



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Estrés académico y procrastinación de estudiantes del VI
semestre del curso de psicología clínica en una universidad del
Cusco 2023**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra en Psicología Educativa**

AUTORA:

Vargas Salas, Aleida (orcid.org/0000-0003-0405-3013)

ASESORAS:

Mtra. Boy Barreto, Ana Maritza (orcid.org/0000-0002-9630-5952)
Dra. Denegri Velarde, Maria Isabel (orcid.org/0000-0002-4235-9009)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus
niveles

LIMA - PERÚ

2023

DEDICATORIA

A Dios por darme fuerzas en el camino, guiar mis pasos para culminar con esta meta en mi vida.

A mi madre Francisca por su presencia incondicional fuerza y apoyo moral, a mi padre Carlos que desde el cielo me sostiene y protege día a día.

A mi hijo, Jared Thiago que es mi más inmensa inspiración en el desarrollo profesional, y gracias a él sigo creciendo.

A mis amigos por sus palabras de aliento en el desempeño de mi carrera.

AGRADECIMIENTO

Agradezco de manera especial a la Universidad Cesar Vallejo por alcanzar esta meta tan importante en mi vida profesional, también, agradecer a mis asesoras que fueron pilares fundamentales en mi rol de maestría, a mis docentes que impartieron conocimiento en esta maestría

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, BOY BARRETO ANA MARITZA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO de la escuela profesional de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Estrés académico y procrastinación de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.", cuyo autor es VARGAS SALAS ALEIDA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 12.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 25 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
BOY BARRETO ANA MARITZA DNI: 06766507 ORCID: 0000-0002-0405-5952	Firmado electrónicamente por: ABOYB el 26-07- 2023 00:44:05

Código documento Trilce: TRI - 0618588

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, VARGAS SALAS ALEIDA estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO de la escuela profesional de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR

VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Estrés académico y procrastinación de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda citatextual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro gradoacadémico o título profesional.]
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, nicopiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
ALEIDA VARGAS SALAS DNI: 42379186 ORCID: 0000-0003-4201-3013	Firmado electrónicamente por: AVARGASSA84 el 25- 07-2023 23:59:48

Código documento Trilce: TRI - 0618589



ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS	ii
ÍNDICE DE TABLAS	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
I.INTRODUCCIÓN	1
II.MARCO TEÓRICO	4
III.METODOLOGÍA	13
3.1.Tipo y diseño de investigación	13
3.2.Operacionalización de las variables	13
3.3.Población, (criterios de selección) muestra y muestreo, unidad de análisis	14
3.4.Técnicas e instrumentos de recolección de datos	15
3.5.Procedimientos	18
3.6.Método de análisis de datos	18
3.7.Aspectos éticos	18
IV.RESULTADOS	20
V.DISCUSIÓN	33
VI.CONCLUSIONES	39
VII.RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS	41
ANEXOS	48

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Muestra de estudiantes	15
Tabla 2	Validez de la escala SISCO estrés académico	16
Tabla 3	Validez de Inventario EAP de procrastinación	17
Tabla 4	Confiabilidad de los instrumentos	17
Tabla 5	Niveles de estrés de los estudiantes del VI semestre de una Universidad del Cusco 2023	20
Tabla 6	Niveles de la dimensión estresores en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023	21
Tabla 7	Niveles de la dimensión síntomas en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023	22
Tabla 8	Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023	23
Tabla 9	Niveles de procrastinación de los estudiantes del VI semestre de una Universidad del Cusco 2023	24
Tabla 10	Niveles de la dimensión autorregulación académica en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023	25
Tabla 11	Niveles de la dimensión postergación de actividades en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023	26
Tabla 12	Tabla cruzada entre estrés académico y la procrastinación	27
Tabla 13	Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk	28
Tabla 14	Relación entre el estrés académico y la procrastinación	29
Tabla 15	Correlación de la dimensión estresores y la procrastinación en los estudiantes del VI semestre de una universidad del Cusco 2023	30
Tabla 16	Correlación de la dimensión síntomas y la procrastinación en los estudiantes del VI semestre de una universidad del Cusco 2023	31
Tabla 17	Correlación de la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en los estudiantes del VI semestre de una universidad del Cusco 2023	32
		viii

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo general realizar la correlación de la variable estrés académico y procrastinación en estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una universidad del Cusco 2023, donde se utilizó una metodología de diseño básico no experimental de enfoque cuantitativo y corte correlacional, la población que se utilizó fueron 70 estudiantes con un muestreo no probabilístico censal, la técnica que se usó fueron dos cuestionarios para cada una de las variables, donde un tenemos un resultado descriptivo de 12.9% tiene estrés académico bajo y procrastinación bajo, 28.6% tiene estrés académico medio y procrastinación medio y el 15.7% tiene estrés académico alto y procrastinación alto, y un valor de ,859 según Pearson y dando el valor de $p= 0.00$, el cual señala rechazar la hipótesis nula y que sugiere una asociación positiva entre estas dos variables, por lo tanto, podemos concluir que el estrés académico y la procrastinación están fuertemente relacionados.

Palabras clave: Estrés académico, procrastinación, psicología clínica.

ABSTRACT

The general objective of this research work was to correlate the variable academic stress and procrastination in students of the VI semester of the clinical psychology course at a university in Cusco 2023, where a non-experimental basic design methodology with a quantitative and correlational cut, the population that was used was 70 students with a non-probabilistic census sampling, the technique that was used was 2 questionnaires for each of the variables, where we have a descriptive result of 12.9% have low academic stress and low procrastination, 28.6% have medium academic stress and medium procrastination and 15.7% have high academic stress and high procrastination, and a value of .859 according to Pearson and giving the value of $p= 0.00$, which indicates rejecting the null hypothesis and suggests an association positive between these two variables, therefore, we can conclude that academic stress and procrastination are strongly related.

Keywords: Academic stress, procrastination, clinical psychology.

I. INTRODUCCIÓN

La enseñanza universitaria ha sido más exigente estos últimos años, rendir exitosamente cada materia es un imperativo que todo alumno debe seguir para tener la meta trazada y llegar a ser un profesional, en ese proceso de aprendizaje las expectativas son altas, ya que no solo se tocan temas primordiales a medida que se avanza por semestre, los cursos son más especializados, los trabajos y exposiciones presentan indicaciones específicas por el docente, y el estudiante es sometido a generar una mayor búsqueda del conocimiento, tomando en cuenta el título de investigación el alumno suele caer en el estrés y procrastinar deberes que va a acumulando en el tiempo de estudio, el estrés es uno de los problemas actuales de salud mental que adolecen los estudiantes.

Sanchez et al. (2021), sostiene que, el cambio de modalidad en la forma de enseñanza, trajo problemas a muchos estudiantes a nivel internacional, y se suma a esto que el sistema educativo fue el más afectado en cuanto a este inconveniente que repercusiones de una post pandemia, donde se implantaron cambios que afectó a la población estudiantil, denota la UNESCO (2020) que en América Latina fueron 23 400 000 educandos aproximadamente que presentaron este problema de salud mental con la nueva disciplina tecnológica de aprendizaje que acarrearón consigo diferentes consecuencias en cuanto a niveles emocionales y saberes de conocimientos.

Por otro lado, indica Fuster-Guillén et al. (2021), explican que el estrés presenta una relación muy estrecha a un desempeño en el rendimiento académico o laboral que señalan las diversas investigaciones, dándole un alto impacto en la actualidad que se ve reflejado en el proceder de muchos profesionales y tomando a redundancia en la parte educativa, sobre todo en la etapa universitaria, acorde con la OMS, refiere al estrés como una respuesta fisiológica, psicológica y parte conductual que presenta un individuo al adaptarse a nuevas circunstancias internas o externas, el estrés es uno de los problemas que se ha incrementado en el mundo y que ha tenido una mayor repercusión a nivel laboral y más aún en el ámbito educativo, siendo este un factor negativo en las diferentes formas de enseñanza en

la actualidad, de presencial a virtual y viceversa, donde el alumno ha tenido que asumir y manejar nuevos recursos para poder crear formas de aprendizaje, y posteriormente volver a una modalidad presencial con afluencia de compañeros y docentes, los cuales dieron molestias a la mayoría de alumnos que buscan salidas que causen menos estrés a la forma de afrontar situaciones para resolver un problema o evitar generar otro tipo de consecuencia negativa como es la procrastinación.

Menciona Atalaya y García (2019) que procrastinar se refiere a evadir diferentes actividades de tipo académico o laboral, posponer y acumular generan malestar en las personas, esto data desde tiempos atrás en diferentes contextos socio culturales, también refiere a un patrón aprendido en el contexto familiar, donde se puede observar conductas a la hora de afrontar una actividad, tomando este concepto como referencia, actualmente hay un crecimiento en la incidencia de jóvenes estudiantes de nivel universitario, que por afecciones de estrés pierden la línea académica y suelen dejar cursos, generando un rendimiento bajo, problemas somáticos y deserción de los cursos, refiere Cordovez et al. (2023), la procrastinación académica es un retraso irracional involuntario al momento de realizar tareas, dónde se eleva el nivel de ansiedad y concibe una baja motivación para tener eficacia al momento de presentar una resolución al problema.

Teniendo en cuenta todo lo mencionado, el fin de la investigación fue determinar la relación que guarda el estrés con la procrastinación de estudiantes universitarios, si bien es cierto cargar con trabajos que se van acumulando día a día es agotador, desmotivador en el cual genera un proceso de dejar todo a última hora, en el aspecto teórico pretendió buscar esa relación de estrés y procrastinación y analizar el motivo por el cual muchos estudiantes atraviesan estos problemas, para así dar una mejor significancia en estudios posteriores, en el aspecto práctico, la universidad podrá concebir un mejor afrontamiento desde el departamento psicológico para crear herramientas eficaces y afrontar las circunstancias con acciones de prevención y orientación a los estudiantes y por último en la parte social, se debe generar empatía con el estudiantado que atraviesa problemas de diferente índole y disminuir el estrés en su vida académica para no generar la

acumulación de actividades y eviten la deserción de los diferentes cursos, es por esta razón que se generó el planteamiento general del problema de la siguiente manera, ¿Cómo determinar la relación del estrés académico y procrastinación en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023?, seguidamente se hace referencia a problemas específicos que connotan las dimensiones de una de las variables y que están insertadas en la investigación y son; ¿Cómo determinar la relación de procrastinación con la dimensión de estresores en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una universidad del Cusco 2023?, ¿Cómo determinar la relación de procrastinación con la dimensión de síntomas en estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una universidad del Cusco 2023?, por último, ¿Cómo determinar la relación de procrastinación con la dimensión de estrategias de afrontamiento de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una universidad del Cusco 2023?, en consecuencia del planteamiento de estos enunciados, se plantean objetivos acorde a los problemas de investigación, tanto un objetivo general fue determinar la relación del estrés académico y procrastinación en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una universidad del Cusco 2023.

Según Espinoza-Pajuelo (2019), indica que las hipótesis son enunciados que el investigador mantiene como un indicador congruente a las preguntas realizadas y conocedor del tema que se está investigando, en este sentido las hipótesis general es H1: Existe relación directa entre el estrés académico y procrastinación en de estudiantes del 6to semestre del curso de psicología clínica en una universidad del Cusco 2023 y la hipótesis nula H0: No existe relación directa entre el estrés académico y procrastinación en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una universidad del Cusco 2023.

II. MARCO TEÓRICO

El estrés es un factor determinante psicológico que todas las personas presentan en algún momento en sus vidas, el presente estudio está dirigido a los alumnos universitarios ya que es de interés científico estudiar las manifestaciones de estrés por estudios como también las labores académicas que demanda la universidad y docentes.

Barraza y Barraza (2019), en su estudio toman como finalidad buscar una relación de la procrastinación con el estrés académico la educación superior, el trabajo presenta un enfoque cuantitativo, no experimental de tipo correlacional y transversal, indicando como muestra a 300 universitarios en pedagogía de Durango en México, utilizando la Escala de procrastinación Académica de 16 ítems y el Inventario Sisco de 45 ítems dando como resultado diversos niveles en relación a las variables y también como no relación siendo la conclusión de detallar mejor la relación tomando en cuenta la dimensión de autorregulación y claro mencionando que solo la investigación fue a una sola institución.

