



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Estrés académico y procrastinación en estudiantes de
secundaria de una institución educativa de Ancón**

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

AUTORA:

Flores Aldana, Karla Patricia (orcid.org/0000-0002-7424-6666)

ASESORES:

Dra. Palomino Tarazona, Maria Rosario (orcid.org/0000-0002-3833-7077)

Dr. Bellido Garcia, Roberto Santiago (orcid.org/0000-0002-1417-3477)

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.

Primeramente, a Dios por ayudarme a perseverar en todo momento en la realización de esta investigación y a mis padres por su apoyo incondicional.

Agradecimiento

Mi agradecimiento a la institución universitaria y a mis docentes que durante la etapa de estudio me supieron brindar todos sus conocimientos en las distintas materias, de igual manera a mi asesora la Dra. María Rosario Palomino Tarazona por su dedicación, paciencia y apoyo durante la elaboración de esta investigación.

Índice de contenidos

	Pág.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de gráficos o figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	14
3.1. Tipo y diseño de investigación	14
3.2. Variables y operacionalización	15
3.3. Población, muestra y muestreo	16
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	18
3.5. Procedimientos	20
3.6. Método de análisis de datos	20
3.7. Aspectos éticos	21
IV. RESULTADOS	22
V. DISCUSIÓN	32
VI. CONCLUSIONES	39
VII. RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS	41
ANEXOS	50

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1 Nivel de estrés académico	22
Tabla 2 Nivel de Procrastinación en estudiantes de secundaria	23
Tabla 3 Cruce entre Estrés académico y Procrastinación	24
Tabla 4 Cruce entre Estresores y Procrastinación	25
Tabla 5 Cruce entre Síntomas y Procrastinación	26
Tabla 6 Cruce entre Estrategias de afrontamiento y Procrastinación	27
Tabla 7 Prueba de normalidad	28
Tabla 8 Prueba de hipótesis general	28
Tabla 9 Prueba de hipótesis específica 1	29
Tabla 10 Prueba de hipótesis específica 2	30
Tabla 11 Prueba de hipótesis específica 3	30

Índice de gráficos o figuras

	Pág.
Figura 1 Nivel de estrés académico	22
Figura 2 Nivel de Procrastinación y dimensiones	23
Figura 3 Cruce entre Estrés académico y Procrastinación	24
Figura 4 Cruce entre Estresores y Procrastinación	25
Figura 5. Cruce entre Síntomas y Procrastinación	26
Figura 6 Cruce entre Estrategias de afrontamiento y Procrastinación	27

RESUMEN

Para el desarrollo de la presente investigación se ha tenido como objetivo general, determinar la relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón, para lo cual se ha utilizado una metodología de tipo básica con un enfoque cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal y nivel correlacional debido a que se ha buscado la relación entre las variables. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes que fueron seleccionados mediante un muestro probabilístico intencional. Los instrumentos empleados fueron el inventario SISCO y la escala EPA, los cuales cumplieron con el proceso de validación por juicio de expertos quienes determinaron su grado de relevancia y pertinencia, además se empleó el Alfa de Cronbach para verificar su fiabilidad encontrando que los instrumentos arrojaron valores de 0.931 y 0.822 respectivamente. Los resultados arrojaron un coeficiente de ,815** además de una significancia menor a .05; por lo tanto, se ha concluido que existe relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Palabras clave: Estresores, síntomas, estrategias de afrontamiento, postergación de actividades, autorregulación académica.

ABSTRACT

For the development of this research, the general objective has been to determine the relationship between academic stress and procrastination in high school students from an educational institution in Ancón, for which a basic methodology with a quantitative approach has been used. non-experimental cross-sectional design and correlational level because the relationship between the variables has been sought. The sample consisted of 120 students who were selected through an intentional probabilistic sample. The instruments used were the SISCO inventory and the EPA scale, which complied with the validation process by expert judgment who determined their degree of relevance and relevance, in addition Cronbach's Alpha was used to verify their reliability, finding that the instruments yielded values of 0.931 and 0.822 respectively. The results yielded a coefficient of .815** in addition to a significance of less than .05; therefore, it has been concluded that there is a relationship between academic stress and procrastination in high school students from an educational institution in Ancón.

Keywords: Stressors, symptoms, coping strategies, postponement of activities, academic self-regulation.

I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial existen diversos estudios que determinan que la salud mental es una expresión de bienestar mediante la cual una persona puede comprender sus propias conductas y a su vez, afrontar las situaciones adversas y presiones de la vida, que tienden a ocasionar estrés, según refiere la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018). Esto llega a ser un problema, afectando tanto a los infantes como a los adultos. El autor LaMotte (2021) publicó en la revista Cable News Network (CNN) un estudio realizado en 2020 a 116 países, detectando que hubo un aumento del 50% de estrés en 21 países, lo que significa que casi 190 millones de personas experimentaron dicha tensión emocional. Por ello, durante la etapa escolar es normal que los estudiantes se enfrenten a factores estresores con la carga de trabajo y tensión de exámenes, exposiciones y elaboración de proyectos.

Estos factores estresores pueden hacer que los estudiantes tiendan a aplazar sus actividades académicas, pese a que cuenten con el tiempo requerido para realizarlas, lo que detona conductas procrastinadoras, que a su vez conduce a situaciones que generan estrés (Latipah et al., 2021). En ese mismo contexto, una investigación realizada por De La Cruz (2019) pudo encontrar que la procrastinación académica corresponde a entender que en la actualidad hay una alta tasa de jóvenes dentro de los colegios que tienden a prolongar sus actividades, que terminan ocasionando un déficit estudiantil y académico.

A nivel de Latinoamérica, los autores Barraza y Barraza (2019) desarrollaron una investigación en un centro académico de América Latina México, encontrando que los factores más comunes que tienden a producir estrés en los estudiantes son la carga excesiva de deberes y tareas académicas que tienen que completarse diariamente, así como los plazos ajustados para realizar las tareas. Asimismo, Díaz (2019) en su estudio evidenció que el 61% de las personas procrastinan sus tareas, además el 20% lo presentan crónicamente. En Colombia, Vergara et al. (2023) realizaron una investigación a estudiantes de secundaria, reflejando que el 64,9% de los alumnos presentan un elevado grado en cuanto a la capacidad de postergar las actividades institucionales, lo que ocasiona una tendencia a retrasar sus obligaciones relacionadas con su formación académica.

A nivel nacional, según el Ministerio de Salud (MINSA, 2018) más de 6 millones de peruanos recibieron un diagnóstico relacionado con problemas de salud

mental y el 5.9% de ellos experimentaron trastornos asociados al estrés. Asimismo, los autores Tacca et al. (2022) realizaron un estudio que refleja que los alumnos de secundaria en colegios privados y públicos de Lima padecen estrés con altos valores de presencia, siendo que un gran porcentaje son del género femenino, lo cual deja en evidencia que son más propensas a padecer de esta sintomatología. Adicional a ello, para Loayza (2021) en el Perú es común encontrar situaciones de postergación de actividades, de acuerdo a su investigación se logró verificar que el 68.92% de aquellos encuestados tuvieron valores regulares en cuanto a la procrastinación y el 22.97% solían aplazar sus actividades curriculares.

A nivel local, en un estudio ejecutado por Del Olmo Calvo et al. (2020) reflejó que los estudiantes pertenecientes al 5to grado del nivel medio presentaron un 16.7% de nivel alto de síntomas de estrés; resaltando que el mayor factor estresante es el causado por la pandemia y una mayor exigencia debido a que se encuentran en el último año de escolaridad. Además, Querevalú y Echabaudes (2020) en su investigación de un estudio realizado en Lima, a estudiantes de secundaria dieron como resultado que el 51.8% presentó niveles moderados de procrastinación, lo que significa que de manera regular tienden a postergar sus actividades académicas, tales como prepararse para un examen.

En la I.E. Sagrada Familia Apova ubicada en el distrito de Ancón según lo indicado por los maestros, refieren que los estudiantes presentan situaciones de cansancio, falta de interés, dificultad en la concentración, debido que retrasan sus tareas escolares y estudios, lo cual le perjudica en sus logros académicos, pudiendo ser ello una consecuencia de la excesiva demanda que tienen en torno a las actividades académicas, que puede estar generando graves índices de una sintomatología estresante y se encuentra directamente reflejado mediante la aparición de conductas procrastinadoras como un mecanismo de respuesta a tales demandas.

Considerando lo anterior, se formuló la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón? Las preguntas específicas se redactaron del siguiente modo: ¿Cuál es la relación entre las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón?

La justificación de tipo teórico está basada en la conceptualización creada por Barraza (2008) la cual define al estrés como un proceso individual de carácter cognitivo-conductual en un entorno determinado y también en la teoría de la Motivación Temporal, desarrollada inicialmente por Busko (1998) que sostiene que la procrastinación se produce como resultado de la sintomatología ansiosa y el cúmulo de actividades que conllevan a la postergación de las mismas.

La justificación metodológica se sustentó en que este estudio empleó dos herramientas correctamente verificadas que posibilitan la adquisición de datos con una gran confiabilidad en relación a ambas variables, lo cual permitiría tener resultados más fiables y precisos a su vez brinda mejor sustento científico a los hallazgos en torno a la comprobación de las hipótesis de investigación.

Desde una perspectiva práctica, aquellos que fueron favorecidos por el estudio son los escolares y las instituciones educativas, debido que permitirá presentar un adecuado precedente sobre la interrelación entre el estrés y la tendencia a procrastinar, proporcionando datos acerca de estas variables que contribuirán a la implementación de medidas futuras en favor de su bienestar.

Sobre el objetivo general fue: Determinar la relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón. Los objetivos específicos son: determinar la relación entre las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

La hipótesis general de la presente investigación fue: existe relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón. Asimismo, las hipótesis específicas son: existe relación entre las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

II. MARCO TEÓRICO

Sobre los estudios previos nacionales se encuentra, Espinoza (2022) ha desarrollado una investigación para determinar si existe relación entre el estrés del trabajo académico y la procrastinación en alumnos de secundaria. Se empleó una técnica directa, correlacional y sin experimentación. La muestra estaba formada por 104 individuos de distintos institutos. El análisis reveló que el valor del coeficiente Rho de Spearman era de 0,002, por lo que se llegó a la conclusión de que las variables de la investigación guardan una estrecha relación entre sí.

En un sentido similar, Pauccara (2021) realizó una investigación en Ayacucho de tipo básico, diseño no experimental y enfoque cuantitativo. El propósito de la investigación fue determinar si existe relación entre la procrastinación y el estrés académico. La muestra incluyó 112 estudiantes de secundaria de Puquio. En los hallazgos, se descubrió que las variables no tienen un vínculo significativo entre sí con un valor mayor de 0,05, pero si una correlación significativa entre la procrastinación académica y las técnicas de afrontamiento ($\rho = -.477$). Concluyendo que no existe conexión entre las dos variables de estrés académico y procrastinación.

A continuación, Argumedo (2021) ha desarrollado una investigación con la intención de evaluar si existe o no correlación entre la procrastinación y los niveles de estrés que experimentan los estudiantes cuando asisten a un centro educativo. En el planteamiento de este estudio se utilizaron métodos cuantitativos con un diseño correlacional y descriptivo. En la muestra se incluyeron sesenta estudiantes de secundaria. De acuerdo con los resultados, el 65% de los estudiantes mostró un grado medio de procrastinación, mientras que el 31,7% demostró puntuaciones elevadas de estrés académico. Debido a que el valor significativo mostró un factor superior a 0,05, pudieron llegar a la conclusión de que existe un vínculo fundamental entre los componentes que fueron investigados.

Por otro lado, Villavicencio (2021) realizó una investigación en Trujillo con la intención de determinar si existe correlación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de la Institución Educativa Nueva Esperanza. Realizado con diseño aplicado, correlacional y de metodología cuantitativa. Con una muestra de 135 individuos de diferentes colegios. Hallando la no existencia de relación estadística entre las variables $r = -.052$ ($p > .05$), lo que significa que el nivel de

consecuencia es nulo, dado que el valor significativo fue de .547; sin embargo, se encontró relación entre la autorregulación académica y las estrategias de afrontamiento $r = .330$ ($p < .05$), lo que indica que existe una asociación directa entre estas dimensiones, lo mismo que, la postergación de actividades y las estrategias de afrontamiento, indicando su relación directa.

De manera similar, Valle (2019) creó una investigación en Lima, con el objetivo de examinar el vínculo entre la procrastinación y el estrés escolar. Con la finalidad de investigar la prevalencia de la asociación mencionada. Fue una investigación descriptiva, correlacional y de enfoque cuantitativo. La muestra estaba formada por 163 individuos de diferentes institutos. Según los resultados, el 44,8% del estrés académico de los estudiantes alcanza una puntuación inferior a la media, el 5,5% alcanza puntuaciones iguales o superiores a la media, y el 49,7% puntuaciones superiores a la media, lo que sugiere un mayor estrés académico. Se determinó que existe una relación sustancial entre el aplazamiento de las tareas académicas y las dimensiones del estrés ($p > .05$).

Por su parte, en cuanto a los estudios internacionales se tiene a Espín (2023) realizó un estudio en Ecuador para determinar si existe relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes. Utilizando el método no experimental, cuantitativo y de diseño descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 432 individuos de diferentes escuelas secundarias. Según los resultados, no existe relación entre posponer las tareas escolares y experimentar niveles de estrés ($Rho = 0,062$; $p = 0,197 > 0,05$). En cuanto a la procrastinación, el 85,9% de los estudiantes mostraron un alto grado, mientras que el 41,9% de los estudiantes demostraron un nivel severo de estrés académico. La investigación llevó a la conclusión de que no existe correlación entre aplazar las tareas escolares y experimentar estrés.

Asimismo, Campaña (2022) realizó una investigación en Ecuador para identificar en qué medida los estudiantes matriculados en la Unidad Educativa PCEI se ven afectados por el estrés y cómo se relaciona con su procrastinación. Se utilizó un enfoque cuantitativo, correlacional y no experimental. La muestra incluyó a 223 estudiantes de diferentes escuelas secundarias. En cuanto a los resultados, se pudo detectar un valor de $Rho = .296$ entre las variables de la investigación. Esto

indica que existe una correlación. Concluyendo la existencia de conexión entre los diversos factores examinados.

En la misma línea, Camarillo et al. (2021) realizaron un estudio en México con el fin de identificar el vínculo entre el estrés académico y la procrastinación. Se usó una metodología básica de enfoque cuantitativo y un diseño no experimental para el estudio. Esta investigación se realizó en relación con antecedentes internacionales. La muestra consistió en 102 individuos de una misma escuela secundaria. Se descubrió que la sintomatología de estrés está asociada a la procrastinación, pero que los mecanismos de afrontamiento revelan una conexión directamente proporcional entre ambas variables. Llegaron a la conclusión, con un valor de $p = .05$, de que existe una conexión entre el estrés y la procrastinación académica.

Además, Shamel y Nayeri (2021) realizaron un estudio en Irán para investigar la relación entre la autoestima de los estudiantes de secundaria y sus estrategias de afrontamiento y procrastinación. La investigación se llevó a cabo utilizando un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo y correlacional, y la muestra consistió en 384 estudiantes de la ciudad de Mashhad. Según las conclusiones, no existe relación entre la capacidad para manejar el estrés, la gestión de conflictos y los estados emocionales y la procrastinación. Así quedó demostrado. Pudieron llegar a la conclusión de que la existencia de estos estilos en la población era más proporcional cuanto más bajas eran las medidas de autoestima.

De igual manera, Barraza y Barraza (2019) en su investigación busca determinar si existe o no una conexión entre la procrastinación y el nivel de estrés académico que experimentan los alumnos de secundaria. Se utilizó una metodología cuantitativa, correlacional y no experimental. Los alumnos de secundaria fueron los responsables de la construcción de la muestra. De acuerdo con los hallazgos primarios, no existe correlación entre la procrastinación y la dimensión de los estresores ni con los síntomas de estrés académico ($p = .163$ y $p = .363$ respectivamente), aunque sí entre la procrastinación y las técnicas de afrontamiento. Se demostró que el único factor que tiene una relación significativa con la procrastinación son las técnicas de afrontamiento.

En cuanto a las teorías relacionadas al tema, la primera variable se encuentra enfocada al estrés académico, por lo que se ha tomado en consideración la conceptualización propulsada por la doctrina transaccional del estrés académico explicado de Lazarus y Folkman quienes en diversas oportunidades afirmaron que el estrés presenta una base sustancial en la relación de los individuos con su entorno, lo que implica que cada persona valora su situación que puede asimilarla como amenazante o difícil de afrontar (Estrada, 2020).

De igual manera se ha tomado como sustento de la primera variable el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico, desarrollado por Barraza (2008) así como el enfoque transaccional son teorías fundamentales para entender el estrés y cómo este se puede modificar o cambiar. Barraza (2008) indica que el punto nuclear de su modelo se desarrolla en dos momentos, el primero establece el postulado fundamental que le ofrece una identidad de origen a la situación, el cual se vincula con los diferentes autores a nivel nacional. Luego, Barraza y Barraza (2018) ampliaron la teoría en su investigación, tomando en consideración todas las aptitudes que tienen los individuos para enfrentar los sucesos de alto estrés a los que suele someterse una persona debido a distintos hechos que se sujetan a una determinada respuesta.

