



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN DOCENCIA
UNIVERSITARIA**

**Estrés académico en los hábitos de estudio y motivación al logro
en estudiantes de pregrado de una universidad privada de
Andahuaylas, 2021**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Docencia Universitaria

AUTORA:

Huaman Yucra, Raquel Dina (ORCID: 0000-0002-2437-7377)

ASESOR:

Mg. Palacios Sánchez, José Manuel (ORCID: 0000-0002-1267-5203)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y aprendizaje

LIMA - PERÚ

2021

DEDICATORIA

A toda mi familia y amigos que me apoyan desde siempre y a mis padres que me cuidan desde el cielo.

AGRADECIMIENTOS

A mi esposo Rubén Alexander por ser el motivador para poder culminar y retomar mis estudios, a mi hijo Arath que, aunque es muy pequeño sabe darme todo el amor y sabe entenderme.

A mis padres que me cuidan desde el cielo y con quien estaré eternamente agradecida por enseñarme a ser una mujer fuerte y mis hermanos por acompañarme.

A el apoyo de los diversos profesionales que me contribuyeron en mi formación académica.

A los participantes de esta investigación que me ayudaron con disposición en poder ejecutar las escalas para esta investigación.

A mi amigo de promoción de colegio que somos más que amigos hermanos Paulino y a mi querida amiga Juana Gabriela por apoyarme, muchas gracias por haberme brindado su valiosa amistad y estar conmigo cuando los necesite.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
I. INTRODUCCIÓN	8
II. MARCO TEÓRICO	10
III. METODOLOGÍA	24
3.1. Tipo de investigación	24
3.2. Diseño de investigación	24
3.3. Variables – Operacionalización	24
3.4. Población y muestra	26
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	28
3.6. Procedimientos	31
3.7. Método de análisis de datos	32
3.8. Aspectos éticos	32
IV. RESULTADOS	33
4.1. Análisis descriptivo de las variables	33
4.1.1. Nivel de estrés académico y sus dimensiones	33
4.1.2. Nivel de depresión y sus dimensiones	33
4.1.3. Nivel de motivación al logro y sus dimensiones	34
4.2. Prueba de Normalidad de la variable: Estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro	35
4.3. Resultados inferenciales y contrastación de hipótesis	35
4.3.1. Relación entre dependencia emocional y depresión	35
4.3.2. Relación que existe entre estrés académico y hábitos de estudio	36
4.3.3. Relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio	37
4.3.4. Relación entre estrés académico y motivación al logro	38

4.3.5. Relación que existe entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro	38
V. DISCUSIÓN	41
VI. CONCLUSIONES	46
VII. RECOMENDACIONES	48
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Niveles de estrés académico y sus dimensiones	33
Tabla 2	Niveles de hábitos de estudios y sus dimensiones	34
Tabla 3	Nivel de motivación al logro y sus dimensiones	34
Tabla 4	Prueba de Kolmogorov- Smirov para las variables de estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro	35
Tabla 5	Relación entre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro	36
Tabla 6	Relación entre estrés académico y hábitos de estudio	37
Tabla 7	Relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio	38
Tabla 8	Relación entre estrés académico y motivación al logro	39
Tabla 9	Relación entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro	40

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas. La muestra estuvo conformada por 76 estudiantes de la carrera de Ingeniería de sistemas entre edades que fluctúan de 17 a 50 años. El diseño de investigación es no experimental de tipo transversal- correlacional. Los instrumentos administrados para la recolección de datos fueron el Inventario Sisco de Estrés Académico, el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 y la Escala de motivación de logro M – L - 1996. Los resultados obtenidos demuestran que el 53.9 % de estudiantes universitarios se encuentran en el nivel promedio de estrés académico, así también un 51,3% en el nivel promedio de hábitos de estudio y un 52.6% en el nivel promedio de motivación al logro. Asimismo, se encontró una relación que el estrés académico está relacionado en $t= 0.23$ con las variables hábitos de estudio y motivación al logro.

Palabras clave: estrés académico, hábitos de estudio, motivación al logro, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

The present study aimed to determine the relationship between academic stress, study habits and motivation to achieve in undergraduate students from a private university in Andahuaylas. The sample was made up of 76 students from the Systems Engineering career between ages ranging from 17 to 50 years. The research design is non-experimental of a cross-correlational type. The instruments administered for data collection were the Sisco Academic Stress Inventory, the CASM-85 Study Habits Inventory and the Achievement Motivation Scale M - L - 1996. The results obtained show that 53.9% of university students were found in the average level of academic stress, as well as 51.3% in the average level of study habits and 52.6% in the average level of motivation to achieve. Likewise, a relationship was found, it was found that academic stress is related at $t = 0.23$ with the variables study habits and motivation to achieve.

Keywords: academic stress, study habits, achievement motivation, university students.

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad el mundo fue sometido a una pandemia denominada COVID-19, que llevo a que todos los estudiantes universitarios que cursaban una educación presencial pasen todos a una educación virtual y donde muchos han manifestado sentir estrés académico y como esta se relaciona en los hábitos de estudio y su motivación para el logro de sus competencias.

Siguiendo en esa línea González (2020) en México sostiene que el estrés se está incrementando con celeridad debido a la pandemia Covid-19 ocasionando así que este inflencie en una disminución de la motivación y donde se crean malos hábitos de estudio ocasionando una disminución en su rendimiento académico; aumentando la ansiedad y dificultades familiares, especialmente para estudiantes universitarios, donde si este no obtiene los aprendizajes sentirá presión, es decir, manifestara malestar físico, psíquico o comportamental debido a las demandas universitarias ya que estos no los afrontan de manera asertiva.

En nuestro medio Córdova y Sulca (2018) en una investigación realizada a estudiantes de una universidad privada de Lima-Sur sobre los Estilos de Afrontamiento en donde encontró que el 34 % de los estudiantes se ubica en superior al promedio respecto a un buen afrontamiento activo frente al 100 % de los estudiantes, esto se puede deber a que los estudiantes constantemente enfrenta niveles de exigencia bastante altos frente a todos los deberes académicos que necesitan cumplir, adicionalmente a ellos dichos estudiantes recién se están adaptando a esta nueva vida universitaria ya que la mayoría de ellos se encuentran en los primeros ciclos y están pasando de la etapa escolar a la vida universitaria, entonces desde esa línea podemos deducir que cada alumno tiene una forma diferente de enfrentarse al estrés por lo tanto los estilos de afrontamiento para cada uno será diferente según el contexto en el que se encuentre cada uno de ellos.

Estrada (2020) realizo un estudio sobre hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de Puerto Maldonado en donde se encontró que el 37,2 % no tenía buenos estudios es decir solo una cantidad mínima de alumnos practicaba correctos hábitos de estudio por lo cual es importante que se fomenten dichos hábitos desde que son pequeños, así como que estos participen en cursos, talleres y charlas con apoyo de los docentes y el alumnado para organizarse mejor. Siguiendo esta línea encontró también altos índices de estrés académico lo que indica es que los alumnos aun le cuestan buscar estilos de afrontamiento adecuados que le permitan poder

desenvolverse académicamente de una manera adecuada esto se puede deber también a mucha sobrecarga académica, disponer de poco tiempo para terminar una actividad académica lo que le perjudica en su nivel físico, psicológico y conductual. Es entonces que podemos deducir que mientras los alumnos tengan una buena motivación al logro y sus hábitos de estudio sean mayores ocasionaría que menor sería la probabilidad de padecer estrés académico por lo cual es importante diseñar estilos de afrontamientos adecuados que permitan afrontar todas las demandas que se le presenta a un estudiante a lo largo de la vida universitaria.

Por ello se formuló la siguiente pregunta:

¿ Qué relación existe entre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas-2021?; donde los específicos fueron: (i) ¿Cuál es el nivel de estrés académico y sus dimensiones?; (ii) ¿Cuál es el nivel de hábitos de estudio? ; (iii)¿Cuál es el nivel de motivación al logro?; (iv)¿Cuál es relación que existe entre estrés académico y hábitos de estudio?; (v) ¿Cuál es la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio?; (vi) ¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y motivación al logro?; (vii)¿Cuál es la relación que existe entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021? La presente investigación tuvo pertinencia en cuanto a su valor teórico ya que se realizó el análisis de conocer el estrés académico y su influencia en la motivación al logro y los hábitos de estudio en alumnos de universitarios, con datos actualizados y oportunos, la cual será corroborada por medio de estadísticas de investigaciones actuales sobre el tema en discusión, que permitan saber cómo se encuentra la problemática de nuestro país frente a dichas variables, así como también servirá de base científica para futuras investigaciones.

La investigación conto con pertinencia práctica ya que a partir de los resultados se proporcionará información relevante, que constituirá material donde este permitirá poseer conocimientos sobre el estrés académico y la influencia a los hábitos de estudio, así como a su motivación al logro, lo cual permitirá llevar acciones de mejora donde se creen programas y se mejore el afrontamiento al estrés en los estudiantes universitarios se incremente su motivación y mejore sus hábitos de estudio.

Así mismo aporta en cuanto a su valor metodológico, debido a que se ejecutó a través de un estudio piloto la confiabilidad y la validez de los instrumentos Inventario SISCO

del estrés académico, el Inventario de Hábitos de estudio CASM – 85 y la Escala de motivación de logro M – L – 1996, donde estos instrumentos podrán ser usados en diferentes trabajos de investigación.

Es así que se consideró como hipótesis general: Existe relación directa y significativa entre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro, en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021; donde las específicas fueron:

(a) entre estrés académico y hábitos de estudio; (b) existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio; (c) existe relación entre estrés académico y motivación al logro; (d) existe relación entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

Y como objetivo general fue determinar la relación que existe entre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro, en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021.

Y como objetivos específicos fue la de identificar el nivel de estrés académico y sus dimensiones; identificar el nivel de hábitos de estudios y sus dimensiones; identificar el nivel de motivación al logro y sus dimensiones; determinar la relación que existe entre estrés académico y hábitos de estudio, determinar la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio; determinar la relación que existe entre estrés académico y motivación al logro; determinar la relación que existe entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

II. MARCO TEORICO

Diversos estudios se realizaron en consideración a la variable Estrés Académico, Hábitos de Estudios y Motivación al Logro a nivel nacional e internacional; entre los antecedentes internacionales tenemos a Pathak (2018) realizó una investigación sobre estrés académico, hábitos de estudio y logro académico en estudiantes en Delhi. Dicho estudio estuvo constituido por 346 alumnos de ambos sexos, utilizando así un diseño transversal, no experimental de tipo correlacional, cuantitativa. Las pruebas que utilizaron fueron una versión adaptada de la escala de estrés académico y el Inventario de hábitos de estudio, así como también registro de notas de los

alumnos. Los resultados arrojaron que la relación entre las variables de estrés académico y hábitos de estudio fue $r=0.68$ así también al buscar la relación entre las variables estrés académico y el logro académico fue de $r= 0.77$.

Esta investigación, cuenta con aportes relacionados a las variables estrés académico y hábitos de estudios, de tal manera que se puedan utilizar sus resultados en la discusión de esta investigación.

Biglieri y Nucciarone (2018) realizaron un estudio sobre la Motivación y Afrontamiento de Estresores Académicos en universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Mar de Plata en Argentina. La investigación estuvo conformada por 283 alumnos que se encontraban entre el 1ero y 5to ciclo. Los instrumentos que usaron fue el Inventario de Estresores Académicos, el Inventario de Respuestas de Afrontamiento en adultos CRI-A y la Escala de Motivación. Los resultados indicaron que las estudiantes del sexo femenino suelen tener una mejor estrategia de afrontamiento frente al estrés y su motivación frente a logro de un objetivo académico suele ser mucho mayor que los estudiantes del sexo masculino. Por otro lado, en donde solían tener más estrés los alumnos universitarios es en épocas de exámenes y prácticas, así como en la exigencia para cumplir con todas las actividades académicas de cada curso para lograr ser un buen estudiante y obtener un buen rendimiento académico durante toda la etapa universitaria.

Este estudio contribuyo para efectos de la discusión a tratar con los hallazgos obtenidos en esta investigación gracias a la recopilación de datos obtenidos a través de los instrumentos tomados.

Vivanco (2018) realizo un estudio con las variables estrés académico y motivación al logro en estudiantes de Ayacucho. ($r = 0,683$; $p < 0,05$). Esta investigación se realizó con 80 alumnos. Los instrumentos que se emplearon fueron la técnica de encuesta, las escalas de estrés y motivación. Los resultados que se hallaron fueron que el estrés académico si se relaciona significativamente con la motivación es decir que ambas variables si se relacionan entre sí. De acuerdo a lo mencionado anteriormente esa información tendrá como aporte el hecho que nos sirve como base para ampliar información a nuevos estudios que se realicen en el futuro considerando no solo a universitarios de una provincia en especifica sino de diferentes partes del Perú.

Esta investigación, cuenta con aportes relacionados a las variables estrés académico y motivación al logro, de tal manera que se puedan utilizar sus resultados en la discusión de esta investigación.

Paras, Roshni y Soman (2017) realizaron un estudio sobre estrés académico, rendimiento y motivación en estudiantes de India. Esta investigación fue ejecutada en una muestra de 200 alumnos de diferentes clases económicas, así como tanto de hombres y mujeres. Ejecuto una investigación correlacional de las tres variables donde obtuvieron como resultado que hay una relación entre las tres variables 0.05. es decir que al encontrar la relación entre estas variables sostiene que los estudiantes se sientes estresados porque tiene una motivación para alcanzar el éxito académico y relacionado así con los buenos hábitos de estudio.

Gracias a las contribuciones de esta investigación se cuenta con datos relevantes en referencia a los indicadores sociodemográficos que servirá para poder relacionar las variables y poder lograr así una discusión adecuada.

Valencia y Moreno (2015) ejecutaron una investigación entre las variables de Estrés Académico y Rendimiento Académico en alumnos de sexto ciclo de psicología. La muestra fue de 28 estudiantes de ambos sexos. Los instrumentos que usaron fue el Inventario SISCO de Estrés Académico, asimismo le solicitaron a un porcentaje sus notas para observar su rendimiento académico. Los resultados indicaron que el 25% de la muestra refiere tener nivel leve de estrés académico; 67,85% presenta un nivel moderado y el 7,15% un nivel profundo y respecto al rendimiento académico se halló que el 32,14% obtuvo un rendimiento académico bajo, el 57,15% promedio en rendimiento, el 10,71% alto y el 0% de la muestra un rendimiento superior.

