



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE DOCTORADO EN EDUCACIÓN

Hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Ciencias
Matemáticas de una universidad pública, Lima 2019

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Doctora en Educación

AUTORA:

Mgtr. Olga Lidia Solano Dávila (ORCID: 0000-0002-7178-0126)

ASESOR:

Dr. Luis Alberto Núñez Lira (ORCID: 0000-0003-3542-9117)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizaje

LIMA – PERÚ

2020

Dedicatoria

A mi Dios, padre de huérfanos y defensor de viudas, el dador de la vida, la sabiduría y la inteligencia. Sin su ayuda, nada tendría. Gracias Dios por haberme elegido, y darme cada día fortaleza espiritual y física para seguir adelante.

Esta tesis, te la dedico de todo corazón.

Agradecimiento

A mi madre Matilde, porque desde niña me supo inculcar el estudio.

A mi esposo Abelardo, a mis hijos Olga y Daniel, que son parte de la familia que Dios me ha dado, por lo cual le agradezco.

A mi asesor el Dr. Luis Alberto Nuñez Lira, por el apoyo académico, amistad y orientación constante, para la culminación de esta tesis.

A todos los docentes que me impartieron sus conocimientos para poder realizar esta tesis, del Programa de Doctorado en Educación de la Universidad Cesar Vallejo.

A las autoridades de la Facultad de Ciencias Matemáticas de la UNMSM, por el apoyo para la aplicación de las pruebas para la realización de esta tesis.

A todos aquellas personas que de alguna forma, colaboraron para la formación académica en la relación de esta tesis.

Página del Jurado



DICTAMEN DE LA SUSTENTACIÓN DE TESIS

EL / LA MAESTRO (A): OLGA LIDIA SOLANO DÁVILA

Para obtener el Grado Académico de *Doctora en Educación*, ha sustentado la tesis titulada:

HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS MATEMÁTICAS DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA, LIMA 2019

Fecha: 11 de enero de 2020

Hora: 2:00 p.m.

JURADOS:

PRESIDENTE: Dr. Yolvi Ocaña Fernandez

SECRETARIO: Dr. Jesús Emilio Agustín Padilla Caballero

VOCAL: Dr. Luis Alberto Núñez Lira

Firma:

Firma:

Firma:

El Jurado evaluador emitió el dictamen de:

..... *APROBADA POR EXCELENCIA*

Habiendo encontrado las siguientes observaciones en la defensa de la tesis:

.....
.....
.....
.....

Recomendaciones sobre el documento de la tesis:

..... *SE RECOMIENDA SU PUBLICACION*

.....
.....

Nota: El tesista tiene un plazo máximo de seis meses, contabilizados desde el día siguiente a la sustentación, para presentar la tesis habiendo incorporado las recomendaciones formuladas por el jurado evaluador.

Declaratoria de autenticidad

Yo, Olga Lidia Solano Dávila, estudiante de la Escuela de Posgrado, del programa Doctorado en Educación, de la Universidad César Vallejo, Sede Lima Norte; presento mi trabajo académico titulado: “Hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Matemáticas de una universidad pública, Lima 2019”, en 82 folios para la obtención del grado académico de Doctor (a) en Educación, es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

- He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.
- No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
- Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
- Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.
- De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima, enero de 2020



Olga Lidia Solano Dávila

09118212

Índice

	Pág.
Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Página del Jurado	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Índice	vi
Índice de tablas	vii
Resumen	viii
Abstract	viii
Resumo	ix
I. Introducción	1
II. Método	6
2.1 Tipo y diseño de investigación	6
2.2 Operacionalización de variables,	7
2.3 Población, muestra y muestreo	7
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	8
2.5 Procedimientos	10
2.6 Método de análisis de datos	11
2.7 Aspectos éticos.	11
III. Resultados	11
IV. Discusión	16
V. Conclusiones	17
VI. Recomendaciones	18
Referencias	19
Anexos:	27
Anexo 1: Matriz de Consistencia	27
Anexo 2: Propuesta	28
Anexo 3: Instrumentos de recolección de datos	30
Anexo 4: Base de datos de Hábitos de estudio y resultados de prueba de Confiabilidad	36