De acuerdo con González et al. (2018) dicha teoría resalta la posibilidad de que los educandos comiencen a percibir sensaciones de incapacidad o ausencia de poder afrontar las exigencias derivadas directamente del entorno académico, lo que a su vez podría generar pensamientos adversos como agotamiento o dolores de cabeza que le impedirían la consecución de sus principales objetivos de estudio, además que le brindarían una carencia de concentración para asimilar el proceso de aprendizaje y problemas de adecuación que no le ayudarían a tener mejores resultados con respecto al ámbito académico.

Sobre las definiciones se tiene que el estrés académico se origina por las actividades vinculadas al sector educativo, siendo una sensación afectiva generalmente producido en los estudiantes que tiende a encontrarse acompañado de las diferentes implicaciones que no se necesitan en un tiempo corto o largo (Abdollahi et al., 2020). De igual forma, Barraza (2018) explicó que es un procedimiento de factores sistemáticos y mentales que se presentan cuando el estudiante está sometido frecuentemente a diferentes contextos académicos.

Asimismo, Estrada (2020) ha señalado que esta clase de estrés es un problema que está normalmente en los estudiantes de cualquier grado o nivel ya que la demanda constante que se encuentra sujeto a afrontar no le permite alcanzar sus objetivos.

Sobre las consecuencias del estrés, Li et al. (2022) ha señalado que el estrés se encuentra asociado de manera negativa con aspectos del bienestar de la persona tanto de manera físico y mental, a su vez explican que hay un nivel alto de estrés el cual estaría vinculado con la ansiedad que reduciría los tiempos de participación en las actividades conexas a la educación. De la misma manera, Chung et al. (2019) ha señalado que el estrés estaría vinculado con la sintomatología ansiosa, donde se evidencia la agresividad lo cual sería un elemento común que se presentaría en la población. De cierta manera, Wang et al. (2020) ha referido que el estrés tiende a producir consecuencias adversas como la extrema necesidad de usar de manera exorbitante los diferentes equipos de tipo eléctricos es una manera de liberar las emociones estresantes.

En ese sentido, Tus (2020) explicó que el estrés se identifica como un hecho que tiende a ser representado como un posible desafío o riesgo al bienestar de un determinado individuo que se puede experimentar en cualquier lugar, por lo que en los centros institucionales son los escolares quienes tienden a encontrar con una mayor regularidad por el estrés académico debido a que están sujetos a distintas clases de elementos estresantes, como la presión académica y la obligación por tener éxito, Aihie y Ohanaka (2019) señalaron que principalmente en el entorno académico, el estrés puede surgir de factores que deriva de aspectos socioculturales y psicológicos.

Por su parte, Abdollahi et al. (2020) explicaron que el estrés dentro del ámbito escolar se erige como un hecho afectivo que tiende a perjudicar a los escolares que están en la etapa de secundaria y que suelen vincularse con las implicaciones que no sean útiles dentro de un determinado período de tiempo, asimismo abarca un sentido bajo de identidad dentro de la institución educativa, de la cual es parte fundamental. Moawad (2020) advirtió que el causante de mayor estrés académico suele ser su incertidumbre sobre los exámenes y evaluaciones de fin de semestre, siendo en tales etapas las principales donde se generan mayores niveles de esta afección.

En cuanto a las dimensiones del estrés académico, se tiene los estresores, los cuales impiden que los estudiantes puedan afrontar las demandas académicas relacionadas a resultados institucionales, algo que ocurre al realizar una evaluación con respecto a la forma en la que se requiere enfrentar y se considera como un elemento que no se puede llevar a cabo debido a que la situación es complicada, percibiéndolo como grandes estresores (Barraza, 2018). Mientras que Zárata et al. (2017) han considerado que los agentes de estrés suele ser el tiempo antes de la presentación de las evaluaciones, las contraposiciones que tiene el docente al designar actividades escolares y el aumento de datos brindados en un solo momento. Finalmente, Dube et al. (2018) explicaron que existen elementos vinculados, como conflictos interpersonales dentro de la institución, además de altas demandas del entorno familiar y sus compañeros de problemas financieros y carencia de tiempo.

En referencia a la dimensión síntomas, se puede decir que los mismos están vinculados con el estrés, cuando los estresores generan un trastorno en el funcionamiento del cuerpo que tiende a perjudicar a los escolares a nivel conductual, físico y psicológico (Barraza, 2018). De acuerdo con Barreto et al. (2019) existen reacciones comunes que realizan las personas y que producen cansancio físico, problemas para conciliar el sueño y cambios en el estado mental que ocasionan pensamientos contradictorios y que a su vez les impiden a las personas alcanzar o lograr los objetivos que se proponen en función a lo que quiere lograr.

Finalmente, la dimensión estrategias de afrontamiento se define como aquellas medidas que surgen en la etapa final y ayudan al estudiante a sobrellevar el estrés causado por las demandas del entorno (Barraza, 2018). Cuando los estudiantes experimentan situaciones adversas de estrés, como señaló Gamboa (2020), utilizan estas estrategias para mantener su salud cognitiva y emocional, lo cual podría ser objeto de transformación de acuerdo con su nivel de estrés y la posibilidad de lograr ejercicios que conlleven al mantenimiento de un comportamiento positivo. En el mismo sentido, según Zamora y Leiva (2022), estas estrategias son comportamientos que tienden a tener como finalidad la recuperación del equilibrio emocional y afrontamiento de los problemas de forma constructiva, lo que puede llevar a buscar ayuda profesional.

La epistemología del estrés académico está relacionada con la fenomenología biológica de Maturana, la cual se fundamenta en la limitada capacidad de las personas para tener certeza adecuada sobre lo que están observando. Esta teoría ratifica la posibilidad de que se vive en un mundo de certezas donde se asumen que las situaciones se perciben de acuerdo a la forma en que las observamos. Al comprender este proceso, podemos entender mejor cómo surge el estrés, que está relacionado a la efectividad de las operaciones del organismo para manejar su prevalencia. Por lo tanto, el conocimiento es una herramienta efectiva que permite a las personas continuar con su existencia (Andrade, 2012).

En cuanto a la segunda variable, la procrastinación, el presente estudio se basa en la teoría de la Motivación Temporal, que fue desarrollada inicialmente por Busko (1998) y fundamentada por Steel y König (2006). Esta teoría destaca la asociación entre la motivación, la economía y otros elementos para explicar que para evitar la procrastinación se requiere tener alta motivación, expectativas de éxito y valor adecuado para la actividad. Estos elementos ayudan a evitar la impulsividad y a organizar los trabajos pendientes. Según Yarlequé et al. (2016) al aplicar estos elementos de manera positiva o negativa, se puede determinar la presencia o desaparición de la procrastinación.

Por otro lado, es importante considerar la teoría psicodinámica, que enfoca en los procesos mentales inconscientes y su influencia en la personalidad y la conducta de un individuo. Burka y Yuen (2008) explican que la conducta humana está determinada por deseos, impulsos y recuerdos reprimidos que pueden ser explorados a través de la psicodinámica. Asimismo, esta teoría destaca la importancia del desarrollo infantil temprano y cómo las experiencias de la infancia pueden influir en la conducta y la formación de la personalidad durante la adultez. Además, la teoría psicodinámica plantea cómo los conflictos inconscientes pueden dar lugar a la ansiedad y otros trastornos psicológicos.

Por su parte, Atalaya y García (2019) agrega que dicha teoría está referida al miedo a alcanzar las metas propuestas desde el inicio de una determinada actividad, teniendo en consideración constantemente cuáles son las capacidades que se tienen para ejecutar las mismas. Por lo general, tiende a afianzarse desde la niñez debido a las consecuencias negativas que ha ocasionado el entorno,

generando baja autoestima y ausencia de interés para ejecutar una actividad asociada con sus propósitos, debido a que teme por el resultado a obtener.

Sobre la definición de procrastinación, se entiende como el acto de retrasar o aplazar la realización de actividades, lo que puede implicar diferentes factores conductuales, cognitivos o emocionales (Ayala et al., 2020). Busko (1998) ha explicado las bases conceptuales de la procrastinación, que consiste en la necesidad de posponer o evitar actividades que requieren de una complejidad determinada en un plazo establecido. Por su parte, Zarrín et al. (2020) han señalado que la procrastinación académica es un problema de comportamiento que tiene consecuencias negativas para los estudiantes.

De igual forma, Zhou (2020) ha explicado que la procrastinación es un fenómeno común que afecta a muchas personas de diferentes ámbitos. Dado su alto nivel de prevalencia, es necesario investigar los factores que contribuyen a su presencia y explorar posibles formas de reducirla. Por su parte, Peixoto et al. (2021) han señalado que procrastinar es una conducta de desadaptación que tienen los escolares para vivenciar las actividades escolares, lo cual puede generar efectos negativos en la salud cognitiva. Asimismo, Melgaard et al. (2022) explicaron que los procrastinadores enfrentan mayores desafíos en cuanto a la motivación.

Por otro lado, Yarlequé et al. (2016) ha señalado que la procrastinación se entiende como la conducta que le permite a una persona atrasar una determinada actividad que se encontraba pautada desde hace tiempo, ejecutando con ello otras diferentes que tienen una menor relevancia o importancia. Asimismo, Atalaya y García (2019) explicaron que la procrastinación se genera debido a que las personas requieren ejecutar actividades que le produzcan resultados satisfactorios a corto plazo en lugar de aquellas que impliquen la producción de consecuencias positivas. En ese mismo contexto, se puede afirmar que la procrastinación normalmente se entiende como una actividad que genera problemas al momento de regular las emociones y asociarlas con una salud mental poco idónea en la cotidianidad de los escolares (Eisenbeck et año., 2019), también, Wolters (2003) hace referencia que esta procrastinación es parte del desarrollo conductual, de los pensamientos y las emociones que tiene los estudiantes, y aunado a Cebit et al. (2019) el cual nos precisa que existen influencias sociales que hacen que estos

alumnos prefieran dejar de hacer estas actividades por hacer otras que consideren gratificantes.

Las consecuencias derivadas de la procrastinación se entienden que el estudiante que procrastina tiende a desarrollar conductas académicas inadecuadas que tiende a afectar el equilibrio cognitivo de las personas e inclusive su permanencia en las instituciones educativas (Palacios et al., 2020). Por su parte, Rodríguez y Clariana (2017) han explicado que la conducta de un procrastinador tiende a ser percibida como un antecedente dañino para la futura vida de los estudiantes ya que puede perjudicar su desempeño académico durante un período de tiempo largo. En esa misma línea Querevalú y Echabaudes (2020) resaltaron que al pasar los años, el comportamiento procrastinador se convierte en un hábito que se presenta en diversos momentos de la cotidianidad de las personas, que abarcan la niñez y juventud, lo que a su vez podría ocasionar efectos graves en su desempeño académico y estado psicoemocional, aunado a ello Gökçen y Tras (2020) refieren que hábitos normales como son la comunicación social y el emplear excesivamente el internet lo que incrementa dicho comportamiento.

En cuanto a las dimensiones de la procrastinación, una de ellas es la autorregulación académica, que se refiere al ajuste y sincronización necesarios en una dinámica cognitiva periódica involucrada en los procesos que se lleva a cabo para lograr mejoras a través de las estrategias utilizadas por el estudiante para verificar su comportamiento en la ejecución de actividades (Hendrie y Bastacini, 2020). Por su parte, Busko (1998) define la autorregulación académica como la forma en que los estudiantes organizan y gestionan sus pensamientos y comportamientos, además se presenta cuando el escolar suele prepararse con antelación a fin de dar sus evaluaciones, buscar que lo ayuden cuando no comprende un determinado suceso, además de que acude normalmente a clases y culmina las actividades académicas en un tiempo determinado.

En relación a la segunda dimensión, postergación de actividades, Atalaya y García (2019) indican que se trata del proceso por el que se evalúa el grado de aplazamiento de las actividades programadas, buscando sustituirlas por otras que que no requieran de gran esfuerzo, generando insatisfacción o incomodidad. Busko (1998) explica que la postergación consiste en evaluar a estudiantes para conocer las razones por las que posponen sus actividades académicas, para reemplazarlas

por otras más agradables que no requieran de gran esfuerzo. Medina (2020) agrega que se trata de la acción de retrasar las actividades de poca relevancia que se encuentran afianzadas, lo que implica establecer un problema de autorregulación y conformación que se transforma en conmoción negativa. Morales y Chávez (2017) afirmaron que es el retardo de las diferentes acciones o tareas educativas que se requieren para cumplir un determinado periodo de tiempo.

La epistemología de la procrastinación se encuentra referida en la teoría cognitiva de Neisser (2004), la cual destaca que la psicología cognoscitiva se encarga de los procesos mediante los cuales la información de los sentidos de una persona se transforma, reduce, recupera y utiliza. Además, se busca comprender los procesos y la estructura de los conocimientos y la conformación de representación que se determinen sobre un comportamiento, mediante diferentes supuestos o métodos. Bandura (1998) adoptó esta perspectiva para explicar su teoría de aprendizaje conductual.

En lo que se refiere la Vigilancia tecnológica se han tomado las ideas de Aroquipa et al. (2019) donde se dictaminan las diferentes teorías en torno a una calidad educativa que debe prevalecer dentro del territorio peruano, siendo por ello fundamental analizar los parámetros y conductas que le permitan que una persona pueda lograr cada uno de los propósitos institucionales durante el proceso de aprendizaje que resultan siendo fundamentales para garantizar el desarrollo de un país. Asimismo, en concordancia con ello, se ha verificado la doctrina de Ramírez y Tapullima (2022) donde se evidencia que la procrastinación es una consecuencia directa de un bienestar psicológico decadente que puede afectar a las personas debido a las diferentes circunstancias que puedan formar parte de su cotidianidad.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

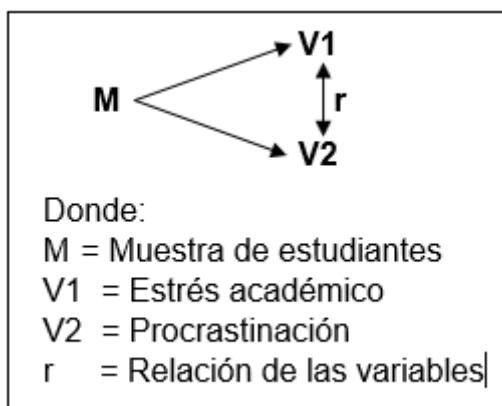
3.1.1. Tipo de investigación

Para desarrollar el presente estudio se ha tomado en consideración el tipo básico, ya que pretende generar información nueva sin tener un objetivo específico de aplicación práctica inmediata. Se basa en descubrir principios generales y leyes fundamentales de la naturaleza, y su objetivo principal es ampliar el conocimiento científico en una determinada área de estudio, la cual puede sentar las bases para futuras investigaciones aplicadas (Concytec, 2018).

3.1.2. Diseño de investigación

La presente investigación contó con un diseño no experimental, el cual no manipula las variables de estudio de una manera directa, puesto que las mismas solo son descritas y analizadas en su entorno natural (Sánchez et al., 2018).

Aunado a ello, contó con un nivel correlacional, ya que tiene como finalidad determinar cuál es el grado de asociación referidas en cuanto a dichas variables investigativas (Hernández et al. 2014). También contará con el enfoque cuantitativo debido a que cada una de la información recabada sería evaluada numéricamente a través de las herramientas estadísticas que contribuiría a tener hallazgos más certeros (Hernández y Mendoza, 2018)



3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Estrés académico

Definición conceptual

Barraza (2008) sostiene que los estudiantes sufren estrés académico cuando se les exige más de lo que pueden hacer en relación con las actividades académicas. El estrés se define desde una perspectiva procesual con tres dimensiones secuenciales: estresores, síntomas y afrontamiento. Los estresores son las situaciones o factores que desencadenan el estrés, los síntomas son las manifestaciones físicas, emocionales y cognitivas de los estudiantes, y el afrontamiento se refiere a las estrategias que utilizan para manejar el estrés académico.

Definición operacional

Se refiere a las respuestas obtenidas del instrumento llamado SISCO, el cual mide las dimensiones estresores, las estrategias de afrontamiento y los síntomas. El alumno experimenta cada una de las dimensiones del estrés académico mencionadas anteriormente y, el SISCO mide cada una de ellas por medio de 25 ítems que incluyen los indicadores: evaluación hacia los profesores, demanda de actividades institucionales, ausencia de tiempo para realizar cierta cantidad de actividades, poca comprensión de contenido, dolores de cabeza, espalda, aislamiento, cansancio, dificultad para dormir, irritabilidad, tristeza y disfunciones gástricas (dimensión síntomas), así como búsqueda de información, elogios, asertividad y mente positiva (dimensión estrategia de afrontamiento) (Gamboa, 2020).

Escala de medición

Ordinal.

Variable 2: Procrastinación

Definición conceptual

La procrastinación académica se refiere a un patrón de conducta en el que los estudiantes posponen la realización de tareas que tienen un plazo establecido para su entrega. Este comportamiento ocurre de manera espontánea y puede estar relacionado con niveles elevados de ansiedad y depresión, lo que aumentaría la posibilidad de generar conductas procrastinadoras (Valle, 2019).