Álvarez (2015) analizo en la ciudad de México una investigación sobre estrés y motivación al logro en universitarios. Este estudio estuvo constituido por 316 universitarios del sexo femenino y masculino los cuales cursaban diferentes carreras en distintas universidades de México. Los instrumentos que utilizo fue la Encuesta SWS- Survey de Salud Mental, Estrés y Trabajo elaborado por Gutiérrez y Osterman y la Escala de Orientación de Logro de Diaz- Loving, R. y Andrade, P.P. Los resultados mostraron que respecto al Estrés la puntuación promedio fue de 36.69 lo que indica que los estudiantes evaluados en este estudio no tienen un estrés tan alto comparado con otras investigaciones y respecto a la variable Motivación al Logro en

su escala la Competitividad se encontró una puntuación promedio de 18.56 y en su escala de Trabajo se encontró una puntuación promedio de 32.05 lo que significa que no necesariamente la actitud y la motivación por lograr una meta académica se relacionan con el Estrés que puedan manifestar los estudiantes universitarios.

Este estudio considera a las dos variables que se han tomado para la presente investigación, por lo que es de singular utilidad en su revisión teórica como procedimental, brindando información de utilidad para la discusión de los resultados.

Tabassum (2015) realizó una investigación sobre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro en estudiantes de India. Esta investigación tuvo una población de 400 alumnos siendo la muestra alcanzada por 200 estudiantes de ambos sexos. Las pruebas que tomó fueron la escala de estrés académico de Akbar Husain, Tabassum Rashid, la escala de motivación por el logro de Deo-Mohan, Pratibha Deo y Asha Mohan y el inventario de hábitos de estudio de Jain. La investigación fue de diseño no experimental de corte transversal de tipo correlacional. Mostrando así como resultado que existe una correlación negativa $r = (-0,830)$ entre las tres variables.

El estudio brinda singulares contribuciones en cuanto a la relación de las variables mencionada ya que se logrará realizar el contraste con los resultados y poder así llegar a las discusiones para poder realizar las recomendaciones.

Por otra parte, entre los antecedentes nacionales se menciona a Solano (2020) quien realizó una investigación en estudiantes de una universidad pública en Lima. Este estudio estuvo conformado por 316 alumnos universitarios. Los instrumentos que utilizó fue el Inventario de Estrés Académico de Barraza y el Inventario de Hábitos de Estudio de Vicuña. Obteniendo como resultado que el 77% de los estudiantes presentan un nivel moderado a estrés a profundo; en cuanto a la segunda variable que es los hábitos de estudio sostiene que el 13% presenta un nivel muy negativo a negativo, a diferencia del 57,6% tienen hábitos de tendencia negativa.

Esta tesis sirvió como un referente igualmente de importancia por considerar a las dos variables implicadas en este proyecto de investigación, cuyos resultados podrán ser contrastados directamente con el estudio final.

Lora (2020) realizó un estudio sobre la motivación y la dimensión síntomas psicológicos hablando específicamente de la ansiedad de la variable estrés

académico y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de posgrado de una universidad privada y cuya muestra estaba conformado por 240 estudiantes de la maestría de Gestión de los Servicios de Salud. Los instrumentos que utilizaron fueron el Cuestionario IPRI, y estos fueron tomados en diferentes departamentos del país. Los resultados obtenidos demuestran que a nivel nacional la motivación hacia el logro se encuentra en un 68,3 %, es decir los estudiantes de Maestría se encuentran en un nivel promedio frente a esta variable. Por otro lado, el estado de ansiedad se encuentra en un nivel normal con un 78,8 % y los rasgos de ansiedad en un 78,3 % también con un nivel normal refiriéndonos especialmente a la dimensión Síntomas de la variable Estrés Académico. En cuanto a la relación entre ambos se encontró que no se halló relación significativa entre ambas variables.

Castilla (2021) ejecutó una investigación sobre el estrés académico y estilos de vida en estudiantes de psicología y derecho de los primeros ciclos, en Lima. En este estudio participaron 536 estudiantes. Las pruebas que utilizaron son instrumentos SISCO y CEVJU-r, siendo el diseño no experimental de tipo investigación correlacional. Los resultados indicaron que el 53.2 % de alumnos se ubica en la categoría promedio en referencia al estrés y estilos de vida con un 58%, encontrando una relación entre las variables.

Gracias a la contribución de esta investigación se verá aquí el contraste que hay en el departamento de Arequipa y como es en esta otra región del país, donde se podrá hacer una adecuada correlación de las áreas de las variables.

Rosales (2016) ejecutó una investigación con las variables Estrés Académico y Hábitos de Estudio en estudiantes universitarios de Lima. Esta investigación se realizó con 337 alumnos. Los instrumentos que utilizaron son el Inventario de Estrés Académico de Barraza y el Inventario de Hábitos de Estudio de Vicuña. Los resultados que obtuvo fueron que el 80 % denotaron un nivel promedio de estrés académico y el 78 % presentó un nivel promedio de hábitos de estudio y finalmente encontró relación entre ambas variables.

Gracias a la investigación de esta tesis que considero dos variables que se han tomado como parte de esta investigación, por su forma singular de la misma y donde su revisión teórica como procedimental brindará información relevante para esta investigación.

En cuanto a la primera variable de investigación, el estrés es uno de las áreas psicosociales más estudiados en la actualidad, principalmente porque está relacionado con la aparición de determinadas enfermedades, el manejo y adaptación de entornos complejos y el desempeño personal (Fernández, et al., 2003). En otras palabras, el tema ha recibido atención porque tiene un impacto en la salud física y mental, así como en la repercusión del desempeño académico y laboral.

Para Mendiola (2010), la palabra estrés proviene del antiguo francés "destresse", que es estar confinado bajo estrechez o dominación. Pereyra (2010, citado por Rosales, 2016) señaló que la palabra estrés se originó en los anglosajones, que significa tensión y opresión.

Es por ello que el estrés académico es un proceso del resultado de la interacción entre el entorno educativo formal y los individuos (profesores y estudiantes), que operan en él. Los recursos de un individuo y de cómo maneje los factores estresantes, esa persona puede sentir que su salud o bienestar general ha cambiado (Cabanach, et al., 2016).

Asimismo, Barraza (2006) afirma que el estrés académico es un proceso sistemático, adaptativo y fundamentalmente psicológico que ocurre cuando los estudiantes se ajustan a las demandas del centro de estudio puede recuperar el equilibrio. Yataco (2019) sostiene que el estrés académico es, sobre todo, un desequilibrio sistemático que puede afectar negativamente la salud mental de los estudiantes que enfrentan situaciones de extrema dificultad. Sin embargo, esto no ocurre desde un punto de vista objetivo ya que los propios estudiantes sienten que su experiencia de vida, tanto personal como académicamente han fracasado en sus esfuerzos por tener éxito como profesionales. Es así que el estrés académico ocasiona consecuencias negativas cuando tiende a llegar a niveles altos, es ahí cuando el estudiante emplea estilos de afrontamiento disfuncionales, lo que ocasionaría que estos empeoren la oportunidad de solucionar el problema, y más bien generarían que se creen problemas de la alteración del sueño llegando a que se disminuya y que se altere el patrón alimenticio. Donde finaliza que hay 3 etapas que poseen los alumnos universitarios al experimentar estrés académico; la valoración abrumadora que se origina por el estímulo académico; la experimentación de respuestas somáticas, cognitivas y

afectivas; y por último es la elección de la táctica para intentar retomar la estabilidad somático.

Fases de respuesta del estrés de acuerdo a Selye (1935, citado por Oblitas, 2004) sostiene que el estrés se encuentra a través de tres fases, llamadas la fase de reacción de alarma y que esta se manifiesta de varias maneras, donde alguno de los síntomas son la frustración extrema en las personas que enfrentan eventos estresantes, dificultad para concentrarse y somnolencia. Así también si la persona supera este hecho se concluirá con el síndrome de adaptación general. Por el contrario, si no funciona, la persona debe pasar al siguiente paso que es la Fase de Resistencia; que es aquella donde se pueden obtener buenos resultados si el cuerpo tiene que mantener comportamientos hiperreactivos para que el incidente pueda ser controlado, antes de que cese el síndrome adaptativo general, si es así, se da el siguiente paso que es la

Fase de agotamiento; es aquella donde el cuerpo comienza a caer por debajo de lo normal debido a la falta de capacidad para manejar adecuadamente situaciones en las que pierde lo que necesita para activarse continuamente. Si este hecho continúa, puede tener graves consecuencias. Asimismo, esta teoría ha sido cuestionada porque no existen requisitos establecidos que deban ser considerados un factor de estrés, independientemente del efecto del estímulo en la respuesta. Los factores de estrés no son específicos, independientemente de su impacto en la respuesta al estrés esta es producida por diversos factores estresantes como agentes físicos, agentes psicológicos y factores psicosociales.

Los Síntomas del estrés; según Santos (1993, citado por Beltrán, et al. 2010), afirma que el estrés induce síntomas sociales que generalmente reducen los niveles de logro académico y laboral. Los síntomas Fisiológicos sostienen que el estrés induce enfermedades, cambios en el sistema endocrino, cambios en el sistema nervioso autónomo, cambios en el ritmo y la frecuencia cardíaca, cambios en la respiración, presión arterial, cambios en los niveles sanguíneos y locales, aumento del colesterol, enfermedades coronarias, cambios en la función hormonal y cambios en el ciclo menstrual.

Los síntomas psicológicos son aquellos que se refieren a las angustias, la ansiedad, la irritabilidad, la depresión y el estado de ánimo negativo. La aceptación del estrés

de aprendizaje negativo se produce de tal manera que la presencia de síntomas de estrés y sensaciones abrumadoras superan la capacidad del individuo, dependiendo de las circunstancias que requiera el método causante de la fatiga. Se necesita algo de tranquilidad para planificar las propias acciones, pero cuando los jóvenes se sienten abrumados, los estudiantes no tienen buenos estilos de afrontamiento los hace sentir muy abrumados, y esto los direcciona a estar expuestos a los tipos de eventos de los que creen que no pueden escapar. Esta sensación le impide planificar y planificar su tiempo, por lo que el fracaso académico está mucho más cerca.

Según Barraza (2007), el estrés académico tiene tres áreas como las estrategias de afrontamiento de acuerdo a Folkman y Lazarus (citado por 1986, Díaz, 2005), sostiene que estas estrategias son intentos de reflejar y gestionar los requisitos que se le presentan a los humanos, ya sean externos o internos donde estas necesidades pueden ser indirectas donde los objetivos se planifican tan directamente como los conflictos que surgen estos factores personales, familiares y sociales. Algunas estrategias son positivas. El área de los estresores; es aquella donde hay una variedad de estresores académicos como muchos desafíos y tareas diarias que quedan para los estudiantes dentro y fuera del campus. La carga de responsabilidad para que los estudiantes se acostumbren. Los lugares de aprendizaje inapropiados afectan negativamente el rendimiento académico donde se tiene muy poco tiempo para desarrollar todas las actividades que ejecutan; como los problemas con los profesores o coordinadores del curso, los exámenes que dan de manera constante.

Área de síntomas; de acuerdo a Rossi (2001, citado por Barraza, 2005), menciona tres tipos de respuestas al estrés del aprendizaje que son los síntomas físicos; tensión en la cabeza, fatiga, presión arterial alta, problemas estomacales, no logra alcanzar las metas, dolor de espalda, problemas para dormir, influenza, pérdida de peso o pérdida de peso, malestar personal, ansiedad, depresión, sensación de falta de apoyo; es así como también menciona los síntomas psicológicos como enojo excesivo, dificultad para tomar decisiones, disminución de la autoestima, inquietud, disminución de la motivación, dificultad para controlar la situación, pensamientos negativos sobre la vida, estrés ansiedad causada por eventos frecuentes y otras dificultades de concentración entre las personas. Por último menciona a los síntomas comportamentales que puede ser la necesidad frecuente de fumar, olvido constante de trabajar, conflictos cotidianos ante situaciones, dificultad para realizar las tareas

asignadas, aumento o disminución de la ingesta de alimentos, bajo interés propio, síntomas conductuales que señalan a los demás.

De acuerdo a la segunda variable tenemos a los Hábitos de Estudio; y entre las definiciones tenemos a Santos (2015) los define como un elemento fundamental para obtener un adecuado rendimiento universitario, ya que el éxito estudiantil de un alumno, estos son indispensables para el correcto desarrollo del aprendizaje, sin embargo, pueden estar presentes en algunos y también existe la carencia de estos hábitos por diversos factores implicados en los diferentes niveles de desarrollo académico. Rebaza (2016) refiere que son habilidades que emplean los alumnos para obtener un mejor entendimiento de los temas instruidos en el colegio a lo largo del tiempo, que ayudan al desarrollo de aptitudes. Sarabia (2012) sostiene que son un grupo de tareas, actitudes y técnicas específicas de cada persona a la hora que comienza a estudiar y realizar sus labores académicas. Oré (2012) define los hábitos de estudio como destrezas adquiridas a lo largo del tiempo en donde los alumnos ponen en práctica dichas destrezas para captar mejor los temas que se requieran y necesiten.

Modelo de Vicuña (2002 citado por Rosales, 2016) clasifica los hábitos de estudio a través de los componentes que intervienen el desarrollo académico, estableciendo primero que los momentos de estudio están determinados por el tiempo que se le otorgue a proceso de estudio, se considera también aquellos agentes externos que puedan impedir el óptimo desarrollo como las distracciones e interrupciones en sus diferentes modalidades.

También, menciona que el componente clases sirve para evidenciar aquellos comportamientos presentes en el ámbito educativo, presta atención a cómo se recopila la información adquirida, las preguntas realizadas, el orden de las ideas y las conclusiones obtenidas al final de cada sesión.

A su vez, el trabajo académico desarrollando por el estudiante determina la responsabilidad y capacidad de cumplir eficazmente, la manera en cómo alcanza el objetivo o la importancia prestada para cumplir los trabajos. Esto, a su vez se compara con la preparación de los exámenes, en la cual se puede identificar el estado que pueda presentar el estudiante condicionado por el tiempo de preparación y la intensidad que ha tenido para adquirir el conocimiento necesario.

Así también sostiene que la conducta frente al estudio es percibida a través de las técnicas y herramientas utilizadas al momento de estudiar, el subrayado o aquellas anotaciones sobre nuevos términos, entre otras utilizadas al momento de adquirir nuevos conocimientos como parte de un hábito.

Finalmente, Pereyra (2010) menciona que el estrés académico puede ocasionar distrés, donde sostiene que este es un estrés negativo que pueden experimentar algunas personas y provoca trastornos fisiológicos como las somatizaciones, donde cuyas causas comunes pueden ser la familia, trabajo, estímulos, frustración.

