



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria  
de una institución educativa de Pasco, 2023**

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

**AUTORA:**

Cardenas Cipriano, Jakelina de los Angeles (orcid.org/0009-0008-0545-1632)

**ASESORAS:**

Mg. Boy Barreto, Ana Maritza (orcid.org/0000-0002-0405-5952)

Dra. Denegri Velarde, Maria Isabel (orcid.org/0000-0002-4235-9009)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

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

LIMA – PERÚ

2023

## **DEDICATORIA**

A mi madre Hilda, quien me brindó su apoyo incondicional y alentó cada una de mis metas personales y sobre todo profesionales. A ella mi eterno amor y agradecimiento.

## **AGRADECIMIENTO**

A la universidad César vallejo y sus docentes quienes aportaron con sus valiosos conocimientos en el logro de los estudios de postgrado.

A la directora, tutores, padres de familia y estudiantes de la Institución educativa, por hacer posible el recojo de información y la realización de la presente tesis.

A todas las personas que contribuyeron en la recolección de información y búsqueda de fuentes para la realización de la presente tesis.

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, **BOY BARRETO ANA MARITZA**, docente de la **ESCUELA DE POSGRADO** de la escuela profesional de **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA** de la **UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE**, asesor de Tesis titulada: "Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023", cuyo autor es **CARDENAS CIPRIANO JAKELINA DE LOS ANGELES**, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

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

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

LIMA, 25 de Julio del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
<b>BOY BARRETO ANA MARITZA</b> DNI: 06766507 ORCID: 0000-0002-0405-5952	Firmado electrónicamente por: ABOYB el 25-07- 2023 23:34:37

Código documento Trike: TRI - 0618822

## DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

### **Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, **CARDENAS CIPRIANO JAKELINA DE LOS ANGELES** estudiante de la **ESCUELA DE POSGRADO** de la escuela profesional de **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA** de la **UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE**, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: **"Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023"**, es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

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

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

Nombres y Apellidos	Firma
JAKELINA DE LOS ANGELES CARDENAS CIPRIANO DNI: 41964531 ORCID: 0009-0008-0545-1632	Firmado electrónicamente por: JCARDENASC183 el 25-07-2023 09:16:36

Código documento Trilce: TRI - 0618826

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS	vi
ÍNDICE DE TABLAS	vii
ÍNDICE DE FIGURAS	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	20
3.1. Tipo y diseño de investigación	20
3.2. Variable y operacionalización	22
3.3. Población (criterio de selección), muestra, muestreo y unidad de análisis	24
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	27
3.5. Procedimientos	29
3.6. Método de análisis de datos	30
3.7. Aspectos éticos	30
IV. RESULTADOS	32
V. DISCUSIÓN	38
VI. CONCLUSIONES	50
VII. RECOMENDACIONES	52
REFERENCIAS	54
ANEXOS	

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Población	24
Tabla 2. Muestra	26
Tabla 3. Validez de los instrumentos por juicio de expertos	28
Tabla 4. Confiabilidad de los instrumentos	29
Tabla 5. Niveles de la procrastinación y sus dimensiones	32
Tabla 6. Niveles del estrés académico y sus dimensiones	33
Tabla 7. Correlación de la hipótesis general	34
Tabla 8. Correlación de la hipótesis específica 1	35
Tabla 9. Correlación de la hipótesis específica 2	36
Tabla 10. Correlación de la hipótesis específica 3	37

## ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Esquema del diseño de investigación	24

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación llegó a determinar la relación que existe entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023, desarrollado desde un enfoque cuantitativo, de tipo básico, método hipotético-deductivo, nivel correlacional y de diseño no experimental, donde la población la conformaron 134 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, y donde por medios probabilísticos de tipo estratificado, se determinó que la muestra fue compuesta por 101 estudiantes, a quienes desde la aplicación de dos cuestionarios, validados y confiables se llegó a determinar los niveles de ambas variables. Referente a los resultados, los cuales se dieron por intermedio del Rho de Spearman, permitieron rechazar la  $H_0$ , porque la significancia fue de  $0.000 < 0.05$ , además, el coeficiente correlacional fue de 0.895, interpretado como positivo y de fuerte fortalecimiento, por ende, se llegó a concluir que los altos niveles de procrastinación evidencia altos niveles de estrés académico de los estudiantes de secundaria.

**Palabras clave:** *Procrastinación, estrés académico, problemas de aprendizaje.*

## ABSTRACT

The present research work came to determine the relationship between procrastination and academic stress in high school students of an educational institution in Pasco, 2023, developed from a quantitative approach, basic type, hypothetico-deductive method, correlational level and non-experimental design, where the population consisted of 134 fourth and fifth year high school students, and where by stratified probabilistic means, it was determined that the sample was composed of 101 students, to whom from the application of two questionnaires, validated and reliable, the levels of both variables were determined. Regarding the results, which were given through Spearman's Rho, allowed rejecting the  $H_0$ , because the significance was  $0.000 < 0.05$ , in addition, the correlational coefficient was 0.895, interpreted as positive and of strong strengthening, therefore, it was concluded that the high levels of procrastination evidence high levels of academic stress of high school students.

**Keywords:** *Procrastination, academic stress, learning problems*

## I. INTRODUCCIÓN

La postergación de las actividades académicas a realizar por parte de los estudiantes, reemplazándolas por otras de menor importancia, han llevado a afectar diversos campos de la vida, como el académico y el laboral, por ende, si bien se habla de evitar hacer los trabajos, evidenciar tener ansiedad y diversos síntomas que proporciona el inconsciente con el fin de advertir a la persona sobre el daño de tales acciones en reemplazo de los deberes se llama procrastinar, y ello, es preocupante en los jóvenes estudiantes debido que un aspecto de sus vidas se evidencia afectado por procrastinar o dilatar las actividades académicas, principalmente en las entidades de nivel secundaria y en jóvenes adultos (Estremadoiro y Schulmeyer, 2021).

Asimismo, los estudiantes de México, evidencian que el principal problema que atraviesan, durante su permanencia en la escolaridad, es alto grado de estrés que son generados a partir de ciertas razones escolares, donde los estudiantes refieren normalmente como algún principal estresor, el cual es la falta de tiempo para que realicen la variedad de actividades que ha solicitado sus docentes, tal fenómeno, se ha trabajado desde diversas perspectivas pero la variable que apoya a sustentar la presencia constante de este estresor se refiere a la procrastinación, la cual es considerado un distractor, incidente sobre la realización de las actividades que evidencian los estudiantes de manera voluntaria e innecesaria para desarrollar diversos trabajos, al grado de realizarlas culminando el plazo establecido para su culminación, lo cual genera consecuencia y malestar a los escolares (Barraza y Barraza, 2020).

De similar manera, la UNICEF (2022) aportó manifestando que debido a ciertas presiones o estar mucho tiempo detrás de un computador, promueve el estrés académico, por ello, es de necesidad que prematuramente, tanto docentes y familiares deben reconocer las reacciones al estrés debido que cada estudiante reacciona de manera diferente, porque pueden evidencia fatiga, cambio de patrón alimenticio y de sueño, dificultad para realizar la respiración, poseer boca seca, tener debilidad muscular, dolores constantes de estómago, mareos, temblor, dolor de la cabeza, genérico, retraimiento, dificultad para concentrarse, estar irritable, desorientado y tener temor exacerbado, por tales motivos, es necesario la

realización de actividades para pretender reducir el estrés académico en los escolares, porque su no atención además, de provocar problemas en la salud, también puede influenciar sobre su permanencia en la escuela y su comportamiento con sus compañeros afectando en clima en la escuela.

En referencia al ámbito nacional, cambiar de nivel educativo, trae consigo ciertos retos que aportan a que los estudiantes vivan realidades distintas a la que han estado acostumbrados al cursar ciertos niveles inferiores, es decir, que se conoce como etapa demandante y de mayor significancia que va aportar a su formación integral y le va permitir que se desarrolle como ser humano y profesional, en tal sentido, tales cambios llegan a producirse en lo académico, social y general, debido a un contexto desconocido, por lo mencionado, Burgos-Torre y Salas-Blas (2020) sostiene que el estudiante evidencia mayor procrastinación, cuando se encuentra bajo presión por su rendimiento escolar, por los trabajos y exámenes y lo cual provoca que el estudiante procrastine como estrategia de adaptación.

En cuanto a lo mencionado por Cassaretto et al. (2021) se entiende que el cambio de etapa escolar supone que el estudiante se encuentre expuesta a involucrarse en diferentes situaciones y que estas sean un reto para él, tal como establecer una nueva relación entre el profesorado y sus compañeros, nueva rutina, y diferentes maneras de abordar el proceso educativo, entre otros aspectos, por ende, tal proceso adaptativo implica un nuevo ambiente que conlleva a que acepte distinta responsabilidad a la de etapas escolares anteriores, por tal motivo, estos cambios llegan a impactar sobre el bienestar estudiantil, porque muchos estudiantes no poseen el conocimiento debido sobre la exigencia del hábito de estudio que debe de desarrollar para enfrentar de manera satisfactoria, causándole estrés, dado a conocer por conductas o problemas que repercuten de manera negativa en su salud emergido cuando la demanda supera el recurso de los estudiantes, como respuesta cotidiana que genera reacción.

Respecto a la perspectiva local, en una institución educativa de nivel secundaria de Pasco, los estudiantes evidencian actitudes procrastinadoras, porque antes de realizar el trabajo proporcionado por los docentes, discuten sobre ciertos videojuegos y logros que han alcanzado del mismo, también de paseos u otras actividades ajenas a la escolar, lo cual se evidencia al momento de la presentación de los trabajos, que son solo realizados para cumplir las entregas y

no para desarrollar eficientemente sus conocimientos, además, por tales actitudes al procrastinar, evidencian preocupación excesiva, inquietud, tensiones, dolores de cabeza y del cuerpo, pérdida del sueño, entre otros., que son justamente estresores que evidencian índice alto de estrés académicos, en tal sentido, la presente investigación busca establecer la coherencia entre las variables a partir de su medición de las mismas y análisis por medios estadísticos.

De lo manifestado, se ha establecido como problema general: ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023?; y también se propuso como problemas específicos: (1) ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y los estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023?; (2) ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023?; y (3) ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023?

De igual manera, el presente trabajo se justificó a partir del aspecto teórico, porque las acciones realizadas para recabar información de la procrastinación como también del estrés académico, se realizaron considerando buscadores especializados, que han aportado a la construcción de un marco teórico, que permitió conocer el estudio de las variables hasta este momento, lo cual resultó beneficioso porque al momento de llevar a cabo la investigación con tal conocimiento generó nueva información de las variables, que sirvió como sustento de futuras investigaciones que consideren al presente trabajo como antecedente de investigación.

De similar forma, se justificó desde el aspecto metodológico, porque se sentaron bases metódicas y procesos de medición y recojo de información, que permitieron determinar el vínculo entre las variables, abordando de esa manera los objetivos propuestos con precisión, como también poner a prueba la veracidad o falsedad de las hipótesis con sustento estadístico, asimismo, se justificó porque se consideraron dos instrumentos validados, propuestos por Ballardín y Pereira (2017) para determinar el nivel de procrastinación y de similar manera se consideró lo construido por Alania et al. (2020) para determinar el estrés académico de los

estudiantes, lo cual proporcione objetividad y fiabilidad a la investigación.

Y, finalmente, se justificó desde el aspecto práctico, porque la investigación determinó el nivel en que se encuentra la procrastinación y el estrés académico, con el objetivo de brindar tal información a la institución educativa donde se realizó la investigación para que se apoye en la atención debida de la situación de ambas variables, y proponer planes, estrategias o entablar métodos que revertan o fortalezcan los planes y procesos educativos a fin de mejorar las condiciones educativas de los estudiantes, concientizarlos y apoyarlos a generar costumbre de uso de métodos para revertir los posibles síntomas que afectan su salud y desarrollo cognitivo.

También, se ha llegado a proponer como objetivo general: Determinar la relación que existe entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023; y de similar modo, se ha propuesto como objetivos específicos: (1) Establecer la relación que existe entre la procrastinación y los estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023; (2) Establecer la relación que existe entre la procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023; y (3) Establecer la relación que existe entre la procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.

Finalmente, de similar manera, se planteó como hipótesis general: Existe relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023; y de lo manifestado se ha identificado las siguientes hipótesis específicas: (1) Existe relación significativa entre la procrastinación y los estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023; (2) Existe relación significativa entre la procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023; y (3) Existe relación significativa entre la procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.

## II. MARCO TEÓRICO

A partir de la búsqueda de antecedentes, se seleccionó la investigación a nivel internacional de Espín y Vargas (2023) quienes han podido establecer la coherencia entre la procrastinación con el estrés escolar, desde la perspectiva de estudiantes de Ambato, México, donde para llevar a cabo tal propuesto, se siguió un proceso metódico, de enfoque cuantitativo y profundidad correlacional, donde han participado de la muestra 432 estudiantes, que fueron escogidos por medios convenientes, además, para poder recabar datos, se consideraron aplicar la escala de procrastinación propuesta por Busko (EPA) y un inventario cognoscitivo para determinar el nivel de estrés, por otro lado, respecto a los resultados que se consiguieron, se constató que el 22.2 % calificó leve al estrés académico, 35.9 % moderado y 41.9 % severo, además, el 96.1 % tiene bajo nivel de autorregulación y 3.9 % medio, y también la postergación de la actividad en nivel bajo fue seleccionado por 3.9 %, medio 10.2 % y alto 85.9 %, en referencia al análisis inferencial, por medio del Rho de Spearman, se confirmó que la relación fue de 0.062 y 0.005, entre el estrés y procrastinación respectivamente, por lo que se concluyó que no poseen vínculo significativo.

Asimismo, el trabajo de Wang y Xiaoyan (2023) evidenció haber determinado el vínculo del estrés académico con la calidad de sueño de estudiantes de entidades educativas de nivel secundaria en Jiangsu, ubicado en China, llevado a cabo bajo un enfoque cuantitativo y de alcance correlacional, donde la muestra la llegaron a conformar 1232 estudiantes, a quienes para recabar datos se le proporcionó dos cuestionarios contruidos desde la determinación de las dimensiones de ambas variables, siendo estas validadas y confiables. En referencia a los resultados conseguidos, a partir del análisis inferencial, se constató que entre el estrés académico y la calidad de sueño, la valoración de su vínculo fue de 0.503, siendo este significativo, positivo y moderado, lo cual llevó a aseverar que los altos niveles de sueño, es producto de los altos niveles de estrés académico de los estudiantes, además, de ello, se evidencia, que el estrés también guarda vínculo significativo con la ansiedad, 0.486 y el agotamiento escolar 0.652.

En esa misma línea, fue considerado el trabajo de Cordovez et al. (2023) quienes han podido determinar el vínculo de la procrastinación escolar con el

bienestar psicológico de estudiantes en una entidad educativa de Chile, el cual fue desarrollado bajo un enfoque cuantitativo y de nivel investigativo correlacional-causal, donde la muestra fue de 181 estudiantes, a quienes para poder determinar el nivel de las variables, se les aplicó dos instrumentos por medio de la escala de procrastinación (EPA) propuesta por Busko y la escala de bienestar psicológico (Ryff). En relación a los hallazgos, los cuales se dieron desde el análisis de correlación de Pearson, dieron a entender que entre la procrastinación y todas las dimensiones del bienestar psicológico existe un vínculo negativo (relación positiva, -0.163; autonomía, -0.067, dominio del ambiente, 0.075; propósito de vida, -0.372 y crecimiento personal, -0.311) salvo con la dimensión autoaceptación el cual tuvo un valor de 0.240, por tal motivo se asevera que existe un vínculo, negativo entre la procrastinación y bienestar psicológico, es decir, que a mayor evidencia de altos niveles de procrastinación de los estudiantes, menor va ser el bienestar psicológico.

De similar manera, se contó con el trabajo realizado por Estrada et al. (2021) el cual tuvo como finalidad establecer el vínculo del estado emocional con la procrastinación de estudiantes contra docentes en México, realizado bajo un enfoque cuantitativo y de profundidad correlacional, cuya participación fue de 40 estudiantes y de 35 docentes, a quienes para recabar datos se aplicaron una escala de procrastinación denominada assesment scale – students (PASS) y una escala de rasgo de metaconocimiento sobre el estado emocional (TMMS-24). En referencia a los hallazgos que se pudieron conseguir, se constató que el 17.5 % de estudiantes posee alto índice de procrastinación, 70.0 % moderado y 12.5 % bajo, además a partir de la consideración de la prueba Chi<sup>2</sup>, se pudo constatar que existe una coherencia no significativa entre la procrastinación y el estado emocional de los estudiantes, por ende, se llegó a concluir que el estado emocional de los estudiantes no causa efecto significativo con la presencia de procrastinación.

Finalmente, se consideró lo desarrollado por Naman (2021) quien estableció la relación del estrés académico con la inteligencia emocional de estudiantes de secundaria en Nueva Delhi, ubicada en la India, el cual se llegó a desarrollar bajo un enfoque cuantitativo y de alcance correlacional, cuya muestra la llegaron a integrar 50 estudiantes, a quienes mediante la aplicación de una escala de estrés académico (SASS) y el test sobre inteligencia emocional (EIT) se pudo determinar los niveles de las variables. En cuanto a los resultados que se pudieron conseguir,

se evidencia que la media de ambos cuestionarios fue de 151.52 y 217.70 respectivamente y la desviación estándar de 42.62 para el estrés y de 36.39 para la inteligencia emocional, además a partir del procesamiento de los datos mediante la correlación de Pearson, se pudo constatar que la coherencia existente entre las variables fue calificada en -0.668, siendo esta negativa y de moderada potencialidad, lo cual derivó a concluir que los altos niveles de estrés académico de los estudiantes causa un bajo desarrollo de la inteligencia emocional.