Definición operacional

Las respuestas proporcionadas por la escala de procrastinación académica de Busko (1998) son reveladoras en cuanto a las dimensiones de autorregulación académica y postergación de actividades. La autorregulación académica tiene como indicadores: la capacidad del estudiante para prepararse de manera adecuada antes de los exámenes, buscar ayuda para aclarar las dudas, completar el trabajo asignado, mejorar de forma constante los métodos de estudio, invertir horarios de tiempo en tareas, automotivarse para aprender, finalizar las tareas académicas. Mientras que la dimensión de postergación de actividades tiene como indicador la tendencia del estudiante a dejar las tareas para después y a posponer las tareas académicas.

Escala de medición

Ordinal.

3.3. Población, muestra y muestreo

En el contexto de una investigación, la población hace referencia a la totalidad de los elementos que se estudian. Se puede concebir como un grupo de unidades de muestreo que presentan atributos en común y sobre los cuales se pretende establecer conclusiones y generalizaciones (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). En este caso, se ha trabajado con una cantidad de 435 estudiantes que forman parte de la Institución Educativa Sagrada Familia Apova de Ancón.

Criterios de inclusión

Estudiantes de género femenino o masculino que, con edades que varíen entre 14 y 18 años, que estén matriculados en la Institución Educativa Sagrada Familia Apova de Ancón, que confirmen su participación en el estudio con el consentimiento informado firmado por sus padres.

Criterios de exclusión

Serán excluidos aquellos estudiantes que no formen parte de la escuela Sagrada Familia Apova de Ancón, que tengan edades inferiores o superiores a las especificadas anteriormente, así como aquellos que sufran alguna discapacidad que les impida contestar las encuestas; también, aquellos que no presenten debidamente la autorización de sus progenitores.

Muestra

Se refiere a un grupo reducido o extracto de la población que es seleccionada para que puedan realizar un estudio. Este proceso de selección es esencial para que el autor pueda hacer deducciones y conclusiones significativas acerca de la población (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). En tal sentido, se conformó por 120 escolares pertenecientes a la Institución Educativa Sagrada Familia Apova de Ancón., para lo cual se aplicó la fórmula de muestreo probabilístico intencional (anexo 3).

Muestreo

La investigación usará el método de muestreo probabilístico intencional, que elige elementos de la muestra de forma intencional según los criterios del autor, buscando obtener una muestra representativa y relevante para la población (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Unidad de análisis

Según Ñaupas et al. (2018), puede variar dependiendo del enfoque y objetivo, por tanto, hace referencia a aquello que se va a evaluar o medir, ya sea una persona, grupo de personas, población, enfermedad, caso específico, entre otros aspectos relevantes para el estudio. En el caso de esta investigación, fueron

seleccionados los escolares de ambos géneros de nivel secundaria con edades comprendidas entre 14 y 18 años que se encuentran cursando los grados de 3ero a 6to.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se conoce como técnica, la encuesta, siendo que la misma se conoce como la estructuración de los ítems y el orden que se le brinda para que con ello se pueda recabar información necesaria a fin de comprobar las hipótesis establecidas en su oportunidad (Sánchez et al., 2018).

Ahora bien, como instrumento se ha empleado el inventario SISCO para la medición del estrés académico, el cual fue creado por Barraza (2008) con la finalidad de medir la presencia de estrés académico en los alumnos, siendo estructurado en las dimensiones de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento

Ficha técnica del Instrumento de Inventario SISCO de estrés académico

Nombre del inventario:	Inventario SISCO de estrés Académico
Autores originales:	Arturo Barraza Macías
Año de publicación original:	2008
Autor de adaptación:	Alicia Verónica Escajadillo Pilco
Año de validación:	2019
Forma de aplicación:	Individual y colectiva
Sistema de calificación:	Escala tipo Likert
Duración:	10 minutos
Dimensiones	Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

En el caso de la segunda variable procrastinación académica se ha empleado la escala EPA, el cual fue desarrollado por Busko (1998) en Estados Unidos a fin de medir la presencia de procrastinación en la población estudiantil, pudiendo ser dicho instrumento aplicado de manera individual o colectiva, como lo indica su ficha técnica

Ficha técnica escala de procrastinación Académica

Nombre del instrumento	Escala de procrastinación Académica (EPA)
Autores originales	Deborah Ann Busko
Año de publicación original	1998
Procedencia	Estados Unidos
Autor de la Adaptación	Patricia Milagros Guevara Verastegui
Años de la adaptación y validación	2017
Duración	10 minutos
Escala	Likert
Dimensiones	Autorregulación académica y postergación de actividades

Validez

Fue utilizada la validez de contenido, siendo que la misma es realizada a través del juicio de expertos y tiende a consistir en el análisis realizado por expertos en el dominio de un tema sobre los ítems sobre su nivel de adecuación en un criterio determinado (Sánchez et al., 2018).

Para el Inventario de SISCO se empleó la V de Aiken para su validez, por el autor Barraza (2008) donde se pudo identificar la homogeneidad de los ítems para su viabilidad, por lo que presentaron adecuados niveles de coherencia y claridad, pudiendo con ello confirmar la homogeneidad de los ítems. Mientras que Chávez (2021) en su evaluación obtuvo un resultado de 0.9-1, mientras que tanto la validez de constructo fue determinada bajo los parámetros del análisis factorial que confirma y precisa tres elementos que permiten evaluar un 48% de varianza.

Con respecto al segundo instrumento, es decir la escala de Procrastinación Académica EPA, la validez se estableció a través del juicio de expertos, que luego de valorar mediante el análisis factorial confirmatorio se logró evidenciar que los ítems presentaron una consistencia clara y coherente sobre un determinado factor de evaluación (Guevara, 2017).

Para el desarrollo del estudio en curso se ha tenido en consideración la validez por juicio de expertos donde lograron determinar la relevancia y pertinencia de cada ítem perteneciente a los referidos cuestionarios de evaluación (Anexo 5).

Confiabilidad

Diferentes estudios la analizan como un procedimiento estadístico cuya finalidad radica es estimar el grado de fiabilidad que tiene un instrumento específico de medición (Sánchez, et al. 2018). En el caso del presente estudio, se ha ejecutado una prueba piloto con 20 estudiantes que presentaron las mismas características, los cuales finalizaron los cuestionarios cuya información fue analizada para hallar la confiabilidad a través del uso del alfa de Cronbach, lo cual permitió tener valores adecuados para la fiabilidad de ambos cuestionarios, siendo de 0.919 y 91.9% para estrés académico y procrastinación respectivamente. Sobre la evaluación de la fiabilidad de las dimensiones se logró verificar que cada una presentó valores adecuados que permitieron establecer que el instrumento presentaba altos niveles de confiabilidad.

3.5. Procedimientos

Durante la elaboración del estudio en curso ha sido realizada una evaluación de cada uno de las dificultades que genera el estrés académico y la procrastinación mediante diferentes estudios previos, así como concepción y teorías que permiten verificar la validez y fiabilidad de los instrumentos que permiten medir las variables seleccionadas para el presente estudio. Paulatinamente fue realizada la selección de la muestra estructurada por estudiantes mediante el muestreo no probabilístico intencional. Mientras que para la recolección de información se ha solicitado el referido permiso a la institución para aplicar el instrumento. Dicha autorización fue brindada oportunamente por el director luego de una reunión donde se establecieron las pautas para llevar a cabo el estudio, además de brindar los alcances correspondientes, se llevó a pautar dos días a fin de aplicar los instrumentos adecuadamente, siendo luego ello vaciado en un archivo Excel para el posterior análisis de las respuestas mediante el software estadístico y con ello poder responder a las preguntas de la investigación.

3.6. Método de análisis de datos

Los instrumentos fueron validados haciendo uso del juicio de tres expertos en cuanto al tema, mientras que para el establecimiento de la fiabilidad fue realizada una prueba piloto a 20 estudiantes, después se procesaron los resultados haciendo

uso del Alfa de Cronbach, además fue empleada la técnica de los baremos para poder caracterizar los niveles y rangos que se representen para el estudio.

La información obtenida se procesó a través de los procesos estadísticos descriptivos para la elaboración de las tablas de frecuencia, así como las tablas, luego para la presentación de los resultados inferenciales se hizo uso de la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov por lo que la muestra es superior a 50 estudiantes, el uso de la muestra facilitó la posibilidad de tomar una decisión estadística y tomando en consideración que los hallazgos arrojaron que la información fue anormal, bajo esa premisa se empleó el estadístico Rho de Spearman.

3.7. Aspectos éticos

En el presente estudio se respetaron las propiedades y la autoridad de la institución al momento de solicitar permiso para llevar a cabo la investigación, explicando claramente el objetivo y los beneficios para los estudiantes. Además, se consideró el principio de confidencialidad en la realización de las encuestas anónimas por lo que se pasó a tener el consentimiento de cada uno de los colaboradores. La participación de los estudiantes es completamente voluntaria.

En ese mismo sentido, se han respetado los principios de la investigación científica señalado en el Reglamento de la Universidad César Vallejo, motivo por el cual la información contenida es original y cada idea ha sido citada oportunamente por el autor responsable, asimismo, se garantizó el principio de no maleficencia y beneficencia debido a que la investigadora no ha realizado ninguna acción que perjudique a los estudiantes que formaron parte de la muestra, aunado a ello se respetó el principio de autonomía por lo que los colaboradores tuvieron la posibilidad de renunciar a su participación, asimismo se les brindó un consentimiento y asentimiento informado a fin de que brindaran la información necesaria que permitiese sustentar su participación en el estudio.

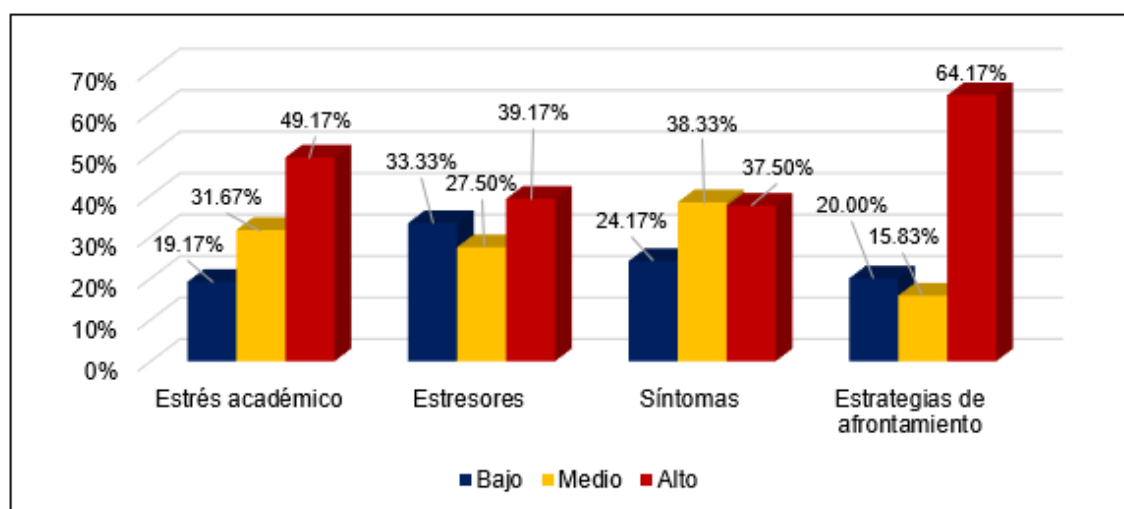
IV. RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo

Tabla 1 Nivel de estrés académico

Niveles	Estrés académico		Estresores		Síntomas		Estrategias de afrontamiento	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	23	19.17%	40	33.33%	29	24.17%	24	20.00%
Medio	38	31.67%	33	27.50%	46	38.33%	19	15.83%
Alto	59	49.17%	47	39.17%	45	37.50%	77	64.17%
Total	120	100%	120	100%	120	100%	120	100%

Figura 1 Nivel de estrés académico

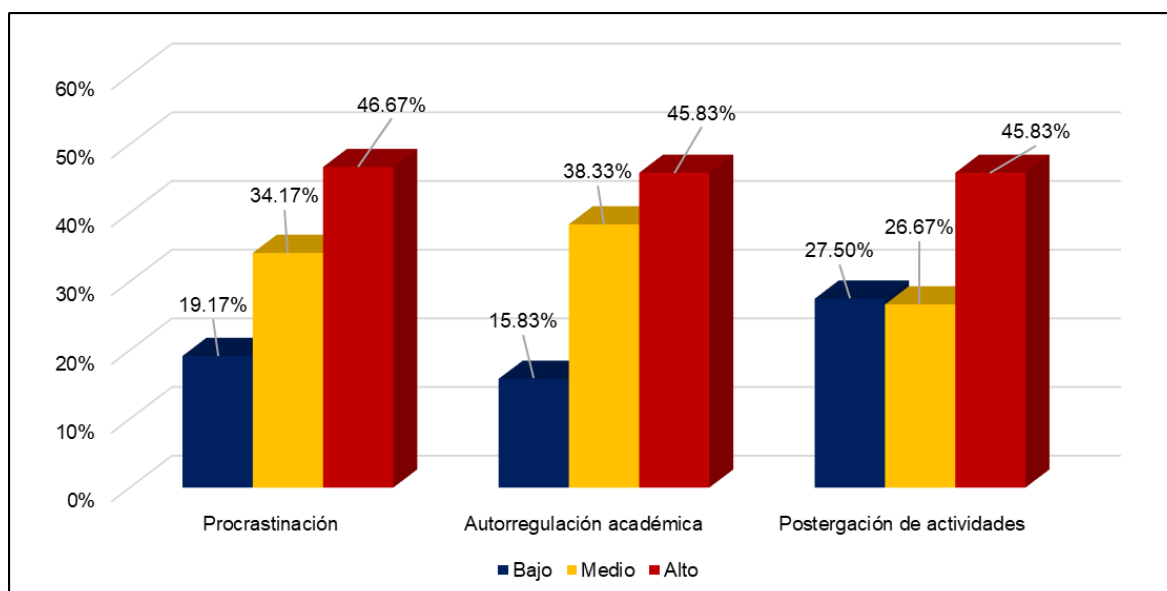


De acuerdo a la tabla 1 y la figura 1, se evidencia que el 19.17% de los estudiantes presenta un bajo nivel de estrés académico, mientras que el 31.67% presenta un nivel medio y el 49.17% presenta un nivel alto. En relación a las dimensiones de estresores, se encontró que el 33.33% de los alumnos experimenta un nivel bajo, el 27.50% tiene un nivel medio y el 39.17% presenta un nivel alto. En cuanto a la dimensión de síntomas, el 24.17% de los estudiantes presenta un nivel bajo de síntomas, el 38.33% un nivel medio y el 37.50% un nivel alto. Respecto a las estrategias de afrontamiento, se observa que el 20.00% de los estudiantes presenta un nivel bajo, el 15.83% un nivel medio y el 64.17% presenta un nivel alto.

Tabla 2 Nivel de Procrastinación en estudiantes de secundaria

Niveles	Procrastinación		Autorregulación académica		Postergación de actividades	
	N	%	N	%	N	%
Bajo	23	19.17%	19	15.83%	33	27.50%
Medio	41	34.17%	46	38.33%	32	26.67%
Alto	56	46.67%	55	45.83%	55	45.83%
Total	120	100.00%	120	100.00%	120	100.00%

Figura 2 Nivel de Procrastinación y dimensiones en estudiantes de secundaria



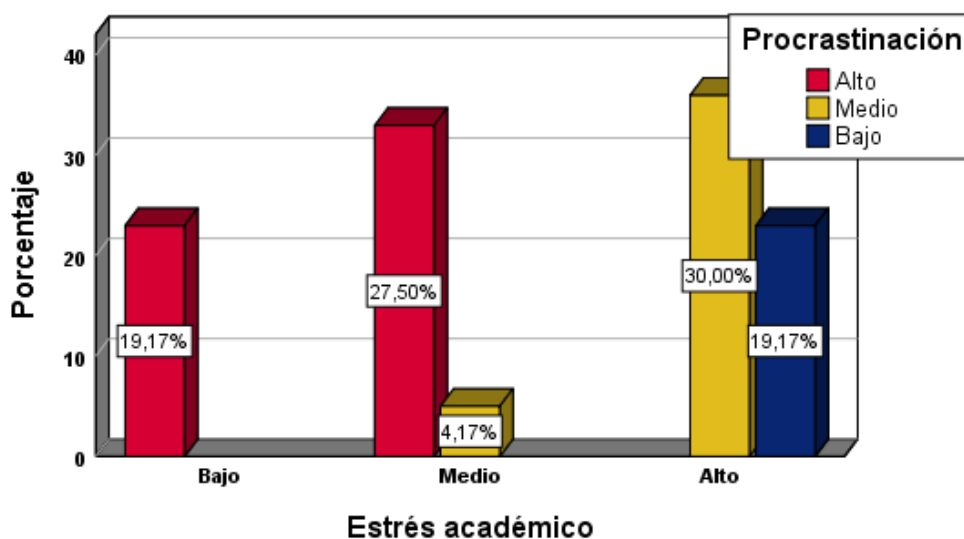
Conforme a los datos presentados en la tabla 2 y la figura 2, se evidencia que el 46.67% de los estudiantes presentan un nivel alto de procrastinación, mientras que el 34.17% muestra un nivel medio y el 19.17% presenta un nivel bajo. En relación a la autorregulación académica, se encontró que el 45.83% de los estudiantes posee un nivel alto, el 38.33% un nivel medio y solo el 15.83% presenta un nivel bajo. Por su parte, en lo que respecta a la postergación de actividades, el 45.83% de los estudiantes presenta un nivel alto, el 26.67% un nivel medio y el 27.50% un nivel bajo.

