocionales que pueden llegar a exhibirse a través de ansiedad, irritabilidad, problemas para enfocarse y alteraciones en el estado de ánimo (Cassaretto et al., 2021)

El estrés académico, en tanto, se define como presión física y psicológica que experimentan los individuos en entornos académicos debido a demandas académicas,

exámenes, plazos de entrega y la búsqueda de un rendimiento académico satisfactorio, lo cual puede aparecer en forma de ansiedad, preocupación persistente, dificultades de concentración y variaciones en el estado emocional. que (Taípe et al., 2021). De lo expuesto, se puede señalar que la fuente estresora proviene del entorno educativo pues el estudiante la percibe amenazante y por ello responde inespecíficamente con reacciones generalizadas de tipo emocional y psicológico (Barraza, 2007). Por otro lado, se le ha definido como un proceso adaptativo de tipo psicológico donde existen demandas y recursos puestas en conflicto en el contexto educativo (Caldera et al., 2007). De esta manera, al enfrentarse las exigencias, los desafíos y los retos, el individuo llega a experimentar agotamiento desinterés para estudiar y constante autocrítica (Caballero et al., 2007).

Aunque varias estrategias novedosas relacionadas con el manejo del estrés dominan las posibles vicisitudes que pueden ocurrir, el estrés académico y sus resultados físicos y mentales siguen siendo una preocupación pública grave entre los estudiantes (Khorasani et al., 2023); ello porque es un factor decisivo importante en la fluctuación de los logros académicos, siendo la situación de examen una de sus principales causas; y, los trastornos psicológicos como depresión, ansiedad, trastornos del sueño e incluso suicidio como sus principales consecuencias (Rure et al., 2023) pues en todas ellas median procesos de angustia psicológica (Zhang et al., 2024).

Por otro lado, se ha observado que el desarrollo de algunas capacidades de orden psicológico sirve de factor protector del estrés académico, siendo una de las principales la inteligencia emocional pues es una forma factible y altamente aceptable de desarrollar habilidades de afrontamiento del estrés académico.(Khorasani et al., 2023); otros aspectos como el sueño de alta calidad y las buenas relaciones interpersonales, también son mecanismos importantes que reducen el desarrollo de este estado (Chen et al., 2024); también se ha demostrado que la resiliencia influye en la reducción del estrés académico reduciendo su

impacto en el rendimiento académico (Bukhari et al., 2023), sobre todo cuando el estudiante posee buen nivel en el proceso de control intencional de la memoria (Qi et al., 2024, p. 3), aunque entornos educativos desafiantes, necesidades y apoyo psicológico, diferencias individuales, relaciones y vida familiar, y cuestiones de adaptación la desfavorecen (Wahid et al., 2023).

Modelo teórico

La teoría que explica la variable estrés académico se enmarca dentro del modelo sistémico cognoscitivista de (Barraza, 2006), que explica el modo en que se estructura el estrés académico, lo hace a través de cuatro supuestos: el primero, indica que existen procesos relacionales entre sistema y entorno y entre ellas se establecen flujos constantes de entrada y salida que se hallan en constante movimiento para procurar equilibrio en el individuo; de ese modo se desprenden tres componentes; estímulos estresores, síntomas y afrontamiento. El segundo supuesto indica que el estrés académico es netamente psicológico ya que se genera a partir de las interpretaciones subjetivas que el individuo hace. El tercer supuesto, revela que es posible caracterizar el estrés académico a partir de las reacciones que causa, pues éstas pueden ser físicas (reacciones fisiológicas), psicológicas (alteración de la funcionalidad cognitiva o emocional) y comportamental (conductas expresadas debido a la incidencia de las dos primeras). El cuarto supuesto refiere que el sistema siempre tiene la intención de recuperarse y hallar equilibrio, razón por la cual se desarrollaran diversas estrategias que permitan recuperarla.

Dimensiones

Según (Barraza, 2006), las dimensiones de estrés académico son:

Estresores. Se presenta cuando el estudiante percibe que hay demandas académicas que no logra afrontar debido a la creencia de que le faltan recursos para hacerlo.

Síntomas. Se refiere al resultado del desequilibrio entre demanda y recursos; como las personas diferentes, los síntomas emergerán también de modo diferente.

Estrategias de afrontamiento. Son acciones que el individuo decide ejecutar con la intención de recuperar el equilibrio sistémico y cesen los síntomas.

2.2.2. Rendimiento académico

Definición

El rendimiento académico ha sido definido como un constructo cuyo representación se muestra a nivel cuantitativo y cualitativo cuyo uso se torna en evidencia para informar el estado en que se encuentran una serie de habilidades, conocimientos, actitudes y valores puestas a evaluación luego de que los estudiantes son expuestos a una experiencia de aprendizaje (Navarro, 2016). De este modo, el rendimiento académico se define como un criterio que expone el grado en que un estudiante ha aprendido (Tonconi, 2010), es decir, informa que se ha sido eficiente en el cumplimiento de los logros expuestos en el currículo (García et al., 2008), acreditándose que el estudiante puede poner en práctica sus conocimientos para resolver problemas relacionados a la materia o área (Guzmán, 2012)

Para Pizarro (1985), el rendimiento académico es una estimación acerca del nivel de aprendizaje adquirido por un estudiante luego de ser expuesto a proceso instructivo o formativo, lo cual se interpreta en función de propósitos educacionales establecido en un currículo. Según (Ariza et al., 2018), es un indicador de calidad en cuanto a aprendizajes expuestos en términos de costo y utilidad; el costo sería el esfuerzo invertido bajo la mediación de la personalidad, la motivación, las aptitudes y los intereses; mientras que la utilidad se

expresaría en una calificación que representaría el nivel de logro obtenido luego de un proceso de evaluación.