En referencia a los antecedentes a nivel nacional, el trabajo de Carbajal et al. (2022) llegó a establecer la influencia de la procrastinación con la autoeficacia escolar desde la participación de estudiantes de una entidad educativa de Lima, desarrollado desde un enfoque cuantitativo, y de profundidad explicativa, además, la muestra fue integrada por 169 estudiantes de secundaria, a quienes por intermedio de la aplicación de dos instrumentos se recabo información, siendo estas validadas por especialistas y de 0.882 y 0.903 de coeficiente de confiabilidad respectivamente. Asociado a los resultados, se constató que el análisis realizado se dio a partir de la prueba de regresión logística, donde el informe de modelo evidenció haber obtenido una significancia de 0.000, por tal motivo, se afirmó que la procrastinación causa efecto sobre la autoeficacia estudiantil, asimismo, tal información fue apoyada por el valor de Nagelkerke, 0.560, el cual llevó a la conclusión que el 56.0 % de la autoeficacia es producto de la influencia que ha generado el control de la procrastinación.

Igualmente, fue considerado lo investigado por Díaz et al. (2022) porque llegaron a determinar el vínculo del aislamiento social con el estrés, ansiedad y la depresión en estudiantes de una entidad escolar ubicada en Lima, la cual se llevó a cabo bajo una metodología de profundidad correlacional y de enfoque cuantitativo, donde la muestra la llegaron a integrar 66 estudiantes de quinto de secundaria, a quienes se le proporcionó dos cuestionarios proyectándose a determinar el nivel de las variables consideradas, siendo evidencia la validez de los cuestionarios por juicio de expertos y confiables. Referente a los hallazgos descriptivos, se pudo apreciar que el 24.3 % de estudiantes ha presentado ansiedad, el 16.7 % afirmó haber estado estresado y el 42.3 % que sufrió depresión en el confinamiento, por otro lado, los resultados inferenciales, aportaron evidencia que el aislamiento social ha causado efecto sobre la ansiedad, estrés y depresión,

calificada en 0.764, lo cual permite concluir, que la disposición de aislamiento social y confinamiento, ha influenciado sobre el incremento de la ansiedad, estrés y la depresión, en los estudiantes de nivel secundaria.

De similar forma, se ha tomado en consideración el trabajo llevado a cabo por Torres y Ayala (2022) quienes llegaron a determinar el vínculo del estrés académico con la calidad de vida, desde la perspectiva de los estudiantes de una entidad escolar de resindentado en Lima, cuyo desarrollo se dio bajo un enfoque cuantitativo y de profundidad investigativa correlacional, además, se llegó a determinar que la muestra la integren 270 estudiantes de secundaria, a quienes mediante la selección y aplicación de dos herramientas psicológicas para medir el nivel de estrés académico (SISCO) y la calidad de vida escolar (CCVA) se pudo recabar información de las variables, siendo estas validadas y confiables. Sobre los hallazgos, se pudo constatar que el 33.0 % de estudiantes manifestó que existe algunas veces competencias entre compañeros que causa estrés, 31 % a veces existe sobrecarga de actividades, 37.0 % e estresa la personalidad del docente, asimismo, se constató que el vínculo entre las variables se calificó en -0.553, siendo esto negativo y moderado, por lo que se ha podido concluir que cuanto el estrés académico es valorado alto, entonces disminuye la calidad de vida estudiantil.

Asimismo, se tomó en cuenta, la investigación de Estrada (2021) porque ha podido establecer el vínculo de la autoeficacia con la procrastinación, desde la consideración de participación de estudiantes de séptimo ciclo de una entidad educativa de Puerto Maldonado, desarrollado, con soporte en un proceso metódico de profundidad correlacional y de enfoque cuantitativo, además, la muestra que se tomó en cuenta, la conformaron 239 estudiantes seleccionados intencionalmente, los cuales han respondido a las preguntas de dos cuestionarios, uno referido a la escala de autoeficacia y otro a una escala de procrastinación. Siguiendo la descripción se encontró que el 5.0 % estudiantes tiene muy baja procrastinación, 4.2 % bajo, 21.3 % moderado, 65.3 % alto, y 4.2 % muy alto; en cuanto a los resultados de la prueba de hipótesis, mediante el Rho de Spearman, se pudo constatar que el vínculo existente fue valorado en -0.221, siendo este inverso y de baja intensidad, lo cual llevó a aseverar que los niveles alto de autoeficacia, evidencia baja procrastinación académica de los estudiantes.

Finalmente, se consideró lo investigado por Estrada (2020) quien pudo determinar el vínculo de los hábitos de estudios con el estrés escolar de los estudiantes de secundaria de una entidad educativa de Puerto Maldonado, el cual se desarrolló bajo la perspectiva cuantitativa y de alcance correlacional, cuya muestra la llegaron a integrar 121 estudiantes de quinto de secundaria, a quienes mediante la aplicación del inventario acerca del hábito de estudio (CASM-85) y del inventario sobre el estrés escolar (SISCO), se ha podido recabar información de las variables, siendo validadas y confiables. Asimismo, sobre los hallazgos que se pudieron determinar, se evidenció que el 12.4 % de estudiantes posee bajo estrés escolar, 17.3 % medianamente bajo, 27.3 % en nivel medio, 33.1 % medianamente alto y el 9.9 % alto, por otra parte con la consideración para el análisis inferencial de la prueba Rho de Spearman, se pudo destacar que el vínculo entre las variables fue calificado en  $-0.365$ , lo cual fue interpretado como una coherencia negativa y de baja potencialidad, en tal sentido, se ha concluido que los apropiados hábitos para estudiar evidencian bajo nivel de estrés escolar en los estudiantes.

Respecto a la propuesta teórica que brinde soporte al estudio de la procrastinación, se ha llegado a considerar la Teoría de la Motivación Temporal (TMT) la cual ha sido proporcionada por Steel y Konig durante el año de 2006, la cual refiere que la procrastinación es un estado intrínseco disfuncional, debido que se asocia con una gran gama de problemáticas de gran importancia, en ese sentido, la presente teoría es una metateoría de la motivación que conforma la teoría de la expectativa y del descuento hiperbólico con la teoría de necesidad y de la perspectiva, en ese sentido la presente teoría considera diversos factores como la motivación, expectativa, valor, impulsividad y retraso, es decir, que para que no se llegue a la procrastinación, se debe considerar una motivación elevada, seguida de una gran expectativa, valor suficiente para la realización de trabajos, expectativas altas, impulsividad de no dejar de lado un trabajo y organización para evitar el retraso de los trabajos (Steel et al., 2018).

Del mismo modo, otras de las teorías que proporcionan soporte a la investigación de la procrastinación es la Teoría Psicodinámica, la cual da a entender que el comportamiento de las personas se perciben desde una mirada del motivo inconsciente que incide sobre el saludable funcionamiento de su personalidad, es decir, que contrastado con una perspectiva nosológica, la

incidencia del rastreo de la manera de comportarse desde sus orígenes promueven comprender más a profundidad el signo y síntoma manifiesto de los trastornos (Mazza et al., 2019). Asimismo, desde la presente teoría se ha apoyado a investigadores a comprender la asociación del cuerpo y la mente, detectando ciertos patrones cíclicos, de dan a entender la manera de comportarse de las personas y tratar de forma psicopatológica desde una mirada centrada en sus emociones (Conversano, 2021).

En referencia a la base conceptual, Svartdal et al. (2020) manifestaron que la procrastinación académica es el retraso voluntario de la realización de las actividades a pesar que de ello, se va esperar lo peor, comúnmente manifestado entre los escolares, es decir, que una de las estimaciones conservadoras, evidencian que al menor la mitad de los escolares llegan a posponer habitualmente la realización de sus actividades que son de gran importancia para ellos, como realizar una anticipada lectura para afrontar ciertos exámenes, redactar trabajos concluyentes y mantenerse al día con los trabajos propuestos semanalmente, en ese sentido, la procrastinación académica es incidente negativamente en el aprovechamiento escolar como para la retención la salud y bienestar estudiantil.

De igual manera, Zarrin et al. (2020) señalaron que la procrastinación académica es un fracaso generalizado de la autorregulación el cual afecta a la mitad de los escolares, debido que incide sobre diversos componentes de índole emocional, cognitivo y conductual, debido que retrasa el inicio y la culminación de las actividades escolares que los estudiantes deben de realizar, pero para hacerlo no solo se necesita de suficiente motivación, porque se identifica como la barrera para el éxito escolar, en tal sentido, los estudiantes procrastinadores escogen emplear su tiempo en actividades de ocio, como pasar el tiempo viendo la televisión o buscar alguna actividad que le proporcione placer o un sentido de alegría, así también procrastinar se promueve por dos sentidos principales, tener miedo al fracaso y la morosidad de las actividades escolares.

Asimismo, Ozberk y Turk (2021) definieron a la procrastinación académica como la desmotivación escolar de los estudiantes, lo cual se materializa en la acción de no llevar a cabo ciertas actividades previstas en un plazo previamente establecido, retrasando innecesariamente el desarrollo de tales actividades escolares hasta que se siente incómodo o ansioso, es decir, que se refiere al

aplazamiento de las actividades propuestas y que son desagradables para los estudiantes llegándolas a hacerlas fuera de tiempo, llegando a evidenciar como resultado perder de las actividades de disfrute y el precio que se paga por la interrupción de su estilo de vida saludable el cual llega a ser alarmante, en ese sentido la procrastinación evidencia problemas internos o externos, como sentimientos de ira, arrepentimiento, decepción, auto condena y desesperanza debido a no ser capaz de usar plenamente su capacidad.

En referencia a las características de la procrastinación académica, la cual llega a ocurrir cuando los escolares retrasan sus trabajos asociados a lo académico, y para que sea considerado como tal, debe evidenciar el estudiante selección voluntaria de retrasarlo a pesar de que esté esperando lo peor, por ende, se evidencia una distinción relevante entre el retraso sensato y racional, además, tal acción puede deberse por un inicio tardío (Svartdal et al., 2020), asimismo, la procrastinación sea a las desviaciones asociadas con elementos propios de la personalidad, como la impulsividad, preferencia por gratificación inmediata, deficiencia de la capacidad de planeación y autorregulación, bajos niveles de autoeficacia, cansancio, poco desarrollo energético y evasión de la realización de actividades (Steel et al., 2018).

Además, la procrastinación al momento de ser un fenómeno muy complejo, llega a desarrollarse durante el paso del tiempo y al momento de interactuar con componentes asociados a la situación, a la sociedad, al contexto, cultural y organizacional, en ese sentido es relevante que se centre en elementos exógenos que se encuentran involucrados en la complejidad y dinamismo de la procrastinación, por ende los componentes antes expuestos son propensos a que se instigue a mantener la procrastinación en la realización de tareas académicas que constituyen la actividad principal del escolar (Svartdal et al., 2020).

En cuanto a los factores que promueven la procrastinación académica, desde lo investigado por Gil et al. (2020) se entiende que el estudiante ha de demorar en la realización de sus trabajos activamente, debido a la finalidad de poner en puntos su habilidad requerida para que se logre un mayor rendimiento, o para que se evite pasar por consecuencias negativas que se pueden suscitar de la misma, es decir por no querer obtener una calificación desaprobatoria, así mismo otro factor hace referencia al excesivo perfeccionamiento, lo que conlleva a que

constantemente se encuentre revisando su actividad sin determinar que este acabo, debido al miedo por llegar a estar errada, también el deseo de hacer las actividades con mayor presión y sentirse activo a llevarlos a cabo en el momento que el tiempo llega a acabar, así también con el estado de ansiedad por las evaluaciones o el miedo de fracasar, de similar manera, se debe a la falta de motivación, debido al poco interés por desarrollar su aprendizaje y disfrutar de llevar a cabo los trabajos, y finalmente ser auto eficaz, debido a la baja confianza en su habilidad académica y su expectativa de éxito.

Desde otra perspectiva, se entiende que las personas que dejan de hacer lo que deben hacer para otro día o para otro tiempo, son valoradas como personas flojas o personas perezosas e irresponsables, siendo percibidas por otras personas con similar tendencia, en ese sentido la falta de objetividad en el instante de llevar a cabo diferentes actividades propuestas para su cumplimiento en un determinado tiempo guarda relación con un malestar de índole subjetivo, y si tales acciones se suscitan en una serie de instancias del área vital, entonces estamos tratando con una persona de alto desarrollo procrastinador, por ende, Díaz-Morales (2019) refiere que la procrastinación se basa en actitudes tendientes generalizador a dejar de lado la iniciación y culminación de trabajos planificados para que se lleven a cabo en un establecido tiempo, la cual viene acompañada con malestares subjetivos que suponen un gran problema incidente sobre la autorregulación a escala cognitiva, afectiva y comportamental.

Referente a los modelos de procrastinación académico, a partir de lo investigado por Svartdal et al. (2020) se llega a entender a la procrastinación por dos particularidades, la primera asociada con la demora de algún comportamiento previsto, y la otra que tal demora es elegida a pesar de estar consciente de la consecuencia negativo de tal acción, asimismo, manifestó que la procrastinación es irracional, en sentido que los estudiantes actúan contra su propio juicio, en tal sentido, se ha considerado tres facetas: (1) Retraso inicial, relacionado con el retraso a la implementación, también a la toma de decisión de acción antes de abordar un trabajo, (2) Retraso sostenido al buscar la finalidad, basado en la renuncia ante lo que debe llevar a cabo, obligándose a continuar no trabajando en tal actividad por largos periodos, y (3) Retardo al alcanzar la meta prevista, referido a la demora en que se va alcanzar la meta, debido a que le falta tiempo, no poder

cumplir los plazos, no ser bueno en el cumplimiento de las tareas.

Del mismo modo, otro modelo para valorar la procrastinación es la de Ballardín y Pereira (2018), el cual posee cinco dimensiones: (1) Impacto general, referido a la percepción sobre su vida y el efecto por dejar los trabajos para después, (2) Consecuencia académica, referido a los problemas académicos al procrastinar como dejar de estudiar lo fundamental de cada experiencia curricular, como estudiar mínimamente para los exámenes, (3) Consecuencia física, relacionado con los problemas en salud física de los escolares, como el incremento de peso, también a poseer mayor probabilidad de enfermarse a causa del agotamiento físico, (4) Consecuencia psicológica, basado en la evidencia de agotamiento emocional estudiantil, agitación, sentirse con menos concentración y atención en la realización de las actividades y (5) Cambio de conducta, referido a la perspectiva que posee ante la idea de si reduce la frecuencia de procrastinación sus trabajos escolares serían positivos para el estudiante.

Referente a las dimensiones de la procrastinación académica, se consideró el instrumento propuesto por Leguía (2022), el cual se ha propuesto a partir de la perspectiva inicial de Trujillo y Noé (2020), llegando a identificar tres dimensiones, las cuales, se llegan a mencionar a continuación:

La primera dimensión es el factor cognitivo, asociado al constante empleo de una gran diversidad de excusas para que pueda posponer sus actividades que debe llevar a cabo, asimismo, se basa en el pensamiento catastrófico y el pensamiento rumiador, que incide sobre aquel sesgo cognitivo que hace que la persona se pongan en escenarios complicados que alimenta la creencia poco o nada racional, afectando de manera directa su actitud y comportamiento personal, además, el pensamiento rumiador, se denomina también negativo o repetitivo, basado en generar un ideal negativo e incontrolable, aversivo por falta de control del nervio, sentir miedo, culpa y consecuencia intencional (Trujillo y Noé, 2020).

La segunda dimensión es el factor conductual, asociada con el aspecto de impulsividad, actitud distractora y notorio incoherente de lo que se llega a querer hacer y lo que al final se lleva a cabo, asimismo, se considera como proceso intencional y de acción denominado hiato del proceso procrastinados, asociado con la dificultad que posee el estudiante para llegar a tomar una decisión, además, el presente factor evidencia poseer una reducida tolerancia a desarrollar frustración o

al deseo que encuentre aquel refuerzo que proporciona una contestación inmediata mediante la acción que le produce satisfacción, cabe agregar, que otra particularidad es lo complicado de sentirse motivado o auto inculcado, así también posee gusto por el trabajo bajo presión y demuestra un mínimo de control o carencia motivacional para el logro del trabajo (Trujillo y Noé, 2020).

Y la tercera dimensión es el factor emocional, asociado con el encuentra del procrastinación a poseer gran miedo a fracasar, pero también llega a temer a tener éxito o a que alcanza menos de lo que se ha proyectado, también la dimensión se caracteriza por desarrollar sentimientos de culpa y estar ansioso, por ello, es en fin tener un gran miedo a la realización de los trabajos académicos cuando son de gran importancia para su futuro, por ende, suele tener sentimientos negativos y hasta llega a deprimirse (Trujillo y Noé, 2020).

De similar modo, sobre el sustento teórico para la variable estrés académico, se ha llegado a considerar a la Teoría General de Sistemas, postulado por Bertalanffy en el año de 1991, el cual genéricamente manifestó que un sistema se conceptualiza como la complejidad de componentes que interaccionan entre sí, asimismo, la presente teoría comprende una serie de enfoques de diverso estilo y finalidad entre la cual se encuentra la de conjunto, de redes, cibernético, entre otros, en tal sentido, hace referencia la presente teoría al área del sucedo y condición incidente en la manera de comportarse de los sistemas, donde lo complejo hace referencia a que jamás un sistema puede llegar a hacer similar que el ambiente con el contexto y seguir conservando su identidad, es decir, que la única forma de vínculo del sistema y el contexto, evidencia que el sistema debe de absorber de manera selectiva la particularidad del ambiente, pero tal evento posee desventaja de especialización de lo selectivo y del sistema asociado al contexto, disminuyendo las capacidades de reaccionar frente a tales cambios (Katrakaza et al., 2020).

También, el estudio del estrés académico ha tenido soporte debido a la Teoría del Estrés Crónico, el cual evidencia una distinción relevante del estrés agudo con el crónico, donde el estrés crónico posee importancia en el procedimiento adaptativo de la persona, rasgo resiliente y mecanismo neurocognitivo asociado con la conceptualización de la salud y las enfermedades, en ese sentido, se conceptualiza al estrés crónico como el hallazgo de la demanda y presión durante ciertos periodos prolongados que son percibidos como eternos,

en ese sentido, lo prevalente de los estados emocionales se llega a observar en personas que poseen enfermedades, como también la que están expuestas a un estado de pobreza, en personas que son responsable de cuidar a otras personas con discapacidades, entre otros, además, en estudiantes se reporta debido a experiencias traumáticas a etapas prenatales y a partir del desarrollo temprano de las personas (Cassaretto et al., 2021).