Estremadoiro y Schultze (2021), señalan sobre el trabajo de investigación que la variable procrastinación afecta a la población estudiantil de una universidad de Bolivia, en la cual el propósito fue determinar los niveles de procrastinación, se realizó un estudio de enfoque cuantitativo transversal-descriptivo-comparativo, la muestra fueron 353 sujetos de una universidad privada eliminando 43 pruebas que no contaban con las respuestas completas y quedando 319 individuos de ambos géneros y de 17 a 41 en rango de edades, utilizó el instrumento PASS de 44 reactivos, obteniendo un resultado que la mayoría de participantes presenta un nivel medio bajo, dando a concluir que esta variable se presenta en la mayoría de estudiantes, sobre todo al ejecutar tareas complejas y evitar realizarlas, también menciona que no difiere de edad, sexo ni género para ser un procrastinador.

Dardara y Al-Makhalid (2022), mencionan sobre la procrastinación y cómo ésta puede generar problemas de tipo emocional y calidad de salud mental en estudiantes universitarios de Arabia Saudita, con el motivo de establecer una

relación de procrastinación y síntomas negativos de los educandos, de enfoque cuantitativo y exploratorio, donde la muestra es 886 individuos de la Universidad Umm Alqura, con los cuales se utilizaron Escala de procrastinación irracional (IPS), Escala DASS-21 y Formulario MHC-SF, dando un resultado significativo que la procrastinación y los indicios emocionales negativos guarda una relación con el equilibrio en la salud mental, la conclusión del estudio es relevante que varones solteros tengan procrastinación, al presentar un inadecuada salud mental.

Espín y Vargas (2022), hallaron en su investigación la concordancia entre la procrastinación y el estrés académico de universitarios de Paraguay, con el fin de buscar esa correlación entre ambas variables, el estudio conto una metodología no experimental, de enfoque cuantitativo, alcance descriptivo correlacional y corte transversal, donde la muestra fueron los 432 individuos, con muestreo no probabilístico por conveniencia, aplicando los instrumentos de SISCO y EAP, aquí se halló que no existe concordancia entre ambas variables, y se argumenta que cada variable es independiente en su proceder de la investigación y los factores acorde a las dimensiones varían según el sexo, dando más prevalencia en sintomatología .

Ramírez (2022), indíca que el capital psicológico y la manera en cómo pueden afrontar el estrés estudiantes universitarios chilenos, con el objetivo de ver si el Psycap presenta relación significativa positiva con el afrontamiento y uso de estrategias ante este fenómeno, de tipo exploratoria, transversal, utilizando una muestra de 102 estudiantes de instituciones públicas y privadas de Chile, utilizando el Psychological Capital Questionnaire. Short versión PSQ-12, dando como resultado que existe una relación significativa del Psycap y el afrontamiento del estrés, como también se encontraron diferencia de estudiantes de instituciones públicas y privadas y si entre ellos tenían ascendencia indígena o no, como conclusión se vio reflejada que muchos estudiantes presentan una inadecuada forma de afrontar el estrés, y la ayuda del Psycap para identificar estos problemas.

Ser estudiante universitario acarrea tener más carga académica, es paso de una transición a un rendimiento que formará parte de la vida de cada persona, al integrar nuevos aprendizajes que determinan la eficacia en un campo laboral, en

nuestro ámbito es común ver cansancio, falta de motivación, recursos, distinciones de diferentes universidades que son factores importantes en la educación superior de cada individuo, como tal también hay un incremento de estrés y procrastinación y señalando el problema que también fue de redundancia en el país, como el Covid y la forma de educación virtual, que trajo consigo muchas dificultades en la forma de aprendizaje incluido los problemas económicos y la precariedad de cada familia Reátegui et al. (2022), en estas circunstancias, se concibe diferentes trabajos y estudios locales.

Palacios-Garay et al. (2020), donde menciona que la relación de la procrastinación y estrés, que guardan una correspondencia señalando a alumnos universitarios, donde el propósito fue determinar esa relación entre esas variables ya mencionadas, metodología cuantitativa, de tipo sustantiva y de nivel descriptivo, el método hipotético deductivo, la muestra fueron 340 alumnos de la universidad del Perú, en los cuales se aplicó el instrumento de Pass, que mide procrastinación y el instrumento SISCO, que mide estrés, y dando como resultado que existe relación significativa del 58.4 % de la dimensión vigor de las variables de la investigación y un porcentaje de 70.4% en el engagement, teniendo una significancia alta y dando a conocer que el estrés y la procrastinación van en la relación a la investigación realizada.

Orco-León et al. (2022), también se indica una investigación donde mencionan sobre si el estrés y la procrastinación van asociadas en educandos universitarios de, con el fin de pretender establecer si existe una correlación de manera asociativa del estrés y la procrastinación, tiene un estudio observacional analítico transversal, con una muestra de 91 individuos, se utilizaron los instrumentos EPA de 16 reactivos y SISCO de 15 reactivos, arrojando los resultados de una concordancia existente entre el estrés y la procrastinación con consecuencias multivariadas que refleja ($p = 0,001$) en género, ($p = 0,035$) en edad y ($p = 0,022$) en estrés, que como conclusión indica la asociación de las variables estrés y procrastinación incluyendo edad y género, como también para un estudio más amplio integrar estudiantes de otras universidades de Lima.

Estrada et al. (2021), señala en su trabajo sobre el nivel de estrés en

educandos que vivieron en circunstancias de pandemia gracias al Covid-19, donde tiene como fin determinar el realce del estrés académico de los universitarios en tiempos de pandemia, de enfoque cuantitativo, no experimental y correlacional, con una muestra de 172 individuos peruanos, utilizando el inventario SISCO de estrés académico y hojas sociodemográficas, dando resultados acorde a las dimensiones del estrés, que si existe altos niveles de estrés académico en cuanto al sexo, grupo etario y los años de estudio, como conclusión se determinó que los estudiantes necesitan apoyo psicoeducativo para afrontar la estrés y no afecte su calidad de vida.

Estrada E et al. (2021), mencionan sobre la procrastinación académica en alumnos universitarios del Perú y la ansiedad que puede generar este problema, tienen como propósito precisar la correspondencia que existe entre la procrastinación y la ansiedad, de enfoque cuantitativo, no experimental y correlacional, con una muestra de 220 individuos, a quienes se les administró un instrumento de procrastinación académica y el test de Zung, obteniendo los valores que el 48.2% presenta un alto nivel de procrastinación y el 39% un nivel moderado de ansiedad, que determinó la existencia significativa en correlación a las variables, y como conclusión menciona que los estudiantes al seguir procrastinando presentaran niveles altos de ansiedad.

Yana et al. (2022), menciona que la adicción a las plataformas sociales y la procrastinación en circunstancias de pandemia y confinamiento en adolescentes, presenta como propósito establecer la concordancia entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación en épocas de pandemia, de enfoque cuantitativo y de diseño correlacional, tomando una muestra de 1255 estudiantes de Puno, utilizando los instrumentos de medida como el instrumento (ARS) de 24 ítems y el cuestionario (EPA), dando como resultado ($r=0.710$; $p=0.01$) que considera altamente significativo la relación de las adicciones a las plataformas sociales y la procrastinación, como conclusión se menciona que las circunstancias en tiempos de pandemia y confinamiento fueron determinantes para el aumento de la adicción a las redes sociales y un incremento de la procrastinación.

Siguiendo con el trabajo de investigación, mencionamos conceptos de las variables como indicadores a conceptualizar siendo la primera el estrés, indica Bertsch y Le Scanff (2021) que el ser humano está proclive a pasar diferentes situaciones de adaptación donde encuentra circunstancias de afrontamiento a una determinada acción, en la cual no contará con estrategias y herramientas que adecuen un cambio a nivel fisiológico y psicológico y evitar tener problemas serios en un futuro, como presentar alguna patología, además menciona Silva-Ramos et al. (2020), que el estrés connota desequilibrio en el individuo causada por un estímulo que genera malestares y síntomas de diferente afectación ya que cada persona afronta este tipo de circunstancias de distinta forma, puesto que algunos perciben las situaciones ambientales que generan estrés en el ser humano.

Señala Restrepo et al. (2020) que el estrés es un proceso por el cual pasa todo estudiante acorde a los niveles académicos, donde atribuye un factor muy importante el cómo aprender, ya que se inmersa diferentes situaciones de responsabilidad sobre los cursos que integran los semestres, en los cuales la exigencia es máxima al presentar trabajos, exposiciones, reportes, investigaciones y exámenes, los cuales son parte de la integración profesional y muchos de los individuos que afrontan de manera negativa presentan una sintomatología y señales de alerta, con molestias físicas y emocionales por una inadecuada acción en su proceso de sobrellevar estudios universitarios, por lo contrario señala Luna et al. (2020) que el tener un factor positivo y potenciar la capacidad de afrontar situaciones negativas genera en los individuos pre disposición a reaccionar de mejor manera ante el estrés para así no generar somatizaciones que generen malestar de diferentes índoles tanto físico como psicológico.

Tomando en cuenta el modelo cognitivo, indica Albert Ellis citado en Gómez (2021), sobre el factor estrés el cual señala que son creencias irracionales, en el cual presentan un elevado índice de pensamientos catastróficos los cuales generan problemas de tipo físico, cognitivo y emocional en el ser humano, relativamente al crear buscar el equilibrio con metas y propósitos académicos, donde el propone un esquema denominado ABC, en el cual la representación de A, sería un estímulo o evento, B, sería la idea y por último la C, tendría como denominación las

consecuencias que puedan causar malestares físicos, y postergar actividades que requieran mayor esfuerzo para no caer en malos hábitos mencionando la procrastinación.

Menciona Lagos (2022), que Hans Selye es el padre del estrés por numerosos estudios e investigación sobre este tema, donde menciona conceptos como efectos que atribuye al organismo en diferentes circunstancias que conduce a una forma de actuar estereotipada, iniciando su campo de estudio sobre el estrés, él abarca tres enfoques el primero es el estrés como estímulo, mencionando las situaciones como inicia el problema como los estresores, el segundo es, el estrés como respuesta refiriendo a los factores físicos y psicológicos que causan la aparición del síntomas y por último el estrés interactivo, que indica una inclusión de los 2 primeros enfoques, y un actuar de forma cognitiva ante condiciones causantes del estrés.

Cassaretto et al. (2021), precisan el estrés académico como el malestar de un sujeto debido a factores físicos, emocionales, relacionales, internos o del contexto que pueden estresar significativamente la capacidad de una persona para enfrentar las circunstancias de aprendizaje y el rendimiento académico, capacidad metacognitiva, solución de conflictos, una pérdida significativa, cuestionarios, relaciones interpersonales y la exploración propia de cada individuo.

En mención al instrumento se presenta las dimensiones acordes al estrés, donde señalamos la dimensión estresores, dimensión síntomas y la dimensión de afrontamiento al estrés, donde se presentará un concepto en mención de la variable estrés, indica Gil y Fernández (2021), que los estresores son las causas fundamentales por las cuales los estudiantes universitarios presentan estrés, algunos son más relevantes ya que precisan desde la entrega de trabajos, labores en grupo, salidas a diferentes entidades para las prácticas, como también la participación en clase y las evaluaciones por parte de los docentes, estos son los estresores más comunes en la vida académica universitaria, sin mencionar actividades que los individuos realizan fuera de este ámbito, como el trabajar para pagar los estudios o que algunos sean padres de familia.