Los sistemas de evaluación del rendimiento académico producen percepciones autónomas y colectivas de autoeficacia, pues producen valoraciones internas y externas del desempeño escolar, que en conjunción, facilitan el desarrollo de responsabilidad y control sobre este proceso (Mai & Hoque, 2023). Por supuesto, para obtener buen rendimiento se requiere además de otras capacidades como atención-concentración (Fuentes et al., 2023) hábitos como lectura (Lee et al., 2023), salud emocional (Torres & Ayala, 2022) y pensamiento creativo; esta última porque a través de ella, los estudiantes pueden llevar a cabo una serie de estrategias para tomar decisiones o responder a un problema a fin de procurarse bienestar y elevar la autoestima, lo que a su vez impacta favorablemente en el rendimiento académico, previniendo el fracaso escolar (A. González & Molero, 2023). Se debe tomar en cuenta que, para hallar bienestar, la energía y dedicación invertidas debe hallar eco en la autovaloración positiva del estudiante que es consciente que aprende y desarrolla capacidades (Casuso, 2011), pues solo de ese modo emergerán motivaciones internas que lo impulsen a seguir aprendiendo (Affum et al., 2014), de lo contrario solo hallará desmotivación y comportamientos carentes de intencionalidad (Ryan & Deci, 2000).

Perspectiva teórica

Se ha señalado que el rendimiento académico se halla influenciado por una serie de factores determinantes, siendo las diferencias individuales una de ellas, atribuyendo a causas genéticas, cognitivas y psicoafectivas (afectos en el entorno familiar y escolar) como las principales razones por las cuales unos estudiantes tienen mejor rendimiento que otros. Otro factor es el sociocultural, pues determina el nivel de rendimiento académico de los estudiantes en función a la calidad de su entorno familiar y social en términos de éxito o fracaso social,

aunque median otros elementos como las características de la institución educativa, el clima escolar y diversos estímulos que convergen en el proceso de enseñanza. Una posición más actual aborda el tema desde un punto de vista más integral, pues considera que el rendimiento académico depende de factores de carácter personal y contextual que actúan interactivamente (C. González, 2004).

En educación básica, el rendimiento académico se traduce en logros de aprendizaje según el Currículo Nacional (Ministerio de Educación, 2017) y se obtiene luego de alcanzar las competencias expuestas en dicho documento. Por tanto, si se dice que el rendimiento académico es resultado de la evaluación de un aprendizaje, se tendría que decir que es traducción de la evaluación de una competencia. Según (Perrenoud, 2004), la competencia es el uso de un saber para resolver situaciones o problemas considerando un contexto específico, es hacer que el saber se convierta en poder. Por su parte, (Moya & Luengo, 2011), señalan que la competencia no es algo que se aprende, sino son usos del conocimiento luego de ser organizados y configurados dicho fin; de este modo, la competencia no tiene naturaleza rígida sino flexible, pues depende de la forma en que se presentan las situaciones o problemas a enfrentar, lo cual sin duda es compleja (Morin, 2004). Por ello, desarrollar competencias no solo es abordar materias o contenidos de aprendizaje, sino en procurar el uso del conocimiento que de ella se desprenden (Pérez-Gómez, 2007).

Dimensiones

La medición del rendimiento académico de estudiantes de educación básica se realizará considerando los criterios del Ministerio de Educación para evaluar logros de aprendizaje (Ministerio de Educación, 2017):

Matemática: Evalúa la competencia resuelve problemas matemáticos considerando saberes como cantidad; regularidad, equivalencia y cambio; movimiento, forma y localización; gestión de datos e incertidumbre.

Comunicación. Evalúa la competencia comprende lo que lee y escribe, considerando saberes como comunicación oral, lee diversos textos escritos, escribe diversos textos escritos.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.

2.3.2. Hipótesis específica

- Existe relación entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.
- Existe relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.
- Existe relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

En el presente trabajo de investigación, se emplea el método hipotético-deductivo con el propósito de analizar de manera sistemática y lógica la información recopilada. Esta metodología implica la aplicación de la lógica deductiva para derivar conclusiones específicas a partir de premisas generales expuestas en términos de hipótesis de trabajo (De Paz, 2023).

3.2. Enfoque de la investigación

En la investigación, se adoptará un enfoque cuantitativo como marco metodológico para examinar de manera exhaustiva los fenómenos estudiados. La elección de este enfoque responde a la necesidad de cuantificar datos y medir variables de manera objetiva, permitiendo así la aplicación de análisis estadísticos para identificar patrones y relaciones significativas (Hernández et al., 2014).

3.3. Tipo de investigación

El estudio será de carácter básico, orientado a la comprensión fundamental de fenómenos y principios subyacentes. Este enfoque busca ampliar el conocimiento teórico sin una aplicación inmediata específica, contribuyendo al desarrollo de teorías y conceptos (Carrasco, 2009).

3.4. Diseño de la investigación

El diseño que se utilizara para la investigación se configura como no experimental, transversal, con un alcance correlacional. En este contexto, se llevará a cabo un análisis detallado de variables en un momento específico, sin intervenir ni manipular variables de forma activa. La elección de un diseño transversal permitirá la recopilación de datos en un solo punto temporal, brindando una instantánea de la conexión entre las variables relevantes. Además, se empleará un enfoque correlacional para examinar las asociaciones existentes entre dichas variables. Este diseño proporcionará una visión amplia y profunda de las relaciones identificadas, allanando el camino para futuras investigaciones que puedan explorar causas y efectos en profundidad a medida que se avanza en la comprensión de los fenómenos estudiados (Hernández et al., 2014).