Por otro lado, menciona a diferencia de el primero menciona que el eutrés es un estrés positivo y que ocasiona que las personas pueden hacer frente a las diversas situaciones complejas que pueden ocurrir en su vida. Ocasionando así que las personas tengan alegría, satisfacción y energía vital que la conduciría a que estos se relajen, permitiéndoles disfrutar de un buen momento para vivir sin miedo y puedan abordar diferentes situaciones con éxito.

La formación de hábitos de estudio esta es principalmente, se general al empezar una búsqueda por un crecimiento académico, esto se da desde pequeños, desde la formación promovida por la familia, considerando que son los primeros ejemplos de hábitos que tendrá una persona, es fundamental que se incentive desde el hogar para poder desarrollarse correctamente en el ambiente educativo.

En base a esto, Santos (2015) menciona que estos hábitos juegan un papel importante para el educando y su familia, esto significa que ambos actúan de la juntos en el reforzamiento de correctos hábitos para el desarrollo académico de los alumnos, los educadores, por su parte, son quienes más acceso tienen a la formación de planes de trabajos ambientados en espacios más estimulantes, es fundamental que motive al estudiante a través de una buena actitud, influencia hacia la lectura tanto como al desarrollo de conocimiento científico con el cual pueda contrastar nuevos conocimientos en su desarrollo vital.

Dimensiones del instrumento de Vicuña (1998); la primera es Forma de estudio; donde sostiene que es la ejecución de técnicas de estudio donde se busca que el estudiante pueda ser capaz de investigar cuando no entiende lo que significa alguna palabra nueva, resaltar las ideas más relevantes, aprender de memoria lo temas

aprendidos en clase, se hace preguntas sencillas sobre los temas trabajados en el salón de estudios, practica lo estudiado diariamente.

Resolución de tareas; es aquella que se enfoca en recopilar datos informativos sobre la duración del estudio de cada alumno teniendo como principales puntos el cumplir con la actividad académica en el tiempo establecido, resolver una tarea y dejarla a medias y automáticamente pasar a la anterior, entrar en un momento de desesperación y ya no querer realizar ninguna actividad, comenzar por lo más complejo y terminar por lo menos dificultoso, le da más importancia a la forma que al fondo del trabajo es decir no se concentra tanto en el tema expuesto.

Preparación de exámenes en esta dimensión se habla sobre como el alumno encuentra diferentes alternativas para rendir un buen examen o un examen no tan favorable ya que algunos solo dan una repasada hora antes de que se le tome una prueba otros por el contrario se preparan con días de anticipación, otros utilizan métodos que los perjudica en su aprendizaje ya que copian en los exámenes o solo repasa los temas que él cree o considera conveniente que van a tomar en la prueba.

Forma de escuchar la clase; con ella nos referimos a cómo actúa el estudiante cuando el profesor le dicta las clases entre las cosas más resaltantes podemos encontrar que el alumno realiza algunos apuntes que le ayudan a estudiar, participa e interactúa en clase, se distrae con mucha facilidad y se pone a realizar otras actividades, la forma como va actuar cada estudiante dependerá de la enseñanza desde pequeños.

Acompañamiento al estudio; se refiere a las conductas que el alumno hace mientras se encuentra en su espacio de estudio entre las que se consideran si la realizan mientras se encuentran conversando con alguien, probando un bocadillo, con música a alta volumen o viendo su programa favorito entre otros.

Existen los hábitos de estudio y la adquisición de conocimientos; son aquellas que tienen múltiples determinantes para adquirir nuevos conocimientos, los hábitos de estudio ayudan a lograr este objetivo, sin embargo, el proceso de adquisición está determinado por diversos factores, entre los cuales, Guerra (2015) menciona que; la motivación, es fundamental para aprender, ya que es el sentido que se le da al tiempo de estudio, está implicado tanto a nivel intelectual como emocional. Es importante generar en el alumno entusiasmo ante el aprendizaje de tal manera que el interés por los nuevos conocimientos sea cada vez mayor. Por otra parte, la concentración

también se encuentra directamente relacionada con la adquisición de nuevos conocimientos, a través de la atención y concentración se puede lograr con éxito este propósito, uno de los factores implicados en que no se alcance una buena concentración es la falta de motivación anteriormente mencionada, también estaría involucrada la fatiga al haber excedido el tiempo apropiado para el estudiante ante los estudios o también puede estar presente algún malestar intrínseco o extrínseco al alumno, tanto como la dinámica intrapersonal que se presente al adquirir nuevos conocimientos. A su vez, la actitud de estudiante, la cual también está determinada por la motivación debe de ser algo manejable dentro de los hábitos, tratando de que sea gratificante para nosotros. De igual manera, la organización es esencial para poner a disposición todo el material académico en función a alcanzar nuevos conocimientos de manera esquematizada, utilizando técnicas y herramientas. Es importante medir la comprensión de los temas a través de pequeñas autoevaluaciones, ya que así se podrá determinar si los conocimientos están siendo procesados de manera correcta y completa, así lograr integrarlos todos en función a los temas correspondientes. Si bien la repetición no se presenta como una de las mejores formas para integrar una nueva información, las maneras en las que se aplique también son importantes para poder fijar una nueva información, es necesario complementar la repetición con repasos, re memorización, auto evaluaciones, entre otros. Finalmente, una de las formas para que el alumno logre un aprendizaje más rápido y mejor es desarrollando una guía de estudio, y esta se llama estudio programado, se busca que logre identificar rápidamente los conceptos clave para entender los nuevos conocimientos adquiridos.

Principales hábitos de estudios; de acuerdo a Rigoberto (2016) plantea el método total, en el cual se da revisión total del material a estudiar, este método es más eficaz ante temas cortos o de análisis rápido, se busca ganar el mayor nivel de concentración posible para lograr la comprensión del tema, es importante mantener presente la idea central de inicio a fin. Este método es más apropiado para quienes buscan realizar análisis o conclusiones de lo estudiado. Por otro lado, también está el método por partes en el cual se trabajan por párrafos, se busca obtener la mejor comprensión de cada uno hasta elaborar una idea clara y práctica para explicar lo estudiado, es beneficioso ante temas extensos en los cuales pueda ser difícil recordar la múltiple información recibida, también para aquellos nuevos lectores que no logran conectar

con las ideas que va elaborando el autor, haciendo que al finalizar el estudio se pueda recopilar información relevante de cada párrafo ayudando así a recordar y tener una idea completa de lo estudiado. Finalmente, el método mixto involucra tanto al total como al método por partes ya que aplicando estos dos métodos se podría desarrollar una mejor comprensión ante información extensa y compleja.

Por último, la variable Motivación al Logro; donde Osorio (2014) indica que la motivación es realizar alguna actividad sintiendo realmente satisfecho por ello ya que no lo hace por obligación sino por agrado. Brophy (1998, citado por Osorio, 2014) sostiene que esta se basa en el logro de metas propuestas. Valle, et al. (2009) se refiere a ellas como la satisfacción de haber logrado objetivos propuestos como referencia a el área de estudios logrando ser exitosos. Santrock (2002, citador por Naranjo, 2009) indica que esta se da a través de un conjunto de actividades académicas satisfactorias. Manassero y Vasquez (1998) la define como la necesidad de lograr algo para cumplir una meta la cual se ha propuesto el estudiante. McClelland (1989) refiere que la motivación te ayuda a salir adelante y superar cualquier situación problemática específicamente académica ya que nos ayuda a ser competentes para realizar de una manera animosa nuestro trabajo académico. Morán y Menezes (2016) manifiestan que la motivación de logro se da esforzándose por lograr alcanzar un buen desempeño académico con gran éxito. Alonso (1997) indica que esta se da fundamentalmente por habilidades del individuo, la seguridad en el creer en uno mismo y la satisfacción que ello produce el alcanzar una meta.

Las teorías de motivación al logro; se refiere a la teoría clásica de la motivación de logro; de acuerdo a McClelland (1985, citado por Arroyo, et al., 2014) se refiere a ella como el logro de un objetivo propuesto que logra en los individuos gran energía para poder cumplir con todas metas que uno desea, teniendo como base fundamental los procesos cognitivo- social la cual se encarga de generar una mayor motivación académica. Dicha teoría se basa en tres dimensiones:

Logro; es aquella donde se basa en lograr culminar con éxito una tarea académica, conlleva a que los estudiantes se encuentren muy motivados a cumplir con sus planes propuestos, estos se caracterizan por desarrollar de manera excelente un trabajo académico en el cual es fundamental para ello que se los felicite y se reconozca su trabajo académico, sin embargo, suelen ser personas poco sociables.

Poder; se refiere a la forma como el individuo tiene la gran necesidad de tener un dominio de poder por controlar a los demás. Estos individuos se caracterizan por querer considerarse como personas muy fundamentales para la sociedad en el cual buscan obtener un gran nivel de influencia con los demás predominando en todo momento sus pensamientos, ideas y opiniones.

Afiliación; es aquella que se refiere a la gran necesidad de poder interactuar constantemente con las demás personas sobre todo las que ellas consideren importantes se caracteriza por querer ser populares y prefiere realizar las actividades académicas de manera grupal que individual.

Los Factores que afectan la motivación en los estudiantes de acuerdo a Molina, Messoulam y Schmidt (2006) afirman que la comunicación de los padres con sus hijos es una variable con gran potencial para caracterizar a los adolescentes según las características escolares. Gonzales, et, al. (1996) realizaron una variedad de estudios que describen cómo los comportamientos de los padres afectan la motivación, la autoimagen, la concentración, el esfuerzo y las actitudes de los niños, donde esta si se expresa en relación a la dinámica familiar influirá en los procesos cognitivos y donde el uso de estrategias influenciaría en el aprendizaje. Figueroa, Dorio y Forner (2003) sugieren que existe una correlación entre las expectativas de éxito y la motivación de la investigación, la emoción familiar y el apoyo efectivo.

El género y la motivación del logro académico; de acuerdo a algunos estudios realizados, los resultados muestran que las alumnas tienden a estar más motivadas para triunfar. En esta línea, Thornberry (2003) afirma que los hombres tienen prejuicios y restricciones porque las mujeres no tienen que seguir estereotipos. También que las mujeres pueden expresarse fácilmente utilizando preferentemente el lado izquierdo del cerebro. Cerezo y Casanova (2004) sugieren que algunas de las metas establecidas por los estudiantes son específicas de género. Las mujeres tienden a centrarse más en sus esfuerzos al explicar sus logros y los hombres atribuyen todas sus habilidades a la suerte algunas veces.

III. METODOLOGÍA

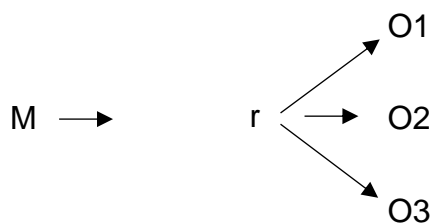
3.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación es correlacional, ya que tiene como fin medir el grado de relación que existe entre las variables planteadas donde se estableció la relación estadísticamente significativa entre las variables que son dependencia emocional y depresión (Hernández, et al., 2014).

3.2. Diseño de investigación

Este estudio es no experimental porque se realizó sin manipular deliberadamente algunas de las variables. Descriptivo ya que su objetivo fue describir las variables estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro; así también tendrá un alcance cuantitativo y de corte transversal, ya que la recolección se dio en un determinado momento y por ultimo mencionar hipotético deductivo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Esquema



Donde:

M: Muestra

O1: Estrés académico

O2: Hábitos de estudio

O3: Motivación al logro

r: Relación

3.3. Variables y operacionalización

Variable 1: Estrés académico

Definición conceptual

Barraza (2003) sostiene que este es un proceso sistemático en psicología adaptativa que ocurre esencialmente cuando un estudiante está expuesto a un conjunto de demandas en su entorno académico y donde este considera esta serie de demandas un factor que contribuye a su estrés.

Definición operacional

Desde un enfoque operacional, se midió utilizando la técnica de la encuesta y mediante un cuestionario de escala ordinal que tuvo seis alternativas de respuesta tipo Likert. Esta variable tiene 21 ítems distribuidos en tres dimensiones de la siguiente forma: estresores (7 ítems), síntomas (7 ítems) y estrategias de afrontamiento (7 ítems).

Indicadores

Permite evaluar la percepción desempeño del Estudiante, Percepción sobre el docente, Síntomas corporales, Síntomas psicológicos, Valoración de situación problemática, Interpretación de la situación problémica.

Escala: Ordinal

Variable 2: Hábitos de estudio

Definición conceptual

Vicuña (1999, citado en Cartagena, 2008) afirma que los hábitos son patrones de comportamiento adquiridos en la vida diaria que hacen que el sujeto ya no pueda pensar ni definir su propio comportamiento. Del mismo modo, prevé estudiar hábitos para evitar habilidades, tiempo, orden y distracciones.

Definición operacional

El hábito de estudio fue medido mediante la aplicación de una encuesta a la muestra de estudio, la misma que permite determinar los hábitos de estudio. Para medirlo se aplicó un cuestionario de 53 ítems. y está conformada por sus cinco dimensiones.

Indicadores

Usa técnicas de estudio, comportamiento frente a las tareas, como el estudiante se encuentra preparado en momento de dar su examen, comportamiento en el momento de clases y actos del estudiante que usa en el tiempo de estudio.

Escala: Ordinal

Variable 3: Motivación al logro

Definición conceptual

Vicuña El grado de intensidad que una persona realiza una actividad como búsqueda de satisfacción.

Definición operacional

Se toma en función a los puntajes obtenidos y para medirlo se aplicará un cuestionario de 18 ítems. y está conformada por sus tres dimensiones.

Indicadores

Permite reconocer el deseo de tener relaciones interpersonales amistosas y cercanas, la necesidad de influir, controlar a otras personas, grupos y obtener reconocimiento por parte de ellas, así como el impulso de sobresalir, de tener éxito.

Escala: Ordinal

3.4. Población y muestra.

La población de estudiantes comprende a 89 estudiantes de la carrera de Ingeniería de sistemas que cursaban entre el quinto y sexto ciclo, matriculados en el semestre 2021- 1. Con edades entre de 17 y 50 años, del turno mañana y noche, de ambos sexos.

La muestra fue de 76 estudiantes, la cual se eligió mediante el procedimiento no probabilístico, el cual será por conveniencia o accidental, es decir, el investigador selecciona la muestra de acuerdo a la accesibilidad, además se emplea para obtener información rápida (Tamayo, 2001).