Mención Alania et al. (2020), sobre la dimensión de síntomas, las cuales son

las repercusiones somáticas del estrés, si bien es cierto muchas personas pueden sentir diferentes síntomas, los cuales son indicadores negativos ante la adaptabilidad de una circunstancia entre los más comunes se presenta y a modo de quejas son la falta de sueño conocido como el insomnio, al generar ideas erróneas, dando a consecuencia, el cansancio sobre todo en la realización de actividades académicas, temblores en el cuerpo, o entumecimiento de alguna parte de la anatomía del individuo, como también dolores de diferente tipo como son las cefaleas, dolor muscular, molestias en la visión etc.

Señala Ramírez et al. (2021), que existen diversos estímulos que provocan estrés, donde la persona necesita tener un equilibrio emocional tras pasar un momento de malestar, se ve de manifiesto en buscar estrategias de resolución y mejorar esa línea parcial, menciona que se puede ver diferentes formas de afrontar el estrés, ya que también va en manejo de la personalidad de un individuo, como los valores que ha aprendido en su ámbito cercano, también esta las creencias que evoca cuando se refiere a este problema y los objetivos que se va a trazar durante su vida universitaria, son factores que cumplen un rol importante en cuanto a afrontar el estrés y tener un bienestar de tipo físico y psicológico ante una circunstancia nueva, cabe señalar que estos estilos de afrontamientos son formas de reaccionar ante un estímulo, muchos estudiantes pueden centrar en la solución del problema, en buscar la mejor opción en el momento que surge la situación que desencadena la estrés.

Ahora se toma a referencia el término procrastinación y presentar conceptos sobre el significado como indica López-López et al. (2020), la procrastinación es la disposición de perder el tiempo, dejar atrás y retrasar actividades intencionalmente y no afrontar en su debido momento, esta manera de actuar incrementa en la persona fines negativos, con un desequilibrio en su bienestar tanto físico como psicológico, también genera problemas de eficacia en la realización de actividades, esto concluye en un círculo vicioso que la persona que tiende a procrastinar evita realizar tareas, tenemos a la segunda dimensión y menciona Salazar J (2022), el significado de la palabra procrastinación refiere a postergar trabajos y actividades por un factor muy importante que es el tiempo y su inadecuado uso, prefieren

realizar cosas que generan mayor placer por otras que constituyen malestares de forma consciente, como también se ve las consecuencias el atrasar estas actividades en el rendimiento académico, problemas emocionales, mencionando problemas de ansiedad, frustraciones y la deserción de los estudiantes en los cursos.

Señala Burgos-Torre y Salas-Blas (2020), que existen tipos de personas que son procrastinadoras, el primer tipo son los activadores, aquellas que buscan una forma de sensación, son personas que dejan a último momento y experimentan emociones diferentes y también éxito al concluir, también tenemos a los procrastinadores por evitación, son las personas que evaden la realización de las actividades por miedo a una opinión negativa, o un rechazo a su autoevaluación ya que presentan miedo y poca tolerancia a la frustración, y por último están los indecisos, aquellas personas que realizan una organización de planeación para la ejecución de las tareas, pero pasan más tiempo planeando que haciendo las actividades y no cuentan con el inicio ni fin.

Llegando al punto de las dimensiones donde señala sobre la dimensión autorregulación académica donde indica Altamirano y Rodríguez (2021), abarca un punto primordial en la etapa estudiantil, donde los estudiantes universitarios precisan el uso de muchas herramientas para lograr los objetivos y cumplir la meta que están trazando, en la cual presentan un actuar de realización con estrategias y habilidades que mejoren su desempeño académico a lo largo de los estudios, fomentando un mejor prosequir personal para sobrellevar de manera adecuada el estrés, afianzando desde la parte interna como son el control emocional, ver de una manera objetiva el problema, siendo consciente que le postergar actividades darán un resultado negativo que afectará de manera física y psicológica al estudiante.

Terminado con la última dimensión del tema de procrastinación se presenta la postergación de actividades y según Villavicencio (2021), refiere el concepto de dejar inconclusas las actividades que demandan más esfuerzo por el estudiante, donde escoge aquellas que le dan menos complejidad y satisfacción de realizar, y evita actividades que urgen más acciones para su realización, donde promueve la falta de hábito negativo y excede problemas en el aprendizaje, direccionando a una

ineficacia universitaria, ya que dejará de lado muchas acciones que integran el curso y aplaza su ejecución y por ende deserción, al saber qué tipo de demandas exigen la materia causara un pensamiento catastrófico que para el estudiante es imposible de realizar, donde otro factor juega un papel importante, señala Galindo-Contreras y Olivas-Ugarte (2021) donde las emociones son tan necesarias al realizar ciertas actividades, ya que el individuo sentirá un placer de no realizar dicha tarea en el tiempo establecido y por ende establecerá una sensación de estar absuelto de no haber concluido con trabajos, como también lo contrario al hacer un sobreesfuerzo y cumplir el objetivo sentirá un fortalecer y podrá tener ideas más positivas acorde a que el sujeto pueda realizar sus metas en tiempos dados.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

Nivel básico, con el propósito de abarcar información sobre las variables y modificar los conceptos en el marco teórico para su mejor orientación señala Espinoza-Pajuelo y Ochoa-Pachas (2021), aportando conocimiento científico sobre sus conceptos y variables, formulando hipótesis para dar su conclusión de vida.

El diseño de investigación es no experimental transversal según refiere Sánchez et al. (2018) donde no se realizará ninguna manipulación de variables, los datos serán acordes a la realidad de investigación, presenta corte transversal puesto que los datos se tomarán en un solo momento a todos los individuos dentro de nuestra trabajo de investigación, para poder ver alguna interrelación entre las variables que se estudiará, presenta un enfoque cuantitativo menciona Sánchez (2019), ya que refiere a tratar hechos o fenómenos medibles, los cuales se procesan a través de una base de datos, donde son cantidades o porcentajes los resultados a la demanda de lo que se pretende investigar, con un modelo hipotético deductivo en el cual se verán desde las premisas hasta observar si las conclusiones son acordes, dando nuevos conocimientos científicos y relevancia a la investigación, de estudio descriptivo.

Menciona Guevara et al. (2020) ya que toda la recopilación de la información debe ser real, exactamente tal cual para un análisis más exacto, y también de diseño correlacional puesto que se pretende ver si existe relación significativa en las variables estudiadas, con un paradigma positivista que busca predecir la realidad de manera objetiva incrementando el conocimiento científico del proceso.

3.2 Operacionalización de las variables

Variable 1: Estrés

Definición conceptual: Se refiere al estrés a modo de procesos de problemas o circunstancias que debe presentar el individuo, donde repercuten problemas de diferente índole sobre todo en el ámbito educativo, el estrés académico muestra un afrontar negativo en el estudiante universitario, según Barraza (2019), citado en Palacios et al. (2020), señala una forma de procesar las

circunstancias académicas que pueden ocasionar problemas sistemáticos en el individuo.

Definición operacional: Se presenta el cuestionario de 21 ítems, consta de 3 dimensiones, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

Indicadores: Sobre carga de tareas, carácter de los profesores, evaluaciones, exigencias por los docentes, tiempo para presentar trabajos, poco entendimiento, fatiga, depresión y ansiedad, tristeza, dificultades para la concentración, tendencias agresivas, conflictos, desgano, concentración, establecer soluciones, análisis, control emocional, recordar el aprendizaje, elaboración de plane y ser positivo.

Variable 2: Procrastinacion

Definición conceptual: Refiere Bustos (1998), citado en Arenas et ál. (2022) que el término hace referencia a la postergación de actividades que presenten más dificultad para la persona, sobre todo en la realización de tareas académicas.

Definición operacional: La Escala de procrastinación académica, la cual presenta 12 ítems, consta de 2 dimensiones: autorregulación académica y postergación de actividades.

Indicadores: Preparación previa, calidad de tiempo para los estudios, tácticas de estudio y aplazamiento de actividades.

3.3 Población, (criterios de selección) muestra y muestreo, unidad de análisis

Menciona Hernández y Carpio (2019), la población que es un grupo de individuos que forman el proceso de investigación que pueden presentar similares características entre sí, las cuales pueden ser finitas ya se que puede conocer la cantidad exacta de individuos o como también infinita que no se permite determinar el número de participantes, este conjunto será el integrador a medir en nuestro proceso de investigación con toda la recopilación de datos medibles, la muestra señala García (2016) que es un grupo reducido a la población total, la cual será nuestro enfoque de estudio exacto para hallar las conclusiones generale, en esta

trabajo menciona Cabrera (2021) la muestra es no probabilística a beneficio del investigador para dar un mejor información, indica Mucha L et ál. (2021), el método de selección es muestreo censal ya que es un mismo grupo para la toma de datos, donde hemos trabajaremos con los grupos A y B que conforman 70 estudiantes, y 30 individuos del grupo C que conformaría la prueba piloto.

Unidad de Análisis

Alumnos del VI semestre del curso de psicología clínica de una Universidad privada del Cusco.

Tabla 1

Muestra de estudiantes

Sección	Mujeres	Hombres	Total
Grupo A	29	11	40
Grupo B	17	13	30
Total	46	24	70

Nota. Recolección de datos

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

Se utilizará una encuesta, por su composición de una serie de preguntas dentro del cuestionario para ambas variables Feria H et ál., (2020).

Propiedades psicométricas:

La escala de SISCO, parte de la aparición del instrumento originalmente de 31 ítems, elaborado por Barraza en el (2019), citado en Olivas-Ugarte et al. (2021) el cual fue aplicado en diversos estudios como fue en Chile con una confiabilidad de ($\alpha > .70$) donde se indica niveles altos de estrés, como también otro trabajo en Ecuador en el cual la confiabilidad fue ($\alpha = .894$) altamente significativa, se tiene un estudio a nivel nacional con estudiantes de Trujillo, donde marca una confiabilidad y los niveles son altos por las 3 dimensiones, ahora con el trabajo de Barraza-Macía (2018) donde presentó una versión menos extensa de solo 21 ítems, en el cual la

fiabilidad son aceptables ($\alpha > .85$), con este valor y la versión de 21 ítems, empezaron a realizar más trabajos de investigación a nivel nacional.

El instrumento EAP, fue creado por Buskos (1998), adaptada en el contexto nacional por Dominguez Lara, Villegas Centeno (2014), citados en Querevalú & Echabaudes (2020) formada por 12 reactivos dentro de las 2 dimensiones, esta adaptación tiene una estructura bifactorial con una matriz superior a .40 lo cual indica una validez de constructo del instrumento y una confiabilidad de valores como .829 para la primera dimensión y de .794 para la segunda dimensión valores que connotan alta fiabilidad.

Validez

Según Carrillo B et ál. (2020), menciona que este procedimiento es muy importante para todo tipo de uso de instrumentos utilizados en investigación, ya que le dará una exactitud más verídica del instrumento a utilizar, para la validación del instrumento de ambos instrumentos tuvieron que pasar por juicio de expertos, para dar la aceptación de los ítems acorde a la adaptación que por referencia de los autores.

Tabla 2

Validez de la escala SISCO estrés académico

Juez	Nombre	Grado	Aplicable
1	Elvita Castillo Yarson	Maestra	Si
2	Danny Manuel Trujillo Cabrera	Magister	Si
3	Gregorio Ernesto Tomas Quispe	Doctor	Si
4	Carlos Efraín Marchena Cárdenas	Magister	Si

Nota. Recolección de datos

Tabla 3*Validez de Inventario EAP de procrastinación*

Juez	Nombre	Grado	Aplicable
1	Luis Eduardo Allan Izquierdo	Magister	Si
2	Erika Estrada Alomía	Magister	Si
3	Rocio del Pilar Caverro Reap	Magister	Si
4	Rosa María Lizonde Alejandro	Licenciada	Si
5	Ismael Villalobos Vilchez	Licenciado	Si

Nota. Recolección de datos

Confiabilidad

Menciona Tarazona-Mirava (2020) que es la consistencia que presenta un instrumento en cuanto a lo que se pretende medir sea un rasgo o característica de individuos, el cual fue elaborado para un determinado aspecto, como también puede presentar errores que pueden perturbar la medida.

Sobre la confiabilidad.