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

La población de este estudio incluye un número total de 650 estudiantes del nivel secundario de la institución Alborada Francesa, ubicada en el distrito de Comas, Lima Metropolitana.

Tabla 1

Población de estudio

Grado	Numero
Primero	118
Segundo	117
Tercero	134
Cuarto	151
Quinto	135
Total	655

Nota: Datos extraídos de Escale Minedu 2023

3.5.2. Muestra

La muestra es un segmento de la población y para determinar su tamaño se recurre a la siguiente formula:

$$\frac{NZ^2pq}{e^2(N-1) + Z^2pq}$$

$$n=242$$

Según la formula, se requiere 242, sujetos como mínimo para conformar la muestra; aunque se decide encuestar a 281 estudiantes, específicamente quienes cursan el 4° y 5° del nivel secundario que estudian en la institución Alborada Francesa, ubicada en el distrito de Comas.

Tabla 2

Muestra de estudio

Grado	Numero
Cuarto	151
Quinto	130
Total	281

3.5.3. Muestreo

El tipo de muestreo seleccionado para este estudio es el no probabilístico por conveniencia, donde la elección de los participantes se realiza de a criterio del investigador, considerando criterios de disponibilidad y accesibilidad (Hernández et al., 2014). Esta estrategia se ha adoptado considerando la practicidad y la eficiencia en la obtención de la muestra, dadas la aplicabilidad de instrumentos de medición, limitaciones de tiempo y recursos.

Además, se consideraron criterios de inclusión:

- Cursar el 4° o 5° de secundaria.
- Adolescentes de edades entre 16 a 17 años

- Residentes en distritos de Lima Norte
- Matriculados durante el periodo 2023
- De indistintos géneros
- Estudiantes que deseen participar del estudio

Criterios de exclusión: se excluyeron de la investigación a aquellos participantes que:

- No se encontraban dentro del rango de edades
- No ingresaron de manera adecuada los datos sociodemográficos
- No recibieron el consentimiento de sus padres para participar

3.6. Variables y operacionalización

Tabla 3

Operacionalización de variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición	Escala de Valoración
Estrés académico	Es una compleja respuesta emocional y psicológica que experimenta un individuo frente a situaciones percibidas como amenazantes, desafiantes o desbordantes dentro de un contexto académico (Barraza, 2007).	Variable medida con 23 ítems distribuidos en dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento los cuales arrojan datos a escala ordinal.	Estresores Síntomas Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Trabajos y tareas en exceso. - Personalidad del docente. - Evaluaciones. - Tiempo limitado. - Nivel de exigencia académica. - Cansancio - Ansiedad - Depresión - Tristeza - Problemas de concentración - Desgano - Irritabilidad - Resolución de tareas, conflictos. - Soluciones concretas. - Control de emociones. - Comunicación oral 	<p>Ordinal Tipo Likert</p> <p>Nunca (0) Casi nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)</p>	Alto Medio Bajo
Rendimiento académico	Representación cuantitativa y cualitativa que informa el estado en que se encuentran una serie de habilidades, conocimientos, actitudes y valores puestas a evaluación luego de que los estudiantes son expuestos a una experiencia de aprendizaje (Navarro, 2016).	Calificación brindada por el docente en las áreas de comunicación y matemática.	Comunicación Matemática	<ul style="list-style-type: none"> - Lee diversos textos escritos - Escribe diversos textos escritos - Cantidad - Regularidad, equivalencia y cambio - Movimiento, forma y localización - Gestión de datos e incertidumbre 	Vigesimal	Inicio Proceso Logrado

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

La técnica de investigación empleada en este estudio es la encuesta, una herramienta eficaz para recopilar datos cuantitativos de manera sistemática. La encuesta aborda específicamente las variables y aspectos relevantes para los objetivos de la investigación, proporcionando una visión detallada de las percepciones, opiniones y comportamientos de los participantes (Stockemer, 2019).

3.7.2. Descripción de instrumentos

Variable 1: Estrés académico

Nombres	:	Inventario SISCO SV-21
Autores	:	Arturo Barraza Macias (2018)
Adaptación	:	Olivas, et al. (2020)
Administración	:	Individual o colectiva
Duración	:	20 a 25 minutos
Aplicación	:	Estudiantes universitarios peruanos
Significación	:	Mide el estrés académico
Descripción	:	Constituido por 23 ítems, 2 ítems de filtro, compuesto por 3 dimensiones: estresores, síntomas, estrategias de afrontamiento, cada uno con 7 ítems desde nunca (0), casi nunca (1), rara vez (2), algunas veces (3), casi siempre (4), siempre (5).

Interpretación:

Tabla 4*Baremo del inventario de estrés académico*

	Bajo	Medio	Alto
D1: Estresores	[0-11]	[12-23]	[24-35]
D2: Síntomas	[0-11]	[12-23]	[24-35]
D3: Afrontamiento	[0-11]	[12-23]	[24-35]
V2: Estrés Académico	[0 -34]	[35- 70]	[71-105]

Variable 2: Rendimiento académico

Para la variable rendimiento académico no será necesario la aplicación de algún instrumento.

Las calificaciones con área o competencia son registradas directamente del registro de los docentes.

3.7.3. Validación

Se realizó el análisis factorial exploratorio por segunda vez al inventario, donde el test de esfericidad de Barlett fue significativo en .000 y el KMO tuvo un valor de .896. Así mismo, los factores en total (estresores, síntomas, estrategias de afrontamiento) alcanzaron una varianza total de 47% (Barraza, 2018).

Para la validación se empleó el análisis factorial confirmatorio para poner a prueba tres distintos modelos de medida, se obtuvo un CFI=.929, TLI=.920, RMSEA=.083 [.078-.088], SRMR=.061, confirmándose la pertinencia del de 21 ítems, con siete ítems por cada uno de los tres factores: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Olivas et al., 2021).