La muestra se estimó la fórmula para investigaciones correlacionales empleada fue la siguiente:

Fórmula:

$$N = \left[\frac{(Z\alpha + Z\beta)}{0.5 \ln \left[\frac{(1+r)}{(1-r)} \right]} \right]^2 + 3$$

Fuente: Pértegas y Pita (2002)

Donde:

N: Población

n: Muestra

Z α : Nivel de significancia del 99%(2.576)

Z β : Nivel estadístico del 99%(2.326)

r: tamaño efecto r= 0.284 (pequeño)

Para reconocer la muestra se identificó que de acuerdo a Pértegas y Pita (2002) el tamaño muestral para el cálculo del coeficiente de correlación entre dos variables se tiene que identificar los valores. Se observa que de acuerdo al 99% de seguridad con la prueba bilateral se obtiene Z α = 2.576, donde el poder estadístico al 99% es igual a Z β = 2.326 y con un poder de efecto mediano r= 0.284

Criterios de inclusión

Los siguientes criterios fueron usados para seleccionar la muestra:

- Estudiantes que deseen participar en la investigación.

- Estudiantes que completaron los datos deseados en la encuesta de manera apropiada.

Criterios de exclusión

Estos criterios fueron usados para excluir al seleccionar la muestra:

- Los estudiantes que no deseen participar de forma voluntaria en la investigación.

Los estudiantes que llenan de forma incorrecta los instrumentos.

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

Los instrumentos que se ejecutaron con el propósito de recolectar información relacionada con las siguientes variables: estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro y donde se pudo obtener información de manera ordenada (Bernal, 2010).

Instrumentos

Para la variable 1: Se empleó el Inventario de Estrés Académico SISCO de Arturo Barraza Macías creada en el año 2006. El objetivo de este instrumento es reconocer el estrés y las características que tiene el estudiante que se encuentra en diferentes niveles de estudio. Este inventario consta de 29 ítems, tiene 3 dimensiones. El puntaje varía de 1 a 5. Cuyo rango a nivel de variable es: 101 a más muy alto estrés académico, 91 a 100 alto nivel de estrés académico, 68 a 90 un nivel promedio de estrés académico, 60 a 67 un nivel bajo de estrés académico y de 59 a 0 un nivel muy bajo de estrés académico. Se tomó la validación de Rosales (2016) donde muestra que este instrumento es válido y confiable con un alfa de Cronbach 0,769 y cuya validez de contenido por juicio de expertos con V Aiken que oscilaba de 0.90 a 1,00. Para fines de esta investigación, se halló la validez de contenido por juicio de expertos, conformado por el criterio de tres jueces con trayectoria en investigación, para verificar si los ítems son representativos, quienes emitieron su valoración de 0 a 1 (0= No cumple con el criterio, 1 = Cumple con el criterio) en pertinencia, relevancia y claridad donde se encontró que el 100 % de ítems obtuvieron una V de Aiken de 1 (ver anexo 6).

Así mismo se observa que mediante la prueba binomial se denoto que los productos son menores a 0.05, por lo que se sostiene que hay concordancia entre los jueces, asimismo este instrumento está constituido por 29 ítems (anexo 7). Además, se ejecutó la prueba piloto ejecutada en 20 estudiantes donde se muestra la validez de constructo a través del análisis factorial exploratorio, donde se observa el KMO y las escalas de esfericidad de Barlett donde se determinó que los valores se perciben con puntajes elevados 0.607 y es significativa (Sig.= 0.000), lo que argumenta que la matriz de correlaciones no es una matriz de identidad que significa que los ítems se enlazan y crean factores. Es así que al ejecutar la estructura factorial que pertenecen al Estrés Académico donde se muestra una solución factorial que incluye 3 factores los cuales detallan el 67.57% de la varianza total de los datos. Donde se observa que en primer lugar presenta un auto valor igual a 8.45 y detalla el 29.19 % de la varianza y por último el tercer factor extraído con un auto valor igual 1.622 y explica el 67.57%. Así también al ejecutar la Matriz de componente rotado y comunalidades de la escala de Estrés Académico, donde se observó que las cargas factoriales fueron superiores al valor de 0.34, dando argumento a la estructura factorial propuesta originalmente. Y por último se observó que la Confiabilidad por consistencia interna presenta una aceptable Alfa de Cronbach 0.917 (ver anexo 8, ver anexo 9, ver anexo 10).

Para la variable 2: Se utilizó el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85, creado por Luis Alberto Vicuña Peri en el año 1998. Esta prueba consta de 53 ítems, y evalúa los hábitos de estudio agrupadas en cinco dimensiones. El puntaje varía de 1 a 2. Cuyo rango a nivel de variable es: 89 a más muy alto hábitos de estudio, 84 a 88 alto nivel de hábitos de estudio, 74 a 83 un nivel promedio de hábitos de estudio, 71 a 73 un nivel bajo de hábitos de estudio y de 70 a 0 un nivel muy bajo de hábitos de estudio. Se tomó la validación de Rosales (2016) donde muestra que este instrumento es válido y confiable con un alfa de Cronbach 0,972 y cuya validez de contenido por juicio de expertos con V Aiken es de 1,00. Para fines de esta investigación, se halló la validez de contenido por juicio de expertos, conformado por el criterio de tres jueces con trayectoria en investigación, para verificar si los ítems son representativos, quienes emitieron su valoración de 0 a 1 (0= No cumple con el criterio, 1 = Cumple con el criterio) en pertinencia, relevancia y claridad donde se encontró que el 100 % de ítems obtuvieron una V de Aiken de 1 (anexo 11).

Por otro lado, se elaboró una prueba piloto conformado por 20 estudiantes donde se muestra la validez de constructo a través del análisis factorial exploratorio, donde se observa el KMO y las escalas de esfericidad de Barlett y se determinó que los valores se perciben con puntajes elevados 0.830 y es significativa (Sig.= 0.000), lo que argumenta que la matriz de correlaciones no es una matriz de identidad que significa que los ítems se enlazan y crean factores. Es así que al ejecutar la estructura factorial que pertenecen a el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 donde se halló una solución factorial que incluye 5 factores los cuales detallan el 70.96 % de la varianza total de los datos. Donde se observa que en primer lugar presenta un auto valor igual a 18.18 y detalla el 36.36 % de la varianza y por último el quinto factor extraído con un auto valor igual 2.439 y explica el 70.96%. Así también al ejecutar la Matriz de componente rotado y comunalidades del Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85y donde se observó que las cargas factoriales fueron superiores al valor de 0.43, dando argumento a la estructura factorial propuesta originalmente. Y por último se observó que la Confiabilidad por consistencia interna presenta una aceptable confiabilidad a través del alfa de Cronbach 0.873 (ver anexo 12, anexo 13, anexo 14, y anexo 15).

Para la variable 3: Se utilizó la Escala de motivación de logro M – L - 1996, este instrumento fue creado por Luis Vicuña Peri y colaboradores en el año 1996, esta prueba consta de 18 ítems y tres sub ítems que pertenece a cada uno de estos; este instrumento evalúa la motivación al logro agrupadas en tres dimensiones. El puntaje varía de 1 a 6. Cuyo rango a nivel de variable es: 101 a más muy alto nivel de motivación al logro, 83 a 100 un alto nivel motivación al logro, 65 a 82 un nivel tendencia alto de motivación al logro, 47 a 64 un nivel tendencia bajo de motivación al logro, 29-46 un nivel bajo de motivación al logro y de 18 a 28 un nivel muy bajo de motivación al logro. Se tomó la validación de De la Puente (2017) donde muestra que este instrumento es válido y confiable con un alfa de Cronbach 0,88 y cuya validez de contenido por juicio de expertos con Ji cuadrado de 0.01 de significación. Para fines de esta investigación, se halló la validez de contenido por juicio de expertos, conformado por el criterio de tres jueces con trayectoria en investigación, para verificar si los ítems son representativos, quienes emitieron su valoración de 0 a 1 (0= No cumple con el criterio, 1 = Cumple con el criterio) en pertinencia, relevancia y claridad donde se encontró que el 100 % de ítems obtuvieron una V de Aiken de 1.00 (anexo 16).

Por otro lado, se elaboró una prueba piloto conformado por 20 estudiantes donde se muestra la validez de constructo a través del análisis factorial exploratorio, donde se observa el KMO (0.868) y la esfericidad de Bartlett ($X^2 = 2689.361$, $gl = 496$, $p > .000$) lo que sostiene que la matriz de correlaciones no es una matriz de identidad que significa que los ítems se enlazan y crean factores así mismo se evidencia que la muestra utilizada es adecuada. Es así que al ejecutar la estructura factorial que pertenecen a la Escala de motivación de logro M – L – 1996 donde se halló una solución factorial que incluye 3 factores los cuales detallan que el 54.95 % de la varianza total de los datos donde en primer lugar presenta un autovalor igual a 20.42 y detalla el 36.46 % de la varianza y por último el tercer factor extraído con un autovalor igual 2.51 y explica el 54.95 %. Así también se encuentra que las cargas factoriales fueron superiores al valor de 0.40, dando argumento a la estructura factorial propuesta originalmente.

Así también al ejecutar la Matriz de componente rotado y comunalidades de la Escala de motivación de logro M – L – 1996 y donde se observó que las cargas factoriales fueron superiores al valor de 0.43, dando argumento a la estructura factorial propuesta originalmente. Y por último se observó que la Confiabilidad por consistencia interna presenta una aceptable confiabilidad a través del alfa de Cronbach 0.878 (ver anexo 17, anexo 18, anexo 19, anexo 20).

3.6. Procedimientos

Se realizó la observación del contexto actual que están atravesando los estudiantes pregrado de una universidad privada de Andahuaylas-2021, hecho que genero la motivación de realizar esta investigación, por lo cual se le pidió a la dirección de la universidad donde se pidió la autorización correspondiente para la evaluación de las pruebas.

La recopilación de la información se realizó de acuerdo las instrucciones de la ficha técnica de ambos instrumentos. Para aplicar los cuestionarios se traspasó a una versión virtual empleando la herramienta Google Forms, así mismo se envió por diferentes medios sociales como WhatsApp, correo electrónico, Facebook, para los estudiantes. Posteriormente los estudiantes respondieron de forma voluntaria y su

información se mantiene en anonimato previo a ello se obtuvo el consentimiento para su participación voluntaria en la investigación.

3.7. Método de análisis de datos

El software que se empleara para procesar la información, fue el Excel y el SPSS, así también se elaborara el análisis del estadístico descriptivo que proporciona la media aritmética, desviación estándar, moda, mediana, asimetría, curtosis, frecuencia y porcentajes para poder hallar los niveles de las áreas según cada variable.

Finalmente se hallará la prueba de normalidad de KS determinando si esta investigación será paramétrica o no paramétrica para el análisis de la relación de las tres variables estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro en la población estudiada.

3.8. Aspectos éticos

Respecto a la elaboración y publicación de resultados se consideró las fuentes primarias, secundaria y terciarias, haciendo las citas correspondientes, y considerando los derechos de autor. Mantener en confidencialidad la identidad de las participantes. Y también se comunicará los resultados de forma individual con el objetivo de dar las recomendaciones respectivas a los evaluados.

IV. RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo de las variables

Análisis de la variable: estrés académico

4.1.1. Nivel de estrés académico y sus dimensiones

En la tabla 1 se presentan el nivel de estrés académico y sus dimensiones en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021, es así que al operacionalizar las distintas dimensiones y clasificar los resultados y con respecto a estrés académico se encontró un 53.9% de estudiantes se ubica en la categoría promedio, en la dimensión estresores con 47.4% se sitúa en la categoría promedio y en la dimensión estrategias de afrontamiento con 44.7% se encuentra en la categoría promedio y en la dimensión Dificultades 50.8 % se ubica en la categoría promedio.

Tabla 1

Niveles de estrés académico y sus dimensiones

	Estresores		Síntomas		Estrategias afrontamiento		Total	
	fx	%	fx	%	fx	%	fx	%
Bajo	22	28.9	19	25.0	26	34.2	19	25.0
Promedio	36	47.4	43	56.6	34	44.7	41	53.9
Alto	18	23.7	14	18.4	16	21.1	16	21.1
	76	100.0	76	100.0	76	100.0	76	100.0

Análisis de la variable: Hábitos de estudio

4.1.2. Nivel de depresión y sus dimensiones

En la tabla 2 se presentan el nivel de hábitos de estudio y sus dimensiones en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021, es así que al operacionalizar las distintas dimensiones y clasificar los resultados se observa que con respecto a los hábitos de estudio encontró un 51.3% de estudiantes se ubica en la categoría promedio, en la dimensión forma de estudio con 44.7% se sitúa en la categoría promedio, en la dimensión resolución de tareas con 44.7% se encuentra en la categoría bajo, en la dimensión forma de estudio con 44.7% se sitúa en la categoría

promedio, en la dimensión preguntas para examen con 59.2% se sitúa en la categoría promedio, en la dimensión forma de escuchar con 57.9% se sitúa en la categoría promedio y en la dimensión acompañamiento de estudio con 63.2% se sitúa en la categoría promedio.

Tabla 2

Niveles de hábitos de estudios y sus dimensiones

	Forma de estudio		Resolución de tareas		Preguntas examen		Forma de escuchar		Acompañamiento de estudio		Total	
	fx	%	fx	%	fx	%	fx	%	fx	%	fx	%
Bajo	29	38.2	34	44.7	17	22.4	16	21.1	12	15.8	21	27.6
Promedio	34	44.7	28	36.8	45	59.2	44	57.9	48	63.2	39	51.3
Alto	13	17.1	14	18.4	14	18.4	16	21.1	16	21.1	16	21.1
	76	100.0	76	100.0	76	100.0	76	100.0	76	100.0	76	100.0

Análisis de la variable: Motivación al logro

4.1.3. Nivel de motivación al logro y sus dimensiones

En la tabla 3 se presentan el nivel de motivación al logro y sus dimensiones en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021, es así que al operacionalizar las distintas dimensiones y clasificar los resultados se observa que con respecto a la motivación al logro se encontró un 52.6.3% de estudiantes se ubica en la categoría promedio, en la dimensión afiliación con 57.9% se sitúa en la categoría promedio, en la dimensión poder con 59.2% se encuentra en la categoría bajo y en la dimensión logro con 56.6% se sitúa en la categoría promedio.

Tabla 3

Nivel de motivación al logro y sus dimensiones

	Afiliación		Poder		Logro		Total	
	fx	%	fx	%	fx	%	fx	%
Bajo	15	19.7	17	22.4	16	21.1	19	25.0
Promedio	44	57.9	45	59.2	43	56.6	40	52.6
Alto	17	22.4	14	18.4	17	22.4	17	22.4
	76	100.0	76	100.0	76	100.0	76	100.0

4.2. Prueba de Normalidad de la variable: Estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro.

Para poder hacer la contrastación de la hipótesis se usó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para ver si las puntuaciones que se han obtenido siguen o no una distribución normal.