Para esta investigación se consideró realizar el criterio de Alfa de Cronbach, cual, según Ponce et ál. (2021), menciona es un coeficiente de consistencia interna, donde el alfa depende del constructo homogéneo de ítems de un instrumento.

Tabla 4*Confiabilidad de los instrumentos*

Variable	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Estrés académico	0,87	30
Procrastinación	0,80	30

Nota. Datos procesados por R studio

En la tabla se puede distinguir el Alfa Cronbach, que hay un resultado de 0.87

para la variable estrés académico, donde existe correlación positiva, ya que hay otro resultado de 0.80 para la variable procrastinación.

3.5 Procedimientos

Para registrar las fases de investigación, se debe realizar diferentes lineamientos acordes con el proceso y determinar con exactitud el fenómeno a observar y medir, para lo cual se realizó diferentes actividades como el conseguir el permiso para poder realizar la encuesta al grupo piloto, se entregó cada uno de los instrumentos donde se detallaron las instrucciones y dando respuesta a dudas y preguntas sobre algún ítem, contando con la presencia del docente que impartía la clase y resguardando la información personal del alumno.

3.6 Método de análisis de datos

Con las respuestas dadas por los estudiantes acorde a los instrumentos, se procedió a realizar una hoja de cálculo del programa Excel V 2016, donde se fue tabulando la información ítem por ítem, conjunto al número de estudiantes, para luego llevar a una base de datos del programa R Studio, para el análisis estadístico y dar la validación y fiabilidad a través de la ecuación del coeficiente Alfa de Cronbach.

3.7 Aspectos éticos

Acorde con los principios éticos y desarrollo en toda investigación, damos a conocer un pequeño resumen sobre la declaración de Helsinki, donde manifiesta dar una importancia a la preservación de la vida y dignidad, privacidad y la salud de los individuos que estarán dentro del desarrollo de la investigación, según indica Miranda y Villasís (2019).

Por otro lado hacemos hincapié y mencionamos cuatro principios importantes de la bioética dentro de la investigación, según manifiesta son el de autonomía el cual menciona la elección de cada individuo para tomar decisiones, el de beneficencia, el cual indica la moral que presenta la persona en función justa a los demás, el principio de no mal eficiencia, donde el individuo no puede causar daño tomando medidas de prevención, y el ultimo de justicia donde prohíbe la

discriminacion y el rechazo a cualquier individuo, según Jativa E et ál. (2019).

IV. RESULTADOS

4.1 Resultados descriptivos

Tabla 5

Niveles de estrés de los estudiantes del VI semestre de una Universidad del Cusco 2023

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	10	14,3
Medio	28	40,0
Alto	24	34,3
Muy alto	8	11,4
Total	70	100,0

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 5 se encontró que el estrés académico presenta un 14.3% un nivel bajo, el 40% un porcentaje medio, el 34.3% un porcentaje alto y el 11.4% un porcentaje muy alto, donde predomina el nivel alto en esta variable. Donde se connota que los sujetos presentan un nivel medio de estrés frente a las situaciones universitarias.

Tabla 6

Niveles de la dimensión estresores en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	2,9
Medio	30	42,9
Alto	26	37,1
Muy alto	12	17,1
Total	70	100,0

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 6 se presentan los resultados, el 02.9% son los estudiantes tiene estrés académico bajo, el 42% de los estudiantes tiene estrés académico medio, el 37.1% de los individuos tiene estrés académico alto y el 17.1% de los sujetos tiene estrés académico muy alto. Se deduce que los sujetos presentan un nivel medio en cuanto a componentes estresores.

Tabla 7

Niveles de la dimensión síntomas en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	11	15,7
Medio	24	34,3
Alto	23	32,9
Muy alto	12	17,1
Total	70	100,0

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 7 presenta un resultado dónde el 15.7% de los estudiantes tiene estrés académico bajo, el 34.3% de los sujetos tiene estrés académico medio, el 32.9% de los individuos tiene estrés académico alto y el 17.1% de los estudiantes tiene estrés académico muy alto. Se deduce que los sujetos presentan un nivel medio en cuanto se refiere a los síntomas que manifiestan en situaciones estresantes.

Tabla 8

Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	11	15,7
Medio	32	45,7
Alto	13	18,6
Muy alto	14	20,0
Total	70	100,0

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 8 presenta los resultados que son el 18.6% de los estudiantes tiene estrés académico bajo, el 45.7% de los estudiantes tiene estrés académico medio, el 32.9% un porcentaje alto y el 20.0% un porcentaje muy alto. Se concluye que los sujetos responden a un nivel medio ante tener estrategias adecuadas de afrontamiento.

Tabla 9

Niveles de procrastinación de los estudiantes del VI semestre de una Universidad del Cusco 2023

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	17	24,3
Medio	36	51,4
Alto	17	24,3
Total	70	100,0

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 9 presenta un resultado del 24.3% de los estudiantes tiene niveles bajos de procrastinación, el 51.4% de los estudiantes tienen niveles medios de procrastinación, y el 24.3% de los estudiantes tiene niveles altos de procrastinación. Se deduce que los sujetos presentan un nivel medio de procrastinación, lo cual interfiere en realizar sus actividades a tiempo.

Tabla 10

Niveles de la dimensión autorregulación académica en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	18,6
Medio	23	32,9
Alto	34	48,6
Total	70	100,0

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 10 se observa los resultados del 18.6% de los estudiantes tiene autorregulación académica de nivel bajo, el 32.9% de los educandos presentan autorregulación académica nivel medio, y el 48.6% de los alumnos muestran autorregulación académica nivel alto. Se concluye que los sujetos presentan un nivel alto antes la autorregulación académica, cual hace persistente a no terminar trabajo.

Tabla 11

Niveles de la dimensión postergación de actividades en los estudiantes del VI ciclo de una universidad del Cusco 2023

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	4	5,7
Bajo	19	27,1
Medio	45	64,3
Alto	2	2,9
Total	70	100,0

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 11 se dan a conocer los resultados con el 5.7% que presenta postergación de tareas muy bajo, el 27.1% de los estudiantes tiene postergación de actividades bajo, y el 64.3% de los estudiantes tiene postergación de actividades medio, el 2.9% de los estudiantes tiene postergación de actividades alto. Se define que los sujetos presentan un nivel medio para concluir tareas.

Tabla 12*Tabla cruzada entre estrés académico y la procrastinación*

		Procrastinación							
		Bajo		Medio		Alto		Total	
		F	%	f	%	F	%	f	%
Estrés Académico	Bajo	9	12,9%	1	1,4%	0	,0%	10	14,3%
	Medio	8	11,4%	20	28,6%	0	,0%	28	40,0%
	Alto	0	,0%	13	18,6%	11	15,7%	24	34,3%
	Muy alto	0	,0%	2	2,9%	6	8,6%	8	11,4%
Total		17	24,3%	36	51,4%	17	24,3%	70	100,0%

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 12 se da a conocer un valor de 12.9% tienen estrés académico bajo y procrastinación bajo, 28.6% tiene estrés académico medio y procrastinación medio y el 15.7% tiene estrés académico alto y procrastinación alto. Se deduce que la variable estrés académico presenta un nivel medio, conjuntamente con la variable procrastinación.

Tabla 13*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk*

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	P	Estadístico	gl	P
Estrés Académico	,073	70	,200	,972	70	,122
Estresores	,128	70	,006	,969	70	,084
Síntomas	,115	70	,022	,960	70	,024
Estrategias de afrontamiento	,136	70	,003	,956	70	,015
Procrastinación	,220	70	,000	,839	70	,000
Autorregulación académica	,260	70	,000	,788	70	,000
Postergación de actividades	,185	70	,000	,913	70	,000

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

Criterios para determinar normalidad

Prueba de Kolmogorov-Smirnov

$P \geq 0.05$ = Los datos provienen de una distribución normal

$P < 0.05$ = Los datos no provienen de una distribución normal

En la tabla 13 se halla que la variable procrastinación y sus respectivas dimensiones no siguen una distribución adecuada, dado que el valor p es menor que el nivel de significancia $\alpha=0.05$. Por otro lado, la variable estrés académico parece seguir una distribución normal, ya que p es mayor que 0.05, pero sus dimensiones no muestran una distribución normal. Dado que al menos una de nuestras variables no sigue una distribución normal, resulta apropiado emplear un análisis no paramétrico. Donde utilizaremos la prueba de correlación Rho de Spearman de la siguiente manera.

4.1.1 Prueba de hipótesis

4.1.1.1 Hipótesis general

Hi: Existe relación entre el estrés académico y la procrastinación de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Ho: No existe relación entre el estrés académico y la procrastinación de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Tabla 14

Relación entre el estrés académico y la procrastinación

		Procrastinación		
		N	Coeficiente de correlación	P
Rho de Spearman	Estrés Académico	70	,859	,000

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 14 se observa un valor de p es 0.000, que es menor que el nivel de significancia establecido ($p < 0.05$). Este resultado nos lleva a rechazar la hipótesis nula, lo que implica que existe una relación significativa entre el estrés académico y la procrastinación. Además, la magnitud de esta relación, esta medida a través del coeficiente de Rho de Spearman ($Rho = 0.859$), sugiere una asociación fuerte entre estas dos variables. Por lo tanto, podemos concluir que el estrés académico y la procrastinación están fuertemente relacionados.

4.1.1.2 Hipótesis específicas

Hipótesis específica 01.

Hi: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión estresores de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Ho: No existe directa entre la procrastinación y la dimensión estresores de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Tabla 15

Correlación de la dimensión estresores y la procrastinación en los estudiantes del VI semestre de una universidad del Cusco 2023

		Estresores		
		N	Coefficiente de correlación	P
Rho de Spearman	Procrastinación	70	,798	,000

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 15 se observa un valor de p de 0.000, que es menor que el nivel de significancia establecido ($p < 0.05$). Este resultado nos lleva a rechazar la hipótesis nula, lo que implica que existe relación entre la procrastinación y la dimensión de estresores. Además, la magnitud de esta relación, medida a través del coeficiente de Rho de Spearman ($Rho = 0.798$), sugiere una asociación fuerte entre estas dos variables. Por lo tanto, podemos concluir que la procrastinación y dimensión de estresores de estudiantes están fuertemente relacionados en este grupo de estudiantes.

Hipótesis específica 02

Hi: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión de síntomas de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Ho: No existe relación entre la procrastinación y la dimensión de síntomas de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Tabla 16

Correlación de la dimensión síntomas y la procrastinación en los estudiantes del VI semestre de una universidad del Cusco 2023

		Síntomas		
		N	Coefficiente de correlación	P
Rho de Spearman	Procrastinación	70	,814	,000

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 16 se observa un valor de p de 0.000, que es menor que el nivel de significancia establecido ($p < 0.05$). Este resultado nos lleva a rechazar la hipótesis nula, lo que implica que existe relación directa entre la procrastinación y la dimensión de síntomas de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023. Además, la magnitud de esta relación, medida a través del coeficiente de Rho de Spearman ($Rho = 0.814$), sugiere una asociación fuerte entre estas dos variables. Por lo tanto, podemos concluir que la procrastinación y la dimensión síntomas de los estudiantes están fuertemente relacionados en este grupo de estudiantes.

Hipótesis específica 03

Hi: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Ho: No existe relación entre la procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Tabla 17

Correlación de la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en los estudiantes del VI semestre de una universidad del Cusco 2023

		Estrategias de afrontamiento		
		N	Coefficiente de correlación	P
Rho de Spearman	Procrastinación	70	,753	,000

Nota. Datos procesados en Spss V27.0

En la tabla 17 se observa un valor de p de 0.000, que es menor que el nivel de significancia establecido ($p < 0.05$). Este resultado nos lleva a rechazar la hipótesis nula, lo que implica que existe relación directa entre la procrastinación y la dimensión de estrategias. Además, la magnitud de esta relación, medida a través del coeficiente de Rho de Spearman ($Rho = 0.753$), sugiere una asociación fuerte entre estas dos variables. Por lo tanto, podemos concluir que la procrastinación y la dimensión estrategias de afrontamiento de estudiantes están fuertemente relacionados en este grupo de estudiantes.