3.7.4. Confiabilidad

El inventario indica un alfa de Cronbach de .85. La dimensión de estresores presenta una confiabilidad de .83; la de síntomas presenta una confiabilidad de .87; y la de estrategias de afrontamiento una de .85; ello demuestra la confiabilidad de la escala (Barraza-Macías,2018). En el Perú, la confiabilidad se determinó con el coeficiente omega de Mac Donald para los tres factores, obteniéndose para el factor de estresores 0.90, para síntomas 0.89 y para estrategias de afrontamiento 0.89, lo que evidencia la alta confiabilidad de la escala (Olivas et al., 2021).

3.8. Plan de procesamientos y análisis de datos

Se solicitará autorización del director de la institución educativa para la recopilación de los resultados del SISCO SV-21 aplicados por la suscrita durante el año 2023 en el marco de la evaluación psicopedagógica llevada en la institución. Asimismo, se solicita las actas de notas del cuatro trimestre de los cursos Comunicación y Matemática de estudiantes para tener datos del rendimiento académico. Los datos son codificados y registrados una Hoja Excel para su posterior análisis con el SPSSv25.

De igual manera, se llevará a cabo siguiendo la metodología establecida para abordar la problemática asociada con el tema de investigación. En consecuencia, se empleará el análisis estadístico descriptivo, el cual exhibirá los descubrimientos específicos del estudio para luego ofrecer la interpretación correspondiente; posteriormente se procederá con la comprobación de hipótesis a través del uso de coeficientes correlación, cuya elección será ameritada a los resultados de la prueba de normalidad de Kolmorov Smirnov.

3.9. Aspectos éticos

El desarrollo de la investigación seguirá las directrices establecidas por la Universidad Norbert Wiener. Se garantizó la observancia de las normativas y los principios éticos profesionales, como la autonomía, la justicia y la ausencia de malicia en el proceso de

investigación. Bajo esta perspectiva, se aplicaron las pautas de la séptima edición del estilo APA, de acuerdo con las indicaciones impartidas por la escuela de postgrado. Además, se adjunta en el anexo 6 el informe de resultados de Turnitin.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo

Descripción de la muestra

Tabla 5

Descripción de la muestra por edad, sexo y grado

		<i>f</i>	<i>%</i>
Edad	15 años	55	19,6
	16 años	41	14,6
	17 años	122	43,4
	18 años	63	22,4
Sexo	Masculino	121	43,1
	Femenino	160	56,9
Grado	Cuarto	156	55,5
	Quinto	125	44,5

Nota: n=69

En la tabla 5, se hace la descripción de los estudiantes evaluados para el estudio. Se observa que la mayoría de estudiantes tiene 17 años (43.4%) seguido de los que tienen 18 años (22.4%) y en menor proporción se hallan aquellos que tienen 16 años (14.4%) y 15 años (19.6%). Por otro lado, se tiene que la cantidad de participantes del sexo femenino es ligeramente mayor a los que son del sexo masculino (43.1%). También se aprecia que los estudiantes de 4° de secundaria (55.5%) supera ligeramente en cantidad a los del 5° grado (45.5%).

Descripción de las variables

Tabla 6***Niveles de estrés académico***

	Bajo		Medio		Alto	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Estresores	72	25,6	99	35,2	110	39,1
Síntomas	77	27,4	142	50,5	62	22,1
Afrontamiento	104	37,0	101	35,9	76	27,0
Estrés académico	23	8,2	215	76,5	43	15,3

Como muestra la tabla 6, la el estrés académico en los estudiantes tiende a ser de nivel medio (76.5%) al igual que la percepción de síntomas (50.5%). No obstante, la percepción de estresores tiende a llegar a un nivel alto (39.1%) y el afrontamiento al estrés a un nivel bajo (37%).

Tabla 7***Niveles de rendimiento académico***

	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	44	15,7
Proceso	179	63,7
Logrado	58	20,6
Total	281	100,0

EL nivel de rendimiento académico alcanzado por los estudiantes se muestra en la tabla 7 y se observa que tiende a hallarse en el nivel Proceso (63.7%), seguido del nivel Logrado (20.6%) e Inicio (15.7%).

4.2. Comprobación de hipótesis

Prueba de normalidad

Tabla 8

Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov		
	K-S	gl	Sig.
Estresores	,131	281	,000
Síntomas	,096	281	,000
Afrontamiento	,149	281	,000
Estrés académico	,066	281	,005
Rendimiento académico	,134	281	,000

Nota: sig. < .05.

Se realiza una evaluación del ajuste de la distribución de los datos con la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov. La tabla 8 expone que las variables estrés académico y sus respectivas dimensiones; así como de la variable rendimiento académico, no tienen distribución normal ($p < .05$); debido a ello, se concluye que es necesario utilizar pruebas no paramétricas (rho de Spearman) para comprobar las hipótesis.

Prueba de hipótesis

Hipótesis general:

H₀: No existe relación entre estrés y rendimiento académico.

H₁: Existe relación entre estrés y rendimiento académico.

Tabla 9

Correlación entre estrés y rendimiento académico

		Rendimiento académico	
		rho	r ²
Estrés académino	Rho	-0.547	0.30
	de		
	Spearman		
	Sig.	0.000	

Nota: sig. < .05.

En la tabla 9, se observa que existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.547$; $p=0.00<0.05$) entre estrés y rendimiento académico; debido a ello se decide aceptar la hipótesis nula; es decir, relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023. Asimismo, se tiene que el tamaño del efecto tiende a ser moderado ($r^2=0.30$).