Anexo 5: Base de datos del Inventario SISCO y resultados de prueba de confiabilidad y validez de constructo	45
Anexo 6: Print de los resultados del coeficiente de correlación de <i>Spearman</i> de Hábitos de Estudios, Estrés Académico y sus Dimensiones	69
Anexo 7: Matriz de Operacionalización de Hábitos de estudio	70
Anexo 8: Matriz de Operacionalización de Estrés Académico	71
Anexo 9: Acta de Aprobación de originalidad de Tesis	72
Anexo 10: Pantallazo de software TURNITIN	73
Anexo 11: Formulario de no autorización para la publicación de la tesis	74
Anexo 12: Autorización de la versión final del trabajo de investigación	75

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1. Nivel de estrés académico según sexo	12
Tabla 2. Nivel de estrés según grupo etario de los estudiantes	12
Tabla 3. Niveles de hábitos de estudio según género	14
Tabla 4. Niveles de hábitos de estudio y grupo etario	15
Tabla 5. Correlación entre estrés académico y hábitos de estudio	16

Resumen

Introducción: en el presente trabajo se analizaron hábitos de estudio, el estrés académico y su relación entre ellas, en estudiantes de una universidad pública en Lima.

Materiales y métodos: se utilizó un estudio transaccional, descriptivo y correlacional a una muestra, de tipo probabilístico, que estuvo conformada por 316 discentes. Los datos fueron recolectados en el mes de junio del presente año, utilizando dos instrumentos de investigación, el Inventario de Estrés Académico de Barraza y el Inventario de Hábitos de Estudio de Vicuña. Para el análisis estadístico se utilizó el coeficiente de correlación de *Spearman*, para determinar si existía relación entre hábitos de estudio y estrés académico.

Resultados: Los resultados muestran que el 77% de los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado a profundo; en cuanto a los hábitos de estudio, el 13% tienen hábitos de estudio de nivel muy negativo a negativo, mientras que el 57,6% tienen hábitos de tendencia negativa. En cuanto al análisis inferencial se encontró que los hábitos de estudio y el estrés académico están relacionados de manera directa.

Conclusiones: los hábitos de estudio están relacionados positivamente con los estresores académicos y síntomas o reacciones físicas, síntomas o reacciones psicológicas y síntomas o reacciones comportamentales al estrés académico, sin embargo, no están relacionadas con estrategias de afrontamiento.

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

Abstract

Study habits and academic stress were analyzed in this paper and their relationship between them in students of a state university in Lima. A transactional, descriptive and correlational study was used. The sample consisted of 316 students. The data were collected in June of this year, using two research instruments, such as the Barraza Academic Stress Inventory and the Vicuna Study Habits Inventory. For the statistical analysis, the Spearman correlation coefficient was used to determine the existence of a relationship between study habits and academic stress. The results showed that 77% of the students present a moderate to deep level of stress. Regarding study habits, 13% have study habits from a very negative to a negative level, while 57,6% have negative tendency habits. Regarding the inferential analysis, it was found that study habits and

academic stress are directly related. It was concluded that study habits are positively related to academic stressors, symptoms or physical reactions, symptoms or psychological reactions and behavioral symptoms or reactions to academic stress, however, they are not related to coping strategies.

Keywords: study habits, academic stress, university students.

Resumo

Introdução: no presente artigo, foram analisados hábitos de estudo, estresse acadêmico e sua relação entre eles, em estudantes de uma universidade estadual em Lima (Peru).

Materiais e métodos: utilizou-se um estudo descritivo, transversal e correlacional, em uma amostra do tipo probabilística, composta por 316 alunos. A coleta dos dados foi realizada durante o mês de junho de 2019, utilizaram-se dois instrumentos de pesquisa, o inventário de estresse acadêmico de Barraza e o inventário de hábitos de estudo de Vicuña. Para a análise estatística, utilizou-se o coeficiente de correlação de Spearman, para determinar se havia relação entre hábitos de estudo e estresse acadêmico.