V. DISCUSIÓN

En primer orden tenemos los resultados descriptivos, se tiene a la variable Estrés Académico, que contiene a las dimensiones denominadas, Estresores, Síntomas y Estrategias de afrontamiento, el 14.3% de esta variable sobre los encuestados evidencia un nivel bajo, el 40% de los encuestados muestra un porcentaje medio, el 34.3% de los encuestados manifiesta estar en un porcentaje alto y el 11.4% de los encuestados se exhiben con un porcentaje muy alto, Martínez y Díaz (2007), precisan el estrés académico como el malestar de un alumno debido a factores físicos, emocionales, relacionales, internos o ambientales que pueden estresar significativamente la capacidad de un estudiante para enfrentarse al contexto escolar y esto afecta necesariamente el rendimiento académico. Resultados similares se encuentran en Orco et al. (2022), donde el 67% de los estudiantes entrevistados tiene estrés académico. También se hallaron resultados similares en Estrada et al. (2021) quien en su trabajo de investigación demostró que el 47,1% de los encuestados dieron un nivel alto de estrés académico.

En lo concerniente a la dimensión Estresores de la variable rendimiento académico el presente estudio encontró los siguientes resultados el 02.9% de los estudiantes posee estrés académico bajo, el 42% de los estudiantes evidencian tener estrés académico medio, el 37.1% de los educandos evidencian tener estrés académico alto y el 17.1% de los alumnos evidencian tener estrés académico muy alto, lo que demuestra la influencia de los estresores académicos, como el tiempo en la entrega de trabajos, trabajo en grupo, salidas a diferentes entidades para las prácticas, como también la participación en clase y las evaluaciones por parte de los docentes, estos son los estresores más comunes en la vida académica universitaria, estresores familiares, como el trabajar para pagar los estudios o que algunos sean padres de familia, según Gil y Fernández (2021) se evidencian los estresores académicos como el tiempo de entrega de las tareas, el trabajo en grupo, las salidas de campo a diferentes instituciones, la participación en clases y las evaluaciones de los docentes son los estresores más comunes en la vida académica universitaria, los estresores sociales como el laboral, pagar sus estudios

o que algunos son padres de familia. Resultados afines se ubicaron en Estrada et al. (2021), que en su estudio se halló que el 62,8% de los educandos exhibieron un nivel alto, el 25% poseían un nivel moderado y el 12,2% demostraban un nivel bajo. También se ubicaron resultados semejantes en Barraza y Barraza (2019), quienes en su estudio hallaron que la desviación estándar de esta dimensión fue de 3.38 (s2 .80), teniendo como ítems más elevados a “La sobrecarga de trabajos y tareas académicas que tengo que efectuar diariamente”, “Tener tiempo restringido para hacer los trabajos que me encargan los docentes” y “La resolución de exámenes”.

En lo que se refiere a la dimensión Síntomas de la variable rendimiento académico el presente estudio encontró los siguientes resultados, el 15.7% de los estudiantes evidenciaron tener estrés académico bajo, el 34.3% de los estudiantes tiene estrés académico medio, el 32.9% de los alumnos tiene estrés académico alto y el 17.1% de los educandos tiene estrés académico muy alto, es decir que el 35% demuestra tener Síntomas entre alto y muy alto, siendo este porcentaje importante para el presente estudio. Resultados similares se hallaron en Estrada et al. (2021), que en su investigación la dimensión síntomas del estrés obtuvo los siguientes datos, el 44,2% de los estudiantes exhibieron un nivel moderado, el 37,8% demostraron un nivel alto y el 18% poseían un nivel bajo, que según Alania et al. (2020), esto quiere decir que los alumnos tienen características ocasionales de respuestas físicas (cefalea, problemas del sueño o fatiga constante), psicológicas (depresión, ansiedad, angustia o irritabilidad) y conductuales (aislamiento, trastornos alimentarios o conflictos). Estas molestias afectarían el rendimiento y la condición de vida del alumnado.

En lo que corresponde a la dimensión Estrategias de afrontamiento de la variable rendimiento académico el presente estudio encontró los siguientes resultados el 18.6% de los estudiantes encuestados posee estrés académico bajo, el 45.7% tiene estrés académico medio, el 32.9% un porcentaje alto de estrés y el 20.0% un porcentaje muy alto, al respecto Ramírez et al. (2021), sostienen que existen diferentes estímulos estresantes es aquí que el estudiante necesita un equilibrio emocional después de pasar un momento incómodo, el estudiante debe buscar estrategias de solución y disminuir las consecuencias del estrés, es decir, el

estudiante debe contar con diferentes estrategias para lidiar con el estrés, además de tener apoyo de un tutor que le ofrezca herramientas para hacer frente a situaciones estresantes, pero a la luz de los resultados obtenidos por la presente investigación se demuestra que los estudiantes se caracterizan por tener estrategias limitadas para hacer frente a las demandas percibidas por el estudiante como amenazantes o estresantes. Resultados similares se hallaron en Estrada et al. (2021), en el que, el 40,1% de los estudiantes presentaron un nivel moderado, el 32% tenían un nivel bajo y el 27,9% evidenciaban un nivel alto respecto a la dimensión estrategias de afrontamiento. También se tiene resultados semejantes en Barraza y Barraza (2019), quienes en su estudio hallaron que la desviación estándar de esta dimensión fue de 3.66 (s2 .88), teniendo como ítems más elevados los siguientes: “distraerme viendo televisión o escuchar música”, “concentrarme en solucionar el problema que me inquieta” y “realizar paseos o realizar alguna disciplina deportiva”

En relación a la variable Procrastinación el presente estudio encontró los siguientes resultados: el 24.3% tiene conductas de procrastinación bajas, el 51.4% demuestra tener procrastinación en niveles medios y el 24.3% de los estudiantes tiene niveles altos de procrastinación. De acuerdo a López et al. (2020) y Salazar (2022), la procrastinación es la disposición de perder el tiempo, dejar atrás y retrasar actividades tareas o trabajos académicos intencionalmente y no afrontar los deberes en su debido momento. Resultados similares se tiene en Yana-Salluca et al. (2022) quienes en su estudio hallaron procrastinación académica (82.5%) en estudiantes de 4to grado y (73.3%) en estudiantes de quinto grado de secundaria. También se tiene resultados similares en Estrada y Mamani (2020) en su estudio hallaron que el 48% de los alumnos exhibieron niveles altos, el 23,2% tienen niveles moderados, el 12,3% mostraron niveles muy altos, el 10,5% poseían niveles bajos y el 5,9% revelaron tener niveles muy bajos de procrastinación.

En lo que se refiere a la dimensión Autorregulación académica de la variable Procrastinación el presente estudio encontró los siguientes resultados: del 18.6% de los estudiantes tiene autorregulación académica de nivel bajo, el 32.9% tiene autorregulación académica nivel medio, y el 48.6% tiene autorregulación académica

nivel alto, según Altamirano y Rodríguez (2021), los universitarios necesitan de muchas estrategias para lograr sus metas y llegar al propósito trazado que es el de mejorar su rendimiento académico durante sus estudios y creciendo de manera personal logrando un adecuado manejo del estrés y fortaleciendo su control emocional. Resultados similares se encontraron en Yana-Salluca et al. (2022), que en su investigación halló que el factor de autorregulación académica 7.5% los estudiantes procrastinan a un nivel alto; Sin embargo, el 92,5% de los estudiantes han experimentado esto en su vida, debido a que se plantean que las metas de aprendizaje tienen mucha importancia y tratan de controlar y regular su cognición y conducta motivacional, considerando como más importante su autorregulación.

En lo que corresponde a la dimensión Postergación de actividades de la variable Procrastinación el presente estudio encontró los siguientes resultados: El 5.7% de los encuestados tiene un nivel muy bajo de postergar sus actividades, el 27.1% posterga sus actividades a nivel bajo, y el 64.3% posterga sus actividades a nivel medio, el 2.9% posterga sus actividades en nivel alto, según Villavicencio (2021) explica que la acción de postergar las actividades u obligaciones académicas es dejar inconclusas las acciones que demandan esfuerzo al estudiante y escoge aquellas que le dan menos complejidad y satisfacción de realizar, evitando así actividades importantes, este hábito negativo y generalmente afecta el aprendizaje que desembocan en una ineficacia universitaria, ya que la persona dejará de lado muchas obligaciones académicas necesarias para su desarrollo intelectual, aplazando así su ejecución y puede traer como consecuencia la deserción educativa. Resultados similares son ratificados por otros investigadores como Yana-Salluca et al. (2022), quienes dieron cuenta de que los alumnos postergan sus actividades para dedicarse a tareas menos trascendentes.

En cuanto a lo referente de las correlaciones entre las dimensiones de estrés académico la variable procrastinación se tiene existe relación entre la procrastinación y la dimensión de estresores, con un valor de p de 0.000, que es menor que el nivel de significancia establecido ($p < 0.05$), y el coeficiente de Rho de Spearman ($Rho = 0.798$) lo que nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna. También se tiene que existe relación directa entre la

procrastinación y la dimensión de síntomas, un valor de p de 0.000, que es menor que el nivel de significancia establecido ($p < 0.05$), coeficiente de Rho de Spearman ($Rho = 0.814$), lo que nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna. Además, se halló que existe relación directa entre la procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento, un valor de p de 0.000, que es menor que el nivel de significancia establecido ($p < 0.05$), y el coeficiente de Rho de Spearman ($Rho = 0.753$), esto nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna.

En lo concerniente al estudio del objetivo general, que busca determinar la relación del estrés académico y procrastinación en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023, se halló que existe una relación significativa entre el estrés académico y la procrastinación, con un valor de p es 0.000, que es menor que el nivel de significancia establecido ($p < 0.05$), además, la magnitud de esta relación, medida a través del coeficiente de Rho de Spearman ($Rho = 0.859$), este resultado nos permite aceptar la hipótesis alterna y rechazar la hipótesis nula. Resultados convergentes se encontraron en el estudio de Orco et al. (2022), quienes hallaron correlación entre el estrés y la procrastinación, y la prevalencia de estudiantes que obtuvieron un porcentaje más alto del 67% en el estudio de estrés fue muy alta y se les califica como estudiantes estresados. Las principales razones por las que los alumnos experimentaron estrés podrían ser la sobrecarga de deberes y trabajos universitarios y la evaluación constante (casi todas las semanas) asimismo, se encontró que los jóvenes varones poseían índices más altos de procrastinación que las mujeres. También se tiene resultados convergentes en la investigación de Estrada y Mamani (2020), que hallaron que la procrastinación académica está directa y significativamente relacionada con la ansiedad de los estudiantes, esto es, mientras más posponen voluntariamente sus actividades académicas, mayor es su nivel de ansiedad, lo que a su vez afecta su bienestar personal. Estos indicadores priorizaron el análisis de las emociones, pensamientos, conductas e incluso cambios físicos en la población materia de estudio. Resultados divergentes se hallaron en Espín y Vargas (2022), quienes encontraron que la variable procrastinación académica y sus dimensiones

no tienen relación con la variable estrés académico.

Finalmente, se debe indicar que los resultados aquí presentados deben considerarse no definitivos, ya que existe una limitación fundamental, y es que sus participantes son estudiantes de una sola institución, por lo que la presencia de algunos elementos socio demográficos puede influir en el análisis. A pesar de esta limitación la presente investigación permitió identificar cuestiones relacionadas con la conceptualización y medición de las variables estrés académico y procrastinación al explorar las complejidades de la relación entre ambas variables.