En la tabla 4 se evidencia que las variables estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro no denotan una distribución normal puesto que muestra $p < .01$. lo que significa que los estadísticos de correlación corresponden a estadísticas no paramétricas.

Tabla 4

Prueba de Kolmogorov- Smirov para las variables de estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro

Variable	Kolmogorov-Smirnov	gl.	Sig.
Estrés académico	0.175	76	,000 ^c
Hábitos de estudio	0.123	76	,000 ^c
Motivación al logro	0.134	76	,000 ^c

4.3. Resultados inferenciales y contrastación de hipótesis

4.3.1. Relación entre dependencia emocional y depresión

Hipótesis alterna

Determinar la relación entre dependencia emocional y depresión en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

Hipótesis nula

No existe relación entre dependencia emocional y depresión en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

En la tabla 5 permite observar que entre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021, se observa que entre las variables estrés académico y hábitos de estudio existe una relación débil y positiva ($t = ,225$), así mismo se observa que entre las variables estrés académico y motivación al logro existe una relación muy baja ($t = -,045$).

Tabla 5*Relación entre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro*

		Estrés académico	Hábitos de estudio	Motivación al logro
Estrés académico	Tau_b de Kendall	1.000	,225	-0.045
	Sig. (bilateral)		0.006	0.580
Hábitos de estudio	Tau_b de Kendall	,225	1.000	0.113
	Sig. (bilateral)	0.006		0.166
Motivación al logro	Tau_b de Kendall	-0.045	0.113	1.000
	Sig. (bilateral)	0.580	0.166	
	N	76	76	76

Es así que para obtener el cálculo de las correlaciones parciales de las variables estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro se realizó la siguiente formula:

$$\tau_{xy.z} = \frac{\tau_{xy} - \tau_{zy}\tau_{xz}}{\sqrt{(1 - \tau_{zy}^2)(1 - \tau_{zx}^2)}}$$

Donde:

X: Estrés académico

Y: Hábitos de estudio

Z: Motivación al logro

XY: 0.225

ZY: 0.113

XZ: -0.045

Es así que, reemplazando los valores, se obtuvo de conformidad con el estrés académico está relacionado en $t = 0.23$ con las variables hábitos de estudio y motivación al logro, que significa que esta relación es una correlación moderada baja. Por lo cual se rechaza la hipótesis nula, siendo esta falsa y se acepta como válida la hipótesis alterna.

4.3.2. Relación que existe entre estrés académico y hábitos de estudio

Hipótesis alterna

Determinar la relación que existe entre estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

Hipótesis nula

No existe relación entre estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

En la tabla 6 se observa la relación entre estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021. Se aprecia que existe relación baja y altamente significativa y positiva entre estrés académico y hábitos de estudio ($r = -0,004$), por lo cual se rechaza la hipótesis nula, siendo esta falsa y se acepta como válida la hipótesis alterna.

Tabla 6

Relación entre estrés académico y hábitos de estudio

	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>
Estrés académico – Hábitos de estudio ($n = 76$)	,326**[.103; .510]	0.004

4.3.3. Relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio

Hipótesis alterna

Determinar la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

Hipótesis nula

No existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

En la tabla 7 se aprecia la relación entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021. Donde se aprecia que existe relación moderada y positiva entre la dimensión síntomas y la dimensión resolución de tareas ($r = 0,480^{**}$), así también se encontró una relación moderada baja y positiva entre las dimensiones estresores y resolución de tareas ($r = 0,349^{**}$), de igual forma entre las dimensiones estresores y preguntas de examen ($r = 0,344^{**}$), así mismo entre las dimensiones síntomas y preguntas de examen ($r = 0,278^{**}$), de igual forma entre las dimensiones estresores y formas de escuchar ($r = 0,265^{**}$), así también entre las dimensiones síntomas y formas de escuchar ($r = 0,327^{**}$), de igual forma entre las dimensiones

estrategias de afrontamiento y formas de escuchar ($r= 0,304^{**}$), así también entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y acompañamiento de estudio ($r= 0,269^{**}$), así también se aprecia una relación moderada baja y negativa entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y resolución de tareas ($r=-0,204$). Así también se encuentra relación muy baja entre las dimensiones estresores y formas de estudio ($r=0,181$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y formas de estudio ($r=-0,073$), así mismo entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y formas de estudio ($r=0,181$), así también entre las dimensiones estresores y acompañamiento de estudio ($r=0,002$) y por último entre las dimensiones síntomas y acompañamiento de estudio ($r=0,087$).

Por lo cual se rechaza la hipótesis nula, siendo esta falsa y se acepta como válida la hipótesis alterna.

Tabla 7

Relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio

	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>
Estresores – Formas de estudio ($n = 76$)	,181[-.053; .406]	0.118
Síntomas – Formas de estudio ($n = 76$)	-,073[-.279; .147]	0.530
Estrategias de afrontamiento – Formas de estudio ($n = 76$)	,181[-.063; .407]	0.117
Estresores – Resolución de tareas ($n = 76$)	,349**[.119; .554]	0.002
Síntomas – Resolución de tareas ($n = 76$)	,480**[.277; .639]	0.000
Estrategias de afrontamiento – Resolución de tareas ($n = 76$)	-,204[-.422; .011]	0.000
Estresores – Preguntas de examen ($n = 76$)	,344**[.161; .518]	0.000
Síntomas – Preguntas de examen ($n = 76$)	,278**[.0.074; .462]	0.015
Estrategias de afrontamiento – Preguntas de examen ($n = 76$)	-,229**[-.434; -.013]	0.000
Estresores – Formas de escuchar ($n = 76$)	,265**[.056; .351]	0.021
Síntomas – Formas de escuchar ($n = 76$)	,327**[.127; .506]	0.004
Estrategias de afrontamiento – Formas de escuchar ($n = 76$)	,304**[-.497; -.078]	0.008
Estresores – Acompañamiento de estudio ($n = 76$)	,002[-.215; .250]	0.983
Síntomas – Acompañamiento de estudio ($n = 76$)	,087[.056; .351]	0.455
Estrategias de afrontamiento – Acompañamiento de estudio ($n = 76$)	-,269**[-.446; -.034]	0.019

4.3.4. Relación entre estrés académico y motivación al logro

Hipótesis alterna

Determinar la relación que existe entre estrés académico y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

Hipótesis nula

No existe relación entre estrés académico y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

La tabla 8 permite observar que, entre estrés académico y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021, hay una relación muy baja y negativa ($\rho = -,070$). Por lo cual se rechaza la hipótesis nula, siendo esta falsa y se acepta como válida la hipótesis alterna.

Tabla 8

Relación entre estrés académico y motivación al logro

	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>
Estrés académico – Motivación al logro (<i>n</i> = 76)	-,070[-.267; .147]	0.545

4.3.5. Relación que existe entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro

Hipótesis alterna

Determinar la relación que existe entre estrés académico y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

Hipótesis nula

No existe entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.

En la tabla 9 se aprecia la relación muy baja y negativa entre las dimensiones estresores y afiliación ($r=-0,190$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y afiliación ($r=-0,073$), así mismo entre las dimensiones estresores y poder ($r=-0,094$), así también entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y poder ($r=-0,021$), de igual forma entre las dimensiones estresores y logro ($r=-0,014$), así mismo entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y logro ($r=-0,042$).

Por último, se encontró una relación muy baja y positiva entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y afiliación ($r=0,155$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y poder ($r=0,100$), así mismo entre las dimensiones síntomas y logro ($r=0,039$) y por último entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y logro ($r=0,042$). Por lo cual se rechaza la hipótesis nula, siendo esta falsa y se acepta como válida la hipótesis alterna.

Tabla 9

Relación entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro

	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>
Estresores – Afiliación ($n = 76$)	-,111[-.331; .121]	0.341
Síntomas – Afiliación ($n = 76$)	-,190[-.394; .041]	0.101
Estrategias de afrontamiento – Afiliación ($n = 76$)	,155[-.083; .401]	0.180
Estresores – Poder ($n = 76$)	-,094[-.289; .141]	0.421
Síntomas – Poder ($n = 76$)	,100[-.135; .332]	0.390
Estrategias de afrontamiento – Poder ($n = 76$)	-,021[-.265; .243]	0.854
Estresores – Logro ($n = 76$)	-,014[-.231; .209]	0.902
Síntomas – Logro ($n = 76$)	,039[-.198; .277]	0.735
Estrategias de afrontamiento – Logro ($n = 76$)	-,042[-.280; .208]	0.720

V. DISCUSIÓN

En la actualidad el mundo fue sometido a una pandemia denominada COVID-19, que llevo a que todos los estudiantes universitarios que cursaban una educación presencial pasen todos a una educación virtual y donde muchos han manifestado sentir estrés académico y como esta se relaciona en los hábitos de estudio y su motivación para el logro de sus competencias juntos y es ahí donde se ha visto como objetivo determinar la relación que existe entre estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro, en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021.

En relación a lo expresado a continuación, se discute uno de los principales hallazgos de este estudio, en cuanto a la relación entre las variables estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro se encontró que existe correlación entre todas variables $t= 0.23$ lo que significa que está relación es una correlación moderada baja. Estos resultados concuerdan con Paras, Roshni y Soman (2017) quienes encontraron que el estrés académico, rendimiento, motivación existe una correlación modera baja menor a 0.05. Por otro lado, estos resultados difieren con Tabassum (2015) quien sostiene que existe una correlación negativa $r= (- 0,830)$ esto se debería a que en las zonas urbanas donde se evaluó la muestra cuentan con características sociodemográficas y culturales distintas ya que la realidad que se vive en nuestro país respecto a las variables mencionadas anteriormente es muy diferente que los otros países.

Es así que para esta investigación se vio prudente elegir como objetivo específico el identificar el nivel de estrés académico y sus dimensiones, en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021. En consonancia con lo expresado anteriormente en esta investigación se puede observar que se encontró que en cuanto a la variable del estrés Académico los alumnos se ubican en una categoría promedio siendo el 53.9 % de estudiantes universitarios que se encuentran en este nivel. Este resultado concuerda con Castilla (2021) quien en su investigación realizada a estudiantes de un centro de formación superior hallo que el 53.2 % de alumnos se ubica en la categoría promedio la explicación a estos hechos podría deberse a la gran demanda académica al cual se enfrentan los estudiantes de pregrado, a ello se le suma lo complicado que se les hace poder organizar sus actividades a tiempo y cumplir con todo lo programado, desde ese aspecto una de las principales factores que les

ocasiona el estrés es el tiempo limitado. Asimismo, dicho estrés se manifiesta a través de síntomas fisiológicos cognitivos y conductuales los cuales pueden afectar en la vida cotidiana.

Así también se vio relevante elegir como objetivo específico el identificar el nivel de hábitos de estudios y sus dimensiones en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021. De acuerdo a lo mencionado anteriormente se puede observar que respecto al nivel de hábitos de estudio en estudiantes universitarios de la provincia de Andahuaylas se halló que el 51.3 % de estudiantes se encuentran en la categoría promedio lo que significa que un porcentaje significativo de estudiantes evaluadas presentan buenos hábitos de estudio. Esto confirma lo dicho por Rosales (2016) quien en su investigación encontró que el 53.12 % de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología se ubican en la categoría promedio esto se debería a que cuando el estudiante está en la etapa universitaria se enfrenta a nuevos retos y conocimientos por lo cual es necesario que emplee estrategias y técnicas para la mejora de su aprendizaje y desempeño académico sin embargo en algunos casos encontramos que los alumnos no hacen un buen uso de métodos y técnicas de estudio ya que no se les ha enseñado anteriormente dichas herramientas.

Por otro lado, se vio conveniente elegir como objetivo específico el identificar el nivel de motivación al logro y sus dimensiones en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021. De acuerdo a lo evaluado y calificado respecto a la variable Motivación al Logro se observó que el 52.6 % de los alumnos de la universidad de Andahuaylas se ubicaron en la categoría promedio siendo un porcentaje significativo de estudiantes que se sienten motivados a aprender y obtener nuevos conocimientos, de esta manera lograr ser un profesional de éxito. Estos resultados concuerdan con Lora (2017) quien en una investigación realizada a estudiantes universitarios encontró que el 68.3 % se encuentra en la categoría promedio esto quiere decir que la mayoría de jóvenes se sienten motivados a realizar todas sus actividades para lograr un mejor desempeño académico esto va depender de la actitud que tome cada uno de ellos y de las diferentes estrategias que pongan en práctica cuando se encuentren en una situación estresante.

Es por ello que como parte de esta investigación se eligió como objetivo específico determinar la relación que existe entre estrés académico y hábitos de estudio, en

estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021. En cuanto a la relación de estas variables si se hayo correlación $\rho = (0,326)$ es decir los estudiantes universitarios cuando logran manejar mejorar el estrés son capaces de desarrollar adecuados hábitos de estudio. Dichos resultados concuerdan con Rosales (2016) sostiene que en su investigación relacionada con el estrés académico y hábitos de estudio si se relacionan entre si $\rho = (0,285)$ quien refiere que el estrés académico tiene gran influencia en los hábitos de estudio, lo que quiere decir que un nivel de hábitos de estudio adecuado permite tener niveles manejables de estrés académico, todo ello dependerá de cómo cada estudiante desarrolle estrategias adecuadas para hacerle frente a las grandes demandas que implica estar en la universidad como los trabajos en grupos, sobrecarga de tareas, exámenes, etc.

Así también se vio relevante determinar la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio, en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021. Se aprecia entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021. Donde se aprecia que existe relación moderada y positiva entre la dimensión síntomas y la dimensión resolución de tareas ($r = 0,480^{**}$), así también se encontró una relación moderada baja y positiva entre las dimensiones estresores y resolución de tareas ($r = 0,349^{**}$), de igual forma entre las dimensiones estresores y preguntas de examen ($r = 0,344^{**}$), así mismo entre las dimensiones síntomas y preguntas de examen ($r = 0,278^{**}$), de igual forma entre las dimensiones estresores y formas de escuchar ($r = 0,265^{**}$), así también entre las dimensiones síntomas y formas de escuchar ($r = 0,327^{**}$), de igual forma entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y formas de escuchar ($r = 0,304^{**}$), así también entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y acompañamiento de estudio ($r = 0,269^{**}$), así también se aprecia una relación moderada baja y negativa entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y resolución de tareas ($r = -0,204$). Así también se encuentro relación muy baja entre las dimensiones estresores y formas de estudio ($r = 0,181$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y formas de estudio ($r = -0,073$), así mismo entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y formas de estudio ($r = 0,181$), así también entre las dimensiones estresores y acompañamiento de estudio ($r = 0,002$) y por último entre las dimensiones síntomas y acompañamiento de estudio ($r = 0,087$). Estos resultados concuerdan con Rosales

(2016) quien refiere que existe relación entre las dimensiones de estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico con la dimensión tareas de la variable Hábitos de Estudio de manera significativa ($r = -0,147$), así como la relación entre síntomas y formas de estudio de manera significativa ($r = -0,144$). Por otro lado, se relaciona significativamente con la dimensión momentos del estrés académico y la dimensión síntomas de la variable hábito de estudio ($r = 0,187$), se relaciona también estresores con preguntas de examen de manera altamente significativa ($r = 0,217$), así también como estresores y resolución de tareas ($r = 0,200$) esto se debe a que el estrés académico tiende a relacionarse con los hábitos de estudio ya que los estudiantes universitarios que puedan manejar de mejor forma el estrés cuando utilizan estrategias y técnicas de estudio adecuadas que les permita realizar con éxito sus actividades académicas durante toda la etapa universitaria.