Respecto a la base conceptual, desde la perspectiva de Bermúdez y Vanegas (2022) se entiende al estrés académico como el proceso sistemática de actitud adaptativa y psicológica, que se ha de presentar en el momento que los escolares se ven absorbidos en el ambiente escolar, a una gran gama de exigencias, que desde la valoración de los propios escolares se consideran como fuente de estrés, es decir, que al momento que tales estresores llegan a provocar un desequilibrio, obliga a los escolares a que lleven a cabo acciones para afrontarlos y restaurar su equilibrio, por ello, hablar del estrés en educación secundaria, e vincula con diversas situaciones como por ejemplo, el afrontamiento de evaluaciones, acumulación de actividades de los diversos cursos que llevan a cabo, relaciones insalubres, entre otros.

Ahora bien, Restrepo et al. (2020) calificaron al estrés académico como el estado producto en el instante que los escolares tienen una perspectiva negativa sobre la demanda del ambiente escolar, es decir, que los escolares llegan a considerar tales perspectivas como de angustia a la mayor cantidad de situaciones a las que debe de enfrentar durante la participación en el proceso escolar, debido que atribuye que su estrategia de afrontar tales situaciones no son las adecuadas y tienen escaso efecto para hacer frente a la exigencia del ámbito escolar, lo cual aporta a que aparezcan ciertas reacciones como sentirse agotado físicamente, estar ansioso, tener insomnio, bajo aprovechamiento educativo, tener desinterés por estudiar y deserción escolar.

Aportando a lo manifestado, Barrón y Armenta (2021) dieron a entender que el estrés académico se provoca dentro del contexto escolar, en el momento que los escolares tienen una carga excesiva de trabajos y que llegan a sobrepasar los recursos que poseen, como también sus capacidades, es en donde se evidencia el desarrollo del estrés, el cual afecta su forma de pensar, llevándolo a aprender limitadamente, y evidenciar desarrollar una actitud negativa que provoca que los

estudiantes disminuyan sus esfuerzos y su producción, tales situaciones llegan a estar presentes en el instante que los docentes poseen un alto nivel de exigencia hacia los escolares, encontrándose este en una saturación de actividades, asimismo, manifestar que el factor motivacional escaso, genera que los estudiantes se frustren, bajen en nivel de aprendizaje, su calidad de las actividades académicas y por ende obtenga bajo aprovechamiento académico.

Referente al afrontamiento, llega a entenderse tal término como parte del recurso psicológico de todas las personas y es una variable personal declarada como participante en el nivel de calidad de vida, la cual posee un valor elevado y realmente importante en toda investigación de calidad y bienestar, en tal sentido, Borges et al. (2021) llegaron a calificar al afrontamiento como el procedimiento individual basado en el manejo de la demanda y el vínculo de las personas con el contexto que valora como se genera los estresantes y las emociones, en ese sentido, el afrontamiento positiva ante los estresores, es un factor de protección de la salud y si este es negativo puede ser un componente de alto riesgo y podría enfermar a la persona, por ende el modo de afrontamiento es la diversidad de contestación conductual, cognitiva y emocional que se emplea para ejercer un manejo y tolerancia al mismo estrés permitiendo restablecer el equilibrio.

Los estudiantes que presentan un cuadro de estrés evidencian estados de depresión, poseer ansiedad, estar irritables, bajo nivel de la autoestima, no poder dormir, tener un cuadro de asma, poseen hipertensión, tienen el problema asociado con la úlcera entre otros, lo cual evidentemente afecta nocivamente la salud, y el aprovechamiento escolar, asimismo, también los escolares llegan a evidenciar tener pensamientos negativos, dificultad presentes en el instante de solucionar problemas, déficit de atención y los componentes que llegan a impulsar el surgimiento de la ansiedad en la situación académica, especialmente se dan en situaciones de evaluación, que en general se asocian a lo preocupante de la posibilidad que el aprovechamiento escolar descienda en los trabajos y a futuro traigan consigo problemas sociales y de confianza (Zazueta et al., 2020).

En referencia a los estresores, se pueden mencionar que el estrés puede evidenciarse desde la incomodidad imperceptible con la mínima o inexistente consecuencia hasta la alteración de la salud física como también psicológica con repercusión sobre su relación en diferentes ámbitos de su vida, pero en el sector

escolar, el estrés se asocia comúnmente con la depresión y la idea de hacerse daño, estar ansioso y desarrollar un cuadro de estrés crónico, asimismo, un aspecto de mayor incidencia se asocia con las posibilidades que se lleguen a producir consecuencias sobre el aprovechamiento escolar que conlleve a que los estudiantes puedan fracasar y dejar de estudiar (Restrepo et al., 2020).

Cabe agregar que para combatir el estrés los conocimientos y la adopción a saludables estilos de vida durante la etapa de la adolescencia, es realmente sobresaliente, debido que aporta a evaluar e intervenir tempranamente a los componentes estresores, apuntando a alcanzar un bienestar generalizado que dure mucho tiempo y para reforzar a los jóvenes y nutrirlos para que su vida de adultos sea más sana, asimismo, el desarrollo de las habilidades emocionales aportan al manejo de los estresores como las tensiones, adversidades, frustraciones y pesimismo, asimismo, brindar un bienestar psicológico a los estudiantes dentro del ámbito escolar y social, aporta fortalecimiento a las capacidades para que se enfrenten una serie de situaciones de estrés (Puertas-Molero et al., 2020).

En cuanto a los modelos para determinar los niveles de estrés académico, se ha llegado a considerar la propuesta dada a conocer por Jardey y Ramírez-Díaz (2020), los cuales han determinado tres categorías: (1) Situación escolar, referido a la realización de exámenes, sustentación de trabajos encomendados por el docente, participación en las clases, asistencia a tutoría, sobrecarga escolar, exceso de escolares en un solo ambiente escolar y la competitividad entre sus compañeros de clases, (2) Elemento epistemológico-didáctico, relacionado con el abordaje de actividades obligatorias para la aprobación de la experiencia curricular, los trabajos en sí, espacio físico en donde se realizan las clases, la convivencia en las clases, dificultad de utilización de las TIC, expresión del pensamiento, comprensión de la explicación y preocupaciones, y (3) Respuesta al estrés, asociado al sentimiento, molestias estomacales, pensamientos o sentimiento insalubre, temblores en las manos o la piernas, expresiones verbales como el tartamudeo, boca seca, dificultad al alimentarse y ganas de llorar.

Otro de los modelos se basa en un cuestionario construido para medir el estrés en secundaria (CEAS), el cual contiene cuatro dimensiones: (1) Realización de las actividades, relacionada con el grado de estrés generado por la realización de los trabajos académicos y estudiar las diversas experiencias curriculares, (2)

Sobrecarga escolar y evaluación, basado en el grado de estrés establecido por la perspectiva de la falta de tiempo y sensaciones de no responder a tiempo a la gran cantidad de trabajos que debe de desarrollar así como realizar evaluaciones, (3) Futuro académico, se asocia con el desarrollo del estrés al momento de anticipar la situación y potencialidad de problemas futuros en materia educativa, tal como elegir el itinerario y opciones, y (4) Relaciones interpersonales, basado en el grado del estrés que ha sido generado por los vínculos y conflicto interpersonal asociado al sector escolar, en el momento de interactuar con el profesorado, los compañeros o familiares (Cassaretto et al., 2021).

Finalmente, Calixto-Juárez et al. (2023) aportó con un modelo de ocho dimensiones construidos desde la investigación sobre una escala valorada de estresor académico: (1) Deficiencia metódica, enfocado en las particularidades de acción del docente sobre el proceso educativo, (2) Sobrecarga escolar, basado en la perspectiva de indagación de los escolares acerca de la exigencia requerida y tiempo para responder a la demanda escolar, (3) Creencia del aprovechamiento escolar, basado en la perspectiva de control del escolar acerca de su desarrollo académico y creencia de autoeficacia, (4) Intervención, basado en el impacte al realizar actividades en público, (5) Clima social, referido al ambiente desfavorable en el sector escolar, (6) Exámenes, basado en el valor del impacto producido en los estudiantes a partir del acercamiento de la fecha y preparación para dar una evaluación, (7) Carencia de valor del contenido, el cual valora y toma en cuenta lo que tiene el contenido del plan de estudios, y (8) Dificultad participativa, basado en la participación constante que puede evidencia en su vida escolar el estudiante.

Respecto a las dimensiones consideradas para evaluar los niveles del estrés académico, el instrumento denominado inventario SISCO, el cual fue analizado por Barraza y Barraza (2020) destacando tres dimensiones, que se van a llegar a describir a continuación:

La primera dimensión son los estresores, relacionado con las competencias con sus compañeros de aula, sobrecarga de actividades educativas que debe realizar toda la semana, perspectiva sobre la personalidad y la actitud del profesorado al impartir sus clases, la manera en que el profesorado mediante el ensayo, investigación y búsqueda evalúa a los estudiantes, y al grado de exigencia del profesorado (Barraza y Barraza, 2020).

La segunda dimensión son los síntomas, referido a los trastornos del sueño, morderse sus uñas, poseer mayor necesidad de dormir, inquietud, sentimientos depresivos, ansiedad, problemas para concentrarse, sentimientos de agresión, conflictos, se llega a aislar, posee alto nivel de desgano para la realización de la labor escolar e incremento o reducción alimenticia (Barraza y Barraza, 2020).

Y la tercera dimensión son las estrategias de afrontamiento, basado en la habilidad de defenderse de sentimientos negativos, actividades de distracción, concentración para resolver situaciones preocupantes, auto premiarse, búsqueda de información sobre lo que le llega a preocupar, ventilarse y confidencias, determinar soluciones concretas para problemas que le preocupan, como mantener el control de sus emociones (Barraza y Barraza, 2020).

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

##### **3.1.1. Tipo de investigación**

En cuanto al paradigma, se consideró al positivista, debido que el presente trabajo investigativo, buscó proporcionar explicaciones, predecir el comportamiento de una de las variables, desde la determinación del comportamiento establecido de otro, asimismo, verificar en componente teórico para comprender sobre cómo esté se llega a dar en ciertos ambientes temporalmente precedente o en simultáneo. Sobre lo mencionado, Omodan (2022) se refirió al positivismo como un paradigma que domina en la ciencia social, basado en la creencia de la existencia de una realidad que posee gran objetividad que puede ser estudiado y medible.

Asimismo, fue de tipo básico, porque se buscó la generación de nuevos conocimientos sin que tal proceso posea un fin práctico específico o inmediato, es decir, que a partir de la búsqueda del principio y ley científica asociada a la procrastinación y el estrés académico se determinó un sustento teórico con la meta de generar mayor conocimiento de los mismos. Respecto a lo manifestado, para Arias y Covinos (2021) los estudios de tipo básico, no llegan a resolver las problemáticas de forma inmediata, sino que sirve como sustento teórico para los otros tipos de trabajos investigativos, cuya meta es la de acrecentar el conocimiento de los fenómenos de estudio.

##### **3.1.2. Diseño de investigación**

Como enfoque, se consideró al cuantitativo, porque el presente estudio se basó en medir numéricamente a la procrastinación como al estrés académico, utilizando instrumentos y posterior análisis de lo recabado, con la proyección de proporcionar respuesta a las problemáticas investigativas y de esa forma probar las hipótesis propuestas con anterioridad, confiando en la cuantificación, contenido y uso de soporte estadística para determinar el patrón de comportamiento poblacional. Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) el presente enfoque se basa en estimar la magnitud y la ocurrencia de los fenómenos para poner a prueba los supuestos, confiando en la medición a partir de la examinación previa y construcción de instrumentos, donde la información recabada aportará a la

descripción, determinación y predicción del comportamiento de una población previamente establecida.

De similar forma, el método fue el hipotético-deductivo, porque en el presente trabajo se propusieron hipótesis desde la consideración de dos perspectivas, una general desde premisas o leyes generales y otra desde la perspectiva empírica de la investigación, los cuales se pusieron a prueba con la realidad empírica, mediante procesos lógicos deductivos demostrando su pertinencia o refutándola al no evidenciar coherencia. Sobre el método, Sánchez (2019) agregó que inicia desde la generación de hipótesis, que se llevan a contraste con la realidad, cuyo objetivo radica en poder comprender y explicar sus inicios o la causalidad que lo provoca, también predice y controla sustentadamente por medios estadísticos inferenciales.

Referente al nivel, fue correlacional, debido que se consideró como propósito determinar la coherencia o vínculos existentes entre la procrastinación con el estrés académico, sin necesidad de profundizar en su ocurrencia o causalidad, es decir, que se determinó desde el conocimiento del comportamiento de un fenómeno, el comportamiento del otro. Agregando a lo mencionado, Rodríguez y Buelvas (2021) los estudios denominados correlacionales, tienen como meta determinar y evidenciar los vínculos existentes entre diferentes fenómenos, sin que se considere las causalidades u ocurrencias de tales asociaciones.

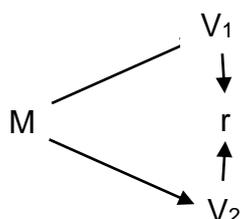
Además, se consideró al diseño no experimental, porque durante su proceso de recojo de datos, no se admitió que se manipulen las percepciones de los estudiantes referentes a la procrastinación y al estrés académico o de asignar de manera aleatoria a los estudiantes o a la condición en donde se realizó la investigación. En ese sentido, Rivero et al. (2021) se refirió a los diseños no experimentales como tales diseños cuyos fenómenos no deben ser manipulados intencionalmente, donde solo se llega a analizar y estudiar el hecho y fenómeno en su estado natural y posterior a haber ocurrido.

Como punto final, el corte del trabajo investigativo fue transversal, porque para el recojo de datos y las observaciones realizadas, se llegó a determinar realizarlos en un solo momento de tiempo, debido que se describe como una forma de tomar una instantánea de la situación en la que se da los fenómenos con la consideración de la perspectiva o comportamientos observables del grupo de

elementos que se llegan a investigar. Para Wang y Cheng (2020) el corte transversal, se considera una propuesta observacional, derivada del proceso de observación a los fenómenos de un cierto grupo de individuos en un determinado momento previamente delimitado.

**Figura 1:**

*Esquema del diseño de investigación*



Dónde:

M: Cantidad de estudiantes de la muestra.

V1: Medida de la procrastinación.

V2: Medida del estrés académico

r: Valor de la relación de V1 con V2.

### **3.2. Variable y operacionalización**

#### **Variable 1: Procrastinación**

**Definición conceptual:** Según Ozberk y Turk (2021) la procrastinación académica es la desmotivación escolar de los estudiantes, lo cual se materializa en la acción de no llevar a cabo ciertas actividades previstas en un plazo previamente establecido, retrasando innecesariamente el desarrollo de tales actividades escolares hasta que se siente incómodo o ansioso.

**Definición operacional:** La procrastinación académica se cuantificó desde la aplicación de un cuestionario construido por Leguía (2022) desde la adaptación del cuestionario de Trujillo y Noé (2020) el cual contiene tres dimensiones valoradas por 20 preguntas, a partir de una escala Likert, con cinco posibles contestaciones, donde los puntajes que se obtenidos se han llegado a clasificar en: Bajo, promedio y alto.

**Indicadores:** La procrastinación, posee seis indicadores: Dificultad, excusa e independencia personal y desconfianza, creencia y priorización de la actividad, responsabilidad y desorganización de la actividad, actividad inconclusa por desgano y postergación, motivación y necesidad y temor a fracasar y desinterés por llevar a cabo la actividad.

**Escala de valoración:** Escala Likert Ordinal: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) Casi siempre y (4) Siempre.

## **Variable 2: Estrés académico**

**Definición conceptual:** Según Barrón y Armenta (2021) el estrés académico se provoca dentro del contexto escolar, en el momento que los escolares tienen una carga excesiva de trabajos y que llegan a sobrepasar los recursos que poseen, como también sus capacidades, es en donde se evidencia el desarrollo del estrés, el cual afecta su forma de pensar, llevándolo a aprender limitadamente, y evidenciar desarrollar una actitud negativa que provoca que los estudiantes disminuyan sus esfuerzos y su producción.

**Definición operacional:** El estrés académico se cuantificó desde la aplicación de un cuestionario del SISCO IV propuesto por Barraza (2007) y adaptado por Espinoza (2022) el cual contiene tres dimensiones valoradas por 45 preguntas, a partir de una escala Likert, con cinco posibles contestaciones, donde las puntuaciones que se obtuvieron se han llegado a clasificar en: Leve, moderado y Agudo.

**Indicadores:** El estrés académico, posee nueve indicadores: Competencia, sobrecarga y carácter docente, participación y realización de actividades y perspectivas sobre el quehacer docente, trastornos, fatigas y dolores, inquietud y sentimientos negativos y conflicto, desgano y desorden alimenticio, habilidades diversas de afrontamiento, buscar información, solicitud de apoyo y determinación de soluciones y control, anécdotas, elaboración y fijación positiva de las estrategias.

**Escala de valoración:** Escala Likert Ordinal: (1) Nunca, (2) Rara vez, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.

### 3.3. Población (criterio de selección), muestra, muestreo y unidad de análisis

#### 3.3.1. Población

Referente a la población se consideró a los 134 estudiantes del cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de educación básica, nivel secundario que se encuentra ubicada en Pasco. Respecto a la población Mucha-Hospinal et al. (2020) lo reconoce como una expresión del total de elementos que son consideradas en una investigación, la cual debe ser precisada y cuyas características que poseen en común los elementos.

**Tabla 1**

*Población*

Grado y Sección	N.º de estudiantes		Total
	Hombres	Mujeres	
4º A	10	9	19
4º B	10	11	21
4º C	5	11	16
4º D	8	8	16
5º A	7	6	13
5º B	10	9	19
5º C	11	5	16
5º D	8	6	14
Total			134

Fuente: Registro de las matrículas del año 2023.

#### **Criterios de inclusión:**

- Los estudiantes que están en los grados de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa de Pasco, considerada en la investigación.
- Los estudiantes que tienen asistencia recurrente a las clases presenciales, los estudiantes que sus padres de familia, han considerado que puedan participar de la investigación.
- Los estudiantes cuyas edades se encuentran comprendidas entre 15 y 17 años.