Hipótesis específica 10:

H₀: No existe relación entre percepción de estresores y rendimiento académico.

H₁: Existe relación entre percepción de estresores y rendimiento académico.

Tabla 10

Correlación entre percepción de estresores y rendimiento académico

		Rendimiento académico	
		rho	r ²
Estresores	Rho de	-0.348	0.12
	Spearman		
	Sig.	0.000	

Nota: sig. < .05.

En la tabla 10, se observa que existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.348$; $p=0.00<0.05$) entre estresores y rendimiento académico; debido a ello se decide aceptar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023. Asimismo, se tiene que el tamaño del efecto tiende a ser mínimo ($r^2=0.12$).

Hipótesis específica 11:

H₀: No existe relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico.

H₁: Existe relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico.

Tabla 11

Correlación entre síntomas de estrés y rendimiento académico

			Rendimiento académico	
			rho	r ²
Síntomas de estrés	Rho	de	-0.421	0.18
	Spearman			
	Sig.			

Nota: sig. < .05.

En la tabla 11, se observa que existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.421$; $p=0.00<0.05$) entre síntomas de estrés y rendimiento académico; debido a ello se decide aceptar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023. Asimismo, se tiene que el tamaño del efecto tiende a ser mínimo ($r^2=0.18$).

Hipótesis específica 12:

H₀: No existe relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico.

H₁: Existe relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico.

Tabla 12

Correlación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico

			Rendimiento académico	
			rho	r ²
Estrategias de afrontamiento	Rho	de	0.312	0.10
	Spearman			
	Sig.			

Nota: sig. < .05.

En la tabla 12, se observa que existe correlación directa y significativa ($\rho=0.312$; $p=0.00<0.05$) entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico; debido a ello se decide aceptar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023. Asimismo, se tiene que el tamaño del efecto tiende a ser mínimo ($r^2=0.10$).

4.3. Discusión

Los resultados mostraron que existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.547$; $p=0.00<0.05$) y con tamaño del efecto moderado ($r^2=0.30$) entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023. Estos resultados concuerdan con lo reportado por Rodríguez y Suarez (2021) quien en su estudio estableció una correlación negativa moderada ($\rho = -0,443$) entre estrés y rendimiento académico, indicando que medida que aumenta el nivel de estrés, los adolescentes exhiben un rendimiento académico inferior; igualmente, Lasluisa (2020), señaló que el estrés académico funciona como un indicador del desempeño educativo. Esto significa que, los estudiantes que muestran respuestas emocionales y psicológicas frente a situaciones percibidas como amenazantes, desafiantes o desbordantes dentro de un contexto académico (Barraza, 2007), tendrán una disminución en los resultados de las evaluaciones sobre sus habilidades, conocimientos, actitudes y valores luego de que son expuestos a una experiencia de aprendizaje (Navarro, 2016).

Asimismo, se demostró que existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.348$; $p=0.00<0.05$) pero con tamaño del efecto mínimo ($r^2=0.12$) entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas. Lo expuesto concuerda con la investigación realizada por Tacca

et al. (2022) demostró que existe correlación inversa y significativa entre estresores y rendimiento académico ($\rho=-0.25$); lo mismo informó Indacohea y Pérez (2019), pues indicaron que el estrés académico incide en el rendimiento académico, puntualizando que los estresores más significativos son los exámenes, sobrecarga de tareas, presión de padres y docentes. Ello implica que, si el estudiante percibe demandas académicas que no logra afrontar debido a la creencia de que le faltan recursos para hacerlo convirtiéndose en estímulos estresores. (Barraza, 2006), disminuirá su nivel de aprendizaje adquirido luego de ser expuesto a proceso instructivo o formativo (Pizarro (1985).

También se obtuvo que existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.421$; $p=0.00<0.05$) pero con tamaño del efecto mínimo ($r^2=0.18$) entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas. Estos resultados guardan concordancia con los resultados expuestos por Tacca et al. (2022), quien halló correlación inversa y significativa entre síntomas de estrés y rendimiento académico ($\rho=-0.29$); siendo los principales síntomas el agotamiento (Muñoz, 2022), disminución del control inhibitorio de las funciones ejecutivas (Ruiz, 2023), falta de hábitos de estudio (Indacohea y Pérez, 2019) y otros síntomas de tipo afectivos, fisiológicos y psicológicos (Contreras y Ramírez, 2023) como ansiedad (Huamán y Sandoval, 2020) y percepción de baja calidad de vida (Torres y Ayala, 2022). De ello se puede indicar que, si los estudiantes desarrollan síntomas de estrés diferenciados debido al desequilibrio entre demanda y recursos (Barraza, 2006), también mostrarán una disminución en el nivel de calidad en cuanto a aprendizajes expuestos en términos de esfuerzo invertido y logros obtenidos (Ariza et al., 2018).

Asimismo, se halló que existe correlación directa y significativa ($\rho=0.312$; $p=0.00<0.05$) pero con tamaño del efecto mínimo ($r^2=0.10$) entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La

Alborada Francesa, Comas. Los resultados expuestos concuerdan con lo expuesto por Tacca et al. (2022) quien halló que existe relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico. Ello significa que si el estudiante decide ejecutar estrategias para afrontar el estrés con la intención de recuperar el equilibrio sistémico y cesar los síntomas asociados (Barraza, 2006), entonces también verá resultados favorables en cuanto a nivel de aprendizaje (Tonconi, 2010) y cumplimiento de los logros expuestos en el currículo (Garcia et al., 2008).