Por otro lado también se eligió como objetivo específico el determinar la relación que existe entre estrés académico y motivación al logro en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021. Respecto a la relación entre el estrés académico y motivación al logro se observa relación muy baja y negativa entre ambas variables $\rho = (-0,070)$. Estos resultados difieren con Pathak (2018) quien en su investigación realizada por estudiantes que encontró relación significativa positiva $\rho = (0,77)$, esto se debe a que el estrés es diferente, ya que hay tener en cuenta que hay dos tipos de estrés positivo y otro negativo y que el primero la persona alcance sus objetivos propuestos frente a la motivación personal que se traza de manera individual a diferente del estrés académico ya que este perjudicaría la salud mental y física del individuo. En este caso según los resultados de esta investigación se observa que hay una relación entre ambas variables en donde se percibe que a mayor estrés académico tenga el estudiante menor será su motivación al logro para lograr cumplir sus metas académicas trazadas.

Por último, se eligió como objetivo específico el determinar la relación que existe entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021. Donde se buscó conocer si existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de motivación al logro, donde se aprecia la relación muy baja y negativa entre las dimensiones estresores y afiliación ($r = -0,190$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y afiliación ($r = -0,073$), así mismo entre las dimensiones

estresores y poder ($r=-0,094$), así también entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y poder ($r=-0,021$), de igual forma entre las dimensiones estresores y logro ($r=-0,014$), así mismo entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y logro ($r=-0,042$). Por último, se encontró una relación muy baja y positiva entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y afiliación ($r=0,155$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y poder ($r=0,100$), así mismo entre las dimensiones síntomas y logro ($r=0,039$) y por último entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y logro ($r=0,042$). Estos resultados concuerdan con los encontrados por Biglieri y Nucciarone (2018) quienes estudiaron las dimensiones de motivación al logro y dimensión de estrés académicos en estudiantes universitarios en donde las dimensiones de síntomas y afiliación guardan relación en una $\rho = -0,31$, asimismo las dimensiones estresores y afiliación tienen relación en una $\rho = -0,28$ estos resultados se deben a que la mayoría de estudios universitarios tienen gran necesidad para interactuar con las demás personas de manera continua, este tipo de personas prefieren realizar las actividades académicas de manera grupal que individual, sin embargo en varias oportunidades resulta difícil ya que los alumnos en la etapa universitaria se enfrentan constantemente a una serie de actividades académicas que varían según el tiempo disponible que tienen para cumplir con sus objetivos, los exámenes y prácticas que se toman durante todo el ciclo universitario o toda la carrera, las complicaciones que se suelen dar cuando no se comprende bien un tema expuesto por los docentes. Esto ocasiona finalmente todo tipo de síntomas ya sea psicológico como falta de interés por cumplir las metas propuestas, pensamientos negativos, dificultad para concentrarse, así como los pensamientos negativos, luego se encuentran los síntomas físicos como dolor de pecho, dolor de cabeza, dolores musculares entre otros y finalmente los síntomas comportamentales en el cual el individuo se puede olvidar las cosas rápidamente, poco interés sobre ella misma y los de los demás, le es difícil poder concentrarse en una actividad específica.

VI. CONCLUSIONES

1. Se halló correlación moderada baja $r = 0.23$ entre las variables estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro en los estudiantes universitarios de Andahuaylas lo que quiere decir que las 3 variables se relacionan entre sí.
2. El 53.9 % de estudiantes universitarios respecto a la variable Estrés Académico se ubican en la categoría promedio es decir un porcentaje significativo de alumnos manejan su estrés de una manera apropiada.
3. El 51.3 % de estudiantes universitarios respecto a la variable Hábitos de Estudio se ubican en la categoría promedio es decir un porcentaje significativo de alumnos ponen en práctica técnicas de estudio que les ayuda a desenvolverse de una mejor forma en su aprendizaje académico.
4. El 52.6 % de estudiantes universitarios respecto a la variable Motivación al Logro se ubican en la categoría promedio es decir un porcentaje significativo de alumnos tiene objetivos académicos que se proponen a lo largo de la carrera universitaria el cual le permite mantener su motivación en todo momento para poder cumplir con los objetivos propuestos.
5. Respecto a si existe relación entre las variables del estrés académico y los hábitos de estudio se hayó correlación $\rho = (0,326)$, lo que quiere decir que si un alumno (a) tiene estrés su forma de estudiar se vera afectada, asimismo si saber manejar el estrés la manera como estudia no tendrá mayores inconvenientes y su nivel de aprendizaje será óptimo.
6. Se encontró que existe relación moderada y positiva entre algunas dimensiones de la variable estrés académico con algunas dimensiones de la variable hábitos de estudio entre ella tenemos la dimensión síntomas y la dimensión resolución de tareas ($r = 0, 480^{**}$), así también se encontró una relación moderada baja y positiva entre las dimensiones estresores y resolución de tareas ($r = 0, 349^{**}$), de igual forma entre las dimensiones estresores y preguntas de examen ($r = 0, 344^{**}$), así mismo entre las dimensiones síntomas y preguntas de examen ($r = 0, 278^{**}$), de igual forma entre las dimensiones estresores y formas de escuchar ($r = 0, 265^{**}$), así también entre las dimensiones síntomas y formas de escuchar ($r = 0, 327^{**}$), de igual forma entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y formas de escuchar ($r = 0, 304^{**}$), así también entre las dimensiones estrategias de

afrontamiento y acompañamiento de estudio ($r= 0, 269^{**}$), así también se aprecia una relación moderada baja y negativa entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y resolución de tareas ($r=-0,204$). Así también se encuentra relación muy baja entre las dimensiones estresores y formas de estudio ($r=0,181$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y formas de estudio ($r=-0,073$), así mismo entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y formas de estudio ($r=0,181$), así también entre las dimensiones estresores y acompañamiento de estudio ($r=0,002$) y por último entre las dimensiones síntomas y acompañamiento de estudio ($r=0,087$).

7. Respecto a si existe relación entre las variables del estrés académico y motivación al logro se halló correlación $\rho= (- 0,070)$, lo que quiere decir que si un estudiante se encuentra en un nivel de estrés alto lo perjudicaría en cuanto a la motivación para alcanzar logros académicos por lo cual su rendimiento académico bajara por un tiempo indeterminado.
8. Se encontró que existe correlación entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro se hayo una correlación muy baja y negativa dimensiones estresores y filiación ($r=-0,190$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y filiación ($r=-0,073$), así mismo entre las dimensiones estresores y poder ($r=-0,094$), así también entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y poder ($r=-0,021$), de igual forma entre las dimensiones estresores y logro ($r=-0,014$), así mismo entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y logro ($r=-0,042$). Por último, se encontró una relación muy baja y positiva entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y filiación ($r=0, 155$), de igual forma entre las dimensiones síntomas y poder ($r= 0,100$), así mismo entre las dimensiones síntomas y logro ($r= 0,039$) y por último entre las dimensiones estrategias de afrontamiento y logro ($r= 0,042$).

VII. RECOMENDACIONES

1. Realizar un diagnóstico situacional sobre métodos y técnicas de estudio dirigido a los estudiantes de primer ciclo a fin de identificar sus hábitos de estudio y mejorar el rendimiento académico, a la vez reducir los niveles de estrés y de esta manera el estudiante pueda seguir motivado por el cumplimiento de sus logros académicos durante su etapa universitaria.
2. Coordinar con la oficina de bienestar del estudiante para crear programas que ayuden a disminuir el estrés donde se trabaje principalmente las técnicas de relajación, destinados a ayudar a los estudiantes que presentaron un nivel de estrés de promedio a alto para que de esta manera se puede desempeñar mejor en el ámbito académico, familiar, personal y emocional.
3. Se sugiere a los docentes emplear dentro de su malla curricular un espacio para enseñarle a los alumnos diferentes estrategias de estudio que mejoren sus hábitos estudio entre ellos tenemos la elaboración de resúmenes y esquemas crear dísticos y trípticos que tendrán como finalidad mejorar los hábitos de estudio y por ende lograr un óptimo aprendizaje.
4. Se recomienda a los docentes de la universidad enseñar de manera interactiva y vivencial ya que de esta manera los jóvenes universitarios se sienten más motivados al logro de sus objetivos fortaleciendo el aprendizaje.
5. Elaborar un programa educativo de métodos y técnicas de estudio para lograr aprendizajes sustentables que engloben todas las carreras y ciclos, así como Identificar en las tutorías académicas a los estudiantes con niveles de estrés altos y su sintomatología para derivarlos a otras áreas con el fin de realizar terapias individuales, además a nivel grupal realizar un programa de relajación.
6. Es necesario ampliar este estudio con futuras investigaciones ya que se encontró resultados atípicos por cual es fundamental que se utilicen ambas variables que tenga como finalidad comprobar o contradecir lo manifestado en los resultados obtenidos en esta tesis.
7. Es importante conocer la realidad de los estudiantes a medida que estos ingresan a la universidad y que tipo de motivación tiene para alcanzar sus metas ya que esto se relaciona con su rendimiento académico, ya que si esto se conoce desde el principio, entonces se podría brindar el apoyo respectivo y puedan superar sus problemas.

8. Organizar talleres para docentes universitarios sobre la motivación para el logro con el objetivo de motivar a sus estudiantes a triunfar a través de los cursos que imparten, ya que esto permitirá a los estudiantes establecer metas y saber cómo enfrentar sus desafíos tanto sea en su vida personal y en su vida profesional.

REFERENCIAS

- Alonso, J. (1997). *Motivar para el aprendizaje*. EDEBÉ.
http://www.terras.edu.ar/biblioteca/6/TA_Tapia_Unidad_4.pdf
- Álvarez, V. (2015). "Estrés y motivación de logro en estudiantes universitarios". [Tesis de pregrado, Universidad del Tepeyac]. Repositorio Institucional UNAM.
<https://repositorio.unam.mx/contenidos/426598>
- Arroyo, D., Hernández, A., Pozuelo, R., & Rivas, Ó. (2014). *La Motivación*. Obtenido de David Streams. <https://www.davidstreams.com/mis-apuntes/la-motivacion/>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*. 8(17). <http://www.Psicologiacientifica.com/estrés-académico-modelo-conceptual>.
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Revista Dialnet*, 1(4), 15-20.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880918>
- Barraza, A. (2007). El estrés académico en alumnos de educación media superior: Un estudio comparativo. *Universidad Pedagógica de Durango*, 7(1), 1-18.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2358918>
- Beltrán, K., Estrada, M., Martínez, A. y Navarro, T. (2010). *Como afecta y se relaciona el estrés con el rendimiento académico en estudiantes de segundo año de la carrera de medicina del cum-usac, durante el mes de mayo de 2010*. [tesis de pregrado, Universidad de San Carlos, Guatemala]. Repositorio Institucional USAC
https://www.academia.edu/22894642/Estr%C3%A9s_y_rendimiento_acad%C3%A9mico
- Biglieri, F., y Nucciarone, M. (2018). *Motivación y afrontamiento de estresores académicos en estudiantes universitarios*. [tesis de pregrado, Universidad Nacional de Mar del Plata]. Repositorio Institucional MDP.
<http://rpsico.mdp.edu.ar/bitstream/handle/123456789/725/Biglieri%20Nucciarone.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Cabanach, R., Souto-Gestal, M., Franco, V. (2016). Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*. 7(1) 41-50. http://ac.elscdn.com/S2171206916300138/1-s2.0-S2171206916300138-main.pdf?_tid=d8600f0a-de82-11e6-b513-00000aacb360&acdnat=1484856603_62ed833cecca5d84ab4f7e3ae9637d04
- Cartagena, M. (2008). Relación entre la Autoeficacia y el Rendimiento Escolar y los Hábitos de Estudio en Alumnos de Secundaria. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 6(3) ,59-99.
- Castilla, T. (2021). *Estrés académico y estilos de vida en estudiantes de Psicología y Derecho de una universidad privada de Lima Sur*. [tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional UA. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/1281>
- Cerezo, M. y Casanova, P. (2004). Diferencias de género en la motivación académica de los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 2(1), 97-112. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293152878006.pdf>
- Chacón, C. (2017). *“Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la escuela de medicina de la Universidad Pablo Guardado Chávez 2017-2018”*. [tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Chiapas]. Repositorio Institucional UACH. <https://static.elsevier.es/jano/estresyrendimiento.pdf>
- Córdova, J y Sulca, L. (2018). *estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad particular de Lima*. [tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional URP. <http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1424/TESIS%20FINAL%20SULCA-CORDOVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Díaz, Y. (2005). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Revista Scielo*, 10(1) ,1-7. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007

- Estrada, E. (2020). Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Revista Científica de Ciencias Sociales*, 4(2), 47-62. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/557/894>
- Fernández, J., Siegrist, J., Rödel, A. y Hernandez, R. (2003). El estrés laboral: un nuevo factor de riesgo. ¿Qué sabemos y qué podemos hacer?. Atención primaria. *Publicación oficial de la Sociedad Española de Familia y Comunitaria*, 31(8), 524-526. https://www.researchgate.net/publication/28061642_El_estres_laboral_un_nuevo_factor_de_riesgo_Que_sabemos_y_que_podemos_hacer
- Figuera, P., Dorio, I., y Forner, À. (2003). Las competencias académicas previas y el apoyo familiar en la transición a la universidad. *Revista de Investigación Educativa*, 21(2), 349–369. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99251>
- Fuente, J., Amate, J. y Sander, P. (2018). Relaciones entre estrategias cognitivas, estrategias motivacionales y estrés académico en universitarios opositores. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 16(2), 345-365. https://www.researchgate.net/publication/327350255_Relaciones_entre_estrategias_cognitivas_estrategias_motivacionales_y_estres_academico_en_universitarios_opositores
- Hernández, S., Fernández, R. y Baptista, P (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª ed.). McGraw-Hill https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- González, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por COVID-19. *Revista ESPACIO I+D, INNOVACIÓN MÁS DESARROLLO*, 9(25), 158-179. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S140574252008000100005&lng=es&tlng=es. <https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
- González, R. Valle, A. Nuñez, J. y González-Pienda, J. (1996). Una aproximación

teórica al concepto de metas académicas y su relación con la motivación escolar. *Revista Psicothema*, 8(1).pp. 45-65
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72780104>