**Criterios de exclusión:**

- Los estudiantes de primero, segundo y tercero de secundaria de una institución educativa de Pasco, considerada en la investigación.
- Otros estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de otras instituciones educativas de Pasco, no considerados en el estudio.
- Los estudiantes que por diferentes cuestiones no van constantemente a la institución educativa, los estudiantes que sus padres no quisieron firmar el consentimiento informado.
- Los estudiantes que tienen menos de 15 pero mayores a 17 años de edad.

**3.3.2. Muestra**

Para la determinación de la muestra, se ha llevado un proceso probabilístico de tipo estratificado, debido que los estudiantes están ordenados en secciones que de ahora en adelante se van a considerar estratos, pero antes de realizar tales acciones se ha determinado la cantidad de estudiantes que formaron parte de la muestra, establecido desde la aplicación de la fórmula finita.

El resultado obtenido, da a entender que la muestra está integrada por 101 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública de educación básica, nivel secundario que se encuentra ubicada en Pasco. Al respecto, para Sánchez et al. (2018) la muestra de investigación, es un grupo de casos o de elementos que se extraen de una determinada población a partir de ciertos sistemas de muestreo, llegando a heredar las mismas características que quieren ser investigados.

Señalar, que para determinar la muestra de cada estrato se determinó el factor de proporción el cual fue de 0.753, siendo este multiplicado por cada valor de la población, determinando así la muestra representativa de los estratos.

**Tabla 2***Muestra*

Grado y Sección	N.º de estudiantes		Población	Factor	N.º de estudiantes		Muestra
	Hombres	Mujeres			Hombres	Mujeres	
4º A	10	9	19	0.753	8	7	15
4º B	10	11	21	0.753	8	8	16
4º C	5	11	16	0.753	4	8	12
4º D	8	8	16	0.753	6	6	12
5º A	7	6	13	0.753	5	4	9
5º B	10	9	19	0.753	8	7	15
5º C	11	5	16	0.753	8	4	12
5º D	8	6	14	0.753	6	4	10
Total			134				101

Fuente: Registro de las matrículas del año 2023.

### 3.3.3. Muestreo

En cuanto al muestreo, se utilizó el probabilístico de tipo estratificada porque la población de la presente investigación se presentó en grupos los cuales se quiere que sean representativos, por ello se va a homogenizar su representación a partir de las particularidades que se estudian, es decir que se basa en subgrupos denominados estratos en donde se va determinar una muestra aleatoria uniforme de cada uno, para así mantener la representatividad. Sobre lo mencionado, Hernández y Carpio (2019) aportaron refiriéndose al muestreo estratificado como la determinación de pequeñas muestras de cada estrato independientemente para seleccionar los elementos que son parte de la muestra.

### 3.3.4. Unidad de análisis

Cabe recordar que, como unidad de análisis, se ha determinado a los estudiantes que están cursando el cuarto y quinto de secundaria en una institución educativa ubicada en Pasco. En cuanto a lo manifestado, para Arias y Covinos (2021) la unidad de análisis, se refiere a aquellos componentes de una investigación de los cuales se va generar información para su análisis.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

**Técnicas:** La técnica que se consideró para medir tanto a la procrastinación como al estrés académico es la encuesta, debido que se utiliza con mayor constancia en el área investigativa de las ciencias sociales, también se seleccionó porque tal actividad ha sido llevada a cabo por los estudiantes aunque sea por alguna vez en sus vidas, la cual se basa en recabar la perspectiva, comportamiento y opinión sobre un tema, y porque proporciona resultados cuantitativos, centrado en interrogantes establecidas con anticipación, ordenadas lógicamente y con base en un sistema de contestación escalonada. En tal sentido, Cisneros-Caicedo et al. (2022) manifestaron que la encuesta proporciona disposición de tiempo y privacidad de los encuestados, no requiriendo que se instalen programas para contestar a las preguntas propuestas, aplicada a diversos participantes y que permite recabar basta información sobre un tema en específico.

**Instrumentos:** En cuanto a los instrumentos, se seleccionó para ambas variables al cuestionario, debido que su construcción se basa en la propuesta de preguntas, que están edificadas desde el vínculo con los indicadores y dimensiones, presentadas específicamente, las cuales aportan a la medición y evaluación de los fenómenos que anticipadamente se han definido en la investigación, además, porque su contenido es variado como el aspecto que se pretende determinar y medir, donde sus contestaciones deben diseñarse, implementarse y valorarse con alto rigor y soporte estadístico. Al respecto Arias (2020) hace referencia del cuestionario como la representación de un número de contestaciones presentadas de manera ordenada en tablas, y una gran gama de respuestas que el participante debe de llegar a responder, donde no existe contestaciones apropiadas e inapropiadas, siendo toda contestación que enrumba a hallazgos diversos.

**Propiedades psicométricas originales:** El instrumento fue propuesto por Trujillo y Noé (2020) denominado escala de procrastinación (EPA), el cual estuvo conformado por 16 factores, los cuales para determinar su validez y confiabilidad, se aplicó a una muestra integrada por 366 estudiantes de nivel secundaria, cuyas edades oscilaron entre los 12 y 17 años; respecto a la validez se pudo constatar que el instrumento paso por análisis de estructuración factorial, llegándose a

constatar que el ajuste fue aceptable, con valor de  $X^2/gk < 5$ ;  $GFI > 0.95$ , y con un ajuste comparativo valorado como favorable, en cuanto a los valores de la confiabilidad, se pudo constatar que la consistencia interna se valoró en 0.800 llegándose a interpretar como un valor aceptable.

**Propiedades psicométricas originales:** Para poder establecer el nivel de desarrollo del estrés académico se consideró la adaptación del inventario SISCO IV, propuesto por Barraza (2007) llegando a agregar y a eliminar alguna de las preguntas con la meta que se cuide el equilibrio de la cantidad de preguntas que conforma cada dimensión, en tal sentido, destacar que tal instrumento se ha usado con anticipación para medir el estrés en una gran cantidad de investigaciones donde se vincula con la procrastinación, evidenciando poseer mayor validez de constructo. En cuanto a la confiabilidad, antes de realizarla, se agregó seis preguntas al factor estresores y tres al factor sintomatología, quedando la presente versión conformada por 45 preguntas, y finalmente se evidenció que posee un 0.910 de alfa de Cronbach, determinando que el instrumento es confiable (Barraza y Barraza, 2020).

**Validez:**

En cuanto a la validez ambos instrumentos pasaron por validez de contenido por juicio de expertos quienes han llegado a la conclusión que los cuestionarios poseen suficiencia y pueden aplicarse sin ningún inconveniente. En cuanto a la validez, Nájupas et al. (2018) manifestó que se refiere a la exactitud, aspecto auténtico o eficaz de un cuestionario, el cual comprende diversas maneras para llevar a cabo tal proceso, aclarando que las diversas maneras de validar no son universales para todo instrumento de recojo de datos.

**Tabla 3**

*Validez de los instrumentos por juicio de expertos*

Validador(a)	Especialidad	Decisión
Mg. Quispe Ramos, Raúl Jaime	Temático	Aplicable
Mg. Sánchez Ñaña, Rosario	Metodóloga	Aplicable
Mg. Saavedra Carrion, Nicanor Piter	Estadístico	Aplicable

Fuente: Resultados de la validación por expertos.

### **Confiabilidad:**

Respecto a la confiabilidad, se llegó a establecer, debido que se aplicó a 20 estudiantes, quienes proporcionaron su perspectiva y contestaron las preguntas, las cuales, por medio del alfa de Cronbach, se llegaron a procesar, aportando a afirmar que ambos cuestionarios poseen confiabilidad. Según Arispe et al. (2020) agregaron que la determinación de la confiabilidad, se refiere al nivel en que los instrumentos llegan a producir hallazgos que poseen consistencia interna a partir de la aplicación de una determinada muestra, es decir, que, al aplicarlos a distintas realidades, pero en similares condiciones, el instrumento posee la capacidad de reproducir resultados similares, lo cual evidencia su consistencia interna.

**Tabla 4**

*Confiabilidad de los instrumentos*

Variables	N.º ítems	N.º elementos	Alfa de Cronbach
Procrastinación	20	20	0.962
Estrés académico	45	20	0.926

Fuente: Resultados del procesamiento de datos por alfa de Cronbach.

### **3.5. Procedimientos**

Para llevar a cabo la presente investigación, se consideró solicitar una carta de presentación a la Universidad César Vallejo para poder presentarlo por mesa de parte a la institución educativa de nivel secundaria ubicada en Pasco, donde se realizó la investigación, para que pueda el personal directivo brindar las facilidades y poder ingresar a la institución educativa para hacer las coordinaciones respectivas con los docentes tutores de las aulas de cuarto y quinto de secundaria.

Cabe agregar que las coordinaciones con los docentes tutores se basa solo en dar a entender lo que se pretende realizar con la investigación, así también se solicitó su apoyo para la aplicación de los instrumentos y de similar manera brindar los consentimientos informados, para que los apoderados o padres de familia de los menores se encuentren enterados de la investigación y que proporcionen su permiso respectivo para que formen parte del estudio.

Además, mencionar que anticipadamente también se acordó una fecha tentativa con los directivos y los docentes tutores para aplicar los instrumentos, lo

cual va ser de manera presencial, por ello, ya con tiempo de anticipación se tuvo preparado todos los instrumentos para todos los estudiantes, en ese sentido, también se va participó de la aplicación de los instrumentos, llegando a aclarar posibles dificultades que se suscitaron de parte de los estudiantes como también alguna duda sobre las preguntas que están contestando.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Para poder analizar la información, es de necesidad que con anticipación los datos recolectados se organicen y también traspasar a una base de datos, considerando la escala Likert de cada uno de los cuestionarios, es decir que las respuesta fueron codificadas, aportando a la determinación de la sumatoria de los puntajes y posteriormente los niveles de desarrollo de las variables, en ese sentido, en el programa informático Microsoft Excel, se crearon dos base de datos a partir del número de preguntas y de las variables.

Cuando se llegó a culminar tal proceso, se inició con el análisis descriptivo, donde las puntuaciones de la variable con sus dimensiones, se copiaron y se traspasaron al programa SPSS, para dar inicio con su trato estadístico, pero antes, se llegaron a baremar tales puntuaciones pudiendo presentar los resultados en niveles haciendo uso de tablas descriptivas, como también en gráficos de barras, que llegaron a interpretarse para apreciar de la mejor manera los resultados obtenidos, los cuales fueron descritos en un lenguaje sencillo.

Para el análisis inferencial, las puntuaciones traspasadas en el primer momento al programa SPSS, se sometieron a evidenciar de qué distribución proviene su normalidad, con sustento en la prueba de Kolgomorov-Smirnov porque la muestra supera el límite de 50 elementos (101 estudiantes), asimismo, dependiendo de la normalidad se determinó que la prueba de hipótesis seleccionada fue el Rho de Spearman, debido que es una prueba que respondió a la distribución no normal de las variables y dimensiones.

### **3.7. Aspectos éticos**

Para la presente investigación, se consideró seguir las pautas de redacción de la normativa APA, en su séptima edición, asimismo, toda la información presentada ha sido referenciada apropiadamente, atribuyendo la producción del conocimiento

tanto de la procrastinación y del estrés académico a sus investigadores, como también en la parte metodológico de los autores que han apoyado a la comprensión del proceso a seguir para poder dar respuestas a las preguntas propuestas anticipadamente, asimismo, se consideró estrictamente respetar el derecho de los estudiantes, considerando la confiabilidad de los resultados propuestos y el anonimato de los mismos, finalmente, también, se consideró la guía de productos de investigación propuesto por la Universidad César Vallejo, con el fin de construir un estudio de enfoque cuantitativo, en donde se ha seguido todas las pautas del mismo para la propuesta del presente (UCV, 2023).

En cuanto a los principios éticos, el presente estudio, ha considerado el código de ética de la Universidad y también a los principios internacionales de: (1) Beneficencia, esperando apuntar que llevar a cabo la presente investigación traiga beneficios a los estudiantes participantes, (2) No maleficencia, impulsando analizar anticipadamente el riesgo y los beneficios antes que se llegue a realizar la investigación respetando la integridad de los estudiantes, (3) Autonomía, asociado a la creencia que los estudiantes que participen del estudio, poseen la capacidad de seleccionar ser parte o retirarse del estudio en el momento que ellos lo crean conveniente, y (4) Justicia, referido al trato igual, sin incurrir en actos discriminatorios a los estudiantes, porque no es debido llegar a excluirlos por diferentes factores de diferenciación (UCV, 2020).

#### IV. RESULTADOS

##### Descriptivo de la procrastinación y sus dimensiones

**Tabla 5**

*Niveles de la procrastinación y sus dimensiones*

Variable y dimensiones	Niveles						Total	
	Bajo		Promedio		Alto		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Procrastinación	8	7.9	78	77.2	15	14.9	101	100.0
D1: Factor cognitivo	12	11.9	70	69.3	19	18.8	101	100.0
D2: Factor conductual	35	34.7	43	42.6	23	22.8	101	100.0
D3: Factor emocional	11	10.9	54	53.5	36	35.6	101	100.0

Fuente: Resultados del procesamiento del programa SPSS.

En la tabla 5, se ha llegado a establecer los niveles asociados a la procrastinación, los cuales llevaron a confirmar que del 100.0 % (101) de estudiantes de secundaria que fueron parte de la investigación, el 7.9 % (8) mencionaron que tienden procrastinar en nivel bajo, asimismo el 77.2 % (78) determinaron que poseen un promedio nivel de procrastinación y el 14.9 % (15) que tienen problemas de procrastinación.

Además, sobre la dimensión factor cognitivo, se ha llegado a establecer que el 11.9 % (11) de los estudiantes manifestaron tener desarrollo bajo, 69.3 % (70) un fortalecimiento promedio y el 18.8 % (19) niveles altos, asimismo, referente a la dimensión factor conductual, el 34.7 % (35) de estudiantes lo puntuaron en rango bajo, 42.6 % (43) en nivel promedio y el 22.8 % (23) en alto desarrollo, finalmente, respecto a la dimensión factor emocional, el 10.9 % (11) determinaron que posee desarrollo bajo, 53.5 % (54) un fortalecimiento promedio y el 35.6 % (36) alto. Desde lo manifestado se entiende que los estudiantes, se han llegado a sincerado manifestando un que la procrastinación aparece en el momento que la motivación de los mismos para la realización de las actividades desaparece, debido a ciertos problemas de regulación de sus emociones, o al momento que los recursos y la capacidad estudiantil son superados por las actividades escolares.

## Descriptivo del estrés académico y sus dimensiones

**Tabla 6**

*Niveles del estrés académico y sus dimensiones*

Variable y dimensiones	Niveles						Total	
	Leve		Moderado		Agudo		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Estrés académico	23	22.8	77	76.2	1	1.0	101	100.0
D1: Estresores.	27	26.7	67	66.3	7	6.9	101	100.0
D2: Síntomas.	55	54.5	46	45.5	0	0.0	101	100.0
D3: Estrategias de afrontamiento.	21	20.8	65	64.4	15	14.9	101	100.0

Fuente: Resultados del procesamiento del programa SPSS.

De igual forma, en la tabla 6, se evidencia los datos del nivel descriptivo, en cuanto se refiere a la variable estrés académico, desde la perspectiva del estudiantado de una entidad escolar de Pasco, donde se destacó que a partir de la participación del 100.0 % (101) de escolares en la investigación, el 22.8 % (23) evidenció poseer leve desarrollo del estrés académico, 76.2 % (77) tiene un preocupante desarrollo moderado y el 1.0 % (1) agudo desarrollo.

Además, respecto a la dimensión estresores, el 26.7 % (27) llegaron a afirmar que se encuentra en leve fortalecimiento, 66.3 % (67) en nivel moderado y el 6.9 % (7) en un agudo desarrollo, asimismo, respecto a la dimensión síntomas, el 54.5 % (55) aseveraron que lo percibieron como leve y el 45.5 % (46) en nivel moderado, no habiendo ninguno en una criticidad aguda, finalmente, sobre la dimensión estrategias de afrontamiento, el 20.8 % (21) mencionaron tener leve desarrollo, 64.4 % (65) un moderado desarrollo y el 14.9 % (15) evidencian no tener o no saber sobre las estrategias para evitar estresarse. De lo mencionado, se llega a entender, que, si los estudiantes se encuentran bajo un cuadro de estrés agudo, entonces suelen presentar ciertos síntomas, como estar cansado, fatigado, disensos, que le duela el cuerpo, así también estar ansiosos, irritables, indecisos inquietos o se lleguen a aislar o a buscar conflictos con sus compañeros de clases.

### Prueba de hipótesis general:

Ho: No existe relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria.

Ha: Existe relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria.

**Tabla 7**

*Correlación de la hipótesis general*

Rho de Spearman		Estadísticos	Valores
		Coeficiente de correlación	0,895**
Procrastinación	Estrés académico	Sig. (bilateral)	0,000
		N	101

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De la tabla 7, se constata la presencia de los resultados sobre la determinación de la relación existente entre la variable procrastinación y el estrés académico, desde la perspectiva de estudiantes de secundaria de Pasco, donde a partir del proceso y cálculo del coeficiente de Spearman, se logró determinar que la significancia llegó a calificarse en  $0.000 < 0.05$ , lo cual brinda soporte estadístico a la decisión de no considerar y rechazar a la Ho, llevando a afirmar que entre las variables la relación posee alta significancia, además, el valor correlacional fue de 0.895, donde según la escala de interpretación, se llega a asumir, como una relación positiva pero de fuerte potencia, en ese sentido, se puede constatar que se probó la hipótesis propuesta y se llegó a la conclusión que la existencia de altos niveles de procrastinación corresponde a altos niveles de estrés académico desde la perspectiva de los estudiantes de secundaria.

### Prueba de hipótesis específica 1:

Ho: No existe relación significativa entre la procrastinación y los estresores en estudiantes de secundaria.

Ha: Existe relación significativa entre la procrastinación y los estresores en estudiantes de secundaria.