VI. CONCLUSIONES

- Primera.-** Se concluye sobre la contrastación del primer objetivo que el estrés académico y la procrastinación tienen una correlación alta con el valor de ,859 según Spearman dando una significancia alta que procede a mencionar que existe un alto nivel de estrés y procrastinación en los estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica, indicando que los trabajos en las asignaturas presentan más nivel de conocimiento puesto que es un curso de relevancia en la carrera de psicología.
- Segunda.-** De acuerdo al primer objetivo específico se acepta la hipótesis alterna con un valor de ,798 según Spearman, la cual contrasta y da una significancia alta a la dimensión de estresores referente a la procrastinación, señalando que las tareas que se ejecutan en el curso son de más exigencia y contenido amplio para su mejor desempeño en el transcurso del ciclo, abarcando tareas, exposiciones, docentes y compañeros de clase.
- Tercera.-** Se concluye con el segundo objetivo específico aceptando la hipótesis alterna, que señala un valor de ,814 según Spearman haciendo la correspondencia de la dimensión síntomas y la variable procrastinación, mencionando una significancia alta con tal sentido que los estudiantes presentan diversos síntomas de afectación de manera física y como también psicológica pudiendo desencadenar en otro tipo de problemas de salud mental.
- Cuarta.-** Se concluye con el tercer objetivo específico aceptando la hipótesis nula con un valor de ,753 según Spearman correlacionando la dimensión de estrategias de afrontamiento con la variable procrastinación, dando una significancia alta puesto que se indica que los individuos presentan diferentes formas de afrontar las circunstancias de manera adecuada y sin buscar la ayuda de un especialista en temas de salud mental.

VII. RECOMENDACIONES

- Primera.-** Se propone manifestar a la institución superior y departamento de estudios de la carrera de psicología sobre los datos conseguidos en el transcurso de investigación, para poder dar una clara visión sobre la problemática del estudio realizado y evidenciar con valores obtenidos el porcentaje significativo sobre la redundancia de este problema en la actualidad, ya que como carrera se den las indicaciones en beneficio de los estudiantes que presentan alguna señal de alerta.
- Segundo.-** Se sugiere a todo el personal educativo de la universidad que deben tener conocimiento sobre las manifestaciones de los alumnos y primeras señales de indicios que los estudiantes puedan estar presentando y dar mejores ambientes de aprendizaje y evitar que los factores externos se vuelven negativos.
- Tercera.-** Se recomienda realizar campañas dentro de la universidad y poder detectar casos donde los estudiantes manifiesten problemas de tipo físico y psicológico para evitar conductas de riesgo que puedan desencadenar en algún problema de salud mental y ser conjuntamente llevados a tutoría para la consejería correspondiente para evadir que aplacen actividades y tareas correspondientes a los cursos.
- Cuarta.-** Se pretende sugerir realizar actividades de prevención en la población docente universitaria para poder adquirir más métodos de enseñanza que no ocasionen sucesos estresantes, como también se sugiere realizar talleres sobre manejo del estrés y afrontamiento para que los educandos coloquen en práctica y evitar caer en la procrastinación.

REFERENCIAS

- Alania, R. D., Llancari, R. A., Rafaele, M., & Ortega, D. I. (2020). Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111–130.
<https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Altamirano, C. E., & Rodríguez, M. L. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16-28.
<https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Arenas, M. M., Rivero, C., & Navarro, R. J. (2022). Procrastinación académica y tipos de motivación en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana. *Revista peruana de investigacion educativa.*, 14(16), 35-61.
<https://doi.org/10.34236/rpie.v14i16.286>
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología.*, 22(2), 363-378.
<http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Ayala, A.S., Rodríguez, R.Y., Villanueva, W., Hernández, M., & Campos, M. (2019). Academic procrastination: theories, elements and models. *Investigation Wall Magazine*, 5(2), 40-52. <https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r-Muro-investigaion/article/view/1324>
- Barraza, A. (2019). Academic stress in students of three educational levels. *Praxis Investigativa ReDIE: electronic journal of the Durango Network of Educational Researchers.*, 11(21), 149-163.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7145135>
- Barraza, A., & Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e. Revista de Investigación Educativa*, 28, 132-151. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Barraza-Macia, A. (2018). *Inventario Sistemico Cognoscitivista SV-21 para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. Durango-México: Books-©ECORFAN. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://www.ecorfan.org/libros>

/Inventario_SISCO_SV21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf

- Bertsch, J., & Le Scanff, C. (2021). *Estrés y rendimiento*. Madrid: INDE Publicaciones.
- Burgos-Torre, K. S., & Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3), e790.
doi:<https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.790>
- Cabrera-Álvarez, P. (2021). Aggregated administrative data and estimation from non-probabilistic samples. *International Journal of Sociology*, 1, 2.
<https://doi.org/10.3989/ris.2021.79.1.19.350>
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Academic stress in Peruvian university students: importance of health behaviors, sociodemographic and academic characteristics. *Liberabit*, 27(2), e482.
<https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Castro, M., Jativa, E., Garca, N., Otzen, T., & Manterola, C. (2019). Aspectos éticos propios de los diseños más utilizados en investigación clínica. *health med. sci.,(Chile)*, 3, 183-193.
<https://www.researchgate.net/publication/340581868>
- Cordovez, M., Ramírez, F., & Villafaña, C. (2023). Relationship between academic procrastination and psychological well-being in Chilean higher education students. *Wimb Lu*, 18(1), 83-100.
<https://doi.org/10.15517/wl.v18i1.54653>
- Dardara, E., & Al-Makhalid, K. (2022). Procrastination, Negative Emotional Symptoms, and Mental Well-Being among college students in Saudi Arabia. *Anales de Psicología*, 31(8), 17-24. <https://doi.org/10.6018/analesps.462041>
- Espín, J. T., & Vargas, A. P. (2022). Procrastination and Academic Stress in College Students. *Latam Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 551–563. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.272>
- Espinoza, E. E. (2019). Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Segunda parte. *Conrado*, 15(69), 171-180.

- Espinoza-Pajuelo, L. A., & Ochoa-Pachas, J. M. (2021). El nivel de investigación relacional en las ciencias sociales. *Acta Peruana jurídica.*, 3(2), 93-111. <http://201.234.119.250/index.php/AJP/article/view/257>
- Estrada, E.G., Mamani, M., Gallegos, N.A., & et al. (2021). Academic stress in Peruvian university students in times of the COVID-19 pandemic. *Venezuelan Archives of Pharmacology and Therapeutics*, 40(1), 87-97. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- Estremadoiro, B., & Schulmeyer, M.K. (2021). Academic procrastination in university students. *Contributions of Communication and Culture Magazine*(30), 51-66 http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2306-86712021000100004&lng=es&tlng=es.
- Feria, H., Matilla, M., & Mantecón, S. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿métodos o técnicas de indagación empírica? *Didasc@lia: Didáctica Y educación*, 11(3), 62-79. <https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalia/article/view/992>
- Fuster-Guillén, D., Ocaña-Fernández, Y., & Norabuena, R. P. (2021). Styles of coping with stress that influence the solution of social problems in university students in social isolation due to COVID 19. *Venezuelan Archives of Pharmacology and Therapeutics*, 40(4), 410-417. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5227522>
- Galindo-Contreras, J., & Olivas-Ugarte, L. O. (2022). Escala de Procrastinación de Tuckman (ATPS): evidencias psicométricas y datos normativos en estudiantes de secundaria de Lima, Perú. *Propósitos y Representaciones*, 10(1), e1381. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1381>
- García, J. (2016). *Metodología de investigación para administradores*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Gil, J. A., & Fernández, C. O. (2021). Academic stress, stressors, symptoms and coping strategies in residents of Comprehensive General Dentistry. *EDUMECENTRO*, 13(1), 16-31. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100016&lng=es&tlng=en.
- Gómez, O. (2021). Consideraciones sociales y filosóficas para la investigación

- cuantitativa de las creencias irracionales. *Journal de Ciencias Sociales*, 9(16), 63-81. <https://doi.org/10.18682/jcs.vi16.4340>
- Guevara, G.P., Verdesoto, A.E., & Castro, N.E. (2020). Educational research methodologies (descriptive, experimental, participatory, and action research). *Recimundo*, 4(3), 163-173. [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Hernández, C. E., & Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta, Revista científica del Instituto Nacional de Salud.*, 2(1), 75-79. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/419/4191907012/>
- Lagos, R. (2022). Stress as original possibility of existence. An interpretation of the phenomenon of stress from Heidegger's thought. *Topics*, 64, 279–306. <https://doi.org/10.21555/top.v640.1999>
- López-López, A., Toca, L., González, J. L., Pompa, B. M., & Alonso, M. (2020). Reducción de la procrastinación académica mediante la Terapia de Aceptación y Compromiso: un estudio piloto. *Clínica Contemporánea*, 11(1), 1-16. <https://doi.org/10.5093/cc2020a3>
- Luna, D., García-Reyes, S., Soria-González, E. A., Avila-Rojas, M., Ramírez-Molina, V., García-Hernández, B., & Meneses-González, F. (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Investigación en educación médica*, 9(35), 8-17. <https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205>
- Mamani, H.J., & Estrada, E.G. (2020). Academic procrastination and anxiety in university students from Madre de Dios, Peru. *University Notes*, 10(4), 322-337. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517>
- Miranda Novales, M. G., & Villasís Keever, M. A. (2019). El protocolo de investigación VIII. La ética de la investigación en seres humanos. *Revista alergia México*, 66(1), 115-122. <https://doi.org/10.29262/ram.v66i1.594>
- Mucha Hospina, L. F., Chamorro Mejía, R., Oseda Lazo, M. E., & Alania Contreras, R. D. (2021). Evaluación de procedimientos empleados para determinar la

- población y muestra en trabajos de investigación de posgrado. *Desafíos*, 12(1), 50-57. <https://doi.org/10.37711/desafios.2021.12.1.253>
- Olivas-Ugarte, L., Morales-Hernández, S., & Solano-Jáuregu, M. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 9(2), 1-10. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>
- Orco-León, E., Huamán-Saldívar, D., Ramírez-Rodríguez, S., & al, e. (2022). Association between procrastination and academic stress in Peruvian second-year medical students. *Cuban Journal of Biomedical Research*, 41, 704-710.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086403002022000100005&lng=es&tlng=es.
- Palacios-Garay, J., Belito, F., Bernaola, P. G., & Capcha, T. (2020). Procrastination and stress in academic engagement in university students. *Multi-Essays Magazine*, 45-53. <https://doi.org/10.5377/multiensayos.v0i0.9336>
- Ponce Renova, H. F., Cervantes Arreola, D. I., & Robles Ramírez, A. J. (2021). ¿Qué tan apropiadamente reportaron los autores el Coeficiente del Alfa de Cronbach? *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(3), 2438-2462. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i3.463
- Querevalú, F., & Echabaudes, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 13(1), 79-87. <https://doi.org/10.17162/rccs.v13i1.1350>
- Ramírez Pérez, M. A. (2022). The relationship between academic psychological capital and academic coping stress among university students. *Terapia psicológica*, 40(2), 279-305. Obtenido de <https://doi.org/10.4067/S0718-48082022000200279>
- Ramírez, O., Estévez, R., Pérez, M., Sánchez, A., Ángeles, G., & Basset, I. (2021). Nivel de Afrontamiento al Estrés Académico de Estudiantes de la Licenciatura en Enfermería del Centro Universitario Valle de Chalco en el Periodo 2020. *Revista Cubana de Enfermería.*, 37(1), 1-14.