Cruce entre las variables

Tabla 3 Cruce entre *Estrés académico* y *Procrastinación*

		Procrastinación						Total	
		Alto		Medio		Bajo			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Estrés académico	Bajo	23	19.17%	0	0.00%	0	0.00%	23	19.17%
	Medio	33	27.50%	5	4.17%	0	0.00%	38	31.67%
	Alto	0	0.00%	36	30.00%	23	19.17%	59	49.17%
Total		56	46.67%	41	34.17%	23	19.17%	120	100.00%

Figura 3 Cruce entre *Estrés académico* y *Procrastinación*

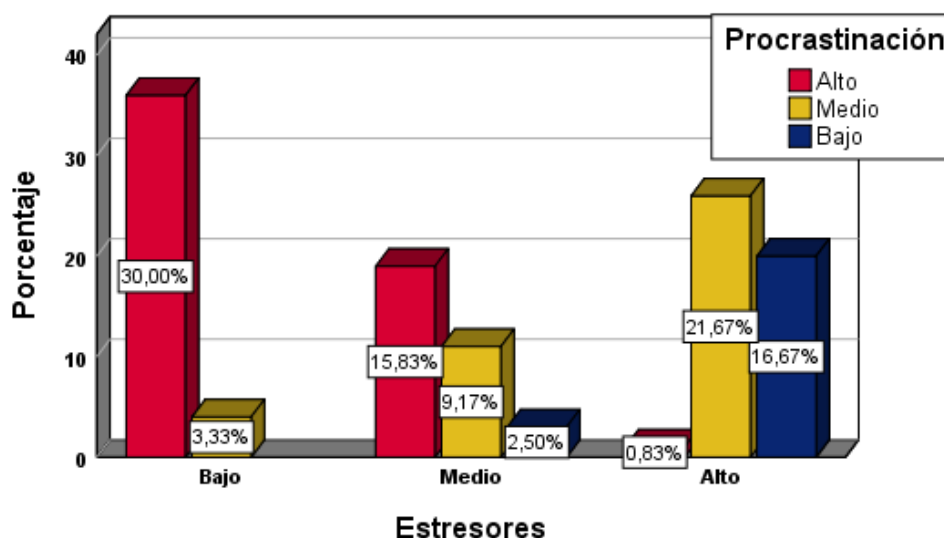


Se recabaron datos de 120 estudiantes, los resultados muestran que los estudiantes con un nivel alto de estrés académico tienden a tener una proporción significativamente mayor de procrastinadores, con un 30% de ellos presentando un nivel medio de procrastinación. Los estudiantes con un nivel medio de estrés académico también muestran una proporción considerable de procrastinadores, con un 27.50% presentando un nivel alto y un 4.17% un nivel medio. Por otro lado, aquellos con un estrés académico bajo tienen una baja proporción de procrastinados con un 19.17% en nivel alto.

Tabla 4 Cruce entre Estresores y Procrastinación

		Procrastinación						Total	
		Alto		Medio		Bajo			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Estresores	Bajo	36	30.00%	4	3.33%	0	0.00%	40	33.33%
	Medio	19	15.83%	11	9.17%	3	2.50%	33	27.50%
	Alto	1	0.83%	26	21.67%	20	16.67%	47	39.17%
Total		56	46.67%	41	34.17%	23	19.17%	120	100.00%

Figura 4 Cruce entre Estresores y Procrastinación

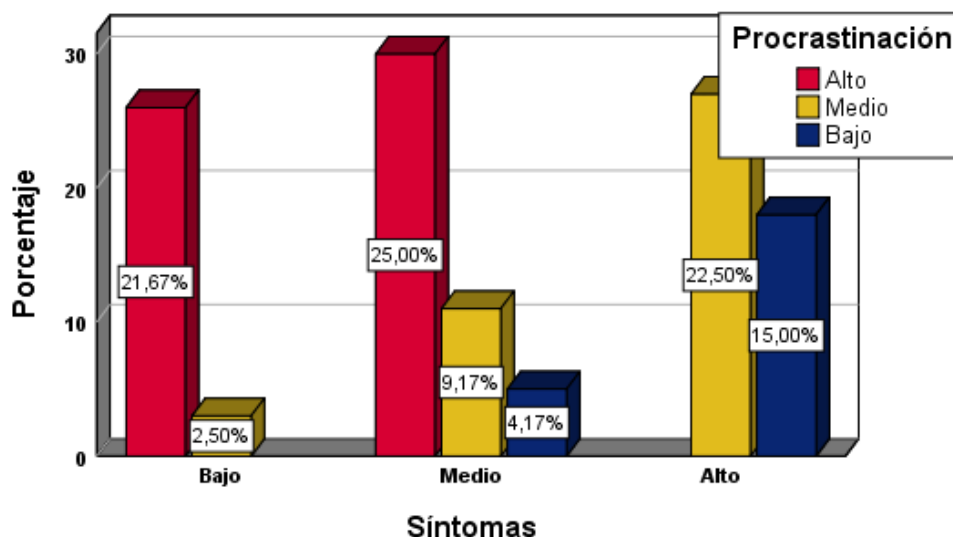


Se estudiaron los datos de 120 estudiantes, Los resultados muestran que de los 47 (39.17%) de los estudiantes con estresores de alto nivel de estresores, 26 (21.67%) presentan un nivel de procrastinación medio y 20 (16.67%) niveles bajos, donde solo uno (0.83%) tienen altos niveles de procrastinadores. Los 33 (27.50%) estudiantes con estresores de nivel medio, 19 (15.83%) también tienen una proporción significativa de procrastinadores, con nivel alto, y 11 (9.17%) que presenta un nivel medio y 3 (2.50%) que presenta un nivel bajo. Sin embargo, aquellos 40 estudiantes (33.33%) con estresores de bajo nivel tienen alta proporción de 36 (30%) procrastinadores en nivel alto, solo 4 de ellos (3.33%) de ellos que tienen un medio de procrastinación.

Tabla 5 Cruce entre Síntomas y Procrastinación

		Procrastinación						Total	
		Alto		Medio		Bajo			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Síntomas	Bajo	26	21.67%	3	2.50%	0	0.00%	29	24.17%
	Medio	30	25.00%	11	9.17%	5	4.17%	46	38.33%
	Alto	0	0.00%	27	22.50%	18	15.00%	45	37.50%
Total		56	46.67%	41	34.17%	23	19.17%	120	100.00%

Figura 5. Cruce entre Síntomas y Procrastinación

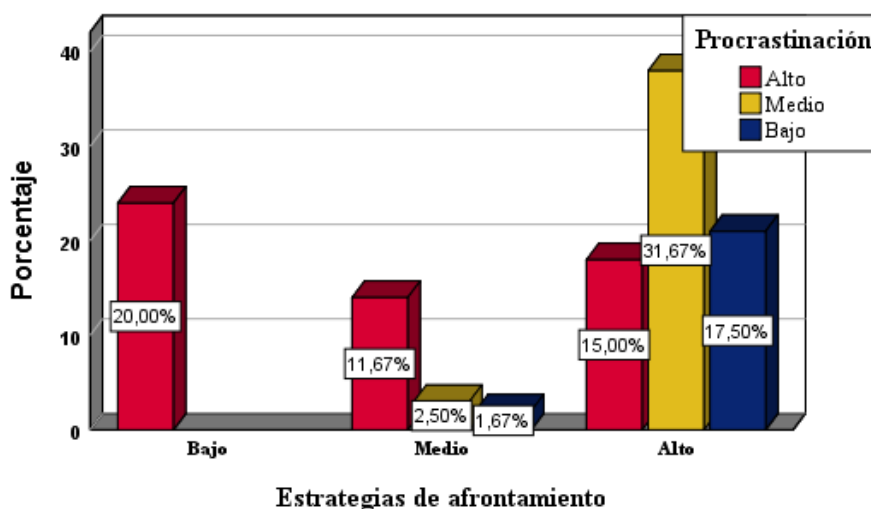


Se obtuvieron datos de 120 estudiantes, indicando que 46 de ellos (38.33%) tienen niveles medios de síntomas, tienen la mayor proporción de procrastinadores, puesto que 30 estudiantes (25%) poseen niveles altos de procrastinación, y 11 (9.17%) poseen niveles medios de procrastinación. Los 45 estudiantes (37.5%) con síntomas de nivel alto también tienen una proporción significativa de procrastinadores, con un 27 (22.50%) presentando un nivel medio, y 18 (15.00%) un nivel bajo. Por otro lado, aquellos 29 alumnos (24.17%) con síntomas de bajo nivel, 26 (21.67%) tienen un nivel alto de procrastinadores, un 2.50% un nivel medio, y ninguno con un nivel bajo.

Tabla 6 Cruce entre Estrategias de afrontamiento y Procrastinación

		Procrastinación						Total	
		Alto		Medio		Bajo			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Estrategias de afrontamiento	Bajo	24	20.00%	0	0.00%	0	0.00%	24	20.00%
	Medio	14	11.67%	3	2.50%	2	1.67%	19	15.83%
	Alto	18	15.00%	38	31.67%	21	17.50%	77	64.17%
Total		56	46.67%	41	34.17%	23	19.17%	120	100.00%

Figura 6 Cruce entre Estrategias de afrontamiento y Procrastinación



Se analizaron los datos de 120 estudiantes, encontrando que de los 77 (64.17%) de los estudiantes que utilizan estrategias de afrontamiento de alto nivel, 38 (31.67%) poseen niveles medios de procrastinación y 21 (17.50%) presentaron un nivel bajo de esta variable. Los 19 estudiantes que utilizan estrategias de afrontamiento de nivel medio que representan un 15.83% también muestran un nivel medio de procrastinadores en 14 de ellos (11.67%), y 2 estudiantes (1.67%) tuvieron niveles bajos de procrastinación. Por otro lado, aquellos 24 estudiantes (20%) que resultaron con niveles bajos de estrategias de afrontamiento, todos reflejaron niveles altos de procrastinación.

4.2. Análisis inferencial

Tabla 7 Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Estrés académico	0.230	120	0.000
Estresores	0.209	120	0.000
Síntomas	0.192	120	0.000
Estrategias de afrontamiento	0.222	120	0.000
Procrastinación	0.179	120	0.000

Se ha utilizado la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov^a a debido a que la muestra sobrepasa la cantidad de 50 elementos, siendo que los resultados arrojaron una significancia menor a .05, lo que deja de manifiesto un comportamiento no normal de datos, por lo que se emplea la prueba no paramétrica Rho de Spearman para los resultados inferenciales.

Comprobación de hipótesis general

Ho: No existe relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Ha: Existe relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Tabla 8 Prueba de hipótesis general

		Estrés académico	Procrastinación
Rho de Spearman	Estrés académico	1.000	,815**
			0.000
	N	120	120
Procrastinación	Estrés académico	,815**	1.000
		0.000	
	N	120	120

De acuerdo con lo referido en la tabla 8 y haciendo uso del estadístico Rho de Spearman se pudo comprobar que el estrés académico tiene una relación positiva

y alta con la procrastinación debido a que el coeficiente encontrado fue de ,815; asimismo, la significancia fue de .000; por tanto, se aceptó la hipótesis alterna de la investigación.

Comprobación de hipótesis específica 1

Ho₁: No existe relación entre la dimensión estresores y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Ha₁: Existe relación entre la dimensión estresores y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Tabla 9 Prueba de hipótesis específica 1

		Estresores	Procrastinación
Rho de Spearman	Estresores	Coeficiente de correlación	de
		1.000	,770**
		Sig. (bilateral)	0.000
	N	120	120
Procrastinación	Procrastinación	Coeficiente de correlación	de
		,770**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000
	N	120	120

De acuerdo con la tabla 9 se pudo verificar un coeficiente de relación entre la dimensión estresores y la variable procrastinación con un valor de ,770; asimismo, la significancia fue de .000; por tanto, se rechaza la hipótesis nula de la investigación.

Comprobación de hipótesis específica 2

Ho₂: No existe relación entre la dimensión síntomas y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Ha₂: Existe relación entre la dimensión síntomas y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Tabla 10 Prueba de hipótesis específica 2

		Síntomas	Procrastinación
Rho de Spearman	Síntomas	1.000	,808**
	Coeficiente de correlación		0.000
	Sig. (bilateral)		
	N	120	120
Procrastinación	Síntomas	,808**	1.000
	Coeficiente de correlación		0.000
	Sig. (bilateral)		
	N	120	120

De acuerdo con la tabla 10 se pudo determinar que la dimensión síntomas tiene una relación positiva alta con la variable procrastinación, siendo que el coeficiente obtenido fue de ,808; asimismo, el valor de la significancia fue de .000; por tanto, se rechaza la hipótesis nula.

Comprobación de hipótesis específica 3

Ho₃: No existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Ha₃: Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.

Tabla 11 Prueba de hipótesis específica 3

		Estrategias de afrontamiento	Procrastinación
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento	1.000	,593**
	Coeficiente de correlación		0.000
	Sig. (bilateral)		
	N	120	120
Procrastinación	Estrategias de afrontamiento	,593**	1.000
	Coeficiente de correlación		0.000
	Sig. (bilateral)		
	N	120	120

De acuerdo con la tabla 11 se pudo verificar conforme con el estadístico Rho de Spearman que la dimensión de estrategias de afrontamiento tiene una relación positiva media con la variable procrastinación, siendo que el coeficiente obtenido fue de ,563; asimismo, la significancia fue de .000; por lo que se pasó a rechazar la hipótesis nula.

V. DISCUSIÓN

En la presente investigación se propone como objetivo principal determinar la relación entre el estrés académico y procrastinación en los estudiantes que estén cursando la secundaria, estudio realizado en una institución educativa de Ancón, llegando a encontrar que valores de $(p = 000) < (p .05)$ determinados mediante el uso de estadísticos como lo es la prueba no paramétrica de Rho de Spearman, dando a entender la existencia de una relación positiva y alta del estrés académico con la procrastinación. Esto quiere da a entender que cuando los escolares presentan mayores niveles de estrés académico, evidenciando síntomas que generar manifestaciones de comportamientos pocos idóneos estos van a estar directamente relacionados con la presencia de aplazar las actividades que le generen algún disconfort o actividades que requieran algún esfuerzo extra para realizarla, tendiendo a generar conductas procrastinadoras, las cuales les van a impedir cumplir oportunamente las diferentes actividades que demanden en la escuela. Ante tales hallazgos se procede al rechazo de la hipótesis nula de la investigación y la aceptación de la hipótesis de la investigación que refiere que hay relación entre el estrés académico y procrastinación. Estos resultados se corroboran con la investigación de Camarillo et al. (2021), quien ha desarrollado una investigación para poder reconocer la asociación entre el estrés académico y la procrastinación, la cual ha permitido identificar que el estrés académico se encuentra relacionado con la procrastinación académica con un valor $p = .05$. Sin embargo, tales resultados difieren de los encontrados por Pauccara (2021) quien elaboró un estudio en Ayacucho brindándonos como resultado la no existencia de una relación entre las variables de estudio, siendo que el valor obtenido fue >0.05 . En ese sentido, y de acuerdo con Barraza (2008) se entiende que el estrés académico deriva de una medida sistemática social y cognitiva, que se manifiesta de forma descriptiva cuando el estudiante se siente sometido en el ambiente académico con un conjunto de exigencias que se convierten en factores estresantes, provocando un desequilibrio en el sistema que se presentan, manifestándose de manera física, psicológica y comportamental, de igual manera Estrada (2020) ha señalado que esta clase de estrés es un problema que está normalmente en los estudiantes de cualquier grado o nivel ya que la demanda

constante en un determinado ámbito escolar no le permite alcanzar sus objetivos por lo que suele experimentar sensaciones negativas que lo llevan a procrastinar. En tal sentido, mediante el análisis ejecutado y con los hallazgos obtenidos y corroborados, se puede deducir la prevalencia de una asociación entre el estrés académico y la procrastinación, observándose que la muestra de estudiantes investigada presentan mayores niveles estresantes y estos suelen realizar mayores actividades procrastinadoras, conllevándolos a tener mayores dificultades para poder alcanzar sus objetivos individuales y educativos, sin embargo, en vista de los resultados verificados en diferentes ocasiones y dependiendo del contexto al cual es sometido el referido estudiante se puede hacer mención de que la procrastinación suele aparecer en mayor o menor medida.