Guerra, S. (2015). *Relación entre los hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Alas peruanas de Trujillo*. [tesis de maestría, Universidad San Pedro]. Repositorio Institucional USAN.
http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/6403/Tesis_59644.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lora, M. (2020). Actitud, motivación y ansiedad y su relación con el rendimiento académico en estudiantes del Posgrado. Universidad César Vallejo 2017. *Horizonte Médico (Lima)*, 20(1), 37-44. <https://dx.doi.org/10.24265/horizmed.2020.v20n1.06>

Manassero A. y Vázquez A. (1998). Validación de una escala de motivación de logro. *Psicothema* 10(2) 333-351. <http://www.psychothema.com/psychothema.asp?id=169>

MnClelland, D. (1989). Estudio de la motivación humana. Madrid: Narcea.
<https://psicuagtab.files.wordpress.com/2012/06/mcclelland-david-estudio-de-la-motivacion-humana.pdf>

Mendiola, J. (2010). El manejo del Estrés Académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención. [tesis de pregrado, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio Institucional UNAM.
https://repositorio.unam.mx/contenidos/el-manejo-del-estres-academico-en-estudiantes-universitarios-una-propuesta-de-intervencion-378574?c=wYwxD3&d=false&q=*&i=2&v=1&t=search_0&as=1

Molina, M., Messoulam, N. y Schmidt, V. (2006). La familia como fuente de apoyo para un adecuado desempeño académico. *Actas de las XIII Jornadas de Investigación de la Facultad de Psicología*, 13(1), 291-293.
<https://www.aacademica.org/000-039/309.pdf>

Morán, C. y Menezes, E. (2016). La motivación de logro como impulso creador de bienestar: su relación con los cinco grandes factores de la personalidad. *Revista*

Internacional de Psicología del Desarrollo y la Educación, 2 (1), 31-40.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851777004>

Naranjo, M. (2009). Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2) ,153-170.
<file:///C:/Users/raque/Downloads/510-Texto%20del%20art%C3%ADculo-784-2-10-20120803.pdf>

Oblitas, L. (2004). Manual de psicología clínica y de la salud hospitalaria. Psicom Editores 2ª. Ed. <http://www.psicom.uson.mx/>.

Oré, R. (2012). *Comprensión Lectora, Hábitos de Estudio y rendimiento académico en estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos] Repositorio Institucional UNMSM
http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/11512/Ore_or.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Osorio, E. (2014). *La motivación de logro en los estudiantes de los cursos de proyectos arquitectónicos de la licenciatura en arquitectura de la Universidad Rafael Landívar*. [tesis de maestría, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio Institucional <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/83/Osorio-Eva.pdf>

Paras, J., Roshni, B. & Soman, M. (2017) A Correlational Analysis of Academic Stress in Adolescents in Respect of Socio- Economic Status. *International Journal of Physical Sciences and Engineering*, 1(1), 68-71.
<http://dx.doi.org/10.21744/ijpse.v1i1.14>

Pathak, G. (2018) Estrés académico, hábitos de estudio y logros académicos de los profesores en formación en Delhi. *Academia.edu*.
https://www.academia.edu/34266911/ACADEMIC_STRESS_STUDY_HABITS_AND_ACADEMIC_ACHIEVEMENT_OF_TEACHER_TRAINEES_IN_DELHI

Pita, S. y Pérttega, S. (2002) Investigación cuantitativa y cualitativa. *Dialnet*, 9(2), 76-78. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2331095>

Quispe, J. y Ramos, M. (2019). *Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes universitarios que cursan el primer año de la Universidad Nacional de San*

- Agustín. [tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio Institucional UNSA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10187/PSquvajk.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rebaza, K. (2016). *Propiedades psicométricas del inventario de hábitos de estudio en estudiantes del nivel secundario de la provincia de Otuzco*. [tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/605>
- Rigoberto, J. (2016). *Los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes*. [tesis de pregrado, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Repositorio Institucional USAC. <http://www.repositorio.usac.edu.gt/6223/1/Tesis%20JULIAN.pdf>
- Rosales, J. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de Lima Sur*. [tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional UA. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/124>
- Santos, K. (2015). *Hábitos de estudio en niños y niñas de la Institución Educativa 30181 de Viques- Huancayo* [tesis de pregrado, Universidad Nacional del Centro del Perú]. Repositorio Institucional UNCP. <http://repositorio.uncp.edu.pe/handle/UNCP/265>
- Sarabia, E. (2012). *Los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes de cuarto a séptimo de básica de la escuela particular quito norte de la ciudad Q.D.M.* [tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional UCE. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/1900>
- Solano, O. (2020). *Hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Matemáticas de una universidad pública, Lima 2019*. [tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/41521>

- Tabassum, R. (2015). *A study of relationship of academic stress on achievement motivation and study habits among higher secondary students*. [tesis doctoral, Universidad Meerut]. Repositorio Institucional. https://shodhganga.inflibnet.ac.in/bitstream/10603/26034/6/06_chapter%201.pdf
- Thornberry, G. (2003). Relacion entre motivación de logro y rendimiento académico en los alumnos de colegios limeños de diferente gestión. *Revista Universidad de Lima*, 6(1), 197–216. <file:///C:/Users/raque/Downloads/Dialnet-RelacionEntreMotivacionDeLogroYRendimientoAcademic-2879578.pdf>
- Valencia, J. y Moren, Y. (2015). *Relación entre el estrés académico y el rendimiento académico de estudiantes de sexto semestre de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios*. [tesis de pregrado, Corporación Universitaria Minuto De Dios]. Repositorio Institucional. https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/4185/TP_ValenciaJennifer_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Valle, A., Rodríguez, S., Núñez, J. y Rosario, P. (2009). Perfiles motivacionales y diferencias en variables afectivas, motivacionales y de logro. *Revista Universitarias Scielo*. 9(1). 109-121. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v9n1/v9n1a09.pdf>
- Vicuña, L., (1998). *Inventario de hábitos de estudio*, Lima: Editorial CEDEIS.
- Vicuña, L., Hernández, H. & Ríos, J. (2004). La motivación de logros y el auto concepto en estudiantes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Revista de investigación en psicología*, 7 (2), 136-149. revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/5127
- Vivanco, A. (2018). *Estrés Académico y Motivación Escolar en la Institución Educativa Pública “Virgen del Carmen”. Ayacucho- 2018*. [tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29298>

Yataco, J. (2019). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una universidad privada de Lima Sur*. [tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional UA. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/707>

Zárate, N., Soto, M., Martínez, E., Castro, M., García, R., y López, N. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 21(3), 153-157. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2014-98322018000300007&lng=es&tlng=es.

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA INTERNA

Título: Estrés académico en los hábitos de estudio y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas-2021 Autora: Raquel Dina Huaman Yucra				
Problema	Objetivo	Hipótesis	Justificación	Diseño Metodológico
Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Justificación teórica	Tipo: Aplicada Enfoque: Cuantitativo Diseño: correlacional Corte: transversal, Descriptivo ya que su objetivo fue describir las variables estrés académico, hábitos de estudio y motivación al logro; y correlacional porque se estableció la relación entre ambas variables, por otro lado, este estudio es no es experimental ya que no se manipulan ninguna de las variables, por lo que estas serán observadas en su ambiente natural (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Población: conformado por Estudiantes de la facultad de tecnología médica de la universidad continental.
¿Cómo influye el estrés académico en los hábitos de estudio y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas-2021?	Determinar la influencia del estrés académico en los hábitos de estudio y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.	Existe relación directa y significativa entre estrés académico en los hábitos de estudio y motivación al logro, en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021 No existe relación directa y significativa entre estrés académico en los hábitos de estudio y motivación al logro, en estudiantes de una universidad de Andahuaylas, 2021	se realizó el análisis de conocer el estrés académico y su influencia en la motivación al logro y los hábitos de estudio en alumnos de universitarios, con datos actualizados y oportunos, la cual será corroborada por medio de estadísticas de investigaciones actuales sobre el tema en discusión, que permitan saber cómo se encuentra la problemática de nuestro país frente a dichas variables, así como también servirá de base científica para futuras investigaciones.	
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis Específicas	Justificación Práctica	
PE1 ¿Cuál es el nivel de estrés académico y sus dimensiones ? PE2 ¿Cuál es el nivel el nivel de hábitos de estudios y sus dimensiones ? PE3 ¿Cuál es el nivel el nivel de motivación al logro y sus dimensiones ? PE4 ¿Cuál la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio ? PE5 ¿Cuál es la relación que existe entre estrés académico y motivación al logro ?	OE1 Determinar el nivel de estrés académico y sus dimensiones OE2 Determinar el nivel el nivel de hábitos de estudios y sus dimensiones OE3 Determinar el nivel el nivel de motivación al logro y sus dimensiones OE4 Determinar la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio OE5 Determinar la relación que existe entre estrés académico y motivación al logro	H1 Existe relación entre estrés académico y hábitos de estudio H2 Existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio H3 Existe relación entre estrés académico y motivación al logro H4 Existe relación entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021. Ho1 No relación entre estrés académico y hábitos de estudio. Ho2 No existe relación entre las dimensiones del estrés académico y las dimensiones de hábitos de estudio . Ho3 No relación entre estrés académico y motivación al logro. Ho4 No existe relación entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021.	a partir de los resultados se proporcionará información relevante, que constituirá material donde este permitirá poseer conocimientos sobre el estrés académico y la influencia a los hábitos de estudio, así como a su motivación al logro, lo cual permitirá llevar acciones de mejora donde se creen programas y se mejore el	

<p>PE6 ¿Cuál es la relación que existe entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021?</p>	<p>OE6 Determinar la relación que existe entre las dimensiones de estrés académico y las dimensiones de motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas, 2021</p>		<p>afrentamiento al estrés en los estudiantes universitarios se incrementa su motivación y mejore sus hábitos de estudio.</p> <p>Justificación Metodológica</p> <p>la presente investigación ejecutó a través de un estudio piloto la confiabilidad y la validez de los instrumentos Inventario SISCO del estrés académico, el Inventario de Hábitos de estudio CASM – 85 y la Escala de motivación de logro M – L – 1996, donde estos instrumentos podrán ser usados en diferentes trabajos de investigación.</p>	<p>Muestra: 40 estudiantes</p>
---	--	--	---	---------------------------------------

ANEXO 2

OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Título: Estrés académico en los hábitos de estudio y motivación al logro en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Andahuaylas-2021						
Autora: Raquel Dina Huaman Yucra						
	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Variable Independiente Estrés académico	Barraza (2003) sostiene que es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se presenta cuando el alumno se ve sometido en contextos escolares a una serie de demandas que bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores.	El estrés académico, desde un enfoque operacional, se midió utilizando la técnica de la encuesta y mediante un cuestionario de escala ordinal que tuvo seis alternativas de respuesta tipo Likert. Esta variable tiene 29 ítems distribuidos en tres dimensiones de la siguiente forma: estresores (8 ítems), síntomas (16 ítems) y estrategias de afrontamiento (6 ítems).	Estresores	- Percepción desempeño del Estudiante Percepción sobre el docente	1,2,3,4,5,6,7,8	(1) Nunca (2) Rara vez (3) Algunas veces (4) Casi siempre (5) Siempre
			Síntomas	- Síntomas corporales Síntomas psicológicos	9 10,11,12, 13, 14,15,16 17,18,19,20,21, 22,23	
			Estilos de afrontamiento	- Valoración de situación - problemática - Interpretación de la situación problemática	24,25,26,27, 28,29	

Variable dependiente Hábitos de estudio	Vicuña (1999, citado en Cartagena, 2008) mencionó que un hábito es una pauta comportamental que se va obteniendo con la rutina, donde el sujeto ya no ejerce pensamiento ni tiene la capacidad de decidir sobre su accionar. Asimismo, plantea como hábitos para el estudio al uso de técnicas, la organización del tiempo, el orden y evitar distractores.	El hábitos de estudio fue medido mediante la aplicación de una encuesta a la población objeto de estudio, la misma que permitirá determinar los hábitos de estudio. Para medirlo se aplicará un cuestionario de 52 ítems. y está conformada por sus cinco dimensiones.	Formas de estudio	Usa técnicas de estudio.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	Siempre=1 Nunca=0
			Resolución de tareas	Comportamiento frente a las tareas.	13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22	
			Preparación de exámenes	Como el estudiante se encuentra preparado en momento de dar su examen.	23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35	
			Formas de escuchar la clase	Comportamiento en el momento de clases	36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48	
			Acompañamiento de estudio	Actos del estudiante que usa en el tiempo de estudio.	49, 50, 51, 52, 53	
Variable dependiente Motivación al logro	El grado de intensidad que una persona realiza una actividad como búsqueda de satisfacción (Osorio, 2014).	Se toma la definición en función a los puntajes obtenidos en el cuestionario de Motivación de logro. Para medirlo se aplicará un cuestionario de 18 ítems. y está	Afiliación	Deseo de tener relaciones interpersonales amistosas y cercanas	Todas las respuestas A	1 DEFINITIVAMENTE EN DESACUERDO 2 MUY EN DESACUERDO 3 EN DESACUERDO 4 DE ACUERDO 5 MUY DEACUERDO 6 DEFINITIVAMENTE DE ACUERDO
			Poder	Necesidad de influir y controlar a otras personas y grupos, y obtener reconocimiento por parte de ellas.	Todas las respuestas B	

		conformada por sus tres dimensiones.	Logro	Impulso de sobresalir, de tener éxito.	Todas las respuestas C	
--	--	--------------------------------------	-------	--	------------------------	--

ANEXO 3: INSTRUMENTO DE MEDICIÓN 01

Inventario SISCO del Estrés Académico

(Arturo Barraza Macías)

Instrucciones:

Marque con una X, la frecuencia con que las siguientes actividades lo estresan o tensan:

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1-El competir con los compañeros del grupo.					
2- Sobrecarga de trabajos universitarios.					
3- El carácter del profesor.					
4- Las evaluaciones de los profesores.					
5- El tipo de trabajo que te piden los profesores.					
6- No entender los temas que se abordan en clase.					
7- Participación en clase.					
8-Tiempo limitado para hacer el trabajo.					