<https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4401/708>

- Reátegui, R., Tarrillo, D., Córdova, F., & Ramírez, C. (2022). Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de Tarapoto, Perú – 2021. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 2(15), 33-42. <https://doi.org/10.17162/rccs.v2i15.1891>
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda, L. T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista virtual de la Institución Universitaria de Envigado*, 14(24), 17-37.
<http://revistas.iue.edu.co/revistasiue/index.php/Psicoespacios/article/view/1331>
- Salazar, J. A. (2022). Aproximación teórica a la procrastinación. *Revocación*, 10(1), 56–61.
- Sanchez, B. O., Capacha, A. V., Capcha, M. L., Quispe, D. J., & Reza, S. Z. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios en contexto de la pandemia por covid-19: una revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(6), 11279-11290.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1167
- Sánchez, F. A. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122.
<https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. IIMNA: Universidad Ricardo Palma.
- Silva-Ramos, M.F., López-Cocotle, J.J., & Meza-Zamora, M.E. (2020). Academic stress in university students. *Investigation and Science*, 28(79), 75-83.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Tarazona Mirabal, H. (2020). Observaciones para la construcción y validación de instrumentos de investigación. *Desafíos*, 11(2), 177–182.
<https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.213>
- UNESCO Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (30 de julio de 2020). *How many students are at risk of not returning*

to school? UNESCO COVID-19 education response. Advocacy paper:
<https://education4resilience.iiep.unesco.org/en/resources/2020/unesco-covid-19-education-response-how-many-students-are-risk-not-returning-school>

Villavicencio, C. L. (2021). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa de La Esperanza. Trujillo, Perú: [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio Institucional: <https://repositorio.ucv.edu.pe/>.

Yana-Salluca, M., Adco-Valeriano, D. Y., Alanoca-Gutierrez, R., & Casa-Coila, M. D. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 25(2), 129-143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>

Zuñiga Cristobal, E.C. (2019). Work Stress and its Influence on the Performance of Workers. *Management In The Third Millennium*, 22(44), 115-120. <https://doi.org/10.15381/gtm.v22i44.17317>

ANEXOS

Anexo 1: Tabla de operacionalización de variables

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

Anexo 3: Modelo de consentimiento y/o asentimiento informado

Anexo 4: Matriz de evaluación de juicio de expertos

Anexo 5: Reporte de turnitin

Anexo 6: Matriz de consistencia

Anexo 7: Confiabilidad del instrumento

Anexo 8: Ficha técnica del instrumento

Anexo 9: Permiso para la utilización del instrumento

Anexo 10: Base de datos

Anexos 1: Tabla de operacionalización de las variables.

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
<p>Variable 1: Estrés Académico</p> <p>Nota: Elaboración Propia</p>	<p>Se refiere al estrés como un proceso de problemas o circunstancias que debe presentar el individuo, donde repercuten problemas de diferente índole sobre todo en el ámbito educativo, el estrés académico muestra un afrontar negativo en el universitario, según Barraza (2007), citado en Palacios J et.ál, (2020) señala una forma de procesar los procesos académicos que dan a consecuencia problemas sistemática en el individuo.</p>	<p>Se presenta el cuestionario de 21 ítems, consta de 3 dimensiones, con una escala Likert de respuestas del 1 al 5.</p>	<p>Estresores Ítems (1-7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sobre carga de tareas. ▪ Carácter de los profesores. ▪ Evaluaciones. ▪ Exigencias por los docentes. ▪ Tiempo para presentar trabajos. ▪ Poco entendimiento. 	<p>Intervalo - Likert</p> <p>Nunca Casi nunca A veces Casi siempre Siempre</p>
			<p>Síntomas Ítems (7-14)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dificultades para la concentración. ▪ Tendencias agresivas. ▪ Conflictos. ▪ Desgano. ▪ Concentración. ▪ Establecer soluciones. 	
			<p>Estrategias de afrontamiento Ítems (14-21)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Análisis. ▪ Control emocional. ▪ Recordar el aprendizaje. ▪ Elaboración de planes. ▪ Ser positivo. 	
VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN

Variable 2: Procrastinación	Refiere Bustos (1998), citado en Arenas M, et.ál (2022) que el término hace referencia a la postergación de actividades que presenten más dificultad para la persona, sobre todo en la realización de tareas académicas.	La Escala de procrastinación académica, la cual presenta 13 ítems, cuenta con 2 dimensiones y es de tipo Likert.	Autorregulación académica	Revisión y finalización de actividades Motivación y mejoría en hábitos de estudio.	Intervalo - Likert Nunca Casi nunca A veces Casi siempre Siempre
			Ítems (2,3,4,5,8,9,10,11 y 12)	Postergación de actividades	
			Ítems (1,6 y 7)		

Nota: Elaboración propia

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos.

A continuación, se presentan una serie de aspectos que en mayor o menor medida suelen estresar a algunos estudiantes. Responde seleccionando una opción que represente tu situación. Las opciones de respuesta son:

1	2	3	4	5	6
Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	siempre

N°	Preguntas	1	2	3	4	5	6
1	¿Con qué frecuencia te estresa la sobrecarga de tareas y trabajos universitarios que tienes que realizar todos los días?						
2	¿Con qué frecuencia te estresa la personalidad y el carácter de los/as profesores/as que te imparten clases?						
3	¿Con qué frecuencia te estresa la forma de evaluación de tus profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsqueda en internet, etc.)?						
4	¿Con qué frecuencia te estresa el nivel de exigencia de tus profesores?						
5	¿Con qué frecuencia te estresa el tipo de trabajo que te piden tus profesores/as (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)?						
6	¿¿Con qué frecuencia te estresa tener tiempo limitado para hacer el trabajo que te encargan los/as profesores/as?						
7	¿Con qué frecuencia te estresa la poca claridad que tienes sobre lo que quieren los/las profesores/as.?						
8	¿ Con qué frecuencia se te presenta la siguiente reacción cuando estas estresado: fatiga crónica (cansancio permanente)?						

9	¿Con qué frecuencia se te presenta la siguiente reacción cuando estas estresado: sentimientos de depresión y tristeza (decaído)?						
10	¿Con qué frecuencia se te presenta la siguiente reacción cuando estas estresado: ansiedad, angustia o desesperación?						
11	¿Con qué frecuencia se te presenta la siguiente relación cuando estas estresado: problemas de concentración?						
12	¿Con qué frecuencia se te presenta la siguiente reacción cuando estas estresado: sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad?						
13	¿Con qué frecuencia se le presenta la siguiente reacción cuando estas estresado: conflictos o tendencias a polemizar o discutir?						
14	¿Con qué frecuencia se le presenta la siguiente reacción cuando estas estresado: desgano para realizar labores universitarias?						
15	¿Con qué frecuencia utilizas estas acciones para enfrentar tu estrés: concentrarte en resolver la situación que preocupa?						
16	¿Con qué frecuencia utilizas esta acción para enfrentar tu estrés: establecer soluciones concretas para resolver la situación que preocupa?						
17	¿Con qué frecuencia utilizas esta acción para enfrentar tu estrés: analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que te preocupa?						
18	¿Con qué frecuencia utilizas esta acción para enfrentar tu estrés: mantener el control sobre tus emociones para que no te afecte lo que te estresa?						

19	¿Con qué frecuencia utilizas esta acción para enfrentar tu estrés: recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucionaste?						
20	¿Con qué frecuencia utilizas esta acción para enfrenta tu estrés: elaboración de un plan para enfrentar lo que te estresa y ejecución de sus tareas?						
21	¿Con qué frecuencia utilizas esta acción para enfrentar tu estrés: fijarte o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa?						

ESCALA DE PROCRASTINACION ACADEMICA (EPA)

(Deborah Ann Busko, 1998)

(Adaptada por Domínguez, S., Villegas, G, y Centeno, S., 2014)

Semestre:___ Edad:___ Sexo: Hombre () Mujer () Fecha:

Institución:_____

INSTRUCCIONES:

Por favor, sea lo más sincero y preciso que pueda. Trate de que no le influyan sus respuestas de una afirmación a otra. No hay respuestas correctas o incorrectas. Responda según su criterio en lugar de como cree que la mayoría de la gente respondería. Marque con un aspa (x).

Opciones de respuesta:

N	CN	AV	CS	S
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

N°	PREGUNTA	N	CN	AV	CS	S
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes					

3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12	Me tino el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

Anexo 3: Modelo de consentimiento informado y/o asentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: Estrés académico y procrastinación de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Investigador: Aleida Vargas Salas.

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Estrés académico y procrastinación de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023”, cuyo objetivo es: Determinar la relación del estrés académico y procrastinación en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.

Esta investigación es desarrollada por él estudiante (post grado) del programa de Psicología educativa, de la Universidad Cesar Vallejo del campus Los Olivos, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Universidad Andina del Cusco.

Tomando en cuenta la prespecialidad de enseñanza en los estudiantes, se ha visto en muchos de ellos presentar grados de estrés académico en diferentes materias, así como también caer en la procrastinación de deberes que resultan negativamente para su proseguir profesional, cayendo en estos problemas y como consecuencia la deserción del curso que acarrea más problemas en ellos.

Procedimiento:

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará una encuesta donde se recogerá de las preguntas sobre la investigación titulada; “Estrés académico y procrastinación de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023”.
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente de la institución superior. Las respuestas al cuestionario o entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Anexo 4: Matriz de evaluación de juicio de expertos

Certificados de validación del instrumento de la variable estrés académico

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE VALIDACIÓN DEL INVENTARIO SISCO SV-21

Observaciones: _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Elvita Castillo Yarson

DNI:46423455..

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	Universidad Cesar Vallejo	Maestra en Psicología Educativa	2016-2018
02			

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	Universidad Cesar Vallejo	Docente	Trujillo	2019-2022	Docente tiempo parcial
02	Universidad Católica de Trujillo	Docente	Trujillo	2021-2022	Docente tiempo completo
03					

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

18 de abril de 2022



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE VALIDACIÓN DEL INVENTARIO SISCO SV-21

Observaciones: _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: TRUJILLO CABRERA DANNY MANUEL

DNI:41851787

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA	LICENCIADO EN PSICOLOGIA	FECHA DE DIPLOMA: 25/03/2009
02	PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERU	MAGISTER EN EDUCACION CON MENCION EN DIFICULTADES DE APRENDIZAJE	FECHA DE DIPLOMA: 06/11/2013
03	INSTITUTO DE CRIMINOLOGÍA Y PSICOLOGÍA FORENSE DE URUGUAY	ESPECIALISTA EN LA PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO EN HOMBRES AGRESORES	FECHA DE DIPLOMA : 03/08/2021
04	UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT	INTERVENCIÓN EN VIOLENCIA DOMESTICA PARA LA PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE HOMBRES AGRESORES	FECHA DE DIPLOMA : 21/07/2021
05	UNIVERSIDAD PERUANA CAYETANO HEREDIA	DIPLOMADO EN ATENCIÓN INTEGRAL EN SALUD BASADO EN LA FAMILIA Y COMUNIDAD	FECHA DE DIPLOMA : 08/05/2014

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE VALIDACIÓN DEL INVENTARIO SISCO SV-21
Observaciones: _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**
Apellidos y nombres del juez validador Dr. GREGORIO ERNESTO TOMÁS QUISPE
DNI:09366493
Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	USMP	PSICOLOGÍA	1990-1996
02			

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	UCV	DOCENTE	LIMA-NORTE	2017-2022	DTC
02					
03					

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE VALIDACIÓN DEL INVENTARIO SISCO SV-21
Observaciones: No se ha presentado la prueba. Revisar el instructivo y alternativas de respuesta de la misma. También incluir un formato o sección concisa de datos generales e incluir algunos ítems que mejoren las variables de medición y comparaciones estadísticas a realizar. Indagar sobre edad, sexo, ciclo de estudios, sede, motivación o determinación de la elección de Psicología como carrera a seguir.