**Tabla 8**

*Correlación de la hipótesis específica 1*

Rho de Spearman		Estadísticos	Valores
		Coeficiente de correlación	0,641**
Procrastinación	Estresores	Sig. (bilateral)	0,000
		N	101

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De la tabla 8, se constata la presencia de los resultados sobre la determinación de la relación existente entre la variable procrastinación y la dimensión estresores, desde la perspectiva de estudiantes de secundaria de Pasco, donde a partir del proceso y cálculo del coeficiente de Spearman, se logró determinar que la significancia llegó a calificarse en  $0.000 < 0.05$ , lo cual brinda soporte estadístico a la decisión de no considerar y rechazar a la Ho, llevando a afirmar que entre las variables la relación posee alta significancia, además, el valor correlacional fue de 0.641, donde según la escala de interpretación, se llega a asumir, como una relación positiva pero de moderada potencia, en ese sentido, se puede constatar que se probó la hipótesis propuesta y se llegó a la conclusión que la existencia de altos niveles de procrastinación corresponde a altos niveles de evidencia de estresores desde la perspectiva de los estudiantes de secundaria.

### Prueba de hipótesis específica 2:

Ho: No existe relación significativa entre la procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria.

Ha: Existe relación significativa entre la procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria.

**Tabla 9**

*Correlación de la hipótesis específica 2*

Rho de Spearman		Estadísticos	Valores
		Coeficiente de correlación	0,709**
Procrastinación	Síntomas	Sig. (bilateral)	0,000
		N	101

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De la tabla 9, se constata la presencia de los resultados sobre la determinación de la relación existente entre la variable procrastinación y la dimensión síntomas, desde la perspectiva de estudiantes de secundaria de Pasco, donde a partir del proceso y cálculo del coeficiente de Spearman, se logró determinar que la significancia llegó a calificarse en  $0.000 < 0.05$ , lo cual brinda soporte estadístico a la decisión de no considerar y rechazar a la Ho, llevando a afirmar que entre las variables la relación posee alta significancia, además, el valor correlacional fue de 0.709, donde según la escala de interpretación, se llega a asumir, como una relación positiva pero de moderada potencia, en ese sentido, se puede constatar que se probó la hipótesis propuesta y se llegó a la conclusión que la existencia de altos niveles de procrastinación corresponde a altos niveles de síntomas de estrés desde la perspectiva de los estudiantes de secundaria.

### Prueba de hipótesis específica 3:

Ho: No existe relación significativa entre la procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria.

Ha: Existe relación significativa entre la procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria.

**Tabla 10**

*Correlación de la hipótesis específica 3*

Rho de Spearman		Estadísticos	Valores
		Coeficiente de correlación	0,355**
Procrastinación	Estrategias de afrontamiento	Sig. (bilateral)	0,000
		N	101

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De la tabla 10, se constata la presencia de los resultados sobre la determinación de la relación existente entre la variable procrastinación y la dimensión estrategias de afrontamiento, desde la perspectiva de estudiantes de secundaria de Pasco, donde a partir del proceso y cálculo del coeficiente de Spearman, se logró determinar que la significancia llegó a calificarse en  $0.000 < 0.05$ , lo cual brinda soporte estadístico a la decisión de no considerar y rechazar a la Ho, llevando a afirmar que entre las variables la relación posee alta significancia, además, el valor correlacional fue de 0.355, donde según la escala de interpretación, se llega a asumir, como una relación positiva, en ese sentido, se puede constatar que se probó la hipótesis propuesta y se llegó a la conclusión que la existencia de altos niveles de procrastinación corresponde a altos niveles de falta de desarrollo de las estrategias de afrontamiento desde la perspectiva de los estudiantes de secundaria.

## V. DISCUSIÓN

Luego del procesamiento de datos, asociados con el objetivo general, referido a la determinación de la dependencia de la procrastinación con el estrés académico desde la participación de estudiantes de secundaria, aportó a afirmar que el 7.9 % (8) llegaron a opinar que la procrastinación fue baja, 77.2 % (78) en nivel promedio y que el 14.9 % (15) en rango alto, lo cual lleva a mencionar que la procrastinación hace referencia a la suspensión deliberada de los trabajos realmente importantes, dejándolos pendientes a pesar de que los estudiantes tienen la posibilidad de llevarlos a cabo, es decir, que el desarrollo de tal actitud procrastinadora afecta la acción, su conducta y toma de decisión, asimismo, respecto al estrés académico, el 22.8 % (23) aseveraron que fue leve, 76.2 % (77) que tiene desarrollo moderado y el 1.0 % (1) agudo, por lo expuesto se entiende que el estrés es una de las reacciones normales de los escolares frente a una gran serie de exigencia y demanda que enfrenta en el ambiente educativo, al momento de enfrentarse a trabajos, parciales, presentaciones, entre otros.

Además, en el instante de realizar el contraste de la hipótesis general con la realidad empírica, se pudo constatar que los datos no siguen un ordenamiento paramétrico, por lo que se hizo uso del Test correlativo de Spearman, para el procesamiento inferencial, donde la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, llegando con contundencia y soporte estadístico, rechazar la hipótesis nula, asimismo, se constató que el coeficiente Rho = 0.895, siendo este confirmado con direccionamiento positivo y de magnitud muy alta, por lo mencionado, un bajo control de los factores de cognición, de conducta y de índole emocional que evidencia altos niveles de procrastinación, evidencia el desarrollo de niveles agudos de estrés académico, al constatar la existencia de sobrecargo de trabajos, sintomatología y de no uso de ciertas estrategias para afrontar las situaciones estresantes de la actividad escolar.

Tales hallazgos son confirmados por los encontrados por Diaz et al. (2022) quien también en su investigación hubo suficiente apoyo estadístico para rechazar la hipótesis nula, porque mediante la prueba rho de Spearman se evaluó la Sig. = 0.000 < 0.050, además, el valor correlativo Rho = 0.764, siendo este directo y de magnitud alta, por ende, mediante la constatación de elevados niveles del estrés

académico, como también el estado de ansiedad y la actitud de depresión del estudiantado evidencia vulnerabilidad en la etapa de la adolescencia de la vida escolar, porque la perspectiva familiar, social y académica se llegan a asociar a los vínculos sentimentales, su interacción con sus pares coetáneos, además de incidir sobre el aprovechamiento escolar, el dinamismo familiar, el cambio psicobiológico, su apariencia, actitud frente los trabajos que lleva a cabo y la respuesta a los mismos, que se llegan a vincular con una diversidad de emociones negativas, como de procrastinación, irritación, miedos, preocupaciones, sentir ansiedad estado de ir, depresiones y altos niveles de estrés.

De similar modo al seguir comparando los resultados conseguidos se estableció que no son similares a los determinados por Torres y Ayala (2022) quienes también bajo soporte estadístico rechazaron la hipótesis nula, debido que el test correlativo de Spearman, tuvo una Sig. bilateral =  $0.000 < 0.050$ , además, el Rho =  $-0.553$ , siendo esta de direccionamiento inverso y de magnitud moderada, por ende, el estrés académico posee efectos negativos sobre el fomento de la calidad del buen vivir del estudiantado, debido que hace evidente el desarrollo de actitudes negativas al constatar sobrepasado y sobrecargado de trabajos académicos y actividades de la escuela, por ende, a partir de ello se perciben ciertas actitudes, siendo la más sobresaliente la de procrastinar, asimismo, se constató que en el momento que el estudiantado demuestra tener niveles medios de estrés educativo, también se percibe incidente en el contexto familiar poniendo en alto riesgo el fomento psicosocial del estudiantado como también influyente en la salud y adaptación al ambiente social.

Bajo tales puntos, se entiende, según Steel et al. (2018) que la procrastinación es el estado intrínseco de disfunción emocional, porque se vincula con una serie de problemas muy relevantes e incidente en la construcción integral cognitiva y emocional del estudiantado, porque toma en consideración una serie de factores como el proceso de motivación, expectativa sobre lo que quiere desarrollar, el valor al mismo, el impulso y los posibles retrasos, es decir, que para poder combatir con la procrastinación, debe incidirse sobre la motivación y poder elevarla, seguida de una gran expectativa, y valoración suficiente para la realización de las actividades y trabajos académicos, como la espera de grandes logro de metas,

impulso de no dejar de lado la realización de actividades que se pueden realizar hoy y organización para que se evite el retraso de los trabajos.

También, Katrakaza et al. (2020) llegó afirmar que, desde el soporte de la Teoría de Sistemas, se puede establecer posibles postulados para el entendimiento del estrés académico, porque el sistema es determinado como algo complejo llegó de elementos que llegan a interactuar entre sí, además, posee una gran gama de enfoques y una diversidad de estilos y diversos fines entre el cual, se encuentra la de equipo, de red, cibernético, etc., por tales motivos, se constata la incidencia de la teoría sobre las áreas de condiciones y sucesos derivados de la forma de comportamiento de los sistemas, donde la mayor complejidad se refiere a que la sistematización puede ser similar que el ambiente con contextos y la consecución de continuar observando su identidad, por ello, la única forma de vincularse con los sistemas y el ambiente, debe absorber la forma selectiva particular de los ambientes, pero tal situación es desventajosa de especialización selectiva y de sistema vinculado al contexto, lo cual disminuye la capacidad de reacción frente a ciertos cambios ocasionando desarrollo de estrés.

En consecuencia desde lo establecido, y a partir de los hallazgos inferenciales procesados y analizados, se llegó a la conclusión, que el estudiantado que llega a procrastinar, evidencia posponer y dejar de lado la realización de sus actividades académicas, por ende es complicado que se saque provecho de tal acción porque es contraria a la producción y abordaje de logro de objetivos y metas educativas, por ende, es necesario que se consoliden estrategias para el manejo de tales actitudes, pero un elevado desarrollo procrastinador, es producto también de altos niveles de estrés académico, porque dentro del ambiente escolar el estudiantado se encuentra expuesto a un sinnúmero de componentes estresores como de síntomas por verse superados por los trabajos académicos y poco desarrollo de estrategias para afrontarlos adecuadamente.

También, se determinó el objetivo específico 1, referido a la determinación de la dependencia de la procrastinación con los estresores desde la participación de estudiantes de secundaria, aportó a afirmar que el 7.9 % (8) llegaron a opinar que la procrastinación fue baja, 77.2 % (78) en nivel promedio y que el 14.9 % (15) en rango alto, lo cual lleva a mencionar que la procrastinación hace referencia a la suspensión deliberada de los trabajos realmente importantes, dejándolos

pendientes a pesar de que los estudiantes tienen la posibilidad de llevarlos a cabo, es decir, que el desarrollo de tal actitud procrastinadora afecta la acción, su conducta y toma de decisión, asimismo, respecto a los estresores, el 26.7 % (27) lo señalaron como leve, 66.3 % (67) en rango moderado y el 6.9 % (7) agudo, lo cual lleva a afirmar que los altos rangos de estresores, deteriora la mente del estudiantado, porque el cerebro posee la capacidad de realización de trabajos y tiene una función mental que apoya en el trabajo diario, también dificulta el concentración y desarrolla estados de ansiedad como depresión, lo cual necesita de la atención oportuna para poder contrarrestar sus efectos en la salud del estudiantado, y en su capacidad, sobrecarga, participación en los trabajos.

Además, en el instante de realizar el contraste de la hipótesis específica 1, con la realidad empírica, se pudo constatar que los datos no siguen un ordenamiento paramétrico, por lo que se hizo uso del Test correlativo de Spearman, para el procesamiento inferencial, donde la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, llegando con contundencia y soporte estadístico, rechazar la hipótesis nula, asimismo, se constató que el coeficiente Rho = 0.641 siendo este confirmado con direccionamiento positivo y de magnitud moderada, por lo mencionado, la dificultad, presentación de excusas e independencia personal, como la desconfianza, baja responsabilidad, despreocupación por concluir las actividades, baja motivación y temor a fracasar, las cuales son actitudes procrastinadoras, llegan a incidir sobre la baja competencia, participación y realización de trabajos y perspectivas del quehacer del profesorado hacia los estudiantes que son considerado estresores.

Dichos hallazgos son reafirmados por los determinados por Estrada et al. (2021) debido que a partir del análisis inferencia por el test Chi<sup>2</sup>, se pudo rechazar la hipótesis nula, llegando a establecer que la realidad encontrada es muy preocupante, siendo de necesidad que el profesorado y los familiares deben brindar apoyo al fomento del hábito de estudio, debido que, los estudiantes al verse superados por los trabajos escolares, prefieren procrastinar y no poner en prácticas ciertas estrategias para poderlos desarrollar, o sea por el desconocimiento o desidia de los mismos, además, manifestar que al no tener un hábito para estudiar, no se pueden llevar a cabo acciones para que los estudiantes evidencien sus competencias por lo que ello aporta a que se agudice el estrés académico, siendo

también un motivo muy preocupante debido que ello incide en bajo nivel autorregulativo y bajo compromiso con el fomento de su conocimiento.

Además, se pudo aseverar que lo que se determinó no guarda similitud con lo que Espin y Vargas (2023) llegaron a conseguir, porque a pesar de determinarse que con sustento se llegue a rechazar la hipótesis nula, debido que la Sig. del test correlativo de Spearman =  $0.000 < 0.050$ , pero el coeficiente Rho =  $0.062$ , lo cual fue muy escaso, por ende, la postergación de los trabajos que debe de realizar es producto de un cierto grado de estrés en el estudiantado, teniendo una mayor incidencia sobre las mujeres, por tal motivo, la vida dentro del ambiente escolar, es una de las etapas donde el estudiantado atraviesa por una diversidad de cuestiones que causan efecto negativo sobre su salud, debido a que agudice el estrés, por ende, es relevante tener apoyo del profesorado mediante intervenciones y temáticas de salud mental, llegando a prevenir y tratar el estrés, el cual se constata en problemáticas comunes que se llegan a agudizar en el ambiente escolar, debido a las exigencias para una mejor formación de competencia del estudiantado.

Como soporte se mencionó, según Zarrin et al. (2020) que la procrastinación, evidencia ser un fracaso general de la autorregulación del estudiantado, el cual afecta a un gran número de escolares, incidente sobre la diversidad de componentes de índole emocional, cognitivo y conductual, porque se llega a retrasar el inicio de una actividad y su conclusión que deben llevarse a cabo, por ende para contrarrestar a la procrastinación no necesariamente solo se necesita de elevados niveles de motivación, debido también la necesidad de poder identificar la barrera que despoja del éxito escolar al estudiantado, por tal motivo, los escolares procrastinadores llegan a escoger emplear su tiempo en actividades de ocio, el cual evidencia dos sentidos principales, uno referido el miedo a que al hacer el trabajo fracasen y el otro a la morosidad de la entrega del trabajo escolar.

Por su parte, Barraza y Barraza (2020) se refieren a los estresores, como uno de las alertas vinculadas con el sobrecargo de trabajos y actividades del sector educativo, que deben llevarse a cabo durante toda la semana de estudio, así también como la perspectiva acerca de la personalidad del estudiantado y de la actitud del personal docente al momento de impartir sus clases, de tal manera el docente por medio de los ensayos, investigaciones y búsqueda de valorar la competencia estudiantil y el nivel de exigencia, llega a incidir sobre la causalidad

de desarrollo de los estresores, producto de constatar que las capacidades y los recursos del estudiantado no llegan a responder a las actividades que estos deben de desarrollar, lo que causa altos niveles de estrés.

Desde tales aseveraciones, y con soporte a los resultados inferenciales conseguidos, se llegó a afirmar que la causalidad que provoca altos niveles de procrastinación hacen referencia principal a las emociones que el estudiantado siente, derivado del estrés que posee, como del estado de ansiedad, frustración o estar aburrido constantemente al momento de llevar a cabo los trabajos escolares, en tal sentido, una evidente falta de gestión de la emocionalidad, miedo a fracasar, debido a lo carente de autoestima y una minimizada tolerancia a sentirse frustrado y finalmente una mala administración de su tiempo son evidencia, evidencia agudeza del desarrollo de los estresores, relacionados con situaciones donde el estudiantado se siente expuesto a hacer frente a una necesidad adaptativa de su capacidad para la contestación y desarrollo de ciertas actividades escolares.

De igual manera, se abordó el objetivo específico 2, referido a la determinación de la dependencia de la procrastinación con los síntomas desde la participación de estudiantes de secundaria, aportó a afirmar que el 7.9 % (8) llegaron a opinar que la procrastinación fue baja, 77.2 % (78) en nivel promedio y que el 14.9 % (15) en rango alto, lo cual lleva a mencionar que la procrastinación hace referencia a la suspensión deliberada de los trabajos realmente importantes, dejándolos pendientes a pesar de que los estudiantes tienen la posibilidad de llevarlos a cabo, es decir, que el desarrollo de tal actitud procrastinadora afecta la acción, su conducta y toma de decisión, asimismo, el 54.5 % (55) mencionaron desarrollo leve de los síntomas de estrés y el 45.5 % (46) moderado, llegando a afirmar que los síntomas llegan a afectar a la salud tanto física y mental, influyente en su sentir y comportamiento, por ende, tener la capacidad de reconocerlos puede apoyar a su control prematuro para evitar caer en un cuadro agudo de estrés.

Además, en el instante de realizar el contraste de la hipótesis específica 2, con la realidad empírica, se pudo constatar que los datos no siguen un ordenamiento paramétrico, por lo que se hizo uso del Test correlativo de Spearman, para el procesamiento inferencial, donde la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, llegando con contundencia y soporte estadístico, rechazar la hipótesis nula, asimismo, se constató que el coeficiente  $Rho = 0.709$  siendo este confirmado con

direccionamiento positivo y de magnitud moderada, por lo mencionado, la dificultad, presentación de excusas e independencia personal, como la desconfianza, baja responsabilidad, despreocupación por concluir las actividades, baja motivación y temor a fracasar, las cuales son actitudes procrastinadoras, llegan a incidir sobre la evidencia de trastornos, sentir fatiga o dolor corporal, estar inquieto, tener pensamientos negativos, generar conflictos, desgano y tener problemas asociados a la alimentación y a su salud.

Dichos hallazgos son corroborados por los de Carbajal et al. (2022) quien al momento de procesar los datos llegó a rechazar la hipótesis nula, porque mediante el Test correlativo de Spearman, se verificó que la Sig. bilateral =  $0.000 < 0.050$ , además, el correlativo Rho = 0.560, interpretándose como positivo y de intensidad moderada, por ende, se afirmó que la procrastinación, se debe también al sentir de ansiedad y de angustia del estudiantado, debido a no tener la capacidad de decisión para priorizar el desarrollo de los trabajos académicos, puede aportar al fomento de la abrumación o de la condición en la cual si llegan a ser evaluados este le pueda generar estrés y por tal motivo, llegan a procrastinar, verificando que se postergue la responsabilidad, por tal motivo, la promoción de ambientes apropiados o de contextos de estudio favorable, apoya a que se obtenga un mejor aprovechamiento escolar y se aleje de conductas negativas.