Asimismo, al referirse al primer objetivo específico, se logró encontrar que el valor encontrado ($p.000$) < ($p.05$) mediante el uso del Rho de Spearman, una prueba no paramétrica, que verifica la prevalencia de una relación entre las variables investigadas. Esto quiere decir que existe presencia de estresores dentro del ámbito institucional y educativo, y estos suelen aumentar a través de la presencia de exámenes y elementos académicos que impiden que el estudiante pueda concentrarse, debido a la alta demanda que es sujeta estos estudiantes podría conllevar a que dicha presión implique la aparición de comportamientos asociados a la postergación de las actividades los cuales lleguen a impedir llevar a cabo sus tareas académicas, retrasando las mismas de una manera paulatina realizando así otras actividades que no le demanden esfuerzo o seas más placenteras. Ante el hallazgo obtenido se puede indicar el rechazo de la hipótesis nula, aceptando la hipótesis alterna, la cual afirma la existencia de una relación entre la dimensión estresores y la procrastinación. Tales resultados se terminan corroborando por Campaña (2022) quien al realizar una investigación determino la existencia de una correlación positiva entre sus variables, obteniendo un coeficiente de Pearson $r=0,258$ entre el estrés académico y procrastinación. Al compararlo con el estudio desarrollado por Espín (2023) , observamos que no concuerda con nuestros resultados, ya que el investigador encontró que no existe una correlación entre la procrastinación y el estrés académico con resultados que obtuvieron $Rho = 0.062$; $P=0.197 >0.05$, además halló que en el estrés académico prevaleció el

nivel severo con un 41.9% y la procrastinación alcanzó un 85.9% el alto nivel y estos resultados si concordaron con el presente estudio encontrando niveles altos en estas dos variables. Asimismo, en la investigación realizada por Argumedo (2021) no muestra como evidencia que el 65% de los investigados mostraron un nivel medio de procrastinación mientras que el 31.7% presentó valores de estrés académico alto, hallando con ello que entre las variables existe una relación. También, bajo una premisa similar, Villavicencio (2021) desarrolló un estudio donde logró hallar una conexión proporcional entre las dimensiones de postergación con los estresores, siendo que el valor obtenido en el análisis fue de $r = ,197$ ($p < ,05$), concluyendo la existencia de relación entre las dimensiones de las variables investigadas, pero no pudo evidencia la relación entre el estrés académico y la procrastinación; por ende se puede inferir que dependiendo de los estresores a los que se experimenta el estudiante se puede suponer la prevalencia de mayores niveles de estrés por lo que se tiende a presenciar diferentes situaciones que desencadena situaciones de estrés y que conforme a ello el estudiante tiende a procrastinar paulatinamente conforme con sus propias necesidades dejando a un lado aquellas que le generen una mayor demanda. En consecuencia, según lo afirmado por Zárate et al. (2017) los estresores en los estudiantes surgen en un periodo previo a la presentación de exámenes, en las contradicciones de las designaciones académicas y el incremento de la información brindada en una misma oportunidad. De la misma manera, Barraza (2018) ha explicado que los factores estresores no permiten que los estudiantes puedan afrontar las exigencias académicas que se relacionan con los resultados institucionales que surge cuando se realiza una evaluación sobre la forma en la que se tiene que enfrentar y se considera como un elemento que no se puede llevar a cabo. En ese mismo sentido, de acuerdo con lo afirmado y evaluado en los resultados precedentes se puede inferir que los estresores son los elementos que determinan la presencia de estrés académico en la población y que el mismo puede variar conforme con las diferentes circunstancias que debe afrontar constantemente a fin de evitar cualquier clase de aspecto negativo que terminaría conllevando a la presencia de comportamientos procrastinadores en la población estudiantil.

Con respecto al segundo objetivo específico, se pudo encontrar que el valor obtenido fue $(p=.000) < (p=.05)$ mediante la aplicación de una prueba no paramétrica como lo es el coeficiente Rho de Spearman, lo cual da a entender que existe una relación directamente proporcional entre las variables analizadas de manera consecutiva. Esto quiere decir que la presencia de síntomas en el exteriorizadas a nivel corporal de los estudiantes suele generar consecuencias negativas por parte de los mismos, los cuales impiden llevar a cabo sus actividades académicas de una manera apropiada y ajustada a las necesidades institucionales, conllevando en muchos casos a que comiencen a postergar sus actividades escolares conduciéndolos a conductas procrastinadoras. Ante el hallazgo obtenido se pasa al rechazo de la hipótesis nula y a la aceptación de la hipótesis alterna que afirma la existencia de una relación entre la dimensión síntomas y la procrastinación. Tales resultados encontrados se corroboran con aquellos encontrados por Valle (2019) quien mediante el desarrollo de su trabajo de investigación pudo encontrar la presencia de un 44.8% del estrés académico de los estudiantes alcanzando un puntaje por debajo del promedio, 5.5% están en el promedio y 49.7% por lo que le permitió precisar que existe una conexión significativa entre postergación de actividades académicas y las dimensiones del estrés siendo que el valor obtenido fue $p= >.05$, por ende, los síntomas suelen generar un efecto directo en la postergación de actividades. De igual manera Espinoza (2022) quien en su estudio pudo encontrar que existe relación significativa entre las variables del estudio, así como con las referidas dimensiones evaluadas. Asimismo, en una investigación llevada a cabo por Campaña (2022) logró encontrar un coeficiente de Rho= .296 entre las variables del estudio estrés académico y procrastinación, así como con sus referidas variables, por lo que los síntomas suelen ser mecanismos que aparecen durante la prevalencia del estrés lo que suele manifestarse mediante aspectos físicos, psicológicos y comportamentales. En ese sentido, Barraza (2018) explicó que los síntomas asociados al estrés generan un trastorno en el funcionamiento del cuerpo, que además perjudica la conducta y las emociones. Barreto et al. (2019) explica que hay muchas relaciones habituales que generan cansancio físico y dificultad para conciliar el sueño y cambios psicológicos que desarrollan pensamientos discordantes y que a su vez no permiten que la personas no logren los objetivos que se proponen en función a lo que quiere lograr.

En consecuencia, en vista a los resultados obtenidos y analizados se puede afirmar que los síntomas son emociones que experimenta la persona durante su período escolar que es una consecuencia directa de las altas exigencias que emanan dentro de su entorno educativo y que le impiden concentrarse para llevar a cabo sus actividades institucionales oportunamente, lo cual termina perjudicándolo en diferentes formas, especialmente en su rendimiento académico, coligiendo además que si el estrés comienza a tener matices que suelen perjudicar la salud del estudiante evidenciándose esto en síntomas visibles esto va a conllevar que dicho estudiante deje de lado las labores que lo perjudican en este caso las actividades escolares, y por ende al dejar de lado una que otra actividad realizando procrastinación el estrés va aumentando porque las tareas se van acumulando y esto se va volviendo otra preocupación más para el educando.

Sobre el tercer objetivo específico, se pudo encontrar que el valor obtenido fue ($p=.000$) < ($p=.05$) realizado mediante el coeficiente Rho de Spearman siendo esta una prueba no paramétrica, esto nos llega a precisar la existencia de una relación que es directamente proporcional entre las variables analizadas de manera específica. Esto quiere decir que las estrategias de afrontamientos son mecanismos de defensa que suele implementar el estudiante para enfrentar las situaciones que considera estresante en su entorno educativo por lo que suele actuar de maneras que le garantice tendrá un mejor desempeño en el ejercicio de sus actividades y ante tal situación prefiera optar por realizar actividades procrastinadoras para evitar llevar a cabo las mencionadas actividades institucionales derivadas de su ciclo escolar. Ante el hallazgo obtenido se rechaza la hipótesis nula y se procede a la aceptación de la hipótesis alterna, la cual afirma la existencia de una relación entre la dimensión estresores y la procrastinación, coligiendo ello los estudiantes de la presente investigación no presentar con una adecuada estrategia de afrontamiento por ello es que sus niveles de estrés son altos y no tienen las herramientas adecuadas para poder resolver las situaciones que le generen este estrés, más bien buscan evitar estas situaciones, y en la etapa escolar estas situaciones estresantes vienen a ser los de realizar trabajos académicos, exposiciones y exámenes, haciendo que estos no tengan tiempo suficiente para sus actividades recreativas y por ello prefieren dejar de lado estas actividades postergándolo todo

el tiempo que sea posible, conllevando en ellos que al final no puedan realizar adecuadamente estas tareas repercutiendo perjudicialmente en sus promedios académicos. De la misma manera, estos resultados se pueden comparar con el estudio realizado por Barraza y Barraza (2019) quienes buscaron desarrollar el establecimiento de la relación entre la procrastinación y el estrés académico en educandos del nivel medio, pudiendo encontrar que la procrastinación no presenta relación con la dimensión de estresores y síntomas del estrés académico ($p = .163$ y $p = .363$ respectivamente), pero sí con las estrategias de afrontamiento que emplean los estudiantes, concordando así con los resultados del presente estudio. De manera similar, los resultados hallados por Shamel y Nayeri (2021) le permitieron encontrar que cuanto existan menores índices de estrategias de afrontamiento existirá mayores índices de procrastinación. Por su parte, tales resultados terminan contrastando los de Pauccara (2021) quien elaboró un estudio en Ayacucho donde logró precisar la conexión entre las estrategias de afrontamiento con la procrastinación, siendo que el valor obtenido fue $p < .05$ además de un coeficiente ($\rho = -.477$), en ese sentido, es importante mencionar que las estrategias de afrontamiento se producen en la etapa final y generan un problema dentro del sistema del cuerpo y el estudiante requiere desarrollar diversas actividades para afrontar el estrés que le genera la demanda exterior Barraza (2018). Por lo tanto, las estrategias de afrontamiento incluyen comportamientos que tienen la finalidad de restablecer el equilibrio emocional y enfrentar los problemas positivamente y tal vez con ayuda profesional (Zamora y Leiba, 2022). Los principios y fundamentos del estrés académico se fundamentan en la escasa capacidad de los individuos de poseer adecuada certeza sobre los que se encuentra observando, lo que representa como un mecanismo externo, su teoría principalmente ratifica la noción que se tiene sobre vivir en un mundo con certidumbres, donde se asume la certeza de que las situaciones se perciben como la manera en la que se observan. Por otro lado, la teoría cognitiva de Neisser (2004) refiere que la psicología cognoscitiva se dedica a los procesos a través de los cuales la información de los sentidos de la persona se transforma, minimiza, recupera y utiliza, también señala que con diferentes supuestos se busca comprender los procesos y la estructura de los conocimientos y construcción de la representación y determinación en torno a un determinado comportamiento. Por lo

tanto, se puede inferir mediante los resultados encontrados y analizados que las estrategias de afrontamientos son las herramientas que los estudiantes ponen en práctica para llevar a cabo situaciones que le permitan reducir los factores estresantes y lograr tener un mayor afrontamiento de los diferentes elementos que componen las situaciones estresantes, motivo por el cual se encuentra asociado con la procrastinación, siendo que la misma le permite al estudiante evitar afrontar de manera paulatina las demandas escolares, aunque con ello puede generar graves consecuencias que terminarían incidiendo dentro de su rendimiento escolar.

VI. CONCLUSIONES

Primera: conforme con el objetivo general, se pudo comprobar la existencia de una relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón, por tanto, cuando los estudiantes presentan una sintomatología de angustia asociada al estrés suelen realizar diferentes actividades que postergan las relacionadas estrictamente con el ámbito educativo e institucional.

Segunda: de acuerdo con el objetivo específico 1, se logró verificar la existencia de una relación entre la dimensión estresores y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón, por tanto, cuando los estudiantes suelen estar enfrentándose a circunstancias que reconocen como amenazantes dentro de su entorno suelen postergar con mayor frecuencia las actividades relacionadas con sus procesos educativos.

Tercera: según el objetivo específico 2, se verificó la existencia de una relación entre la dimensión síntomas y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón, por tanto, es común que los escolares que presentan síntomas a nivel físicos, psicológico o de conductas negativas asociados al estrés suelen experimentar situaciones adversas que lo llevan a postergar sus actividades académicas y realizar procrastinación en la mayoría de los casos.

Cuarta: referente al objetivo específico 3, se constató que hay una relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón, por lo tanto, cuando el estudiante comienza a buscar estrategias para enfrentar las situaciones de su ambiente educativo suele generar actividades procrastinadoras que le impiden la consecución de sus objetivos, lo cual a su vez le impide tener mejores resultados académicos e institucionales.

VI. RECOMENDACIONES

- Primera:** De acuerdo con los resultados, se sugiere al centro de estudio correspondiente el desarrollo de talleres sobre técnicas de aprendizaje para que ayude a los discentes a aplicar métodos que contribuyan a reducir el estrés académico, sin incidir significativamente en la procrastinación.
- Segunda:** De igual forma se recomienda dictar charlas a los educadores, para que los mismos puedan desarrollar o mejorar métodos de actividades de enseñanza aprendizaje que ayuden a reducir estímulos estresores de sus alumnos y a su vez reducir en ellos los índices de procrastinación.
- Tercera:** También se recomienda motivar a los estudiantes a través de conferencias que faciliten el reconocimiento de síntomas estresores, para que cumplan con sus compromisos educativos, con el mínimo nivel de estrés académico.
- Cuarta:** Finalmente se sugiere que tanto los docentes como los padres deben ofrecer herramientas, mediante una guía vocacional para los jóvenes para que desarrollen estrategias que los ayuden a superar situaciones complejas que puedan desarrollar altos niveles de estrés académico.

REFERENCIAS

- Abdollahi, A., Panahipour, S., Akhavan Tafti, M., & Allen, K. A. (2020). Academic hardiness as a mediator for the relationship between school belonging and academic stress. *Psychology in the Schools*, 57(5), 823-832. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/pits.22339>
- Aihie, O. N., & Ohanaka, B. I. (2019). Perceived academic stress among undergraduate students in a Nigerian University. *Journal of Educational and Social Research*, 9(2), 56. <http://archive.sciendo.com/JESR/jesr.2019.9.issue-2/jesr-2019-0013/jesr-2019-0013.pdf>
- Andrade, C. C. (2012). A fenomenologia da percepção a partir da autopoiesis de Humberto Maturana e Francisco Varela. *Griot: revista de filosofia*, 6(2), 98-121. <https://www.redalyc.org/journal/5766/576665111009/576665111009.pdf>
- Argumedo, W. (2021). *Procrastinación académica y los niveles de estrés en estudiantes del VI ciclo de una institución educativa en Ayacucho, 2021*. [Tesis de maestría Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69236/Argumedo_CW-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y
- Aroquipa, Y. A., León, R. S., Condori, N. C., & Condori, F. S. (2019). Calidad en la educación peruana, una exigencia social. *Puriq*, 1(02), 208-216. <https://www.revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/30>
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. doi: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, V. y Hernández, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la investigación*, 5(2) <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2>
- Bandura, A. (1998). Personal and collective efficacy in human adaptation and change. In J. G. Adair, D. Bélanger, & K. L. Dion (Eds.), *Advances in psychological science*, 1; pp. 51–71. <https://psycnet.apa.org/record/1998-07769-003>

- Barraza, A. (2008). Estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un sueño de diferencia de grupos. *Avances en psicología Latinoamericana*, 26(2), 270 – 289. <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v26n2/v26n2a12.pdf>
- Barraza, A. (2018). *Inventario SISCO SV-21 Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico*. Segunda versión de 21 ítems. Books-©ECORFAN. <https://n9.cl/1pk2t>
- Barraza, A., & Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e. Revista de Investigación Educativa*, (28), 132-151. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-53082019000100132
- Barreto, D., Salazar, H. (2019) Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Univ. Salud* 23(1), 30-39. DOI: <https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>
- Burka, J. y Yuen, L. (2008). *Procrastination Why You Do It, What to Do About It Now* (Trish Wilk). Unites Stated of America: Da Capo Press. <https://doi.org/10.22219/pjsp.v3i1.24546>
- Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model. Guelph, Ontario, University of Guelph
- Camarillo, J., Morales, E., Rangel, J., & Urbina, B. (2021). Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 7(14), 28-41. <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/136/400>
- Campaña, F. (2022). *El Estrés Académico y su relación con la Procrastinación Académica de los Estudiantes de Escolaridad Inconclusa Estudio Acelerado*. [Tesis de Magíster en Neuropsicología del Aprendizaje. Universidad Estatal de Milagro]. Repositorio UNEMI. <https://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/6302>
- Çebi, A., Reisoğlu, İ., & Bahçekapılı, T. (2019). Academic Procrastination of High School Students During the Covid-19 Pandemic: Review from Self-Regulated Learning and the Intensity of social media. *Addict: The Turkish*

- Journal on Addictions*, 6, 447–468.
<https://doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0082>.
- Chávez, J. (2021). *Adicción a redes sociales y estrés académico en los estudiantes del Instituto Tecnológico Tsa'chila, en Santo Domingo – Ecuador, año 2020*. [Tesis de Maestría, Universidad Peruana Unión].
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4781/Jenrry_Tesis_Maestro_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chung, J., Song, G., Kim, K., Yee, J., Kim, J., Lee, K., & Gwak, H. (2019). Asociación entre ansiedad y agresión en adolescentes: un estudio transversal. *Pediatría BMC*, 19(1), 115. <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1479-6>
- CONCYTEC. (2018). Compendio de normas para trabajos escritos. Colombia: Instituto Colombiano de Normas Técnicas y Certificación, CONCYTEC.
- De la cruz, U. E (2019). *Clima social familiar y procrastinación académica en los estudiantes de secundaria de una institución Educativa El Porvenir -2019*. [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37869/delacruz_ue.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Del Olmo Calvo, F. D., Del Carpio-Toia, A. M., Gallegos, W. L., & Calcina, C. R. (2020). Estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima durante la pandemia por COVID-19. *Educationis Momentum*, 6(1), 43-60.
<https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/emomentum/article/view/1448>
- Díaz, J. (2019). Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 51(2), 43-60.
<https://doi.org/10.21865/RIDEP51.2.04>
- Dube A., Chamisa J., Morgan G., Bako C., & Lunga C. (2018). Association of academic stress, anxiety, and depression with social-demographic among medical students. *International Journal of Social Science Studies*, 6, 27–32.
<http://dx.doi.org/10.11114/ijsss.v6i6.3288>
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F., & Uclés-Juárez, R. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological

- inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 13, 103-108. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S221214471930016X>
- Espín, J., & Vargas, A. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios: Procrastination and Academic Stress in College Students. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 551-563. <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/272>
- Espinoza, J. M. (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://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/99268>
- Estrada, E. (2020). Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Socialium*, 4(2), 47–62. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.557>
- Gamboa, B. (2020). *Estrés académico en estudiantes de tercer año de secundaria de la I. E. P. Señor de Burgos, Puente Piedra 2020*. [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/57724/Gamboa_VLVSD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- González, R.; Souto, A.; González, L. y Franco, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación Educativa*, 3(2), 421-433. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>
- Guevara, P. M. (2017). Propiedades psicométricas de la escala procrastinación académica en adolescentes del Distrito de Víctor Larco Herrera. [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/607/guevara_vp.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hendrie, K., y Bastacini, M. (2020). Autorregulación en estudiantes universitarios: Estrategias de aprendizaje, motivación y emociones. *Educación*. 44(1): 1-29. <https://www.redalyc.org/journal/440/44060092033/html/>
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill. México.

- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill. 6ta Ed. México. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- LaMotte, S. (2021). *El 2020 fue un año récord para el estrés, especialmente para las madres*. CNN. <https://cnnespanol.cnn.com/2021/07/21/2020-ano-record-estres-especialmente-madres-trax/>
- Latipah, E., Adi, H., & Insani, F. (2021). Academic Procrastination of High School Students During the Covid-19 Pandemic: Review from Self-Regulated Learning and the Intensity of Social Media. *Dinamika Ilmu*, 21(2), 293-308. http://journal.uinsi.ac.id/index.php/dinamika_ilmu/article/view/3444
- Li, C., Zhang, X., & Cheng, X. (2022). Associations among academic stress, anxiety, extracurricular participation, and aggression: An examination of the general strain theory in a sample of Chinese adolescents. *Curr Psychol*, 22. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03204-w>
- Loayza, E. (2021). Capacidad predictiva de la escala de procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Veritas et Scientia*, 10(2), 283-297. <https://www.aacademica.org/edward.faustino.loayza.maturrano/24.pdf>
- Malla, H. (2021). Academic procrastination among secondary school students: exploring the role of smartphone addiction. A mixed method approach. *The Online Journal of Distance Education and e-Learning*. 9(3), 334 – 340. <https://www.tojdel.net/journals/tojdel/articles/v09i03/v09i03-01.pdf>
- Medina, R. (2020). *Motivación y procrastinación académicas en estudiantes de una universidad pública en Guayaquil, 2020*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47686/Medina%20_RMY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Melgaard, J., Monir, R., Lasrado, L. A., & Fagerstrøm, A. (2022). Academic procrastination and online learning during the COVID-19 pandemic. *Procedia computer science*, 196, 117-124. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877050921022195>
- Ministerio de Salud (2018). *Más de 11 millones de peruanos tendrían un problema mental a lo largo de su vida*. Perú: MINSA. <https://n9.cl/s2iip>

- Moawad, R.A. (2020). Online Learning during the COVID- 19 Pandemic and Academic Stress in University Students. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensional* 12(1), 100-107. <https://ideas.repec.org/a/lum/rev1rl/v12y2020i1sup2p100-107.html>
- Morales, M., y Chávez, J. (2017). Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología. *Revista Electrónica del Desarrollo Humano para la Innovación Social*, 4(8). <http://cdhis.org.mx/index.php/CAGI/article/view/121>
- Neisser, U. (2004). *Cognitive Psychology*. London: Psychology Press.
- Ñaupas, H., Paitan, M., Valdivia, R., Palacios, J. y Romero, H. (2018). *Metodología de la Investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis*. 5ta Edición. Bogotá: Ediciones de la U, 346 – 371.
- Organización Mundial de la Salud. [OMS] (2018). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Palacios, J., Belito, B., Bernaola, P. y Capcha, T. (2020) Procrastinación y estrés en el engagement académico en universitarios. *Revista Multi-ensayos*, 45-53. <https://doi.org/10.5377/multiensayos.v0i0.9336>
- Paucara, Y. (2021). *Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Puquio, Ayacucho*. [Tesis de Posgrado. Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/67807/Paucara_CY-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y
- Peixoto, E. M., Pallini, A. C., Vallerand, R. J., Rahimi, S., & Silva, M. V. (2021). The role of passion for studies on academic procrastination and mental health during the COVID-19 pandemic. *Social Psychology of Education*, 24(3), 877-893. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11218-021-09636-9>
- Querevalú, F., & Echabaudes, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), 79-87. https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1350/1691

- Ramírez, G., y Tapullima, C. (2022). Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios durante las clases virtuales, *Rev. Sapienza*, 4(1). <https://journals.sapienzaeditorial.com/index.php/SIJS/index>
- Rodríguez, A. y Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v26n1/0121-5469-rcps-26-01-00045.pdf>
- Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. ©Universidad Ricardo Palma. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Shamel, S., & Nayeri, M. (2021). Investigating the relationship between self-esteem and stress coping styles with student procrastination. *Brazilian Journal of Education, Technology and Society (BRAJETS)*, 14(1), 151-157. <https://brajets.com/v3/index.php/brajets/article/view/735>
- Steel, P. y König, C. (2006). Integrating theories of motivation. *Academy of management review*, 31 (4), 889 – 913. <https://doi.org/10.5465/AMR.2006.22527462>
- Tacca, D., Alva, M., & Tacca, A. (2022). Estrés, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes peruanos durante tiempos de covid-19. *Revista de Investigacion Psicologica*, 27(1), 15-32. <http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n27/2223-3032-rip-27-15.pdf>
- Tus, J. (2020). Academic stress, academic motivation, and its relationship on the academic performance of the senior high school students. *Asian Journal of Multidisciplinary Studies*, 8(11), 29-37. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.13174952.v1>
- Valle, L. (2019). *Procrastinación y Estrés Académicos en Estudiantes de Quinto Grado de Secundaria de una Institución Educativa Parroquial del Distrito de Comas*. [Tesis de Posgrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio URP. <https://n9.cl/qvd3x>

- Vergara, L., Bernett, M., Navarro, J., Martínez, I., Montes, J., & Serpa, A. (2023). Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media. *Revista Innova Educación*, 5(1), 88-99. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8632824>
- Villavicencio, C. (2021). *Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa de La Esperanza, 2021*. [Tesis de Posgrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/75362/Villavicencio_TCL-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Wang, J. L., Rost, D. H., Qiao, R. J., & Monk, R. (2020). Academic stress and smartphone dependence among Chinese adolescents: A moderated mediation model. *Children and Youth Services Review*, 118, 105029. <https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2020.105029>.
- Wolters, C. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 179-187. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.179>
- Yarlequé, L., Javier, L., Monroe, J., Núñez, E., Navarro, L., Padilla, M., Matalinares, M., Navarro, L., & Campos, J. (2016). Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín. *orizonte de la ciencia*, 6(10), 173–184. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/367>
- Zamora, A., y Leiva, F. (2022). Estrés académico y autoestima en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en contexto COVID-19 durante el año 2021. *Academo (Asunción)*, 9(2), 127-138. http://scielo.iics.una.py/scielo.php?pid=S2414-89382022000200127&script=sci_arttext
- Zárate, N., Soto, M., Castro, M. y Quintero, J. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: medidas preventivas. *Revista de la Alta Tecnología y la Sociedad*, 9(4). ISSN 1940-2171. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>

- Zarrin, S. A., Gracia, E., & Paixão, M. P. (2020). Prediction of academic procrastination by fear of failure and self-regulation. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 20(3), 34-43. <https://www.jestp.com/index.php/estp/article/view/876>
- Zhou, M. (2020). Gender differences in procrastination: The role of personality traits. *Current Psychology*, 39(4), 1445-1453. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9851-5>

ANEXOS

Anexo 1: matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Tema: **ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ANCÓN**

Problema general:	Objetivo general:	Hipótesis general	VARIABLES E INDICADORES				
			Variable 1: Estrés académico				
¿Cuál es la relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón?	Determinar la relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.	H1: Existe relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón.	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y Valores	Niveles y Rangos
			PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS:	Estresores.	Evaluación hacia los docentes. Recarga de labores escolares. Falta de tiempo para la realización de las tareas. Ausencia de comprensión de contenido voluntaria
Síntomas.	Dolor de cabeza. Dolor de espalda. Aislamiento. Absentismo. Fatiga. Dificultad para dormir. Irritabilidad. Tristeza. Disfunciones gástricas	10 al 26				Alto; 49: 75	
Estrategias de afrontamiento	Búsqueda de información. Elogios. Asertividad. Mente positiva.	26 al 35					
¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa	Identificar la relación entre la dimensión estresores y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón	H1: Existe relación entre la dimensión estresores y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón H2: Existe relación entre la dimensión síntomas y la procrastinación en estudiantes de secundaria	Variable 2: Procrastinación				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles y rangos

<p>de Ancón?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión síntomas y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón?</p>	<p>Identificar la relación entre la dimensión síntomas y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón</p> <p>Identificar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón</p>	<p>de una institución educativa de Ancón</p> <p>H3: Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón</p>	<p>Autorregulación académica</p> <p>Postergación de actividades</p>	<p>Preparación previa ante los exámenes. Buscar ayuda para despejar dudas. Completar el trabajo asignado. Mejora constantemente de los hábitos de estudio. Inversión del tiempo aun en temas aburridos. Automotivación en el estudio. Terminar trabajos antes de tiempo. Revisar tareas previo a la entrega. Dejar tareas para después.</p> <p>Presenta la capacidad de reconocer los símbolos. Tiene la disposición de realizar grafías en la escritura. Puede elaborar dibujos para representar una situación o persona</p>	<p>12</p>	<p>Escala de Likert</p> <p>Nunca (N) Casi Nunca (CN) A veces (AV), Casi Siempre (CS) Siempre (S)</p>	<p>Bajo: 12-18 Medio: 19-38 Alto; 39-58</p>
<p>Tipo y diseño de investigación (sustentado)</p>	<p>Población y muestra (sustentado)</p>	<p>Técnicas e instrumentos</p>		<p>Estadística</p>			
<p>Tipo: Básica</p> <p>Nivel: Correlacional</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Diseño: No experimental</p>	<p>Población: Está conformada por 435 estudiantes de la Institución Educativa Sagrada Familia Apova de Ancón.</p> <p>Muestra: Constituida por 120 estudiantes de la Institución Educativa Sagrada Familia Apova de Ancón.</p> <p>Muestreo: No probabilístico intencional por conveniencia</p>	<p>Variable 1: Estrés académico Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionario Nro. De ítems: 25</p> <p>Variable 2: Procrastinación Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionario Nro. De ítems: 12</p>		<p>Descriptiva: Basado en tablas cruzadas</p> <p>Inferencial: Basada en Rho de Spearman</p>			

Anexo 2: operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Estrés académico	Barraza (2008) sostiene que los estudiantes sufren estrés académico cuando se les exige más de lo que pueden hacer en relación con las actividades académicas. El estrés se define desde una perspectiva procesual con tres dimensiones secuenciales: estresores, síntomas y afrontamiento. Los estresores son las situaciones o factores que desencadenan el estrés, los síntomas son las manifestaciones físicas, emocionales y cognitivas de los estudiantes, y el afrontamiento se refiere a las estrategias que utilizan para manejar el estrés académico.	Se refiere a las respuestas obtenidas del instrumento llamado SISCO, el cual mide las dimensiones estresores, las estrategias de afrontamiento y los síntomas. El alumno experimenta cada una de las dimensiones del estrés académico mencionadas anteriormente y, el SISCO mide cada una de ellas por medio de 25 ítems que incluyen los indicadores: evaluación hacia los profesores, demanda de actividades institucionales, ausencia de tiempo para realizar cierta cantidad de actividades, poca comprensión de contenido, dolores de cabeza, espalda, aislamiento, cansancio, dificultad para dormir, irritabilidad, tristeza y disfunciones gástricas (dimensión síntomas), así como búsqueda de información, elogios, asertividad y mente positiva (dimensión estrategia de afrontamiento) (Gamboa, 2020).	Estresores	Evaluación hacia los docentes. Recarga de labores escolares. Falta de tiempo para la realización de las tareas. Ausencia de comprensión de contenido voluntaria	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 9	Nunca (1) Rara vez (2) Alguna vez (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
			Síntomas	Dolor de cabeza. Dolor de espalda. Aislamiento. Absentismo. Fatiga. Dificultad para dormir. Irritabilidad. Tristeza. Disfunciones gástricas	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19,21,22,23,24,25,26.	
			Estrategias de afrontamiento	Búsqueda de información. Elogios. Asertividad. Mente positiva	26,27,28,29,30,31, 32,33,34,35	

Procrastinación	La procrastinación académica se refiere a un patrón de conducta en el que los estudiantes posponen la realización de tareas que tienen un plazo establecido para su entrega. Este comportamiento ocurre de manera espontánea y puede estar relacionado con niveles elevados de ansiedad y depresión, lo que aumenta la probabilidad de que se produzca la procrastinación (Valle, 2019).	Las respuestas proporcionadas por la escala de procrastinación académica de Busko (1998) reveladoras en cuanto a las dimensiones de autorregulación académica y postergación de actividades. La autorregulación académica tiene como indicadores: la capacidad del estudiante para prepararse de manera adecuada antes de los exámenes, buscar ayuda para aclarar las dudas, completar el trabajo asignado, mejorar de forma constante los hábitos de estudio, invertir tiempo en temas aburridos, automotivarse para el estudio, finalizar las tareas académicas. Mientras que la dimensión de postergación de actividades tiene como indicador la tendencia del estudiante a dejar las tareas para después y a posponer las tareas académicas.	Autorregulación académica	Preparación previa ante los exámenes. Buscar ayuda para despejar dudas. Completar el trabajo asignado. Mejora constantemente de los hábitos de estudio. Inversión del tiempo aun en temas aburridos. Automotivación en el estudio. Terminar trabajos antes de tiempo. Revisar tareas previo a la entrega. Dejar tareas para después. Postergación de tareas académicas	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	Nunca (N) Casi Nunca (CN) A veces (AV), Casi Siempre (CS) Siempre (S)
			Postergación de actividades	Presenta la capacidad de reconocer los símbolos. Tiene la disposición de realizar grafías en la escritura. Puede elaborar dibujos para representar una situación o persona	10, 11, 12.	

Anexo 3. Formula de la muestra

$$n = \frac{NZ^2P(1-p)}{(N-1)e^2 + Z^2p(1-p)}$$

N= (tamaño poblacional)

Z= Nivel de confianza

p= proporción

e= Error estándar = 0,05

Anexo 4: instrumentos de evaluación

Escala de Procrastinación Académica EPA

ÍTEM	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
	1	2	3	4	5
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.					
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4. Asisto regularmente a clase.					
5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
8. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
10. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

El Inventario SISCO para el estudio del estrés académico

A continuación, se presenta el Inventario SISCO para el estudio del estrés académico que fue formulado originalmente en el año 2007 y que consta de 37 ítems.

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

- Si
 No

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

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

1	2	3	4	5

3.- Dimensión estresores

En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
3.1.- La competencia con los compañeros del grupo					
3.2.- Exceso de responsabilidad personal por cumplir con las obligaciones escolares					
3.3.- Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3.4.- La personalidad y el carácter del profesor					
a. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
b. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
3.7.- No entender los temas que se abordan en la clase					
3.8.- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
3.9.- Tiempo limitado para hacer el trabajo					

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Subdimensión: Síntomas o Reacciones físicas					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.1.- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
4.2.- Fatiga crónica (cansancio permanente)					
4.3.- Dolores de cabeza o migrañas					
4.4.- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
4.5.- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4.6.- Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Subdimensión: Síntomas o reacciones psicológicas					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.7.- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
4.8.- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
4.9.- Ansiedad, angustia o desesperación.					
4.10.- Problemas de concentración					
4.11.- Sensación de tener la mente vacía					
4.12.- Problemas de memoria					
4.13.- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Subdimensión: Síntomas o reacciones comportamentales					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.14.- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
4.15.- Aislamiento de los demás					
4.16.- Desgano para realizar las labores escolares					
4.17.- Absentismo de las clases					
4.18.- Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

En el siguiente cuadro señala con una X con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
5.1.- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2.- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3.- Tomar la situación con sentido del humor					
5.4.- Elogios a sí mismo					
5.5.- Distracción evasiva					
5.6.- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5.7.- Búsqueda de información sobre la situación					
5.8.- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					

Anexo 5

Consentimiento Informado (*)

Título de la investigación: “Estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón”, Investigadora: Karla Patricia Flores Aldana.

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón”, cuyo objetivo es Determinar la relación entre el estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón. Esta investigación es desarrollada por la estudiante de posgrado del programa de Maestría en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo del campus lima norte, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución “Sagrada Familia de Apova” ya que la ejecución de la investigación nos brindará datos fundamentales para saber cómo se encuentran los alumnos.