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Primera: Existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.547$; $p=0.00<0.05$) y con tamaño del efecto moderado ($r^2=0.30$) entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas. Es decir, a mayor estrés académico menor rendimiento académico.
- Segunda: Existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.348$; $p=0.00<0.05$) pero con tamaño del efecto mínimo ($r^2=0.12$) entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas. Es decir, a mayor percepción de estresores dentro del entorno académico, menor rendimiento académico.
- Tercera: Existe correlación inversa y significativa ($\rho=-0.421$; $p=0.00<0.05$) pero con tamaño del efecto mínimo ($r^2=0.18$) entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas. Es decir, a mayores síntomas de estrés desarrollados en el entorno académico, menor rendimiento académico.
- Cuarto: Existe correlación directa y significativa ($\rho=0.312$; $p=0.00<0.05$) pero con tamaño del efecto mínimo ($r^2=0.10$) entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas. Es decir, a mayores estrategias de

afrontamiento frente a las demandas académicas, mayor rendimiento académico.

5.2. Recomendaciones

- Primera: Se sugiere a la dirección de la institución educativa, insertar dentro de su planificación operativa, la inserción de actividades para reducir el estrés académico de los estudiantes pues ello redundará en un mejor rendimiento académico y por ende mayores logros de aprendizaje.
- Segunda: Se sugiere a las autoridades de la institución educativa realizar un diagnóstico situacional acerca de los principales estímulos estresores existentes en el entorno del establecimiento, haciendo énfasis a la actitud de docentes, formas de evaluación, convivencia escolar, con el fin de proponer acciones de mejora, dado que ello significará un aporte sustancial para elevar el nivel de aprendizaje de los estudiantes.
- Tercera: Se sugiere al comité de tutoría de la institución educativa, establecer un sistema de detección temprana de síntomas de estrés a fin de iniciar el proceso de referencia a centros especializados, pues al reducirla se estaría contribuyendo a mejorar los logros de aprendizaje de los estudiantes.
- Cuarto: Se sugiere a los docentes insertar de manera transversal, actividades para el fortalecimiento de estrategias de afrontamiento al estrés, pues ello reducirá estados psicológicos adversos que afectan el rendimiento académico de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Affum, E., Asante, E., Josephine, B., & Kwarteng, K. (2014). Achievement motivation, academic self-concept and academic achievement among high school students. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences*, 2(2), 24-37.
- Ariza, C. P., Rueda, L. Á., & Sardoth, J. (2018). El rendimiento académico: Una problemática compleja. *Boletín Redipe*, 7(7), 137-141.
- Banco Mundial. (2019). *La crisis del aprendizaje: Estar en la escuela no es lo mismo que aprender*. World Bank. <https://www.bancomundial.org/es/news/immersive-story/2019/01/22/pass-or-fail-how-can-the-world-do-its-homework>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129.
- Barraza, A. (2007). Estrés académico: Un estado de la cuestión. *Revista Psicología Científica.com*, 9(2). <https://psicolcient.me/dga8g>
- Barraza, A. (2018). *Inventario SISCO SV-21. Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. Ecorfan.
- Bukhari, S. A., Khan, M. S., & Bukhary, S. Z. (2023). A Predictive Relationship between Academic Resilience and Stress of University Students. *FWU Journal of Social Sciences*, 17(4), 149-161. <https://doi.org/10.51709/19951272/Winter2023/11>
- Caballero, C., Abello, R., & Palacio, J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111.
- Caldera, J. F. C., Pulido, B. E. P., & Martínez, G. M. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82.

- Calixto, P., Hernández, J. A., & Gaxiola, M. D. R. (2023). Valoración del estrés académico postpandemia covid-19 en estudiantes del nivel medio superior. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 1553-1573. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4498
- Care-Perú. (2023, julio 2). *5 cifras alarmantes de la educación en el Perú*. <https://care.org.pe/5-cifras-alarmantes-de-la-educacion-en-el-peru/>
- Carrasco, S. (2009). *Metodología de la investigación científica*. San Marcos.
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: Importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2). <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Casuso, M. J. (2011). *Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud* [Tesis doctoral, Universidad de Málaga]. <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/4926>
- Chen, B., Wang, W., & Yang, S. (2024). The relationship between academic stress and depression among college students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study from China. *BMC Psychiatry*, 24(1), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05506-8>
- Contreras, I. A. L. C. de, & Ramirez, S. M. R. (2023). *Depresión y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria* (Tesis de grado 6, Universidad Técnica de Ambato). <https://revistacientifica.edu.pe/index.php/revistacientifica/article/view/58>
- De Paz, M. (2023). The Methods Behind Poincaré's Conventions: Structuralism and Hypothetical-Deductivism. *Journal for General Philosophy of Science*, 54(1), 169-188. <https://doi.org/10.1007/s10838-022-09618-1>
- Fuentes, V. J., Romero, S., Lopez, M. A., Minguillon, J., & Rodríguez-Álvarez, M. (2023). Low-Cost EEG Multi-Subject Recording Platform for the Assessment of Students'

- Attention and the Estimation of Academic Performance in Secondary School. *Sensors* (14248220), 23(23), 9361. <https://doi.org/10.3390/s23239361>
- Gaibor, I., & Bonilla, A. P. (2022). *El estrés académico y su relación con la autoestima en adolescentes* [Tesis de Pregrado, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de Psicología Clínica]. <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/36716>
- García, B. G., Loredó, J. L., & Peña, G. C. (2008). Análisis de la práctica educativa de los docentes: Pensamiento, interacción y reflexión. *Revista Electrónica de Investigación Educativa, Numero especial*, 1-15.
- González, A., & Molero, M. del M. (2023). Creativity as a Positive Factor in the Adolescence Stage: Relations with Academic Performance, Stress and Self-Esteem. *Behavioral Sciences* (2076-328X), 13(12), 997. <https://doi.org/10.3390/bs13120997>
- González, C. (2004). *Factores determinantes del bajo rendimiento académico en educación secundaria*. Universidad Complutense de Madrid, Servicio de Publicaciones. <https://hdl.handle.net/20.500.14352/55437>
- Guzmán, M. P. (2012). *Modelos predictivos y explicativos del rendimiento académico universitario: Caso de una institución privada en México* [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. <https://hdl.handle.net/20.500.14352/48112>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw Hill.
- Huaman, P. M., & Sandoval, A. L. (2020). *Estrés y rendimiento escolar de los estudiantes del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría Nro. 20 del Cusco—2019* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. <https://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/5448>