De similar manera, se constató que los resultados son inversos a los de Naman (2021) si bien se llegó a rechazar la hipótesis nula, debido que, en contraste de los datos con la realidad, por medio del Test paramétrico de Pearson, se llegó a verificar que la Sig. =  $0.000 < 0.050$ , además, el valor correlacional  $r = -0.668$ , siendo este inverso, por ello, se verificó si el estudiantado evidencia poseer alta inteligencia emocional, entonces posee bajo estrés académico, además, se constata que debido a un bajo apoyo al estudiantado que le brinde soporte al desarrollo de sus capacidades de estar consciente, de controlar y expresar de lo que siente, como también, bajo grado de manejo de la relación interpersonal con bajos niveles de empatía, afectan a su estado emocional lo que deriva de agudeza del estrés, al no verse apoyado para poder realizar los trabajos, debido a no tener recursos o que sus capacidades lleguen a ser superados.

En ese punto, se entiende que la procrastinación, deriva de actitudes tendientes generalizadores a dejar de lado la iniciativa y conclusión de las

actividades previamente planificadas para que se puedan desarrollar en un tiempo también previamente determinado, la cual viene acompañada por malestares subjetivos que suponen un gran problema, que incide en la autorregulación de las escalas cognitivas, de afección y de comportamiento (Díaz-Morales, 2019). Lo cual aporta al entendimiento que el estudiantado al dejar de hacer lo que debe para otros días o para otro momento, son calificadas como estudiantes flojos o perezosos e irresponsables, además, la falta de objetividad en el momento de realizar las actividades propuestas tiene vínculo con el malestar donde tales acciones se suscitan en una serie de instancias de área vital, evidenciando tratar con personas procrastinadoras y desarrollo de ese hábito ante presión.

De igual manera, Puertas-Molero et al. (2020) se refirió que combatir los síntomas del estrés, deriva del conocimiento y la adopción saludable de los estilos de vida que lleven a cabo el estudiantado durante su etapa de adolescencia, porque aporta a la valoración e intervención temprana de los componentes y síntomas del estrés, apuntando a alcanzar un bienestar generalizado que dure mucho tiempo y para reforzar a los jóvenes y nutrirlos para que sus vidas a una edad adulta, sea más sana, también es relevante proporcionarles bases para que desarrollen sus habilidades emocionales, porque aportan manejo de los síntomas del estrés, como a la tensión, adversidad, frustración y actitudes negativas, también le llega a brindar bienestar psicológico dentro del ámbito educativo y en sociedad, brindándole desarrollo a la capacidad para que pueda enfrentar diversas situaciones.

Desde lo mencionado, y de los hallazgos constatados al momento de poner a prueba la hipótesis propuesta, se llegó a culminar aseverando que los efectos que causa el estrés, influye sobre su estado físico, evidenciando síntomas de dolor, de su cuerpo, tensión en sus músculos, en el pecho, sentirse fatigado constantemente, malestar general en su estómago y problemas para dormir, como también, incide sobre el estado de ánimo, causándole ansiedad, estado de inquietud, evidencia de falta de interés y motivación, sentimiento de abrumación, enojo y tristeza, y finalmente causa efecto sobre su comportamiento, al momento de detectar un no control en el consumo excesivo de alimentos, comportamientos de ira, aislamiento de otros y prácticas con menor frecuencia de ejercicios, lo cual lleva al estudiantado a dejar de lado también prácticamente sus actividades

escolares lo cual evidencia altos niveles de procrastinación y bajo del aprovechamiento educacional.

Finalmente, se abordó el objetivo específico 3, referido a la determinación de la dependencia de la procrastinación con las estrategias de afrontamiento desde la participación de estudiantes de secundaria, aportó a afirmar que el 7.9 % (8) llegaron a opinar que la procrastinación fue baja, 77.2 % (78) en nivel promedio y que el 14.9 % (15) en rango alto, lo cual lleva a mencionar que la procrastinación hace referencia a la suspensión deliberada de los trabajos realmente importantes, dejándolos pendientes a pesar de que los estudiantes tienen la posibilidad de llevarlos a cabo, es decir, que el desarrollo de tal actitud procrastinadora afecta la acción, su conducta y toma de decisión, asimismo, 20.8 % (21) señalaron que la estrategia de afrontamiento fue leve, 64.4 % (65) moderado y 14.9 % (15) agudo, lo cual lleva a afirmar que la habilidad de defensa del sentir negativo, actividades de distracción, de concentración para la resolución de problemas, auto premiación, búsqueda de conocimiento sobre lo que le llega a preocupar, ventilación y confidencialidad, determina la solución concreta de tales problemas y aporta a la mantención del centro sobre sus emociones.

Asimismo, al realizar el contraste de la hipótesis específica 3, con la realidad empírica, se pudo constatar que los datos no siguen un ordenamiento paramétrico, por lo que se hizo uso del Test correlativo de Spearman, para el procesamiento inferencial, donde la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, llegando con contundencia y soporte estadístico, rechazar la hipótesis nula, asimismo, se constató que el coeficiente Rho = 0.355 siendo este confirmado con direccionamiento positivo y de magnitud baja, por lo mencionado, la dificultad, presentación de excusas e independencia personal, como la desconfianza, baja responsabilidad, despreocupación por concluir las actividades, baja motivación y temor a fracasar, las cuales son actitudes procrastinadoras, llegan a incidir la poca habilidad diversa para afrontar retos, bajo control, edificación y determinación de soluciones.

Tales resultados son apoyados por los que ha conseguido Wag y Xiaoyan (2023) porque desde su instigación se llegó a rechazar la hipótesis nula, porque el Test correlativo de Spearman, determinó que la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, además, la relación Rho = 0.503, lo cual dio sustento para confirmar que el estrés académico llega a considerarse como factor de un alto riesgo porque causa mala

calidad de sueño en el estudiantado, por ende, es de necesidad centrarse en la reducción de la carga académica que se les da, es decir se debe de mejorar la eficacia del aprendizaje dentro del ambiente escolar, eliminar también las capacitaciones fuera de la escuela, y que se descarte la clasificación de los calificativos y ranking el mejor hasta el peor estudiantes, para que se sientan liberados de los trabajos pesados, asimismo, se debe de incrementar la actividad extracurricular, incluyendo el asentamiento a participar en deporte, cultivar su pasatiempo o acercarse a la naturaleza, leer, desarrollar su amistades, entre otros.

De igual forma al contrastar se determinó que se tienen resultados diferentes a los de Cordovez et al. (2023) quienes también en su investigación con soporte estadístico rechazaron la hipótesis nula, debido que la Sig. = 0.000 < 0.050, además, el valor correlativo del test Pearson, fue diversificado porque hubo diferentes establecimiento de relaciones, pero finalmente se constató la vinculación de la procrastinación y bienestar determinado en 0.240, porque en busca de la determinación de la procrastinación y las dimensiones del bienestar se constató que 4 de las 6 dimensiones poseen relación inversa, por ende, se puede mencionar que si bien los factores de la procrastinación llegan afectar al bienestar en alguna de sus áreas, no son los únicos presentes, porque otros factores como la ansiedad y los altos niveles de estrés también son componentes incidentes vinculados, asimismo, el género y el grado de estudio también son parte y llegan a incidir.

Por lo mencionado, Svartdal et al. (2020a) aportaron manifestando que la procrastinación es un fenómeno muy complejo, donde llega a desarrollarse durante el paso del tiempo y al momento que se interactúa con componentes vinculados a las situaciones que el estudiantado llega afrontar, también al relacionarse con la sociedad, su cultura y en la escuela, por tal motivo es relevante que se llegue a centrar en los elementos exógenos que se encuentran involucrados en su complejidad y dinamismo de la procrastinación, por ello, todo componente de este es propenso a que se instigue a mantener la procrastinación en la realización de tareas académicas que constituye la actividad principal del escolar.

Asimismo, Barrón y Armenta (2021) determinaron que el estrés académico es provocado dentro de los ambientes escolares, en el instante que el estudiantado llegan a poseer cargas de exceso de los trabajos y que llegan a sobrepasar los recursos que estos poseen, como también su capacidad, lo cual evidencia agudeza

y preocupación por el desarrollo del estrés, evidenciando afectación en su manera de pensar, llevándolo a que aprenda limitadamente y constatar desarrollar una actividad negativa que provoca que el estudiantado disminuya sus esfuerzos y su producción académica, lo cual comúnmente se presenta cuando el profesorado exige demasiado al estudiantado, llevándolos a encontrarse en situaciones de saturación con demasiados trabajos, por ende, visto superado prefieren procrastinar y no buscar estrategias para afrontar o es que no las conocen y no quieren llevar a cabo las actividades por miedo a fracasar.

En tal sentido, desde lo manifestado y producto del procesamiento de los datos a nivel inferencial, se llegó a la conclusión que procrastinar tiene alto precio para el aprovechamiento académico debido que este trae consigo consecuencias inmediatas o a un plazo largo, por ende, antes de ello, se debe de analizar lo que trae consigo, como por ejemplo, posterior a realizarlo, refuerza el pensamiento de culpa, también la tristeza, incomodidad, entre otros., es decir, que mientras más uno procrastine más culpable se va sentir, lo cual va generar mayor estrés debido a no encontrar soluciones, ni estrategias que puedan ayudar a la realización de ciertas actividades, sea porque la estrategia y recurso solos no llegan a incidir sobre el aprendizaje, sino la capacidad para usarlos, es decir, que aunque uno tenga toda diversidad de aparatos tecnológicos e internet, estos por sí solo no van a generar que aprendas o que hagas tus tareas porque primero debes de saberlos de manejar para poder llevar a cabo eficientemente las actividades que deben de presentar.

En cuanto a las limitaciones del trabajo investigativo, se pudo constatar, que al momento de solicitar la participación de los estudiantes desde la entrega del consentimiento informado, algunos padres de familia, rehusaron firmar, por desconocimiento o solamente por no tener voluntad para dar su permiso de participación a los menores, por tal motivo, se reajustó los criterios para seleccionar y excluir a los estudiantes, asimismo, los problemas que trajo consigo la demora del proceso de solicitud del consentimiento, produjo que se realice la aplicación de instrumentos en diferentes fechas, alargando el tiempo determinado para culminar con tal proceso y presentar los resultados del estudio.

Finalmente, valorar que si bien existieron dificultades para la determinación de la muestra, se mantuvo mediante el muestreo estratificado, mantener la representación de cada uno de los grados de manera equitativa, lo cual dio una

mayor perspectiva de los problemas que se han abordado, asimismo, los resultados conseguidos, fueron relevantes para la dirección debido que a partir de ello, se llegó a realizar reuniones de intervención, con la meta de establecer posibles planes y proyectos educacionales, como asumir estrategias dentro del ambiente escolar de parte del profesorado para el control del estado anímico, y motivación estudiantil, para que no se lleguen a estresar.

## VI. CONCLUSIONES

**Primera:** Se ha determinado con sustento estadístico rechazar la hipótesis nula y afirmar que entre la procrastinación y estrés académico existe dependencia significativa, porque para el procesamiento de los datos que evidenciaron no seguir una distribución normal, se presentó como prueba inferencial al test Spearman, cuya Sig. = 0.000 < 0.050, además la valoración correlativa Rho = 0.895, por ende, la existencia de altos niveles de procrastinación corresponde a altos niveles de estrés académico desde la perspectiva de los estudiantes de secundaria.

**Segunda:** Se ha establecido con soporte estadístico rechazar la hipótesis nula, llegando a afirmar que entre la procrastinación y los estresores existe dependencia significativa, porque al determinar que los datos no siguen ordenamiento paramétrico, se realizó en análisis inferencial por el test Spearman, donde la Sig. = 0.000 < 0.050, además la correlación Rho = 0.641, por tal motivo, la existencia de altos niveles de procrastinación corresponde a altos niveles de evidencia de estresores desde la perspectiva de los estudiantes de secundaria.

**Tercera:** Se ha establecido con apoyo estadístico el rechazo contundente de la hipótesis nula, confirmando que entre la procrastinación y los síntomas existe dependencia significativa, debido que al establecer que los datos no son paramétricos, se llegó a realizar el análisis mediante el test Spearman, determinando que la Sig. = 0.000 < 0.050, asimismo el coeficiente Rho = 0.709, por ende, la existencia de altos niveles de procrastinación corresponde a altos niveles de síntomas de estrés desde la perspectiva de los estudiantes de secundaria.

**Cuarta:** Se ha establecido con sustento estadístico rechazar la hipótesis nula, confirmándose la existencia de dependencia de la procrastinación y las estrategias de afrontamiento, porque mediante el test Spearman, se constató que la Sig. = 0.000 < 0.050, además el Rho = 0.355, donde la existencia de altos niveles de procrastinación corresponde a altos niveles de falta de desarrollo de las estrategias de afrontamiento desde la perspectiva de los estudiantes de secundaria.

## VII. RECOMENDACIONES

**Primera:** A los directivos de la entidad educativa secundaria de Pasco, convocar a una reunión colegiada con todo el personal administrativo y docente, para socializar los resultados que se han conseguido, hablar sobre las fortalezas y debilidades del presente y también discutir sobre posible propuesta para afianzar o apoyar al desarrollo de estrategias, esperando que esto evite que los estudiantes lleguen a niveles peligrosos de procrastinación o de estrés y puedan tener problemas asociados a su aprovechamiento escolar.

**Segunda:** Al docente coordinador de tutoría de la entidad educativa secundaria de Pasco, durante las reuniones colegiadas con los docentes tutores, determinar y llevar a cabo de forma periódica la medición del estado emocional, de los estudiantes que evidencian tener problemas de aprendizaje o faltas reiteradas por diversas razones a la entidad escolar, con la finalidad de brindar atención oportuna si existe problemas sea de cualquier índole, para de esa forma darle soporte y revierta los calificativos negativos o un bajo rendimiento escolar.

**Tercera:** A los docentes de la entidad educativa secundaria de Pasco, proporcionar seguimiento a los estudiantes que poseen problemas de aprendizaje, así también comunicarse con sus familiares si cree que los problemas que trae consigo son más graves, con la finalidad de poder brindarle la atención socioafectiva y educativa que necesita, esperando que el estudiante mejore en su rendimiento como también en su estado emocional.

**Cuarta:** A los investigadores, realizar trabajos con las mismas variables, pero a un nivel de profundidad investigativa explicativa, y de diseño correlacional-causal, con el fin, además, de constatar la dependencia de ambos fenómenos, determine el grado de incidencia de la procrastinación sobre el estrés, asimismo, llevarlos a cabo en otro nivel de estudios, como el superior, pero en casa de estudios técnicos y universitarios.

## REFERENCIAS

- Alania, R., Llancari, R., De la Cruz, M., y Ortega, D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Revista Científica de Ciencias Sociales: SociaLium*, 4(2), 111-130. <http://dx.doi.org/10.31876/sl.v4i2.79>
- Arias, J., y Covinos, M. (2021). Diseño y metodología de la investigación. Enfoques Consulting EIRL. <https://bit.ly/3oQAvWS>
- Arispe, C., Yangali, J., Guerrero, M., Lozada, O., Acuña, L., y Arellano, C. (2020). La investigación científica: Una aproximación para los estudios de posgrado. Editorial Universidad Internacional del Ecuador. <https://bit.ly/41QPUW3>
- Armenta, L., Quiroz, C., Abundis, F., & Zea, A. (2020). Influence of stress on the academic performance of university students. *Espacios Magazine*, 41(48), e30. <https://bit.ly/3H46nxM>
- Ballardin, G., y Pereira, M. (2018). Cuestionario de Procrastinación Académica – Consecuencias Negativas: propiedades psicométricas y pruebas de validez. *Evaluación Psicológica*, 16(1), 5-65. <https://bit.ly/3mj6BtD>
- Barraza, A., y Barraza, S. (2020). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. CPU-e. *Revista de Investigación Educativa*, (28), 132-151. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Barrón, M., & Armenta, L. (2021). Effects of Stress on the Academic Performance of Students of the Bachelor of Psychology. *Journal UNISON*, 14(36), 1-33. <https://bit.ly/3LjpdDs>
- Bermúdez, A., & Vanegas, Y. (2022). Academic stress in students of 9th and 10th of the Juana Sánchez Bolívar educational institution in the period 2022. *alabra Magazine "Palabra que obra" (Word that works)*, 22(1), 74-86. <https://bit.ly/3GXryRN>
- Borges, L., Cairo, J., Pedroso, M., & Velastegui, L. (2021). Coping with academic stress in students of Medical Sciences. *Digital Anatomy*, 4(2), 170-180. <https://doi.org/10.33262/anatomiadigital.v4i2.1.1695>
- Burgos-Torre, K., y Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3), e790. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.790>

- Calixto-Juárez, P., Hernández-Murúa, J., y Gaxiola-Durán, M. (2023). Valoración del estrés académico postpandemia covid-19 en estudiantes del nivel medio superior. *Revista Multidisciplinar Ciencia Latina*, 7(1), 1553-1573. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.4498](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4498)
- Carbajal, J., Salazar, M., y Cadenillas, V. (2022). Incidencia de la procrastinación en la autoeficacia académica de estudiantes en tiempos de COVID-19. *Horizontes: Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(22), 194-202. <https://bit.ly/3zVQ9Tf>
- Cassaretto, M., Vilela, P., y Gamarra, L. (2021). Academic Stress in Peruvian College Students: The Importance of Health Behaviors, and Sociodemographic and Academic Characteristics. *Liberabit*, 27(2), e482. <http://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Conversano, C. (2021). The Psychodynamic Approach During COVID-19 Emotional Crisis. *Frontiers in Psychology*, (12), e670196. <https://bit.ly/41qHrbT>
- Cordovez, M., Ramírez, F., & Villafaña, C. (2023). Relationship between academic procrastination and psychological well-being in Chilean higher education students. *WIMBLU: Journal of Psychology Studies*, 18(1), 83-100. <https://doi.org/10.15517/wl.v18i1.54653>
- Díaz, F., Muñoz, A., Arias, W., y Rivera, C. (2022). Stress, anxiety and depression in high school students of a private educational institution in Lima during the COVID-19 pandemic. *Educationis Momentum*, 6(1), 43-60. <https://doi.org/10.36901/em.v6i1.1448>
- Díaz-Morales, J. (2019). Procrastination: A Review of Scales and Correlates. *Iberoamerican Journal of Diagnosis and Evaluation – e Avaliação Psicológica*, 2(51), 43-60. <https://bit.ly/3oxs9DH>
- Espín, J., y Vargas, A. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios. *LATAM: Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 551-563. <https://bit.ly/3KXu3Gs>
- Espinoza, J. (2022). Estrés académico y procrastinación académica de estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2022. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://bit.ly/42h5BpB>
- Estrada, C., Ruiz, J., Estrada, C., Pérez, A., y Rojas, F. (2021). Estado emocional y procrastinación relacionado con estudiantes vs docentes de nivel superior