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: “Estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón”
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 10 a 15 minutos y se realizará en el aula de clase de la institución “Sagrada Familia de Apova”. Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Anexo 6. Validaciones del instrumento



Dimensiones del instrumento: Inventario SISCO de estrés Académico

- Primera dimensión: estresores
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar el nivel de estresores

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Evaluación hacia los profesores Demanda de actividades institucionales Ausencia de tiempo para realizar cierta cantidad de actividades Poca comprensión de contenido	1 La competencia con los compañeros del grupo	4	4	4	
	2 Exceso de responsabilidad personal por cumplir con las obligaciones escolares	4	4	4	
	3 Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	4	4	4	
	4 La personalidad y el carácter del profesor	4	4	4	
	5 Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	4	4	4	
	6 El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	4	4	4	
	7 No entender los temas que se abordan en la clase	4	4	4	
	8 Participación en clase (responder a preguntas,	4	4	4	
	9 Tiempo limitado para hacer el trabajo	4	4	4	

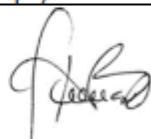
- Segunda dimensión: síntomas.
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar los síntomas derivados del estrés académico

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
	10 Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	4	4	4	
	11 Fatiga crónica (cansancio permanente)	4	4	4	
	12 Dolores de cabeza o migrañas	4	4	4	
Dolores de cabeza	13 Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	4	4	4	
Dolores de espalda	14 Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	4	4	4	
Aislamiento	15 Somnolencia o mayor necesidad de dormir	4	4	4	
cansancio	16 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	4	4	4	
dificultad para dormir	17 Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	4	4	4	
Irritabilidad	18 Ansiedad, angustia o desesperación.	4	4	4	
tristeza	19 Problemas de concentración	4	4	4	
Disfunciones gástricas	20 Sensación de tener la mente vacía	4	4	4	
	21 Problemas de memoria	4	4	4	
	22 Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	4	4	4	
	23 Aislamiento de los demás	4	4	4	
	24 Desgano para realizar las labores escolares	4	4	4	

	25 Absentismo de las clases	4	4	4	
	26 Aumento o reducción del consumo de	4	4	4	

- Tercera dimensión: estrategias de afrontamiento
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar las estrategias de afrontamiento presente en la población

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Búsqueda De Información Elogios Asertividad Mente Positiva	27 Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	4	4	4	
	28 Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	4	4	4	
	29 Tomar la situación con sentido del humor	4	4	4	
	30 Elogios a sí mismo	4	4	4	
	31 Distracción evasiva	4	4	4	
	32 La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	4	4	4	
	33 Búsqueda de información sobre la situación	4	4	4	
	34 Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	4	4	4	



DNI_08525952



Dimensiones del instrumento: Escala de Procrastinación Académica EPA

- Primera dimensión: autorregulación académica
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar la autorregulación académica

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
- Preparación previa a exámenes - Búsqueda de ayuda - Terminar las tareas - Mejora de los hábitos de estudio - Inversión de tiempo aún en temas aburridos - Automotivación - Finalización de tareas antes de tiempo - Revisión de tareas	1 Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.	4	4	4	
	2 Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	4	4	4	
	3 Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	4	4	4	
	4 Asisto regularmente a clase.	4	4	4	
	5 Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	4	4	4	
	6 Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
	7 Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
	8 Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	4	4	4	
	9 Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	4	4	4	

- Segunda dimensión: postergación actividades.
 - Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar el nivel de postergación actividades.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Dejar tareas para después	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.	4	4	4	
	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
Postergación de tareas.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	4	4	4	



Firma del evaluador
DNI_08525952



Dimensiones del instrumento: Inventario SISCO de estrés Académico

- Primera dimensión: estresores
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar el nivel de estresores

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Evaluación hacia los profesores Demanda de actividades institucionales Ausencia de tiempo para realizar cierta cantidad de actividades Poca comprensión de contenido	1 La competencia con los compañeros del grupo	4	4	4	
	2 Exceso de responsabilidad personal por cumplir con las obligaciones escolares	4	4	4	
	3 Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	4	4	4	
	4 La personalidad y el carácter del profesor	4	4	4	
	5 Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	4	4	4	
	6 El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	4	4	4	
	7 No entender los temas que se abordan en la clase	4	4	4	
	8 Participación en clase (responder a preguntas,	4	4	4	
	9 Tiempo limitado para hacer el trabajo	4	4	4	

**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

- Segunda dimensión: síntomas.
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar los síntomas derivados del estrés académico

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
	10 Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	4	4	4	
	11 Fatiga crónica (cansancio permanente)	4	4	4	
	12 Dolores de cabeza o migrañas	4	4	4	
	13 Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	4	4	4	
	14 Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	4	4	4	
Dolores de cabeza	15 Somnolencia o mayor necesidad de dormir	4	4	4	
Dolores de espalda	16 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	4	4	4	
Aislamiento	17 Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	4	4	4	
cansancio	18 Ansiedad, angustia o desesperación.	4	4	4	
dificultad para dormir	19 Problemas de concentración	4	4	4	
Irritabilidad	20 Sensación de tener la mente vacía	4	4	4	
tristeza	21 Problemas de memoria	4	4	4	
Disfunciones gástricas	22 Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	4	4	4	
	23 Aislamiento de los demás	4	4	4	
	24 Desgano para realizar las labores escolares	4	4	4	
	25 Absentismo de las clases	4	4	4	
	26 Aumento o reducción del consumo de	4	4	4	

- Tercera dimensión: estrategias de afrontamiento
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar las estrategias de afrontamiento presente en la población

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Búsqueda De Información Elogios Asertividad Mente Positiva	27 Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	4	4	4	
	28 Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	4	4	4	
	29 Tomar la situación con sentido del humor	4	4	4	
	30 Elogios a sí mismo	4	4	4	
	31 Distracción evasiva	4	4	4	
	32 La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	4	4	4	
	33 Búsqueda de información sobre la situación	4	4	4	
	34 Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	4	4	4	



Mercedes Nieves Pizarro Chávez
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 27738

Psicóloga Clínica – Psicoterapeuta
CPsP N° 27738 – RNE N° 413
DNI : 08549167



Dimensiones del instrumento: Escala de Procrastinación Académica EPA

- Primera dimensión: autorregulación académica
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar la autorregulación académica

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
- Preparación previa a exámenes	1 Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.	4	4	4	
- Búsqueda de ayuda	2 Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	4	4	4	
- Terminar las tareas	3 Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	4	4	4	
- Mejora de los hábitos de estudio	4 Asisto regularmente a clase.	4	4	4	
- Inversión de tiempo aún en temas aburridos	5 Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	4	4	4	
- Automotivación	6 Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
- Alejamiento del estudio	7 Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
- Finalización de tareas antes de tiempo	8 Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	4	4	4	
- Revisión de tareas	9 Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	4	4	4	



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

- Segunda dimensión: postergación actividades.
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar el nivel de postergación actividades.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Dejar tareas para después	Quando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.	4	4	4	
	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
Postergación de tareas.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	4	4	4	

Mercedes Reyes Pizarro Chávez
PSICÓLOGA
C.P. N° 27738
Psicóloga Clínica – Psicoterapeuta
CPsP N° 27738 – RNE N° 413
DNI : 08549167

Dimensiones del instrumento: Inventario SISCO de estrés Académico

- Primera dimensión: estresores
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar el nivel de estresores

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Evaluación hacia los profesores Demanda de actividades institucionales Ausencia de tiempo para realizar cierta cantidad de actividades Poca comprensión de contenido	1 La competencia con los compañeros del grupo	4	4	4	
	2 Exceso de responsabilidad personal por cumplir con las obligaciones escolares	4	4	4	
	3 Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	4	4	4	
	4 La personalidad y el carácter del profesor	4	4	4	
	5 Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	4	4	4	
	6 El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	4	4	4	
	7 No entender los temas que se abordan en la clase	4	4	4	
	8 Participación en clase (responder a preguntas,	4	4	4	
	9 Tiempo limitado para hacer el trabajo	4	4	4	



- Segunda dimensión: síntomas.
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar los síntomas derivados del estrés académico

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Dolores de cabeza	10 Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	4	4	4	
	11 Fatiga crónica (cansancio permanente)	4	4	4	
	12 Dolores de cabeza o migrañas	4	4	4	
Dolores de espalda	13 Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	4	4	4	
	14 Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	4	4	4	
Aislamiento cansancio	15 Somnolencia o mayor necesidad de dormir	4	4	4	
	16 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	4	4	4	
dificultad para dormir	17 Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	4	4	4	
	18 Ansiedad, angustia o desesperación.	4	4	4	
Irritabilidad	19 Problemas de concentración	4	4	4	
	20 Sensación de tener la mente vacía	4	4	4	
tristeza Disfunciones gástricas	21 Problemas de memoria	4	4	4	
	22 Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	4	4	4	
	23 Aislamiento de los demás	4	4	4	
	24 Desgano para realizar las labores escolares	4	4	4	

	25 Absentismo de las clases	4	4	4	
	26 Aumento o reducción del consumo de	4	4	4	

- Tercera dimensión: estrategias de afrontamiento
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar las estrategias de afrontamiento presente en la población

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Búsqueda De Información Elogios Asertividad Mente Positiva	27 Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	4	4	4	
	28 Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	4	4	4	
	29 Tomar la situación con sentido del humor	4	4	4	
	30 Elogios a sí mismo	4	4	4	
	31 Distracción evasiva	4	4	4	
	32 La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	4	4	4	
	33 Búsqueda de información sobre la situación	4	4	4	
	34 Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	4	4	4	



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO




José C. Alvarado Atauje
PSICÓLOGO
C.P. 0427

Firma del evaluador

DNI: 0806495



Dimensiones del instrumento: Escala de Procrastinación Académica EPA

- Primera dimensión: autorregulación académica
- Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar la autorregulación académica

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
- Preparación previa a exámenes - Búsqueda de ayuda - Terminar las tareas - Mejora de los hábitos de estudio - Inversión de tiempo aún en temas aburridos - Automotivación al estudio - Finalización de tareas antes de tiempo - Revisión de tareas	1 Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.	4	4	4	
	2 Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	4	4	4	
	3 Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	4	4	4	
	4 Asisto regularmente a clase.	4	4	4	
	5 Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	4	4	4	
	6 Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
	7 Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
	8 Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	4	4	4	
	9 Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	4	4	4	



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

- Segunda dimensión: postergación actividades.
 - Objetivos de la Dimensión: El objetivo de esta ficha de evaluación es evaluar el nivel de postergación actividades.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Dejar tareas para después	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.	4	4	4	
	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	4	4	4	
Postergación de tareas.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	4	4	4	



 José C. Avendaño Araujo
PSICÓLOGO
C.P.P. 0427

DNI: 0806495

Anexo 7. Confiabilidad del instrumento

Prueba piloto

Escala de procrastinación académica

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100.0
	Excluido^a	0	0.0
	Total	20	100.0

Estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.814	12

Inventario de estrés académico

Resumen de procesamiento de casos final

		N	%
Casos	Válido	20	100.0
	Excluido^a	0	0.0
	Total	20	100.0

estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.976	35

Anexo 8. Solicitud de aplicación del instrumento



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Lima, 19 de junio de 2023
Carta P. 0220-2023-UCV-VA-EPG-F01/3

Mg.
Everth Jesús Sánchez Díaz
Director
INSTITUCIÓN EDUCATIVA "SAGRADA FAMILIA DE APOYA"

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a FLORES ALDANA, KARLA PATRICIA; identificada con DNI N° 45191013 y con código de matrícula N° 7002837314; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICODLOGÍA EDUCATIVA quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRA, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado:

Éstrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón

Con fines de investigación académica, solicito a su digna persona otorgar el permiso a nuestra estudiante, a fin de que pueda obtener información, en la institución que usted representa, que le permita desarrollar su trabajo de investigación. Nuestra estudiante investigador FLORES ALDANA, KARLA PATRICIA asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de haber finalizado el mismo con la asesoría de nuestros docentes.

Agradeciendo la gentileza de su atención al presente, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



Helga R. Majo Marruto

Dña. Helga R. Majo Marruto
Jefe
Escuela de Posgrado UCV
Filial Lima Campus Los Olivos

Somos la universidad de los
que quieren salir adelante.



Anexo 9. Autorización para la aplicación del instrumento

	 PERU Ministerio de Educación
INSTITUCIÓN EDUCATIVA "SAGRADA FAMILIA DE APOVA" Unidad de Gestión Educativa Local N° 4 Calle Ica 5/N – La Variante – Ancón "Año de la universalización de la Salud"	
CARTA DE ACEPTACIÓN	
SEÑORES: Bach. Flores Aldana, Karla Patricia ESTUDIANTE DE MAESTRÍA UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO Presente:	
Asunto: autorización para la aplicación de los instrumentos de investigación	
<p>Es grato saludarle y a la vez hacer de su conocimiento que mi despacho ha visto por conveniente autorizar a usted Flores Aldana, Karla Patricia la aplicación de los Instrumentos de evaluación para el desarrollo de la investigación titulada "ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ANCÓN" lo que hago conocimiento con fines consiguientes.</p> <p>Hago propicia la ocasión para testimoniarle la muestra de mi personal consideración y estima personal.</p>	
Atentamente:  Everth Jesús Sánchez Díaz Dni: 10070370 Director Everth Jesús Sánchez Díaz	

Anexo 10. Base de datos piloto

Cant	Estrés académico.																																			v1
	Estresores									Síntomas																	Estrategias de afrontamiento									
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	S23	S24	S25	S26	S27	S28	S29	S30	S31	S32	S33	S34	S35	
1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	4	4	4	5	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	86
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	87
3	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	5	5	3	5	5	5	3	5	5	5	3	88
4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	4	5	5	4	3	3	3	5	3	3	5	88
5	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	1	1	1	4	1	3	1	4	4	2	3	2	88
6	2	3	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	1	1	2	3	4	5	3	3	3	3	4	4	5	3	90
7	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	4	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	5	90
8	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	1	4	4	3	3	4	3	5	3	5	4	5	90
9	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	3	2	3	1	3	3	3	1	3	3	1	1	3	2	2	4	3	3	4	3	4	3	2	3	90
10	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	1	3	1	5	1	5	1	5	5	1	5	5	98
11	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	5	4	5	3	5	4	5	5	3	5	5	98
12	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	98
13	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	4	4	4	5	4	3	3	4	5	4	5	4	3	100
14	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	2	1	1	2	5	2	5	5	4	2	5	2	5	100
15	2	4	1	3	2	1	2	4	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	1	5	1	5	1	5	5	1	101
16	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	1	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	101
17	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	146
18	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	5	4	5	5	5	3	3	5	5	136
19	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	2	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	139
20	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	5	2	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	139

Base de datos prueba final

Cant	Estrés académico																																			Estrés académico	Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	
	Estresores									Síntomas																	Estrategias de afrontamiento													
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	S23	S24	S25	S26	S27	S28	S29	S30	S31	S32	S33	S34	S35					
1	2	2	1	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	59	16	31	12	
2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	3	80	20	40	20		
3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	73	16	39	18			
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	36	9	19	8			
5	2	3	1	2	3	2	1	2	2	3	1	3	3	2	1	3	3	1	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	73	18	40	15		
6	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	42	11	22	9		
7	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	39	11	19	9		
8	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	2	1	2	68	18	35	15	
9	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	39	11	20	8		
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	45	10	27	8		
11	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	1	69	18	37	14	
12	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	39	10	18	11	
13	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	3	43	11	19	13	
14	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	39	10	20	9		
15	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2	72	21	36	15	
16	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	39	11	19	9		
17	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37	10	19	8		
18	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	3	1	3	3	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	51	12	30	9		
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	47	9	30	8		
20	2	1	3	3	2	3	2	2	3	1	1	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	75	21	35	19		
21	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	41	12	21	8		
22	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	3	73	23	37	13	
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	38	9	20	9		
24	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	5	3	5	4	5	4	5	5	89	16	38	35		
25	2	3	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	4	1	1	2	3	4	5	3	3	3	4	4	5	3	90	16	46	28	
26	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	4	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	5	90	16	41	33	
27	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	1	4	4	3	3	4	3	5	3	5	4	5	90	15	43	32		
28	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	3	2	3	1	3	3	3	1	3	3	1	1	3	2	2	4	3	3	4	3	4	3	2	3	90	23	42	25	
29	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	5	5	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	92	23	49	20		
30	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	3	5	3	5	4	5	3	5	5	95	16	44	35		
31	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	1	2	5	3	5	2	5	95	21	48	26		
32	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	95	32	50	13			
33	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	4	1	1	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	96	17	42	37		
34	2	4	3	3	1	2	2	2	4	2	1	2	2	3	1	3	3	1	2	3	1	3	1	1	3	5	4	3	4	4	5	3	4	5	4	96	23	41	32	
35	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	5	4	4	3	3	4	3	4	5	5	96	20	44	32	
36	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	96	16	45	35		
37	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	96	15	44	37	
38	3	2	2	1	2	3	1	2	2	1	1	1	3	3	3	2	3	4	1	2	3	3	3	3	3	5	4	3	4	3	3	4	5	3	5	96	18	48	30	
39	1	3	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	2	4	5	3	4	5	4	3	3	5	4	3	96	21	44	31
40	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	97	24	50	23	

Cant	Estrés académico																																			Estrés académico	Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	
	Estresores									Síntomas																	Estrategias de afrontamiento													
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	S23	S24	S25	S26	S27	S28	S29	S30	S31	S32	S33	S34	S35					
41	3	2	3	3	1	1	3	1	4	4	3	3	4	2	3	4	1	2	3	3	3	1	3	2	4	1	4	4	4	1	4	4	4	1	4	97	21	50	26	
42	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	4	4	5	4	5	3	3	4	3	3	4	4	5	99	20	50	29
43	3	4	1	3	3	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	1	3	2	1	1	2	3	3	3	3	4	5	3	5	5	3	4	5	5	4	99	24	41	34	
44	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	4	5	4	5	5	4	3	5	5	4	5	5	5	4	100	16	48	36
45	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	4	4	4	5	4	3	3	4	5	4	5	4	3	100	18	51	31	
46	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	2	1	1	2	5	2	5	5	4	2	5	2	5	100	25	45	30	
47	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	1	3	5	3	5	4	5	3	5	5	3	4	100	23	43	34
48	4	4	4	2	4	2	2	4	4	3	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	3	2	2	2	3	4	2	3	100	30	49	21	
49	2	4	1	3	2	1	2	4	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	1	5	1	5	1	5	5	1	101	22	55	24	
50	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	101	20	44	37	
51	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	4	4	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	101	26	50	25	
52	2	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	5	5	2	2	5	4	5	4	3	4	5	4	4	104	22	49	33	
53	1	2	2	3	3	4	3	3	4	3	2	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1	3	2	3	5	3	5	5	3	5	4	4	5	5	5	104	25	43	36	
54	3	4	4	2	4	4	3	4	4	2	2	4	2	2	4	3	2	1	3	2	2	2	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	3	104	32	44	28	
55	4	4	2	3	4	3	2	3	2	3	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	104	27	56	21		
56	4	1	4	2	2	4	2	2	3	4	3	2	2	4	2	2	4	2	3	3	3	3	1	2	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	105	24	51	30	
57	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	1	2	1	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3	105	32	53	20	
58	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	4	4	3	2	1	4	1	4	1	105	35	50	20
59	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	106	17	49	40
60	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	1	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	106	32	56	18
61	3	3	2	3	3	3	1	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	1	1	2	2	5	3	5	3	4	5	5	5	5	5	106	26	45	35
62	3	2	2	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	5	2	4	4	5	4	3	4	2	5	5	4	4	5	4	3	4	4	3	5	4	4	131	29	71	31	
63	4	5	5	3	3	4	5	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	5	4	5	3	5	4	5	5	3	130	35	61	34
64	3	3	4	3	5	4	4	3	5	3	4	3	5	3	2	5	3	3	4	3	3	5	4	4	5	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	130	34	66	30	
65	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	5	4	5	4	5	4	3	5	5	5	144	36	72	36	
66	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	4	3	5	3	5	3	4	3	4	3	5	4	139	37	71	31
67	4	4	4	3	5	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	5	5	3	3	5	5	3	3	3	5	4	5	3	134	35	68	31	
68	4	4	3	4	4	4	5	2	4	4	5	5	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	5	4	5	2	3	3	5	3	4	3	3	3	4	131	34	69	28	
69	3	3	5	3	5	4	4	5	4	3	5	5	5	4	4	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	136	36	62	38
70	3	4	3	4	3	4	3	4	3	5	3	4	3	5	3	4	5	3	3	4	5	2	4	5	5	4	5	5	5	4	5	3	5	5	4	139	31	72	36	
71	4	3	5	3	4	3	5	2	3	3	4	3	2	4	4	3	5	5	3	5	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	4	3	5	4	3	138	32	72	34	
72	3	5	3	4	4	5	3	3	5	4	3	3	4	4	3	3	5	4	3	4	3	3	5	4	5	5	3	3	5	5	3	3	3	5	5	135	35	68	32	
73	4	5	4	4	5	4	3	3	3	5	3	3	4	4	4	5	5	4	4	3	3	5	3	3	5	4	4	5	5	3	4	3	4	3	4	3	138	35	71	32
74	5	5	3	3	4	5	3	3	5	3	3	3	5	3	3	3	4	3	5	3	2	2	5	3	5	5	5	4	5	4	4	5	3	5	5	136	36	65	35	
75	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	3	5	5	3	5	4	5	4	5	4	3	5	141	35	71	35	
76	3	5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	5	4	3	4	5	2	3	3	5	5	4	3	4	5	5	5	5	5	3	5	3	5	136	32	68	36	
77	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	3	4	4	5	3	4	5	3	2	3	4	3	4	3	5	4	5	134	34	69	31	
78	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	5	5	3	5	2	4	2	4	4	5	5	4	3	133	34	69	30	
79	3	5	4	3	3	5	3	3	2	4	3	3	5	4	3	3	3	4	4	2	3	4	5	3	3	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	134	31	66	37	
80	3	4	3	4	3	5	3	3	3	5	3	5	3	4	3	3	5	2	3	3	3	2	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	137	31	68	38	

Cant	Estrés académico																																			Estrés académico	Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	
	Estresores									Síntomas																	Estrategias de afrontamiento													
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	S23	S24	S25	S26	S27	S28	S29	S30	S31	S32	S33	S34	S35					
81	3	5	2	5	5	3	2	5	5	3	4	4	3	3	4	3	4	5	2	4	4	5	5	5	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	134	35	69	30	
82	3	4	3	5	4	4	3	5	3	5	3	3	4	4	5	3	3	5	4	3	5	4	4	5	3	3	5	3	3	5	4	3	3	4	5	135	34	71	30	
83	4	4	4	2	4	5	5	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	5	4	5	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	137	34	67	36	
84	3	5	5	5	3	4	5	3	3	5	4	3	3	4	3	4	5	2	4	4	3	2	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	3	5	4	142	36	69	37
85	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	5	4	5	5	4	5	5	3	4	5	2	4	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	139	33	74	32	
86	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	5	5	4	5	2	5	4	2	5	5	5	2	5	3	5	4	5	3	5	2	5	3	147	41	74	32	
87	4	4	5	4	4	5	5	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3	5	3	5	4	4	5	4	5	5	5	3	2	3	137	37	69	31		
88	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	140	34	66	40	
89	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	5	3	5	4	5	5	3	5	4	5	133	35	62	36		
90	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	3	4	4	5	2	5	5	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	137	36	71	30		
91	4	5	3	3	5	5	3	3	5	3	5	4	4	5	5	2	2	5	5	5	3	3	3	4	4	4	5	3	5	4	5	3	5	5	142	36	71	35		
92	3	4	4	5	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	5	5	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	143	32	71	40	
93	4	2	5	4	4	5	3	4	4	4	5	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	5	4	5	3	4	4	5	5	4	5	5	3	3	5	136	35	66	35	
94	4	5	4	4	5	4	3	5	4	5	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	5	5	5	3	3	5	3	4	3	5	3	3	5	140	38	71	31	
95	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	3	3	3	3	5	2	5	2	5	148	39	80	29	
96	4	5	5	5	3	3	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	3	3	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	3	4	148	38	77	33	
97	4	3	4	4	4	5	4	4	5	2	4	4	5	3	4	5	4	5	4	4	4	5	3	5	4	5	2	5	4	4	2	4	4	3	5	140	37	72	31	
98	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	5	5	4	5	5	3	5	5	4	5	137	34	67	36		
99	2	4	5	4	4	5	4	4	2	2	5	4	4	4	5	4	4	5	3	3	3	3	5	3	3	5	5	3	4	5	4	3	3	3	135	34	70	31		
100	4	4	2	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	132	33	69	30	
101	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	5	4	4	5	5	5	3	3	5	3	3	3	133	34	71	28		
102	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	3	5	2	3	3	5	4	3	3	5	4	5	3	142	39	71	32	
103	4	4	3	4	5	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	2	5	3	4	4	4	4	4	3	4	4	5	134	35	66	33	
104	4	4	3	4	4	4	3	5	3	5	3	4	3	4	5	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	3	4	4	4	3	5	4	5	3	4	138	34	72	32	
105	4	3	4	5	5	3	4	3	5	4	3	3	5	3	3	4	4	3	4	4	3	4	5	5	4	3	4	5	4	3	4	4	5	3	4	136	36	68	32	
106	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	5	4	5	3	5	5	5	3	3	137	34	70	33	
107	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	5	5	5	3	5	3	134	34	66	34	
108	4	2	4	4	2	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	5	2	3	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	134	30	64	40	
109	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	2	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	3	131	33	64	34		
110	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	137	37	71	29	
111	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	5	2	5	2	3	5	4	5	4	5	5	4	5	5	137	34	66	37	
112	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	2	2	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	3	5	136	35	67	34	
113	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	5	5	4	2	4	5	5	4	4	5	5	4	5	138	33	68	37	
114	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	4	3	5	4	5	3	144	35	75	34		
115	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	3	2	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	4	135	34	62	39	
116	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	5	5	3	3	4	5	3	5	4	5	5	4	5	5	140	34	70	36	
117	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	5	2	3	5	3	5	4	5	4	5	5	3	136	34	67	35			
118	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	146	33	73	40	
119	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	5	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	2	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	140	34	70	36	
120	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	5	4	5	5	5	3	3	5	5	136	34	67	35	

Cant	Procastinación												Procastinación	Autorregulación académica	Postergación de actividades
	Autorregulación académica									Postergación de actividades					
	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12			
1	3	2	1	1	1	3	3	2	1	2	1	1	21	17	4
2	3	1	1	3	1	3	2	2	1	1	1	1	20	17	3
3	3	2	1	1	3	3	3	1	1	3	1	1	23	18	5
4	3	1	1	2	2	3	3	2	1	1	1	2	22	18	4
5	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	27	22	5
6	2	1	2	2	1	3	3	1	1	1	2	1	20	16	4
7	3	2	1	1	3	3	4	2	2	1	2	1	25	21	4
8	3	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	18	14	4
9	3	1	2	1	1	3	3	1	1	1	1	2	20	16	4
10	3	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	3	20	14	6
11	3	2	1	2	1	3	3	1	2	1	1	1	21	18	3
12	3	1	2	1	2	3	2	1	1	1	2	3	22	16	6
13	3	1	2	1	1	3	3	1	2	1	1	1	20	17	3
14	2	1	2	1	3	3	4	1	1	1	2	1	22	18	4
15	1	2	2	2	1	4	1	1	1	2	1	2	20	15	5
16	3	1	2	1	1	5	4	1	2	1	2	2	25	20	5
17	3	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	18	14	4
18	3	2	1	1	2	1	3	1	2	1	1	1	19	16	3
19	3	1	1	1	1	3	1	1	2	2	1	2	19	14	5
20	3	1	1	1	1	3	4	2	2	1	3	1	23	18	5
21	5	1	1	1	1	4	3	1	1	2	1	3	24	18	6
22	2	1	2	2	1	3	3	1	2	1	1	1	20	17	3
23	3	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	17	13	4
24	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	31	23	8
25	1	3	2	1	1	3	3	3	2	3	2	3	27	19	8
26	2	2	3	2	2	3	4	3	1	3	2	3	30	22	8
27	3	1	3	1	2	4	4	3	2	1	3	3	30	23	7
28	3	1	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	31	23	8
29	1	2	1	3	3	3	3	2	3	3	1	2	27	21	6
30	1	3	3	2	3	4	3	1	3	3	2	2	30	23	7
31	1	1	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	20	15	5
32	1	1	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	24	17	7
33	3	3	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	25	19	6
34	3	2	1	1	3	3	1	1	3	1	1	3	23	18	5
35	3	3	1	1	2	3	1	1	3	1	1	3	23	18	5
36	3	2	1	1	2	2	1	3	2	3	1	3	24	17	7
37	1	2	3	2	2	2	1	3	3	3	3	2	27	19	8
38	1	2	3	2	2	1	2	3	3	3	3	2	27	19	8
39	3	3	3	3	1	1	1	2	3	2	2	3	27	20	7
40	1	3	2	1	2	3	3	1	1	3	2	1	23	17	6

Cant	Procastinación												Procastinación	Autorregulación académica	Postergación de actividades
	Autorregulación académica									Postergación de actividades					
	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12			
41	1	1	3	2	3	1	3	1	1	2	2	1	21	16	5
42	1	2	3	2	1	2	2	3	3	3	2	1	25	19	6
43	1	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	1	28	21	7
44	3	1	3	1	1	3	1	1	3	3	1	1	22	17	5
45	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	3	1	26	21	5
46	3	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	1	26	20	6
47	1	1	3	3	3	3	1	2	1	3	1	3	25	18	7
48	3	2	3	1	2	3	1	3	2	2	3	2	27	20	7
49	3	2	1	2	2	2	2	3	2	3	1	3	26	19	7
50	3	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	1	26	20	6
51	3	2	3	2	1	3	2	3	2	1	1	3	26	21	5
52	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	28	21	7
53	1	3	1	1	3	2	1	2	3	2	2	3	24	17	7
54	1	2	3	2	2	2	1	3	3	3	1	3	26	19	7
55	3	2	3	1	2	2	1	3	3	3	2	1	26	20	6
56	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	25	20	5
57	2	3	1	1	3	3	2	1	1	2	2	1	22	17	5
58	3	1	2	3	3	3	1	1	1	3	1	1	23	18	5
59	1	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	22	16	6
60	3	3	1	3	2	1	2	1	3	2	2	3	26	19	7
61	2	2	2	3	3	1	2	1	1	1	3	3	24	17	7
62	2	4	5	5	4	5	5	4	5	4	5	3	51	39	12
63	2	3	5	3	4	3	4	3	3	4	3	4	41	30	11
64	2	4	5	3	3	2	3	5	5	3	5	5	45	32	13
65	2	5	4	3	3	1	2	3	3	3	3	5	37	26	11
66	3	5	5	5	4	3	2	4	5	5	4	5	50	36	14
67	1	4	4	5	3	2	3	5	4	3	4	4	42	31	11
68	3	5	5	5	5	3	2	5	5	5	5	5	53	38	15
69	2	3	4	5	4	3	3	5	4	4	3	4	44	33	11
70	1	5	5	3	4	4	3	4	3	5	3	3	43	32	11
71	1	5	4	5	5	2	1	4	5	4	4	3	43	32	11
72	2	3	3	5	3	3	2	3	3	3	5	3	38	27	11
73	3	5	5	5	5	2	3	5	5	5	5	5	53	38	15
74	2	4	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	52	37	15
75	3	5	5	5	4	3	2	5	5	3	5	5	50	37	13
76	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	5	38	27	11
77	3	5	3	5	3	3	3	3	3	5	3	3	42	31	11
78	2	5	3	3	5	2	3	3	3	5	3	3	40	29	11
79	3	5	3	4	3	1	3	3	3	3	5	3	39	28	11
80	1	5	5	5	5	3	2	5	4	5	5	5	50	35	15

Cant	Procastinación												Procastinación	Autorregulación académica	Postergación de actividades
	Autorregulación académica									Postergación de actividades					
	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12			
81	1	5	5	5	4	3	3	5	5	5	5	5	51	36	15
82	2	5	5	5	2	5	4	5	5	5	5	4	52	38	14
83	2	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	2	53	41	12
84	2	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	54	39	15
85	1	3	5	3	5	3	3	5	3	3	3	4	41	31	10
86	2	3	3	3	4	3	3	5	3	3	3	2	37	29	8
87	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	36	27	9
88	2	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	5	53	38	15
89	3	4	5	4	5	1	2	5	5	5	5	5	49	34	15
90	1	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	48	33	15
91	1	5	5	4	5	1	5	5	5	5	5	3	49	36	13
92	2	5	5	5	5	3	3	5	5	4	5	4	51	38	13
93	3	5	5	5	5	3	3	5	5	4	4	5	52	39	13
94	2	3	3	3	4	3	3	5	5	5	5	5	46	31	15
95	3	5	4	5	4	2	3	5	5	5	5	5	51	36	15
96	1	3	4	5	3	3	2	4	3	5	3	3	39	28	11
97	1	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	33	22	11
98	1	2	5	5	2	2	2	5	4	4	3	4	39	28	11
99	1	1	5	5	1	2	2	5	4	4	5	5	40	26	14
100	1	1	5	5	1	2	1	5	4	5	5	3	38	25	13
101	1	5	5	5	1	3	1	5	4	5	5	4	44	30	14
102	1	5	3	4	1	3	1	4	5	4	5	5	41	27	14
103	3	3	3	5	3	3	3	5	3	4	3	5	43	31	12
104	1	5	5	3	1	3	3	4	5	5	3	5	43	30	13
105	1	3	5	3	2	3	3	5	3	3	3	5	39	28	11
106	1	4	3	3	3	2	3	5	3	3	3	5	38	27	11
107	1	3	3	5	3	3	3	3	3	5	3	3	38	27	11
108	1	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	36	28	8
109	2	4	5	5	4	1	2	4	3	3	3	4	40	30	10
110	1	4	4	3	3	3	3	3	5	3	3	3	38	29	9
111	1	3	5	3	3	3	2	3	3	3	3	5	37	26	11
112	1	5	3	3	3	2	3	5	3	3	4	5	40	28	12
113	1	3	5	3	5	3	2	3	4	3	3	4	39	29	10
114	1	4	3	3	5	3	3	3	4	3	4	5	41	29	12
115	1	4	5	5	5	2	1	5	5	4	4	3	44	33	11
116	1	5	5	4	5	2	3	5	5	3	5	5	48	35	13
117	1	3	5	4	5	2	3	4	4	3	5	5	44	31	13
118	1	5	4	4	3	2	1	5	3	5	4	5	42	28	14
119	1	4	5	4	5	3	3	5	4	3	5	4	46	34	12
120	1	3	4	5	5	3	3	4	5	4	5	5	47	33	14



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, PALOMINO TARAZONA MARIA ROSARIO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ancón", cuyo autor es FLORES ALDANA KARLA PATRICIA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 17.00%, 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, 30 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
PALOMINO TARAZONA MARIA ROSARIO DNI: 06835253 ORCID: 0000-0002-3833-7077	Firmado electrónicamente por: MPALOMINOTA el 30-07-2023 20:49:57

Código documento Trilce: TRI - 0628482