- Indacohea, L., & Pérez, J. (2019). *El Estrés Académico y su incidencia en el rendimiento escolar de los estudiantes de octavo, noveno y décimo años de Educación General Básica de la Unidad Educativa Mayor "Ambato" de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua* [Tesis de Pregrado, Universidad Técnica de Ambato.Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.Carrera de Psicología Educativa]. <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/30234>
- Khorasani, E. C., Ardameh, M., Sany, S. B. T., Tehrani, H., Ghavami, V., & Gholian-aval, M. (2023). The influence of emotional intelligence on academic stress among medical students in Neyshabur, Iran. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05344-0>
- Lasluisa, M. B. (2020). *El estrés académico y su relación el rendimiento académico en una muestra de adolescentes* [Tesis de Pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3076>
- Lee, S., Lee, J.-H., & Jeong, Y. (2023). The Effects of Digital Textbooks on Students' Academic Performance, Academic Interest, and Learning Skills. *Journal of Marketing Research (JMR)*, 60(4), 792-811. <https://doi.org/10.1177/00222437221130712>
- Linares, C. E. (2021). *Estrés académico en escolares de quinto de secundaria de dos instituciones educativas públicas en período de pandemia, Lima 2020* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/59967>
- Mai, K. T., & Hoque, Z. (2023). Individual Self versus Collective Self: Performance Measures for Academics in a Collectivist Culture. *Behavioral Research in Accounting*, 35(2), 111-129. <https://doi.org/10.2308/BRIA-19-066>
- Maturana, H. A., & Vargas, S. A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 34-41. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.02.003>

- Ministerio de Educación. (2017). *Currículo Nacional* | Minedu.
<https://www.minedu.gob.pe/curriculo/>
- Ministerio de Educación. (2023). *Resultados. Evaluación Muestra 2022*.
<http://umc.minedu.gob.pe/resultadossem2022/>
- Miranda, P. (2023, febrero 28). *Educación en el Perú: Breves apuntes sobre cómo garantizar una educación de calidad*. Instituto de Democracia y Derechos Humanos.
<https://idehpucp.pucp.edu.pe/notas-informativas/educacion-en-el-peru-breves-apuntes-sobre-como-garantizar-una-educacion-de-calidad/>
- Morin, E. (2004). *La mente bien ordenada*. Seix Barral SA.
- Moya, J., & Luengo, F. (2011). *Teoría y práctica de las competencias básicas*. Graó.
- Muñoz, I. M. (2022). *Nivel de estrés y el rendimiento académico en estudiantes de subnivel medio y superior*. [Tesis de Maestría, Otavalo].
<http://repositorio.uotavalo.edu.ec/handle/52000/906>
- Navarro, R. E. (2016). El rendimiento académico: Concepto, investigación y desarrollo. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2).
<https://doi.org/10.15366/reice2003.1.2.007>
- OCDE. (2023). *2022 Database—PISA*. <https://www.oecd.org/pisa/data/2022database/>
- Olivas, L. O., Morales, S. F., & Solano, M. K. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 9(2). <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>
- Pérez-Gómez, Á. (2007). *La naturaleza de las competencias básicas y sus aplicaciones pedagógicas. Cuadernos de educación 1*. Consejería de Educación de Cantabria.
- Perrenoud, P. (2004). *Diez nuevas competencias para enseñar*.
- Pizarro, R. (1985). *Teoría del rendimiento académico*. Diálogos Educativos.

- Qi, M., Gai, R., & Gao, H. (2024). The effect of chronic academic stress on intentional forgetting. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 77(2), 433-445. <https://doi.org/10.1177/17470218231171481>
- Rodríguez, A. E., & Suarez, Y. (2021). *Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en adolescentes de una institución educativa durante la COVID -19 en Trujillo 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/86872>
- Ruiz, E. B. (2023). *Estrés académico y funciones ejecutivas en el rendimiento académico de adolescentes ecuatorianos* [Tesis de Maestría, Quito: Universidad Tecnológica Indoamérica]. <https://repositorio.uti.edu.ec//handle/123456789/5655>
- Rure, D., Kaithwas, N., Singh, R., & Shakya, M. (2023). Academic stress in high school students during the transition from online to offline exams: A retrospective study from post-COVID-19 era. *Industrial Psychiatry Journal*, 32, S231-S235. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_231_23
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Siari, C. S., & Armenta, L. A. (2022). La ansiedad en el rendimiento escolar del estudiante de secundaria en matemáticas. *Revista de Investigación Académica Sin Frontera*, 38, Article 38. <https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi38.493>
- Stockemer, D. (2019). *Quantitative Methods for the Social Sciences: A Practical Introduction with Examples in SPSS and Stata*.
- Tacca, D. R., Alva, M. Á., & Tacca, A. L. (2022). Estrés, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes peruanos durante tiempos de covid-19. *Revista de Investigacion Psicologica*, 27, 15-32. <https://doi.org/10.53287/yhtp7673mi81z>