- durante el confinamiento por SARS-COV2. RILCO: Desarrollo sustentable, negocios, emprendimiento y educación, 15(21), 1-14. <https://bit.ly/3zYDqiA>
- Estrada, E. (2020). Hábito de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Socialium, Revista Científica de Ciencias Sociales*, 4(2), 47-65. <https://bit.ly/3KDphw6>
- Estrada, E. (2021). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular. *Horizonte de la ciencia*, 11(20), 195-205. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.20.777>
- Estremadoiro, B., y Schulmeyes, M. (2021). Academic procrastination in university students. *Contributions of Communication and Culture Magazine*, (30), 51-65. [http://www.scielo.org.bo/pdf/racc/n30/n30\\_a04.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/racc/n30/n30_a04.pdf)
- Gil, J., De Besa, M., & Garzón, A. (2022). Why do university students procrastinate? An analysis of the reasons and characterization of students with different reasons for procrastination. *Journal of Educational Research*, 38(1), 183-200. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.344781>
- Hernández, C., y Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Revista Alerta*, 2(1), 75-79. <https://doi.org/10.5377/alerta.v2i1.7535>
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Editorial Mc Graw Hill Education. <https://bit.ly/3Hedbc6>
- Jardej, O., & Ramírez-Díaz, M. (2020). Academic stress in students coursing Physics subjects in Engineering: two differentiated cases in Colombia and Mexico. *Scientific Journal CIDC*, 39(3), 341-352. <https://bit.ly/3Ljn76y>
- Katrakaza, P., Grigoriadou, A., & Koutsouris, D. (2020). Applying a general systems theory framework in mental health treatment pathways: the case of the Hellenic Center of Mental Health and Research. *International Journal of Mental Health Systems*, (14) e67. <https://bit.ly/3USqAwa>
- Leguía, W. (2022). Procrastinación académica y competencias comunicativas en estudiantes del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Túpac Amaru II de Puyhualla, 2021. [Tesis de maestría, Facultad de Teología Pontificia y Civil de Lima]. <http://hdl.handle.net/20.500.12850/755>
- Mazza, C., Orru, G., Burla, F., Monaro, M., Ferracuti, S., Colasanti, M., & Roma, P. (2019). Indicators to distinguish symptom accentuators from symptom

- producers in individuals with a diagnosed adjustment disorder: A pilot study on inconsistency subtypes using SIMS and MMPI-2-RF. *PloS One*, 14(12), e0227113. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227113>
- Mucha-Hospinal, L., Chamorro-Mejía, R., Oseda-Lazo, M., y Alania-Contreras, R. (2020). Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado. *Revista Científica de Ciencias Sociales y Humanidades: Desafíos*, 12(1), 44-51. <https://doi.org/10.37711/desafios.2021.12.1.253>
- Naman, B. (2021). Relationship between Academic Stress and Emotional Intelligence in High School Students. *Psychology and cognitive sciences*, 7(1), 30-35. <http://dx.doi.org/10.17140/PCSOJ-7-162>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., y Romero, H. (2018). Metodología de la investigación. Cuantitativa – Cualitativa y Redacción de la Tesis. (5ta. Edición). Ediciones de la U. <https://bit.ly/3LmQp3b>
- Omodan, B. I. (2022). A Model for Selecting Theoretical Framework through Epistemology of Research Paradigms. *African Journal of Inter/Multidisciplinary Studies*, 4(1), 275-285. <https://doi.org/10.51415/ajims.v4i1.10>
- Ozberk, E., & Turk, T. (2021). Profiles of Academic Procrastination in Higher Education: A Cross-Cultural Study Using Latent Profile Analysis. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 1(1), 150-160. <https://dx.doi.org/10.52380/ijpes.2021.8.3.465>
- Puertas-Molero, P., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Castro-Sánchez, M., Ramírez-Granizo, I., & González-Valero, G. (2020). Emotional intelligence in the educational field: a meta-analysis, *Annals of Psychology*, 36(1), 84-91. <https://doi.org/10.6018/analesps.345901>
- Reguant-Álvarez, M., Vila-Baños, R., y Torrado-Fonseca, M. (2018). La relación entre dos variables según la escala de medición con SPSS. *REIRE: Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 11(2), 45-60. <http://doi.org/10.1344/reire2018.11.221733>
- Rivero, M., Meneses, P., García, J., Anibal, R., y Zevallos, E. (2021). Metodología de la investigación. Editorial Universidad Nacional Hermilio Valdizán. <https://bit.ly/40NP3nw>

- Rodríguez, U., y Buelvas, V. (2021). El manual del tesista: Consejos prácticos para que termines tu tesis en un mes. UVR Correctores de Textos. <https://bit.ly/41NiQ1a>
- Sánchez, H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Editorial Universidad Ricardo Palma. <https://bit.ly/40NonU8>
- Sánchez, F. (2019). Epistemic foundations of qualitative and quantitative research: Consensus and dissent. *Digital Journal of University Teaching Research*, 13(1), 102-122. <https://bit.ly/41EYrv6>
- Steel, P., Svartdal, F., Thundiyil, T., & Brothen, T. (2018). Examining Procrastination Across Multiple Goal Stages: A Longitudinal Study of Temporal Motivation Theory. *Frontiers in Psychology*, (9), e00327. <https://bit.ly/41pcMvj>
- Svartdal, F., Dahl, T. I., Gamst-Klaussen, T., Koppenborg, M., & Klingsieck, K. N. (2020a). How Study Environments Foster Academic Procrastination: Overview and Recommendations. *Frontiers in Psychology*, (11), e540910. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540910>
- Svartdal, F., Klingsieck, K., Steel, O., & Gamst-Klaussen, T. (2020b). Measuring implemental delay in procrastination: separating onset and sustained goal striving. *Personality and Individual Differences*, (156), e109762. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109762>
- Torres, J., y Ayala, R. (2022). El estrés académico y su relación en la calidad de vida de estudiantes de un colegio residentado del Perú. *Revista Científica: Cuidado & Salud Pública*, 2(2), 63-68. <https://doi.org/10.53684/csp.v2i2.55>
- Trujillo, K., y Noé, M. (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 98-107. <https://bit.ly/3AYXvWC>
- UCV. (2020). Código de ética en investigación de la Universidad César Vallejo. <https://bit.ly/3MfGbl6>
- UCV. (2023). RVI N°062-2023-VI-UCV. Guía de elaboración de trabajos conducentes a grados y títulos. <https://bit.ly/3oJfe1m>
- UNICEF. (2022). Cómo reducir el estrés de los estudiantes y promover su bienestar durante la COVID-19. <https://uni.cf/3zHdmZp>
- Wang, H., & Xiaoyan, V. (2023). Academic Stress and Sleep Quality among

Chinese Adolescents: Chain Mediating Effects of Anxiety and School Burnout. *Behaviors, Psychology and Mental Disorder among Youth and Adolescents*, 20(3), e2219. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032219>

Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-Sectional Studies: Strengths, Weaknesses, and Recommendations. *Journal Chest*, 158(1), 565-571. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.012>

Zarrin, S., Gracia, E., & Paixão, M. (2020). Prediction of Academic Procrastination by Fear of Failure and Self-Regulation. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 20(3), 34-43. <https://bit.ly/3KMFS0M>

## **ANEXOS:**

### Anexo 1: Tabla de operacionalización de la variable procrastinación

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala	Rango
Según Ozberk y Turk (2021) la procrastinación académica es la desmotivación escolar de los estudiantes, lo cual se materializa en la acción de no llevar a cabo ciertas actividades previstas en un plazo previamente establecido, retrasando innecesariamente el desarrollo de tales actividades escolares hasta que se siente incómodo o ansioso	La procrastinación académica se va a cuantificar desde la aplicación de un cuestionario construido por Leguía (2022) desde la adaptación del cuestionario de Trujillo y Noé (2020) el cual contiene tres dimensiones valoradas por 20 preguntas, a partir de una escala Likert, con cinco posibles contestaciones, donde los puntajes que se vayan a obtener se van a clasificar en: Bajo, promedio y alto.	Factor Cognitivo	- Dificultad, excusa e independencia personal.	1, 2, 3, 4	1: Nunca 2: Casi nunca 3: Casi siempre 4: Siempre	Bajo: 20-39  Promedio: 40-59  Alto: 60-80
			- Desconfianza, creencia y priorización de la actividad.	5, 6, 7		
		Factor conductual	- Responsabilidad y desorganización de la actividad.	8, 9, 10		
			- Actividad inconclusa por desgano y postergación.	11, 12, 13, 14		
		Factor emocional	- Motivación y necesidad	15, 16, 17		
			- Temor a fracasar y desinterés por llevar a cabo la actividad.	18, 19, 20		

**Tabla de operacionalización de la variable estrés académico**

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	ítems	Escala	Rango
Según Barrón y Armenta (2021) el estrés académico se provoca dentro del contexto escolar, en el momento que los escolares tienen una carga excesiva de trabajos y que llegan a sobrepasar los recursos que poseen, como también sus capacidades, es en donde se evidencia el desarrollo del estrés, el cual afecta su forma de pensar, llevándolo a aprender limitadamente, y evidenciar desarrollar una actitud negativa que provoca que los estudiantes disminuyan sus esfuerzos y su producción	El estrés académico se va cuantificar desde la aplicación de un cuestionario construido por Barraza (2007) y adaptado por Espinoza (2022) el cual contiene cinco dimensiones valoradas por 45 preguntas, a partir de una escala Likert, con cinco posibles contestaciones, donde los puntajes que se vayan a obtener se van a clasificar en: Leve, moderado y agudo.	Estresores	- Competencia, sobrecarga y carácter docente.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	1: Nunca 2: Rara vez 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre	Leve: 45-104  Moderado: 105-164  Agudo: 165-225
			- Participación y realización de actividades.	8, 9, 10, 11		
			- Perspectivas sobre el quehacer docente.	12, 13, 14, 15		
		Síntomas	- Trastornos, fatigas y dolores.	16, 17, 18, 19, 20, 21		
			- Inquietud y sentimientos negativos.	22, 23, 24, 25		
			- Conflicto, desgano y desorden alimenticio.	26, 27, 28, 29, 30		
		Estrategias de afrontamiento	- Habilidades diversas de afrontamiento.	31, 32, 33, 34, 35		
			- Buscar información, solicitud de apoyo y determinación de soluciones.	36, 37, 38, 39, 40		
			- Control, anécdotas, elaboración y fijación positiva.	41, 42, 43, 44, 45		

## Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos

### CUESTIONARIO SOBRE LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

La presente ficha de observación es parte de una investigación titulada “Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023”, llevado a cabo por la Bach. Cardenas Cipriano, Jakelina de los Angeles estudiante de la Universidad César Vallejo, el cual tiene fines únicamente académicos, por tal motiva se mantendrá completa y absoluta discreción.

**Indicaciones:** Leer con detenimiento las interrogantes que se han formulado y responder seriamente, marcando con un aspa la alternativa correspondiente.

#### **Escala Valorativa:**

1: Nunca (N)

2: Casi nunca (CN)

3: Casi siempre (CS)

4: Siempre (S)

Ítems o preguntas	1	2	3	4
<b>Dimensión 1: Factor cognitivo</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
01. Tienes dificultades personales para realizar tus tareas escolares.				
02. Tienes justificación para no presentar tus tareas escolares en el plazo previsto.				
03. Requieres que te recuerden que debes cumplir con tus responsabilidades escolares.				
04. Tienes temor de que las tareas que realizas no estén bien hechas.				
05. Consideras que las tareas que presentas serán rechazadas por tus compañeros o docentes.				
06. Piensas que aún cuando estudies no realizarás bien tus exámenes o trabajos.				
07. Realizas tus tareas o estudias solo los cursos que consideras que son fáciles.				
<b>Dimensión 2: Factor conductual</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
08. Incumples con las tareas o con estudiar para los exámenes.				
09. Consideras que otras personas son responsables del incumplimiento de tus deberes de estudiante.				
10. Tus actividades están desorganizadas que no sabes cuáles realizar.				
11. Dejas las tareas o tus estudios sin concluirlos.				
12. El desgano para cumplir tus deberes es mayor que las ganas de hacerlos.				
13. Prefieres dejar para otro día la realización de tus deberes.				

14. Dejas para los últimos minutos el cumplimiento de tus deberes estudiantiles.				
<b>Dimensión 3: Factor emocional</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
15. No sientes interés por cumplir con tus deberes estudiantiles.				
16. Estas desmotivado para los estudios o para cumplir con tus deberes.				
17. Requieres que las personas de tu entorno te feliciten o estimulen para realizar tus deberes.				
18. No consideras que es un desafío realizar tus deberes o estudiar para las evaluaciones.				
19. Requieres que tus deberes sean aprobados o aceptados por otros para continuar con ellos.				
20. Temes fracasar cuando realizar tus deberes y los presentas.				

**Muchas gracias**

## CUESTIONARIO SOBRE EL ESTRÉS ACADÉMICO

La presente ficha de observación es parte de una investigación titulada “Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023”, llevado a cabo por la Bach. Cardenas Cipriano, Jakelina de los Angeles estudiante de la Universidad César Vallejo, el cual tiene fines únicamente académicos, por tal motiva se mantendrá completa y absoluta discreción.

**Indicaciones:** Leer con detenimiento las interrogantes que se han formulado y responder seriamente, marcando con un aspa la alternativa correspondiente.

### **Escala Valorativa:**

1: Nunca (N)

2: Rara vez (RV)

3: A veces (AV)

4: Casi siempre (CS)

5: Siempre (S)

Ítems o preguntas	1	2	3	4	5
<b>Dimensión 1: Estresores</b>	<b>N</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
<b>Me estresa:</b>					
01. La competencia con mis compañeros del grupo.					
02. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.					
03. La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.					
04. La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.).					
05. El nivel de exigencia de mis profesores/as.					
06. El tipo de trabajo que me piden los profesores/as (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.).					
07. Que me toquen profesores/as muy teóricos/as.					
08. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/las profesores/as.					
09. La realización de un examen.					
10. Exposición de un tema ante los compañeros de mi grupo.					
11. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as					

12. Que mis profesores/as estén mal preparados/as.					
13. Que mis profesores/as estén mal preparados/as.					
14. Asistir a clases aburridas o monótonas.					
15. No entender los temas que se abordan en la clase.					
<b>Dimensión 2: Síntomas</b>	<b>N</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
<b>Cuando me estreso sufro de:</b>					
16. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
17. Fatiga crónica (cansancio permanente).					
18. Dolores de cabeza o migraña.					
19. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
20. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
21. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
22. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
23. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
24. Ansiedad, angustia o desesperación.					
25. Problemas de concentración.					
26. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.					
27. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
28. Aislamiento de los demás.					
29. Desgano para realizar las labores escolares.					
30. Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
<b>Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento</b>	<b>N</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
31. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
32. Escuchas música o distraerme viendo televisión.					
33. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.					
34. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa (echarme porras).					
35. La religiosidad (hacer oraciones o asistir a misa).					
36. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.					
37. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.					
38. Ventilación y confidencias (verbalización o plática de la situación que preocupa).					
39. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.					
40. Analizar lo positivo y negativo de las soluciones					

pensadas para solucionar la situación que me preocupa.					
41. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.					
42. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné.					
43. Salir a caminar o hacer algún deporte.					
44. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.					
45. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.					

**Muchas gracias**

## Anexo 3: Validación de los instrumentos de recolección de datos

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE A LA VARIABLE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

#### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Quispe Ramos, Raul Jaime
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)      Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica ( )    Social ( )    Educativa (X)    Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Sector Educación
<b>Institución donde labora:</b>	Director de una institución educativa.
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )      Más de 5 años (X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)</b>	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.
<b>DNI:</b>	28310189
<b>Firma del experto:</b>	

#### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario sobre la procrastinación académica
<b>Autor(a):</b>	Legua Mendoza Wilver
<b>Objetivo:</b>	Determinar los niveles de desarrollo de la procrastinación académica.
<b>Administración:</b>	Estudiantes de cuarto y quinto de secundaria
<b>Año:</b>	2022
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Institución educativa secundaria. Pasco
<b>Dimensiones:</b>	D1: Factor cognitivo, D2: Factor conductual y D3: Factor emocional
<b>Confiabilidad:</b>	0.962
<b>Escala:</b>	(1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.
<b>Niveles o rango:</b>	Bajo: 20-46; Promedio: 47-73 y Alto: 74-100
<b>Cantidad de ítems:</b>	20 preguntas.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	Aproximadamente 10 minutos.