A continuación marque con un aspa “X” la frecuencia con la que experimentaste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas estresado.

<i>Reacciones Físicas</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
9- Trastornos en el sueño.					
10- Fatiga Crónica.					
11- Dolores de cabeza o migraña.					
12- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
13- Rascarse, morderse las uñas, frotarse.					
14- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					

<i>Reacciones Psicológicas</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
15- Inquietud.					
16- Sentimientos de depresión o tristeza.					
17- Ansiedad, angustia o desesperación.					
18- Problemas de concentración.					
19- Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					

<i>Reacciones Comportamentales</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
20- Conflicto o tendencia a discutir.					
21- Aislamiento de los demás.					
22- Desgano para realizar las labores universitarias.					
23- Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

A continuación marque con un aspa “X” la frecuencia con la que utilizaste las siguientes estrategias de afrontamiento cuando estabas estresado.

<i>Dimensión estrategias de afrontamiento</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
24- Habilidad asertiva (defender tus ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
25- Elaboración de un plan y ejecución de las tareas.					
26- Elogios así mismo.					
27- La religiosidad (orar u asistir a misa).					
28- Búsqueda de información sobre la situación.					
29- Conversar acerca de la situación que le preocupa.					

ANEXO 4: INSTRUMENTO DE MEDICIÓN 02

INVENTARIO DE HABITOS DE ESTUDIO

Vicuña (2005)

Género: Masculino () Femenino () Edad: Año de estudio:
.....

Instrucciones

Este es el inventario de Hábitos de estudio, que le permitirá a usted conocer las formas dominantes de trabajo en su vida académica y de esa manera aislar aquellas conductas que puedan estar perjudicándole su éxito en el estudio. Para ello solo tiene que poner una X en el cuadro que mejor describa su caso particular. Procure contestar no según lo que debería hacer o hacen sus compañeros sino de la forma como usted estudia ahora

N°	¿Cómo estudia usted?	Siempre	Nunca
1	Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes		
2	Subrayo las palabras cuyo significado no sé.		
3	Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo.		
4	Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no sé.		
5	Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.		
6	Luego escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.		
7	Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria.		
8	Tarto de memorizar todo lo que estudio.		
9	Repaso lo que he estudiado después de 4 a 8 horas.		
10	Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.		
11	Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados.		
12	Estudio sólo para los exámenes.		
¿Cómo haces sus tareas?			
13	Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.		
14	Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto según como he comprendido.		
15	Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro, sin averiguar su significado.		
16	Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema.		

17	En mi casa me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos.		
18	Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.		
19	Dejo para el último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyó dentro del tiempo fijado.		
20	Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.		
21	Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.		
22	Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.		
¿Cómo prepara sus exámenes?			
23	Estudio por lo menos dos horas todos los días		
24	Espero que se fije fecha de un examen o paso para ponerme a estudiar.		
25	Cuando hay paso oral, recién en el salón de clases me pongo a revisar mis apuntes.		
¿Cómo prepara sus exámenes?		Siempre	Nunca
26	Me pongo a estudiar el mismo día del examen.		
27	Repaso momentos antes del examen.		
28	Preparo un plagio por si acaso me olvido del tema.		
29	Confío en que mi compañero me "sople" alguna respuesta en el momento del examen.		
30	Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará.		
31	Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil.		
32	Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema.		
33	Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado		
¿Cómo escucha las clases?			
34	Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor.		
35	Solo tomo apuntes de las cosas más importantes.		
36	Inmediatamente después de una clase ordeno mis apuntes.		
37	Me pongo a estudiar el mismo día del examen.		
38	Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no se, levanto la mano y pido su significado.		
39	Me canso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas.		

40	Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo.		
41	Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo.		
42	Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.		
43	Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.		
44	Durante las clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida.		
45	Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase.		
¿Qué acompaña sus momentos de estudio?			
46	Requiero de música sea del radio o equipo de audio (mp3, mp4)		
47	Requiero la compañía de la TV.		
48	Requiero de tranquilidad y silencio		
49	Requiero de algún alimento que como mientras estudio.		
50	Mi familia; que conversan, ven TV o escuchan música.		
51	Interrupciones por parte de mis padres pidiéndome algún favor		
52	Interrupciones de visitas, amigos, que me quitan tiempo.		
53	Interrupciones sociales; fiestas, paseos, citas, etc.		

ANEXO 5: INSTRUMENTO DE MEDICIÓN 03

Escala de motivación de logro M – L - 1996

ESCALA M - L – 1996

Luis Alberto Vicuña Peri y Colaboradores

Instrucciones

Esta escala le presenta a usted, algunas posibles situaciones. En cada una deberá indicar su grado de acuerdo o desacuerdo, para lo cual deberá poner una equis (X) debajo de la categoría que describa mejor sus rasgos motivacionales.

Trabaje con el siguiente criterio:

1 equivale a DEFINITIVAMENTE EN DESACUERDO

2 equivale a MUY ENDESACUERDO

3 equivale a EN DESACUERDO

4 equivale a DE ACUERDO

5 equivale a MUY DEACUERDO

6 equivale a DEFINITIVAMENTE DE ACUERDO

Edad: _____

Sexo: Femenino () Masculino ()

		Desacuerdo			Acuerdo		
		1	2	3	4	5	6
1	Cuando estoy con mis padres:						
a)	Hago lo necesario por comprenderlos						
b)	Cuestiono lo que me parece inapropiado						
c)	Hago lo necesario para conseguir lo que deseo						
2	En casa:						
a)	Apoyo en la consecución de algún objetivo						
b)	Soy el que da forma a las ideas						
c)	Soy quien logra que se haga algo útil						
3	Con mis parientes						
a)	Me esfuerzo para obtener su aprobación						
b)	Hago lo necesario para evitar su influencia						
c)	Puedo ser tan afectuoso como convenga						
4	Cuando tengo trabajo en grupo:						
a)	Acopio mis ideas con las del grupo para llegar a una síntesis juntos.						
b)	Distribuyo los temas para facilitar el análisis						
c)	Finalmente, hago visible mi estilo en la presentación						
5	Cuando estoy al frente de un grupo de trabajo:						
a)	Me sumo al trabajo de los demás						
b)	Cautelo el avance del trabajo						
c)	Oriento para evitar errores						
6	Si el trabajo dependiera de mi:						
a)	Eligiría a asesores con mucho talento						
b)	Determinaría las normas y forma del trabajo						
c)	Oriento para evitar errores						
7	Mis amigos:						
a)	Los trato por igual						
b)	Suelen acatar mis ideas						

c)	Alcanzo mis metas con y sin ellos							
8	Cuando estoy con mis amigos:							
a)	Los tomo como modelos							
b)	Censuro las bromas que no me parece							
c)	Busco la aprobación de mis iniciativas							
9	Cuando mi amigo esta con sus amigos:							
a)	Busco la aceptación de los demás							
b)	Oriento el tema de conversación							
c)	Los selecciono según me parezca							
10	Con el sexo opuesto							
a)	Busco los puntos de coincidencia							
b)	Busco la forma de controlar la situación							
c)	Soy simpático si me interesa							
11	El sexo opuesto							
a)	Es un medio para consolidar la identidad sexual							
b)	Sirve para comprobar la eficacia persuasiva.							
c)	Permite la comprensión del otro							
12	En la relación de pareja:							
a)	Ambos se complacen al sentirse acompañados							
b)	Uno de ellos es quien debe orientar la relación							
c)	Intento por obtener mayor utilidad							
13	Respeto a mis vecinos:							
a)	Busco los lugares donde se reúnen							
b)	Decido que deben hacer para mejorar algo							
c)	Los ayudo siempre que obtenga un beneficio							
14	Quienes viven cerca a mi casa:							
a)	Los conozco bien y me gusta pasarla con ellos							
b)	Son fáciles de convencer y manejar							
c)	Me permiten alcanzar mis metas en la comunidad							
15	En general, con mis conocidos del barrio:							
a)	Acato lo que se decide en grupo							
b)	Impongo mis principios							
c)	Espero que me consideren un ganador							
16	Siempre que nos reunimos a jugar:							
a)	Acepto los retos, aunque me parezcan tontos							
b)	Aceptan mi consejo para decidir							
c)	Elijo el juego en que el que puedo ganar							
17	Durante el juego:							
a)	Me adapto a las normas							
b)	Impongo mis reglas							
c)	Intento ganar a toda costa							
18	Cuando el juego termina							
a)	Soy buen perdedor							
b)	Uso las normas mas convenientes							
c)	Siempre obtengo lo que quiero							

ANEXO 6

VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA VARIABLE 1

Estrés académico - V Aiken

Dimensiones	Ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad	
		V Aiken	<i>P</i>	V Aiken	<i>P</i>	V Aiken	<i>P</i>
Promedio		1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Estresores	1	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	2	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	3	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	4	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	5	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	6	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	7	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	8	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	9	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	10	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	11	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	12	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	13	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	14	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Síntomas	15	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	16	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	17	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	18	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	19	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	20	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	21	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	22	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	23	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	24	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Estrategias de afrontamiento	25	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	26	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	27	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	28	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	29	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032

ANEXO 7

VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA VARIABLE 1

Estrés Académico- Prueba Binomial

		Categoría	N	Prop. observada	Prop. de prueba	Significación exacta (bilateral)
Pertinencia	JUEZ1	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ2	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ3	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
Relevancia	JUEZ1	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ2	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ3	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
Claridad	JUEZ1	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ2	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ3	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		

ANEXO 8

CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS

Estadístico de fiabilidad de la variable 1

Estrés Académico

KMO y prueba de Bartlett del SISCO de Estrés Académico

Prueba de KMO y Bartlett		
<hr/>		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		0.607
Prueba de esfericidad de Bartlett	X ²	41.285
	Gl	10
	Sig.	0.000

ANEXO 9

Porcentaje de varianza explicada del SISCO de Estrés Académico

C.	Autovalores iniciales			Sumas de cargas al cuadrado de la extracción		
	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza	% acumulado
1	8.457	28.191	28.191	8.457	28.191	28.191
2	2.197	7.322	62.166	2.197	7.322	62.166
3	1.622	5.406	67.573	1.622	5.406	67.573

Nota: C= componente, Ac= acumulado,

ANEXO 10

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad del Inventario de Estrés Académico

Estadísticas de confiabilidad

Alfa de Cronbach

N de elementos

0.917

29

ANEXO 11

VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA VARIABLE 2

Hábitos de estudio- V Aiken

Dimensiones	Ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad	
		V Aiken	P	V Aiken	P	V Aiken	P
Promedio		1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Formas de estudio	1	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	2	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	3	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	4	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	5	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	6	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	7	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	8	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	9	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	10	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	11	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	12	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	13	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	14	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	15	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Resolución de tareas	16	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	17	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	18	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	19	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	20	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	21	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	22	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	23	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	24	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	25	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	26	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Preparación de exámenes	27	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	28	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	29	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	30	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	31	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	32	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	33	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	34	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	35	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	36	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Formas de escuchar la clase	37	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	38	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	39	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	40	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	41	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	42	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	43	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	44	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	45	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	46	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	47	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	48	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Acompañamiento de estudio	49	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	50	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	51	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	52	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032

ANEXO 12

VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA VARIABLE 2

Hábitos de estudio - Prueba Binomial

		Categoría	N	Prop. observada	Prop. de prueba	Significación exacta (bilateral)
Claridad	JUEZ1	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		
	JUEZ2	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		
	JUEZ3	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		
Coherencia	JUEZ1	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		
	JUEZ2	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		
	JUEZ3	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		
Relevancia	JUEZ1	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		
	JUEZ2	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		
	JUEZ3	1	52	1.00	0.50	0.000
			52	1.00		

ANEXO 13

CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS

Estadístico de fiabilidad de la variable 2

Hábitos de estudio

KMO y prueba de Bartlett del Inventario de Evaluación de Habilidades Sociales

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		0.830
Prueba de esfericidad de Bartlett	X^2	144.508
	Gl	15
	Sig.	0.000

ANEXO 14

Porcentaje de varianza explicada de CASM 85

C.	Autovalores iniciales			Sumas de cargas al cuadrado de la extracción		
	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza	% acumulado
1	18.182	36.363	36.363	18.182	36.363	36.363
2	4.656	9.313	45.676	4.656	9.313	45.676
3	4.137	8.273	53.949	4.137	8.273	53.949
4	3.087	6.175	60.124	3.087	6.175	60.124
5	2.439	4.878	70.962	2.439	4.878	70.962

Nota: C= componente, Ac= acumulado,

ANEXO 15

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad del CASM- 85

Estadísticas de confiabilidad

Alfa de Cronbach

N de elementos

0.873

52

ANEXO 16

VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA VARIABLE 3 Motivación al logro - V Aiken

Dimensiones	Ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad	
		V Aiken	P	V Aiken	P	V Aiken	P
Promedio		1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Afiliación (A)	1	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	2	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	3	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	4	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	5	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	6	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	7	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	8	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	9	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	10	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	11	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	12	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	13	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	14	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	15	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	16	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	17	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	18	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Poder (B)	1	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	2	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	3	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	4	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	5	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	6	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	7	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	8	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	9	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	10	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	11	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	12	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	13	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	14	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	15	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	16	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	17	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	18	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
Logro (C)	1	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	2	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	3	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	4	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	5	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	6	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	7	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	8	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	9	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	10	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	11	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	12	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	13	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	14	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	15	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	16	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	17	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032
	18	1.00	0.032	1.00	0.032	1.00	0.032

ANEXO 17

VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA VARIABLE 3

Motivación al logro - Prueba Binomial

		Categoría	N	Prop. observada	Prop. de prueba	Significación exacta (bilateral)
Pertinencia	JUEZ1	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ2	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ3	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
Relevancia	JUEZ1	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ2	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ3	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
Claridad	JUEZ1	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ2	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		
	JUEZ3	1	20	1.00	0.50	0.000
			20	1.00		

ANEXO 18

CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS

Estadístico de fiabilidad de la variable 3

Motivación al logro

KMO y prueba de Bartlett del SISCO de M-L 1996

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		0.868
	Aprox. Chi-cuadrado	2689.361
Prueba de esfericidad de Bartlett	GI	496
	<i>P</i>	0.000

ANEXO 19

Porcentaje de varianza explicada del M-L-1996

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de extracción de cargas al cuadrado		
	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza	% acumulado
1	13.621	42.565	42.565	13.621	42.565	42.565
2	3.603	11.260	53.826	3.603	11.260	53.826
3	1.551	4.846	65.464	1.551	4.846	65.464

Nota: C= componente, Ac= acumulado,

ANEXO 20

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad del M-L- 1996- Motivación al logro

Estadísticas de confiabilidad

Alfa de Cronbach

N de elementos

0.878

54