- Taipe, F., Castro, S., & Castro, V. (2021). Estrés y resiliencia en el contexto del COVID-19, en estudiantes de educación secundaria. *Revista peruana de investigación e innovación educativa*, 1(3), Article 3. <https://doi.org/10.15381/rpiiedu.v1i3.20893>
- Tonconi, J. (2010). Factores que influyen en el rendimiento académico y la deserción de los estudiantes de la facultad de ingeniería económica de la Una-puno, periodo 2009. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 2(11 (Enero 2010)), 3.
- Torres, J. L. T., & Ayala, R. E. A. (2022). El estrés académico y su relación en la calidad de vida de estudiantes de un colegio residentado del Perú. *Revista Cuidado y Salud Pública*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.53684/csp.v2i2.55>
- Valiente, C., Suárez, J. M., & Martínez, M. (2020). Autorregulación del aprendizaje, estrés escolar y rendimiento académico. *European Journal of Education and Psychology*, 13(2), 161. <https://doi.org/10.30552/ejep.v13i2.358>
- Vera, L. V. V. (2022). Indicadores de influencia en el rendimiento escolar postpandemia. *Social Innova Sciences*, 3(3), Article 3. <https://doi.org/10.58720/sis.v3i3.98>
- Wahid, M. H., Sethi, M. R., Shaheen, N., Javed, K., Qazi, I. A., Osama, M., Ilah, A., & Firdos, T. (2023). Effect of academic stress, educational environment on academic performance & quality of life of medical & dental students; gauging the understanding of health care professionals on factors affecting stress: A mixed method study. *PLoS ONE*, 18(11), 1-14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0290839>
- Zárate, N., Soto, G., Castro, M., & Quintero, J. (2017). *Estrés académico en estudiantes universitarios: Medidas preventivas*. 9(4), 92-98.
- Zhang, Y., Han, M., Lian, S., Cao, X., & Yan, L. (2024). How and when is academic stress associated with mobile phone addiction? The roles of psychological distress, peer alienation and rumination. *PLoS ONE*, 19(2), 1-21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0293094>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES	Diseño metodológico
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre el estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es la relación entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023?</p> <p>¿Cuál es la relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.</p> <p>Objetivo específico Determinar la relación entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.</p> <p>Determinar la relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.</p>	<p>Hipótesis general Existe relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.</p> <p>Hipótesis específica Existe relación entre percepción de estresores y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.</p> <p>Existe relación entre síntomas de estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.</p>	<p>Variable 1: Estrés académico</p> <p>Variable 2: Rendimiento académico</p>	<p>Tipo: Básico Metodo: Hipotetico deductivo Diseño: no experimental, transversal de alcance correlacional</p> <p>Población: 650 estudiantes del nivel secundaria de la institución Alborada Francesa, ubicada en el distrito de Comas</p> <p>Muestra: 281 estudiantes</p>

<p>¿Cuál es la relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023?</p>	<p>Determinar la relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.</p>	<p>Existe relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023.</p>		
--	--	---	--	--

Anexo 2: instrumento

Inventario SISCO SV-21

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

<input type="checkbox"/>	Si
<input type="checkbox"/>	No

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

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

1	2	3	4	5

3.- Dimensión estresores

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

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi Siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

¿Con qué frecuencia te estresa:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.						
La personalidad y carácter de los profesores/ asesores que me imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/asesores (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsqueda en internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/asesores						
El tipo de trabajo que me piden los profesores/asesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los profesores/asesores						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los profesores/asesores						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

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

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

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

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

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

Anexo 3. Informe Turnitin

Alexandra Cabrera Tesis_Alexandra Cabrera FINAL.docx

Switch to the new view 🔗 Submission Details

0 Flags

18% Overall Similarity

* % AI

🔍 Document Details

✓ Top sources

⚙️ All Sources

⚙️ Exclusions

25 Similarity Exclusions

18% Overall Similarity

1 repositorio.uwieneredupe

INTERNET

3%

2 hdl.handle.net

INTERNET

2%

3 repositorio.udaff.edu.pe

INTERNET

2%

4 Universidad Wiener on 2024-02-26

SUBMITTED WORKS

1%

5 Universidad Cesar Vallejo on 20...

SUBMITTED WORKS

<1%

6 uwiener on 2024-01-11

SUBMITTED WORKS

<1%

7 repositorio.upt.edu.pe

INTERNET

<1%

8 Universidad Nacional del Centro...

SUBMITTED WORKS

<1%

9 Universidad Cesar Vallejo on 20...

SUBMITTED WORKS

<1%

10 Universidad Continental on 202...


SUBMITTED WORKS

<1%

11 Universidad Continental on 202...

SUBMITTED WORKS

<1%



Universidad Norbert Wiener

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Académico Profesional de psicología

Tesis

Estrés y rendimiento académico de estudiantes del nivel secundario de la institución educativa La Alborada Francesa, Comas 2023

Para optar el Título Profesional de:

Licenciada en Psicología

AUTOR: CABRERA ROJAS, ALEXANDRA KATHERINE

CODIGO ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-1654-1542>

LIMA - PERU

2024

Page 1 of 57

🔍 Share

🔍 Search

🔍 Magnifying Glass

● 18% Overall Similarity

Top sources found in the following databases:

- 15% Internet database
- 2% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 15% Submitted Works database

TOP SOURCES

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	3%
2	hdl.handle.net Internet	2%
3	repositorio.udaff.edu.pe Internet	2%
4	Universidad Wiener on 2024-02-26 Submitted works	1%
5	Universidad Cesar Vallejo on 2022-08-02 Submitted works	<1%
6	uwiener on 2024-01-11 Submitted works	<1%
7	repositorio.upt.edu.pe Internet	<1%
8	Universidad Nacional del Centro del Peru on 2022-04-02 Submitted works	<1%