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

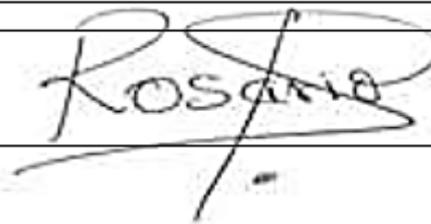
Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

#### REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME DNI 28310189	<b>MAESTRO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA</b> Fecha de diploma: 13/12/21 Modalidad de estudios: SEMIPRESENCIAL Fecha matrícula: 06/04/2020 Fecha egreso: 08/08/2021	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. PERU
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME DNI 28310189	<b>BACHILLER EN CIENCIAS DE LA EDUCACION</b> Fecha de diploma: 16/08/2002 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA PERU
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME DNI 28310189	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIA MATEMATICA - FISICA</b> Fecha de diploma: 27/06/2003 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA PERU
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME DNI 28310189	<b>LICENCIADA EN EDUCACION SECUNDARIA MATEMATICA Y FISICA</b> Fecha de diploma: 27/06/2003 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA PERU

## CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE A LA VARIABLE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Sanchez Ñaña, Rosario
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)                      Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )    Social ( )    Educativa (X)    Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Sector Educación
<b>Institución donde labora:</b>	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )                      Más de 5 años (X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)</b>	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.
<b>DNI:</b>	45226782
<b>Firma del experto:</b>	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario sobre la procrastinación académica
<b>Autor(a):</b>	Leguía Mendoza Wilver
<b>Objetivo:</b>	Determinar los niveles de desarrollo de la procrastinación académica.
<b>Administración:</b>	Estudiantes de cuarto y quinto de secundaria
<b>Año:</b>	2022
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Institución educativa secundaria, Pasco
<b>Dimensiones:</b>	D1: Factor cognitivo, D2: Factor conductual y D3: Factor emocional
<b>Confiabilidad:</b>	0.962
<b>Escala:</b>	(1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.
<b>Niveles o rango:</b>	Bajo: 20-46; Promedio: 47-73 y Alto: 74-100
<b>Cantidad de ítems:</b>	20 preguntas.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	Aproximadamente 10 minutos.



**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

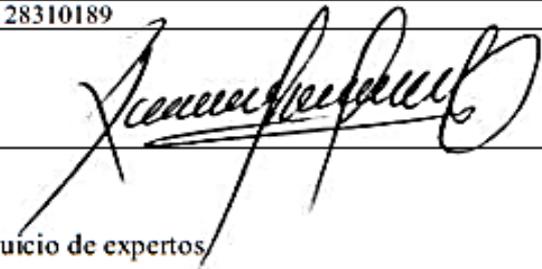
### REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
SANCHEZ ÑAÑA, ROSARIO DNI 45226782	<b>LICENCIADA EN PSICOLOGÍA</b> Fecha de diploma: 30/04/22 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD CONTINENTAL S.A.C. <i>PERU</i>
SANCHEZ ÑAÑA, ROSARIO DNI 45226782	<b>BACHILLER EN PSICOLOGÍA</b> Fecha de diploma: 14/06/18 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 14/03/2005 Fecha egreso: 02/05/2018	UNIVERSIDAD CONTINENTAL S.A.C. <i>PERU</i>
SANCHEZ ÑAÑA, ROSARIO DNI 45226782	<b>MAESTRA EN EDUCACIÓN - MENCIÓN EN GESTIÓN EDUCATIVA</b> Fecha de diploma: 16/01/18 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 30/04/2011 Fecha egreso: 19/08/2012	UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ <i>PERU</i>



## CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE A LA VARIABLE ESTRÉS ACADÉMICO

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Quispe Ramos, Raul Jaime
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)                      Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )    Social ( )    Educativa (X)    Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Sector Educación
<b>Institución donde labora:</b>	Director de una institución educativa.
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )                      Más de 5 años (X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)</b>	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.
<b>DNI:</b>	28310189
<b>Firma del experto:</b>	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Inventario de Estrés Académico SISCO IV
<b>Autores:</b>	Barraza Macías Arturo
<b>Objetivo:</b>	Determinar los niveles del estrés académico.
<b>Administración:</b>	Estudiantes de cuarto y quinto de secundaria
<b>Año:</b>	2007
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Institución educativa secundaria, Pasco.
<b>Dimensiones:</b>	D1: Estresores; D2: Síntomas y D3: Estrategias de afrontamiento.
<b>Confiabilidad:</b>	0.926
<b>Escala:</b>	(1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) Algunas veces y (4) Frecuentemente.
<b>Niveles o rango:</b>	Leve: 45-104; Moderado: 105-164 y Profundo: 165-225.
<b>Cantidad de ítems:</b>	45 preguntas.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	Aproximadamente 28 minutos.



**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

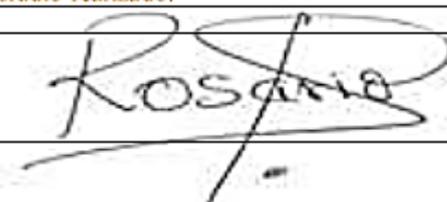
Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

### REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME DNI 28310189	<b>MAESTRO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA</b> Fecha de diploma: 13/12/21 Modalidad de estudios: SEMIPRESENCIAL Fecha matrícula: 06/04/2020 Fecha egreso: 08/08/2021	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. PERU
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME DNI 28310189	<b>BACHILLER EN CIENCIAS DE LA EDUCACION</b> Fecha de diploma: 16/08/2002 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA PERU
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME DNI 28310189	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIA MATEMATICA - FISICA</b> Fecha de diploma: 27/06/2003 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA PERU
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME DNI 28310189	<b>LICENCIADA EN EDUCACION SECUNDARIA MATEMATICA Y FISICA</b> Fecha de diploma: 27/06/2003 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA PERU

## CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE A LA VARIABLE ESTRÉS ACADÉMICO

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Sanchez Ñaña, Rosario
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X) Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica ( ) Social ( ) Educativa (X) Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Sector Educación
<b>Institución donde labora:</b>	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años (X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)</b>	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.
<b>DNI:</b>	45226782
<b>Firma del experto:</b>	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Inventario de Estrés Académico SISCO IV
<b>Autores:</b>	Barraza Macias Arturo
<b>Objetivo:</b>	Determinar los niveles del estrés académico.
<b>Administración:</b>	Estudiantes de cuarto y quinto de secundaria
<b>Año:</b>	2007
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Institución educativa secundaria, Pasco.
<b>Dimensiones:</b>	D1: Estresores; D2: Síntomas y D3: Estrategias de afrontamiento.
<b>Confiabilidad:</b>	0.926
<b>Escala:</b>	(1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) Algunas veces y (4) Frecuentemente.
<b>Niveles o rango:</b>	Leve: 45-104; Moderado: 105-164 y Profundo: 165-225.
<b>Cantidad de ítems:</b>	45 preguntas.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	Aproximadamente 28 minutos.



**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

### REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
SANCHEZ ÑAÑA, ROSARIO DNI 45226782	<b>LICENCIADA EN PSICOLOGÍA</b>  Fecha de diploma: 30/04/22 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD CONTINENTAL S.A.C. <i>PERU</i>
SANCHEZ ÑAÑA, ROSARIO DNI 45226782	<b>BACHILLER EN PSICOLOGÍA</b>  Fecha de diploma: 14/06/18 Modalidad de estudios: PRESENCIAL  Fecha matrícula: 14/03/2005 Fecha egreso: 02/05/2018	UNIVERSIDAD CONTINENTAL S.A.C. <i>PERU</i>
SANCHEZ ÑAÑA, ROSARIO DNI 45226782	<b>MAESTRA EN EDUCACIÓN - MENCIÓN EN GESTIÓN EDUCATIVA</b>  Fecha de diploma: 16/01/18 Modalidad de estudios: PRESENCIAL  Fecha matrícula: 30/04/2011 Fecha egreso: 19/08/2012	UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ <i>PERU</i>



## **Anexo 4: Consentimiento o asentimiento informado**

### **Consentimiento informado**

El propósito de esta ficha de consentimiento es dar a los participantes de esta investigación una clara explicación de la misma, así como de su rol de participante.

La presente investigación es conducida por Jakelina Cárdenas Cipriano estudiante de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo. El objetivo de esta investigación es Determinar la relación que existe entre la Procrastinación y el Estrés académico en estudiantes de secundaria

Si Ud. Accede a participar de este estudio se le pedirá responde un/ unos cuestionarios de Procrastinación y el Estrés académico. Esto tomará aproximadamente 30 minutos de su tiempo. La participación de este estudio estrictamente voluntarias. La información que se recoja será estrictamente confidencial siendo codificados mediante un número de identificación por lo que serán de forma anónima, por último, solo será utilizada para los propósitos de esta investigación. Una vez transcritas las respuestas los cuestionarios se destruirá. Si tiene alguna duda de la investigación puede hacer las preguntas que requiera en cualquier momento durante su participación. Igualmente puede dejar de responder el cuestionario sin que esto le perjudique.

De tener preguntas sobre su participación en este estudio puede contactar a Jakelina Cárdenas Cipriano al teléfono 964048560 o correo [jcardenasci83@ucvvirtual.edu.pe](mailto:jcardenasci83@ucvvirtual.edu.pe)

Agradecida desde ya para su valioso aporte. Atentamente



Jakelina Cárdenas Cipriano

Yo \_\_\_\_\_ preciso haber sido informado/a respecto al propósito del estudio y sobre los aspectos relacionados con la investigación.

Acepto la participación de mi menor hijo en la investigación científica referida

Firma y nombre del Padre de Familia.

## Anexo 6. Matriz de consistencia

**TÍTULO:** Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023

**AUTORA:** Bach. Cardenas Cipriano, Jakelina de los Angeles

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores				
<p><b><u>Problema general:</u></b></p> <p>PG: ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023?</p> <p><b><u>Problemas específicos:</u></b></p> <p>PE1: ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y los estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023?</p> <p>PE2: ¿Cuál es la relación que existe entre la</p>	<p><b><u>Objetivo General:</u></b></p> <p>OG: Determinar la relación que existe entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.</p> <p><b><u>Objetivos específicos:</u></b></p> <p>OE1: Establecer la relación que existe entre la procrastinación y los estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.</p> <p>OE2: Establecer la relación que existe entre la</p>	<p><b><u>Hipótesis General:</u></b></p> <p>HG: Existe relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.</p> <p>Ho: No existe relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.</p> <p><b><u>Hipótesis específicas:</u></b></p> <p>HE1: Existe relación significativa entre la procrastinación y los</p>	<b>Variable 1: Procrastinación</b>				
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Niveles o rangos</b>
			Factor cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dificultad, excusa e independencia personal.</li> <li>- Desconfianza, creencia y priorización de la actividad.</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	1: Nunca 2: Casi nunca	Bajo: 20-39
			Factor conductual	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responsabilidad y desorganización de la actividad.</li> <li>- Actividad inconclusa por desgano y postergación.</li> </ul>	8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	3: Casi siempre 4: Siempre	Promedio: 40-59
Factor emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivación y necesidad</li> <li>- Temor a fracasar y desinterés por llevar a cabo la actividad.</li> </ul>	15, 16, 17, 18, 19, 20		Alto: 60-80			
<b>Variable 2: Estrés académico</b>							

procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023?	procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.	estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Niveles o rangos</b>
PE3: ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023?	OE3: Establecer la relación que existe entre la procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.	Ho: No existe relación significativa entre la procrastinación y los estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia, sobrecarga y carácter docente.</li> <li>- Participación y realización de actividades.</li> <li>- Perspectivas sobre el quehacer docente.</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	1: Nunca 2: Rara vez 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre	Leve: 45-104
		HE2: Existe relación significativa entre la procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.	Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trastornos, fatigas y dolores.</li> <li>- Inquietud y sentimientos negativos.</li> <li>- Conflicto, desgano y desorden alimenticio.</li> </ul>	16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30		Moderado: 105-164
		Ho: No existe relación significativa entre la procrastinación y los síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.	Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades diversas de afrontamiento.</li> <li>- Buscar información, solicitud de apoyo y determinación de soluciones.</li> <li>- Control, anécdotas, elaboración y fijación positiva.</li> </ul>	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45		Agudo: 165-225
		HE3: Existe relación significativa entre la					

		<p>procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.</p> <p>Ho: No existe relación significativa entre la procrastinación y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Pasco, 2023.</p>				
<b>Tipo y diseño de investigación</b>	<b>Población y muestra</b>	<b>Técnicas e instrumentos</b>	<b>Estadística a utilizar</b>			
<p><b><u>Método:</u></b> Hipotético deductivo.</p> <p><b><u>Enfoque:</u></b> Cuantitativo.</p> <p><b><u>Tipo:</u></b> Básico.</p>	<p><b><u>Población:</u></b> 134 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria.</p> <p><b><u>Muestreo:</u></b> Probabilístico estratificado.</p> <p><b><u>Tamaño de muestra:</u></b></p>	<p><b><u>Variable 1:</u></b> Procrastinación</p> <p><b><u>Técnicas:</u></b> Encuesta</p> <p><b><u>Instrumentos:</u></b> Cuestionario</p> <p><b><u>Autor:</u></b> Trujillo y Noé (2020)</p> <p><b><u>Adaptación:</u></b> Leguia Mendoza Wilver</p> <p><b><u>Año:</u></b> 2022.</p> <p><b><u>Lugar:</u></b> I.E. secundaria de Pasco</p>	<p><b><u>Descriptiva:</u></b> A partir de la baremación de los puntajes de las variables y dimensiones se va realizar los análisis descriptivos en tablas cruzadas y en gráficos de barras los cuales también van a interpretarse para proporcionar mayor claridad.</p> <p><b><u>Diferencial:</u></b> Para llevar a cabo la prueba de hipótesis, se va someter los datos a evidenciar su normalidad, donde si poseen normalidad, se usará la prueba de Pearson, pero si no</p>			

<p><b><u>Nivel:</u></b> Correlacional.</p> <p><b><u>Diseño:</u></b> No experimental.</p>	<p>101 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria.</p>	<p><b><u>Variable 2:</u></b> Estrés académico</p> <p><b>Técnicas:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b> Cuestionario</p> <p><b>Autor:</b> Barraza (2007)</p> <p><b>Adaptación:</b> Espinoza Alvarado Jesse Monica</p> <p><b>Año:</b> 2022</p> <p><b>Lugar:</b> I.E. secundaria de Pasco</p>	<p>poseen normalidad, se va usar la prueba de Rho de Spearman.</p>
--	--	--	--

Anexo 7. Confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos

**CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA PROCRASTINACIÓN – PRUEBA PILOTO**

No.	D1: Factor cognitivo							D2: Factor conductual							D3: Factor emocional						v1
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	31
2	4	3	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	2	3	68
3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	4	69
4	3	1	1	3	4	2	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	56
5	3	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	63
6	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	76
7	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	73
8	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75
9	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	75
10	3	2	2	3	4	4	2	3	1	2	1	3	3	2	3	3	4	4	3	3	55
11	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	77
12	3	2	2	4	4	4	2	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	67
13	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	65
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
15	3	2	2	4	2	4	2	3	3	2	2	4	2	2	3	4	4	2	2	3	55
16	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	66
17	4	3	1	4	4	4	3	3	2	2	4	4	3	3	2	2	3	3	2	2	58
18	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	67
19	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
20	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	71
VAR	0.7	0.5	0.9	0.6	0.7	0.7	0.6	0.5	0.8	0.4	1.1	0.8	0.7	0.7	0.9	0.9	0.8	0.8	0.7	0.6	168.34
																					14.38

Fórmula del alfa de Cronbach

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum Vi}{Vt} \right]$$

Variable 1: Procrastinación

$$\alpha = 20/19 * (1 - 14.38/168.34)$$

$$\alpha = 1.053 * 0.914$$

$$\alpha = 0,962$$

## CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL ESTRÉS ACADÉMICO – PRUEBA PILOTO

No.	D1: Estresores															D2: Síntomas										D3: Estrategias de afrontamiento										v2													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35		36	37	38	39	40	41	42	43	44	45			
1	5	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	196
2	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	3	3	4	3	3	2	3	5	5	2	2	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	194	
3	5	5	5	2	2	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	199	
4	5	5	4	4	4	5	1	4	5	4	5	4	4	5	5	4	3	5	4	3	4	3	4	5	4	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	198
5	5	5	5	3	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	213	
6	4	5	5	2	2	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	196	
7	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	2	2	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	206	
8	5	5	5	3	2	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	183	
9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	199	
10	4	4	4	3	3	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	176	
11	5	5	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	211	
12	5	5	5	3	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	208
13	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	216
14	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	152	
15	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	183	
16	4	4	5	2	1	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	181	
17	5	4	4	2	2	5	5	5	5	5	5	3	3	5	5	4	3	3	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	3	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4	5	4	187
18	4	4	4	2	2	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	183	
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	3	156		
20	4	4	4	4	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	199	
VAR	0.5	0.5	0.5	1	1.1	0.7	1.1	0.5	0.4	0.5	0.4	0.6	0.6	0.5	0.5	0.6	0.6	0.4	0.6	0.5	0.6	0.4	0.5	0.8	1.1	0.9	1	0.9	1.2	0.6	0.5	0.6	0.7	1.3	0.5	0.6	0.5	0.5	0.3	0.5	0.5	0.4	0.3	0.5	294.17				
																																																27.87	

Fórmula del alfa de Cronbach

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right]$$

Variable 2: Estrés académico

$\alpha = 45/44 * (1 - 27.87/294.17)$   
 $\alpha = 1.023 * 0.905$   
 $\alpha = 0,926$

## Anexo 8. Carta de autorización de aplicación



*Paucartambo, 24 de mayo de 2023*

CARTA N° 0003-2023-D-INT/AM - D110/UCSB/DESP

Sra.  
MBA. Ruth Angélica CHICANA BECERRA  
COORDINADORA GENERAL DE PROGRAMAS DE POSGRADO  
SEMIPRESENCIALES UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO  
Lima.

**ASUNTO :** ACEPTACIÓN A LA SRTA. JAKELINA DE LOS ANGELES  
CARDENAS CIPRIANO PARA QUE REALICE SU TRABAJO DE  
INVESTIGACIÓN CON LOS ESTUDIANTES DEL CUARTO Y QUINTO  
GRADO

Por el presente, como Directora de la L.E.I. "Alfonso Ugarte" del Distrito de Paucartambo, Provincia y Región Pasco, manifiesto mi aprobación para que la Licenciada Jakelina de los Angeles CARDENAS CIPRIANO, pueda aplicar sus instrumentos como parte de su investigación con el nombre "Procrastinación y Estrés académico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Pasco, 2023", luego de contar con la aprobación de los padres de familia de cada menor de edad, procederá a trabajar con los estudiantes del cuarto y quinto grado del nivel secundaria.

Con la aceptación del caso, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,

Dr. JAKELINA DE LOS ANGELES CARDENAS CIPRIANO