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable []** **Aplicable después de corregir [X]** **No aplicable []**
Apellidos y nombres del juez validador Mg. MARCHENA CÁRDENAS, Carlos Efraín
DNI: 09864744
Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	Universidad César Vallejo	Metodología de investigación	2021
02			

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	Instituto Nacional de Salud Mental "Honorio Delgado. Hideyo Noguchi"	Psicólogo asistencia.	Jr. Eloy Espinoza Urb. Palao (San Martín de Porres) Lima	1984 hasta la actualidad	Prevención, promoción, asistencia e investigación en salud colectiva,
02					
03					

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Certificados de validación del instrumento de la variable procrastinación



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Observaciones: _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Jiménez Noriega Ricardo Enrique

DNI: 08463191

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	Universidad Nacional Federico Villarreal	Psicología	1982 -1987
02			

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	Integra Médica	Psicólogo	Lima	2016- Actual	Evaluación, diagnóstico, terapia
02	Universidad César Vallejo	Docente	Lima	2018- 2020	Docente
03					

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



FIRMA
SELLO CON NUMERO DE CPsP

26 de abril del 2020



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Observaciones: _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: MIGUEL ANGEL GARCIA MIRAVAL

DNI09917789

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNIVERSIDAD RICARDO PALMA	LICENCIADO EN PSICOLOGIA	1996-2002
02	UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS	MAGISTER EN PSICOLOGIA	2007-2009

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS	DOCENTE	LIMA	2006-2020	
02	MINISTERIO DE DEFENSA	PSICOLOGO	LIMA	2014-2020	
03					

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



MIGUEL ANGEL GARCIA MIRAVAL
C.P.S. P. 10098

27 DE ABRIL DEL 2020

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Observaciones: _____

 Opinión de aplicabilidad: Aplicable [**X**] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

 Apellidos y nombres del juez validador Dr: GREGORIO ERNESTO TOMÁS QUISPE
 DNI: 09366493

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	USMP	PSICOLOGÍA	1990-1996
02			

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	UCV	DOCENTE	LIMA-NORTE	2017-2020	DTC
02					
03					

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 Gregorio Ernesto Tomás Quispe
 PSICOTERAPEUTA
 C. Ps. P. 7840

22 De Abril del 2020

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO ESCALA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Observaciones: _____

 Opinión de aplicabilidad: Aplicable [**X**] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

 Apellidos y nombres del juez validador Dr.: Barboza Zelada Luis Alberto
 DNI: 07068974

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	Universidad de San Martín de Porres	Licenciado – Magister en Psicología	1981-1994/2000-2002
02	Universidad César Vallejo	Doctor en Psicología	2013-2017

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	DIRBIE DIVEDU PNP	Psicólogo	Lima	1987- 2018	Psicólogo Educativo
02	Universidad César Vallejo	Docente Universitario	Lima	2010-2020	Asesor Metodológico
03					

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 Luis Alberto Barboza Zelada
 Doctor en Psicología
 C. Ps. P. 3516

27 De Abril del 2020

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Observaciones: _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: MIGUEL ANGEL GARCIA MIRAVAL

DNI09917789

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNIVERSIDAD RICARDO PALMA	LICENCIADO EN PSICOLOGIA	1996-2002
02	UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS	MAGISTER EN PSICOLOGIA	2007-2009

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS	DOCENTE	LIMA	2006-2020	
02	MINISTERIO DE DEFENSA	PSICOLOGO	LIMA	2014-2020	
03					

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

**MIGUEL ANGEL GARCIA MIRAVAL**
C.P.S. P. 10098**27 DE ABRIL DEL 2020**

Anexo 6: Matriz de Consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Metodología
<p>General:</p> <p>¿Cómo determinar la relación del estrés académico y procrastinación en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023?</p> <p>Específicos</p> <p>¿Cómo determinar la relación de procrastinación con la dimensión de estresores en de estudiantes del 6to semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023?</p> <p>¿Cómo determinar la relación de procrastinación con la dimensión de síntomas en estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023?</p> <p>¿Cómo determinar la relación de procrastinación con la dimensión de estrategias de afrontamiento de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023?</p>	<p>General:</p> <p>Determinar la relación del estrés académico y procrastinación en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p> <p>Específicos</p> <p>Determinar la relación de procrastinación con la dimensión de estresores en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p> <p>Determinar la relación de procrastinación con la dimensión de síntomas en de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p> <p>Determinar la relación de procrastinación con la dimensión de estrategias de afrontamiento de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p>	<p>General:</p> <p>H1: Existe relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023</p> <p>No existe relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p> <p>Específicas</p> <p>H1: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión de estresores de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023</p> <p>No: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión de estresores estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p> <p>H1: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión de síntomas de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p> <p>No: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión de síntomas de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p> <p>H1: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento de estudiantes del 6to semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p> <p>No: Existe relación entre la procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento de estudiantes del VI semestre del curso de psicología clínica en una Universidad del Cusco 2023.</p>	<p>Tipo de investigación:</p> <p>Básica</p> <p>Diseño de investigación:</p> <p>No experimental transversal correlacional simple</p> <p>Población: Estudiantes del VI semestre del curso de Psicología clínica de una universidad del Cusco.</p> <p>Muestra: 70 estudiantes de los grupos A y B del VI semestre del curso de Psicología clínica de una universidad del Cusco.</p> <p>Muestreo: En la investigación se utilizará el muestreo censal dado que se ha considerado a todos los estudiantes de la población en la investigación.</p> <p>Técnicas:</p> <p>Encuesta</p> <p>Instrumentos:</p> <p>Cuestionarios (2)</p>

Anexo 7: Confiabilidad del instrumento

Variable	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Estrés académica	0,87	30
Procrastinación	0,80	30

En la tabla se puede distinguir el Alfa Cronbach, que hay un resultado de 0.87 para la variable estrés académico, donde existe correlación positiva, ya que hay otro resultado de 0.80 para la variable procrastinación.

Anexo 8: Ficha técnica del instrumento

Ficha técnica 1:

Nombre	: Inventario de Estrés Académico SISCO.
Autores	: Arturo Barraza Macías.
Administración	: Individual y colectiva.
Tiempo	: 10 minutos.
Estructuración	: 3 dimensiones - 21 ítems.
Aplicación	: Adolescentes y adultos.
Objetivos	: Se trata de una escala independiente que mide las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.
Tipo de respuesta	: Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales.
Descripción	: La escala consta de 28 ítems, que consta de 3 dimensiones que son estresores (1, 2, 3, 4, 5, 6, y 7), síntomas (9, 10, 11, 12, 13 y 14) y estrategias de afrontamiento (15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21)
Estructura	: El inventario consta de 21 ítems, con 5 tipos de respuesta.

Ficha técnica 2:

Nombre	: Escala de Procrastinación EAP.
Autores	: Débora Ann Busko.
Adaptación	: Dominguez S, Villegas G y Centeno S. (2014)
Administración	: Individual y colectiva.
Tiempo	: 08 a 10 minutos.
Estructuración	: 2 dimensiones - 12 ítems.
Aplicación	: Adolescentes y adultos.
Objetivos	: Calificar la postergación de actividades.
Tipo de respuesta	: Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales.
Descripción	: La escala consta de 12 ítems, que consta de 2

dimensiones que son autorregulación académica (2,3,4,5,8,9,10,11 y 12) y postergación de actividades ítems (1, 6 y 7).

Estructura

: El instrumento presenta 12 ítems con 5 alternativas.

Anexo 9: Permiso para la utilización del instrumento

Asunto: Autorización

Victoria de Durango, a 04 de octubre de 2022

David Andree Espinoza Garcia
Estudiante de Pregrado de la Escuela Profesional de Psicología
De la Universidad César Vallejo, Perú - Lima
Presente.

Por medio de la presente me permito autorizarle el uso del Inventario SISCO SV-21. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el libro "Inventario SISCO SV-21. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems"; disponible en

<http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Estres.pdf>

Para mayor información al respecto pueden consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en

<https://www.youtube.com/watch?v=NspEqQs3htg&t=312s>

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

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



Dr. Arturo Barraza Macías

c.c.p. archivo

Dr. Arturo Barraza Macías
E-mail: praxisredie2@gmail.com Tel. (618) 817-6990 Cel. (618)132-1782
Josefa Ortiz de Domínguez #104. Fracc. Francisco Sarabia, Durango, Dgo., México. C.P. 34214

Anexo 10: Base de datos

I D	E 1	E 2	E 3	E 4	E 5	E 6	E 7	E 8	E 9	E1 0	E1 1	E1 2	E1 3	E1 4	E1 5	E1 6	E1 7	E1 8	E1 9	E2 0	E2 1	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P1 0	P1 1	P1 2		
1	6	6	4	3	3	4	4	4	4	5	3	2	2	3	5	5	5	5	5	5	6	6	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	2	3	
2	6	2	6	6	6	6	6	6	5	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4
3	6	6	6	5	5	5	6	6	6	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	5	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3
4	5	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	2	1	3	3	3	2	4	
5	3	3	3	3	3	3	3	5	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	1	1	4	2	2	3	3	3	
6	5	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	
7	4	3	4	5	3	4	3	2	2	5	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	2	3	3	
8	2	3	3	3	3	2	4	4	2	2	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	4	
9	5	4	5	4	3	5	4	4	5	6	5	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	
1 0	3	4	3	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	4	
1 1	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3	
1 2	5	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	1	4	3	4	2	4	4	
1 3	6	4	4	5	3	5	5	5	4	4	5	2	3	5	4	4	4	5	4	6	5	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	
1 4	3	3	4	5	3	4	3	5	6	5	4	3	5	3	3	4	2	4	2	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	4	

1 5	2	3	4	3	3	2	3	4	2	3	2	2	2	3	3	3	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	
1 6	5	4	6	4	4	5	5	6	6	6	4	3	5	4	5	5	4	5	5	6	5	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
1 7	3	3	3	3	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4		
1 8	5	4	4	4	3	6	5	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	2	3		
1 9	4	3	4	3	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	
2 0	6	5	6	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
2 1	5	4	5	4	3	6	4	4	5	5	3	4	4	5	3	4	5	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
2 2	5	4	3	4	4	3	3	2	2	2	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	1	1	4	2	2	3	3
2 3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	
2 4	5	4	4	4	3	6	5	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	2	3	
2 5	4	3	4	3	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	
2 6	6	5	6	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
2 7	5	4	5	4	3	6	4	4	5	5	3	4	4	5	3	4	5	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
2 8	5	4	3	4	4	3	3	2	3	2	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4

29	6	3	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4		
30	5	4	4	4	3	6	5	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
31	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4
32	6	2	6	6	6	6	6	6	5	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
33	6	2	6	3	3	5	6	6	5	4	2	3	5	3	3	3	2	5	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
34	5	4	3	4	4	5	5	6	6	6	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	2	3	
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	
36	5	4	5	5	5	6	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
37	4	3	4	5	3	4	3	6	5	5	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
38	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2	4	2	2	1	1	4	2	2	3	3
39	5	4	5	4	3	3	4	4	3	5	3	4	4	3	3	4	5	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4
40	3	4	3	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	2	3	
41	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4
42	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	

4 3	4	4	4	5	3	5	5	5	4	4	5	2	3	5	4	4	4	3	4	3	5	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
4 4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	3	4	2	4	2	4	4	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	
4 5	6	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4		
4 6	5	4	3	4	4	5	5	6	6	6	4	3	2	4	3	3	4	3	5	3	5	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
4 7	3	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	2	3	
4 8	5	4	4	4	3	6	5	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	
4 9	6	5	5	5	5	4	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	4	6	4	5	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	
5 0	5	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	2	1	3	3	3	2	4	
5 1	4	3	4	4	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	3	2	4	2	2	1	1	4	2	2	3	3	
5 2	6	5	6	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4
5 3	5	4	5	4	3	3	4	4	6	5	3	4	4	5	3	4	5	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	2	3	
5 4	5	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4
5 5	6	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
5 6	5	4	4	4	3	6	5	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	

57	4	3	4	4	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	4	2	2	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3
58	6	5	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	2	1	4	3	4	2	4	
59	5	4	5	5	5	5	4	4	5	6	5	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
60	5	4	3	4	4	5	5	6	6	6	4	3	2	4	3	5	4	3	5	6	5	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	
62	5	4	4	5	5	6	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
63	6	6	4	5	3	4	4	4	4	6	5	2	2	3	5	5	5	5	5	6	6	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	
64	6	2	6	6	6	6	6	6	5	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	2	3	
65	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	
66	5	4	6	5	4	5	5	6	6	6	4	5	5	4	5	5	4	5	5	6	6	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
67	3	3	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4
68	4	2	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	4	3	2	4	
69	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	5	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	
70	6	2	6	5	3	5	6	6	5	4	5	3	5	3	3	5	5	5	5	6	5	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	