Resultados: determinou-se que 77% dos estudantes apresenta um nível moderado a profundo de estresse. Em termos de hábitos de estudo, 13% possui hábitos de estudo em um nível muito negativo a um negativo, enquanto 57,6% têm hábitos de tendência negativos. Em relação à análise inferencial, verificou-se que os hábitos de estudo e o estresse acadêmico estão diretamente relacionados ($p = 0$). *Conclusões:* os hábitos de estudo estão positivamente relacionados a estressores acadêmicos e reações ou sintomas físicas, sintomas o reações psicológicas e sintomas o reações comportamentais ao estresse acadêmico, no entanto, não estão relacionados a estratégias de combater o estresse. *Palavras-chave:* Hábitos de estudo, estresse acadêmico, estudantes universitários

Anexo 09. Acta de Aprobación de originalidad de Tesis



Acta de Aprobación de originalidad de Tesis

Yo, Luis Alberto Núñez Lira, docente de la Escuela de Postgrado de la UCV y revisor del trabajo académico titulado "**Hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Matemáticas de una universidad pública, Lima 2019**", de Olga Lidia Solano Dávila y habiendo sido capacitado e instruido en el uso de la herramienta Turnitin, he constatado lo siguiente:

Que el citado trabajo académico tiene un índice de similitud de **17%** verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, grado de coincidencia mínimo que convierte el trabajo en aceptable y no constituye plagio, en tanto cumple con todas las normas del uso de citas y referencias establecidas por la universidad César Vallejo.

Lima, 04 de diciembre de 2019



Luis Alberto Núñez Lira

Anexo 10. Pantallazo de software TURNITIN

The screenshot displays the Turnitin interface within a browser window. The main document area shows the following text:

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE DOCTORADO EN EDUCACIÓN

Hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Matemáticas de una universidad pública, Lima 2019

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Doctora en Educación

AUTORA:
Mgtr. Olga Lidia Salmo Dávila (ORCID: 0000-0002-7178-0126)

ASESOR:
Dr. Luis Alberto Nolasco Lina (ORCID: 0000-0003-3542-9117)

LINEA DE INVESTIGACIÓN
Evaluación y Aprendizaje

Lima - Perú
2020

On the right side, a sidebar titled "Resumen de coincidencias" (Summary of Similarities) shows a total similarity score of 17%. Below this, a list of 11 sources is provided with their respective similarity percentages:

Rank	Source	Similarity
1	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	5%
2	www.scribd.com Fuente de Internet	2%
3	www.psicologiamatematica.com Fuente de Internet	2%
4	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	1%
5	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	1%
7	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%
8	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%
9	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%
10	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%
11	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%

At the bottom of the page, a footer indicates "Página: 1 de 20" and "Número de palabras: 6138". A watermark "Activar Windows" is visible in the bottom right corner.

Anexo 11. Formulario de no autorización para la publicación de la tesis



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación (CRAI)
"César Acuña Peralta"

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LAS TESIS

1. DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombres: (solo los datos del que autoriza)

Solano Dávila Olga Lidia
D.N.I. :09118212.....
Domicilio : Av. La Concordia 1185 – Villa María del Triunfo
Teléfono : Fijo : 2950417 Móvil : ...987983157
E-mail : ...osolanod@unmsm.edu.pe

DENTIFICACIÓN DE LA TESIS

Modalidad:

Tesis de Pregrado

Facultad :
Escuela :
Carrera :
Título :

Tesis de Post Grado

Maestría

Doctorado

Grado : ...Doctora.....
Mención : ...Educación.....

2. DATOS DE LA TESIS

Autor (es) Apellidos y Nombres:

..... Olga Lidia Solano Dávila

Título de la tesis:

HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES
DE LA FACULTAD DE CIENCIAS MATEMÁTICAS DE UNA
UNIVERSIDAD PÚBLICA, LIMA 2019.....

Año de publicación :2020.....

3. AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN VERSIÓN ELECTRÓNICA:

A través del presente documento, **no autorizo** a la Biblioteca UCV-Lima Norte, a publicar en texto completo mi tesis.

Firma :

Fecha :

25/01/2020.....

Anexo 12. Autorización de la versión final del trabajo de investigación



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE
ESCUELA DE POSGRADO

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

OLGA LIDIA SOLANO DÁVILA

INFORME TITULADO:

HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTU-
DIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS MATEMÁTICAS
DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA, LIMA 2019.

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

DOCTORA EN EDUCACIÓN

SUSTENTADO EN FECHA: 11/01/20

NOTA O MENCIÓN: Aprobada por EXCELENCIA



FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN