



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
DOCENCIA UNIVERSITARIA**

Influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de
maestría de una universidad de Trujillo, 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestro en Docencia Universitaria

AUTOR:

Lazo Mora, Felipe Joel (orcid.org/0009-0009-9397-7921)

ASESORES:

Mg. Moran Requena, Juan Jose (orcid.org/0009-0007-1597-2266)

Dr. Palacios Sánchez, José Manuel (orcid.org/0000-0002-1267-5203)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizaje

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

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

**LIMA - PERÚ
2023**

DEDICATORIA

Este trabajo va dedicado en primer lugar a Dios, a mi esposa Paolita Valdivia y mi hija Marianita Lazo, por tanto, cariño que nos das, por ser mi fortaleza y la razón de mi superación, a mis padres Huberth y Aydith por su ejemplo de superación.

AGRADECIMIENTO

A mi asesor Mg. Juan José Roman Requena, por acompañarme con paciencia en este proceso brindando sus conocimientos y guía, los cuales impulsaron lograr este reto que es este trabajo.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenido	iv
Índice de tablas	v
Índice de figura	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	14
3.1 Tipo y diseño de la investigación	14
3.2 Variables y operacionalización	15
3.3 Población, muestra y muestreo	17
3.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos	18
3.5 Procedimientos	20
3.6 Método de análisis de datos	21
3.7 Aspectos éticos	21
IV. RESULTADOS	23
V. DISCUSIÓN	29
VI. CONCLUSIONES	34
VII. RECOMENDACIONES	36
REFERENCIAS	37
ANEXOS	50

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. <i>Matriz de operacionalización de la variable educación virtual</i>	16
Tabla 2. <i>Matriz de operacionalización de la variable estrés</i>	17
Tabla 3. <i>Validez del cuestionario de educación virtual</i>	19
Tabla 4. <i>Validez del cuestionario de estrés</i>	19
Tabla 5. <i>Confiabilidad del cuestionario de educación virtual</i>	20
Tabla 6. <i>Confiabilidad del cuestionario de estrés</i>	20
Tabla 7. <i>Nivel de educación virtual, según sus dimensiones</i>	23
Tabla 8. <i>Nivel de estrés, según sus dimensiones</i>	24
Tabla 9. <i>Determinación del ajuste de los datos para el modelo de educación virtual en el estrés</i>	25
Tabla 10. <i>Pseudo R cuadrado de la hipótesis general</i>	25
Tabla 11. <i>Determinación del ajuste de los datos para el modelo de educación virtual en el estrés bajo</i>	26
Tabla 12. <i>Pseudo R cuadrado de la hipótesis específica 1</i>	26
Tabla 13. <i>Determinación del ajuste de los datos para el modelo de educación virtual en el estrés moderado</i>	27
Tabla 14. <i>Pseudo R cuadrado de la hipótesis específica 2</i>	27
Tabla 15. <i>Determinación del ajuste de los datos para el modelo de educación virtual en el estrés alto</i>	28
Tabla 16. <i>Pseudo R cuadrado de la hipótesis específica 3</i>	28

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. <i>Esquema del diseño correlacional - causal</i>	15

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal, determinar la influencia de la educación virtual en el estrés en una Universidad de Trujillo 2023. La investigación es de tipo básica, de nivel descriptivo y enfoque cuantitativo, el método es hipotético-deductivo, el diseño es no experimental, correlacional - causal, la población a estudiar es de 87 estudiantes de maestría, el muestreo que se realizó fue no probabilística, intencional, por lo cual la muestra la conformaron los 87 estudiantes de maestría de una universidad de Trujillo y finalmente la técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta haciendo uso de cuestionarios llevada a cabo a través de 26 preguntas, las mismas que fueron validadas por tres expertos que dieron testimonio de autenticidad por el coeficiente de alfa de Cronbach. Los resultados se obtuvieron a través de la prueba de regresión logística ordinal los que arrojaron un valor de $p\text{-valor}=0.000<0.05$, donde se evidenció Pseudo R^2 , muestra un coeficiente Cox and Snell = 0.748 y Nagelkerke = 0.749, concluyendo que la variable educación virtual influye sobre el estrés.

Palabras clave: Educación virtual, estrés, educación de calidad

ABSTRACT

The present investigation has as its main objective, to determine the influence of virtual education on the stresses at a University of Trujillo 2023. The investigation is of a basic type, of a descriptive level and a quantitative approach, the method is hypothetical-deductive, the design is not experimental, correlational - causal, the population to be studied is made up of 87 mastery students, the sample that was carried out was not probabilistic, intentional, by which the sample was shaped by the 87 master's students from a university in Trujillo and finally the technique used for the collection of data, the survey using questionnaires was carried out through 26 questions, the same ones that were validated by three experts who testified to their authenticity by the Cronbach alpha coefficient. The results were obtained through the ordinal logistic regression test which entered a value of $p\text{-value}=0.000<0.05$, which showed Pseudo R^2 , showing a Cox and Snell coefficient = 0.748 and Nagelkerke = 0.749, concluding that the variable virtual education influences stress.

Keywords: Virtual education, stress, quality education

I. INTRODUCCIÓN

La adopción generalizada de la educación virtual ha generado altos niveles de estrés en estudiantes universitarios a nivel global; les ha afectado físicamente como mentalmente, esto se debió por el cambio de las aulas físicas o presenciales a la modalidad de aprendizaje virtual. Esto aumentó la prevalencia de estrés psicológico, ansiedad y depresión, de esta manera se ha indagado que los niveles de depresión y estrés ha aumentado en un 75% en la población de estudiantes universitarios que están usando el aprendizaje virtual, por lo que es necesario reducir el estrés de los estudiantes que están en constante uso de la educación virtual improvisada, esta desorganización no es llamativa produciendo presión, (Azmi et al., 2022; de Jong et al., 2013; Grodotzki et al., 2021; Siemens et al., 2015)

Por lo tanto, dentro de este marco de la virtualidad en las universidades del mundo han implementado cursos masivos en línea, hoy en día se ha aplicado esta virtualidad y hasta este momento se ha convertido en una forma rutinaria la enseñanza y aprendizaje.(Choi et al., 2021; Lei et al., 2021; Mishra et al., 2020).

Asimismo, las universidades de todo el mundo han experimentado una evolución y transformación de la educación presencial tradicional a una educación virtual, tanto sincrónica como asincrónica. Para lograr esto, se han utilizado diversas herramientas de creación, dando lugar al surgimiento de plataformas digitales como Big Blue Button, Zoom y Microsoft Teams, que se han convertido en las más utilizadas. Además, se ha evidenciado una mayor demanda por parte de los estudiantes universitarios de servicios psicológicos, debido a los procesos de estrés generados por la adaptación a la nueva situación académica de la educación virtual. Para muchos estudiantes, esta transición resulta estresante y los niveles de estrés varían desde leves hasta moderados. Además, se ha comprobado que las mujeres experimentan niveles de estrés superiores en contraste a los hombres.(Alam & Asimiran, 2021; Gijón Puerta et al., 2022; Grodotzki et al., 2021).

El uso inadecuado de plataformas virtuales, la falta de orientación docente, la calidad deficiente de los contenidos virtuales, el mal uso de dispositivos tecnológicos y la falta de retroalimentación en las evaluaciones, junto con la

interacción con los profesores, son factores que generan estrés de los estudiantes de maestría. Estos factores se manifiestan a través de la frustración asociada al fracaso académico y se manifiesta, cuando el nivel de estrés supera las capacidades de adaptación del estudiante por la sobre carga en tareas y poca interacción. (Dhanalakshmi, 2018; Espino-Díaz et al., 2020; Xu & Wang, 2023).

En latino américa, la introducción de la educación virtual ha sido bastante rápida y flexible, a pesar que muchos profesionales y alumnos no tuvieron adiestramiento y manejo correcto de la educación virtual, lo cual origino estrés, pues tuvieron que aprender en el camino, fue necesario y a la vez forzado, así de esta manera trataron de integrarse a esta nueva tecnología, el cual aún es desorganizada pero exigente con las tareas. (Benítez & et All, 2020)

En el Perú, la educación virtual ha sido un desafío con fortalezas y debilidades tanto para los alumnos como para los docentes. Aunque las plataformas virtuales son creadas con el fin de mejorar la enseñanza, en muchos casos no se ha dado porque las plataformas son improvisados, desordenados, mal organizados, sobre todo en el interior del país donde hay poca conectividad de internet y esto ha generado problemas emocionales como el estrés, esto genera repercusiones negativas en el rendimiento académico de los universitarios, lo cual afectaría sus calificaciones y su progreso en el aprendizaje, sin importar su género, edad o ubicación residencial. (Berg & Furrer, 2019; Calatayud Mendoza et al., 2022)

La adopción de la educación virtual como método para mantener la continuidad del proceso de enseñanza-aprendizaje ha generado debates debido a las deficiencias en los resultados alcanzados, especialmente en relación a la disponibilidad de acceso a internet. Según estudios, el 55% de los estudiantes universitarios en Perú tienen acceso, mientras que el 45% no lo tienen. Esta situación ha dificultado el desarrollo adecuado de la educación universitaria en todo el país, especialmente en las regiones más alejadas, y ha contribuido a un aumento en los niveles de estrés entre los estudiantes. (Zelada et al., 2022)

Por consecuente se planteó el problema general: ¿Cuál es la influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo, 2023?, los problemas específicos: (1) ¿Cuál es la influencia de la

educación virtual en el nivel de estrés bajo en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo, 2023?; (2) ¿Cuál es la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés moderado en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo, 2023? ; (3) ¿Cuál es la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés alto en estudiantes de Maestría en una Universidad Trujillo, 2023?

Y el objetivo principal fue: Determinar la influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023. Los objetivos específicos son: (1) Determinar la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés bajo en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023; (2) Determinar la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés moderado en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023; (3) Determinar la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés alto en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.

Por lo tanto, nuestra hipótesis general fue: La educación virtual influye significativamente en el estrés de estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023. Y sus hipótesis específicas son: (1) La educación virtual influye significativamente en el nivel de estrés bajo en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023; (2) La educación virtual influye significativamente en el nivel de estrés moderado en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023; (3) La educación virtual influye significativamente en el nivel de estrés alto en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.

La investigación tuvo una importancia teórica, pues se enfocó en abordar los desafíos generados por “educación virtual” en relación a la salud emocional específicamente el estrés en estudiantes. Este estudio es de suma importancia, porque existe una escasa cantidad de información que permite identificar las dimensiones de la educación virtual, las cuales generan impacto en la reducción o aumento de estrés. Además, la investigación proporcionó un valioso aporte práctico mejora la metodología de educación de la institución, para lograr reducir el comportamiento de la aparición del estrés en la educación virtual, además permite tomar decisiones más acertadas de manera más fácil y convenientes. Esta información es útil para implementar estrategias de salud mental de manera efectiva. Su importancia radica en el ámbito salud, pues ayudara a lograr prevenir episodios estrés prologados sobre los alumnos maestrantes.

II. MARCO TEÓRICO

Seguidamente, mencionaremos algunos estudios que tienen una relación con nuestras variables propuestas, las cuales son: Educación virtual y estrés en los estudiantes, los artículos que se presentan analizan las variables tanto en formas independientes como en la relación que tienen.

Entre los antecedentes internacionales, tenemos a (García Frías & Jaimes González, 2022) que nos habla del estrés y educación virtual, es una revisión sistemática en estrés a través del área académica, el cual es un desasosiego que es causado a consecuencia de los eventos académicos y aún más por las actividades académicas. El objetivo fue evaluar investigaciones del año 2016 al año 2021 para ubicar información de óptima calidad, así mismo que sea válida y confiable sobre el estrés en el área académica, especialmente sobre el proceso de metamorfosis que se produjo de la educación presencial hacia la virtualidad y la forma de enfrentarse al stress, en los resultados se tuvieron tres artículos que estudian el stress académico, y concluye que el estrés académico es un problema el cual perjudica no solo al contexto académico, sino el ambiente de los estudiantes. Pues los niveles de estrés aumentan con la carga en el aula y la inseguridad emocional que genera el cambio educativo de una forma presencial a una modalidad virtual.

En otro estudio tenemos a (Azmi et al., 2022), el cual estudio los niveles de depresión y estrés producidos por la educación virtual en universidades públicas y privadas, el método: El estudio se centró en dos puntos: primero, examinar aquellos niveles de depresión y estrés en universitarios en Arabia Saudita, adaptando el cuestionario Zung (Escala de autoevaluación de la depresión). En segundo lugar, si existe una asociación entre los niveles de depresión, estrés y varios factores de angustia asociados con el aprendizaje virtual y como es su impacto en los comportamientos educativos. Los resultados indicaron que las tres cuartas partes de los estudiantes universitarios padecían diferentes síntomas depresivos, la mitad de los cuales presentaban niveles de depresión moderados a extremos. En este estudio confirmó que un método de aprendizaje virtual, el estrés, el miedo a los exámenes y la disminución de la productividad se asociaron significativamente con un aumento de la depresión.

Además, el 75% y el 79% de los estudiantes sufrían estrés y miedo a los exámenes, respectivamente. Aproximadamente la mitad de los estudiantes se asociaron con un aumento de la depresión. En su conclusión también indicó que las estudiantes experimentaron depresión extrema, estrés y miedo a los exámenes más que enfermedades.

Asimismo el estudio hecho por (Pandey et al., 2021), el propósito del estudio fue investigar al estrés y como se modifica en alumnos universitarios a medida que estos se embarcan en sus responsabilidades académicas utilizando la educación virtual y sus herramientas para llevar a cabo sus esfuerzos académicos durante el periodo del COVID-19. Se recopilaron datos a través de cuestionarios en línea de 245 estudiantes de 14 países, incluidos Australia, Canadá, Dinamarca, Francia, Alemania, India, Indonesia, Italia, Macedonia, Malasia, Holanda, Países Bajos, Pakistán, Filipinas, Rusia, Reino Unido y Estados Unidos. Se seleccionó por muestreo aleatorio simple, donde se muestra los participantes incluyeron estudiantes que estudian diferentes niveles. Los resultados del estudio revelaron que el estrés de los estudiantes afecta su desempeño académico, para este estudio, una recopilación de datos de corte transversal, determino que existe una relación estrés y el género con los factores relacionados con la educación virtual.

De la misma manera, en el estudio (Jabar et al., 2021) nos muestra un estudio que es basada en estudiantes universitarios de Licenciatura en Administración de Sistemas, el cual valora el nivel de estrés generado por la virtualidad, en el proceso de completar una asignación o la tarea en un tiempo pre-determinado. Para esta investigación se seleccionó a los encuestados de 235 estudiantes para recopilar los datos de los encuestados, se utilizó la Escala Likert 1-5 para obtener los hallazgos. Se determinó que hay factores que están generando mucho estrés en los estudiantes al estar usando la virtualidad, además de esto se suman factores como la demasiada carga de trabajo, problemas de la computadora portátil, además de la mala conectividad para realizar las tareas.

También en el estudio (Gorghiu et al., 2021), nos propicia una vista pragmática sobre la educación virtual y el estrés, actualmente es ampliamente aceptado que la enseñanza sea de modo virtual, pero los resultados de este

estudio exploratorio revelaron que los estudiantes de Rumania y Lituania experimentaron problemas emocionales desde frustración y estrés con respecto a las conferencias en línea o clases virtuales. Esto probablemente se debió una pobre organización coordinada del trabajo universitario a distancia, pues los profesores y estudiantes para hacer frente a este desafío, no han tenido una etapa de adaptación previa sobre el uso de plataformas virtuales, sobre todo para brindar contenido del curso, los estudiantes universitarios tuvieron percepciones bastante diferentes sobre la influencia de la educación virtual, pues estudiantes universitarios expresaban preocupaciones acerca de dificultades para mantener la concentración durante las clases virtuales, además de conferencias aburridas y falta de contacto cara a cara , así empezó los episodios de estrés, frustración, falta de compromiso y motivación, además se demostró que un enfoque demasiado prolongado en la pantalla (computadora, tableta, teléfono) aumenta el estrés y la ansiedad.

En los antecedentes nacionales que tienen una similitud para la presente investigación tenemos a (Gonzales Gutierrez, 2021), este estudio hace un balance determinando relación entre educación virtual y estrés en una universidad en Chiclayo. Lo cual se logró hacer por enfoque cuantitativo y no experimental, transversal correlacional, sobre 204 universitarios. Por lo tanto, se ha concluido que, a pesar de la accesibilidad y empleo de plataformas digitales para lograr una educación virtual, hay factores de protección del estudiante, como la aparición de estrés.

También en el estudio realizado por (Valencia Ponce, 2021), esta investigación realizada en Cerro de Pasco, determino relación de enseñanza virtual y estrés de la carrera de Administración. El aspecto metodológico aplicado fue tipo básica, enfoque cuantitativo – correlacional, con 102 participantes, concluyo que todas las dimensiones de la variable enseñanza virtual tienen una correlación positiva con el nivel de estrés.

A lo cual, otro estudio que se realizó por (Cruz Rueda, 2021), este trabajo realizado en Piura el cual tuvo por objetivo: Identificar como la educación virtual tiene relación con el estrés en estudiantes en estomatología. Su metodología es un enfoque mixto, cualitativo y cuantitativo la muestra analizada fue en 49

alumnos, el cual midió por escalas de Likert. Se encontró que la educación virtual, ha tenido una relación muy positiva con el estrés académico en 53% de su población.

También en este estudio (Vela Sangama & Meza Acuña, 2021), en su investigación fue sobre precisar el nivel de estrés por el uso de aulas virtuales en Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia, este estudio se dio en la Universidad Nacional de San Martín - Oriente del Perú, cuanto a su enfoque metodológico cuantitativo no experimental, específicamente un diseño descriptivo simple, consistió en 190 estudiantes. Como resultado, se concluyó que el uso de aulas virtuales genera niveles de estrés: Nivel medio de estrés con un 66.1%, un nivel alto de estrés 21.1% y nivel bajo de estrés 12.9%.

También investigaciones en el norte de nuestro país como (Amaro Morales et al., 2021) tiene objetivo es explorar los efectos del entorno de la educación virtual durante el periodo del COVID-19 en la Escuela Profesional de Arquitectura-Universidad Privada, conto con una población de 40 integrantes, de concluyo que la educación virtual, si produce niveles de estrés en estudiantes universitarios por varios factores.

En los siguientes apartados, se expone las variables teóricas que fundamentan nuestras variables en la presente investigación, las cuales son: La educación virtual y el estrés.

Por lo tanto, para definir la educación virtual, "La Educación Virtual se define, cuando existe enseñanza con una separación física del docente y el estudiante, esto se da a través de la utilización e implementación de nuevas tecnologías, las cuales tienen un gran potencial de desarrollo para promover nuevas metodologías, a la vez que son alternativas para estudiantes que espacialmente están limitados por su medio geográfico, la educación virtual debe tener ciertas características como mostrar datos, gráficos, sonidos, imágenes, pero guiado. Asimismo, con buena conectividad, accesible, barato, todo esto debe ser regido por la malla curricular vigente de la institución, para así lograr flexibilidad para lograr responder los requerimientos en la educación continua, de la misma manera de mantenerse actualizado, todo esto se da en un tiempo flexible". (Juca Maldonado, 2016; Mota et al., 2020)

Por consiguiente, permite desarrollar habilidades y conocimientos a un ritmo propio del alumno, el cual su horario estará pre-establecido por el estudiante, haciendo esto más factible su desarrollo haciendo que el estudiante sea mucho más autónomo y a la vez más autodidacta. "(Juca Maldonado, 2016; Mota et al., 2020)

Hoy en día, la mayoría de alumnos universitarios tienen un pleno acceso a una educación virtual y pueden usarlo en cualquier momento y en cualquier lugar, mientras tengan un dispositivo como la computadora e internet sean accesibles, esto es una oportunidad para manejar su enseñanza y aprendizaje no presenciales y tienen diferentes enfoques desde la virtualidad para así lograr aspectos metodológicos o de diseño de los correspondientes entornos. (Ministerio de Educación del Perú, 2020)

La educación virtual en la universidad es un sistema abierto que se lleva a cabo a través de Internet, ya sea del modo sincrónica o asincrónica, este sistema promueve la interacción y transferencia de ideas y conocimientos en diversos momentos y lugares específicos según los currículos de cada curso en la universidad. Siendo un aprendizaje no presencial, incluye diversas actividades y tareas en las cuales, el estudiante interactúa con el contenido de las plataformas virtuales a través de la computadora, laptops, así mismo también por medio de dispositivos móviles como teléfonos celulares desarrollando diferentes actividades que serán supervisadas por el docente a cargo. (Sadiku et al., 2018; Stern, 2020)

La educación virtual, hace que el alumno logre iniciar sesión en un entorno de aprendizaje en cualquier momento, lugar y así pueda lograr descargar y cargar los documentos, así como enviar mensajes o verificar los envíos de mensajes de profesores o compañeros, los estudiantes en las actividades asincrónicas pueden pasar gran parte de su tiempo refinando sus respuestas y estas son más reflexivas y profundas, en comparación de las respuestas sincrónicas. (Doan Thi Hue Dung, 2020; Mohammadi, 2023)

Hay varias ventajas por el uso de la educación virtual asincrónica, entre los que se muestran con más frecuencia son, los altos niveles de flexibilidad temporal, que contribuyen instantáneamente a un aprendizaje más accesible y

nuevas experiencias para una variedad de estudiantes y puede almacenar los archivos de materiales anteriores, todo esto ayuda a aumentar el compromiso cognitivo ya que los estudiantes tienen tiempo suficiente para reflexionar sobre el material del curso. Por otro lado, hay también desventajas, pues los estudiantes pueden sentirse menos satisfechos sin la interacción social entre sus compañeros e instructores, además que el material del curso puede malinterpretarse si es que no existe la discusión o interacción en tiempo real. (Doan Thi Hue Dung, 2020)

Se reveló que el aula virtual asíncrona ofrece enseñanza que fomenta el aprendizaje a su propio ritmo y la enseñanza para responder actividades y solución de problemas. Otro hallazgo abordado sobre la enseñanza y la educación virtual, es que puedes estar en línea en forma asíncrona métodos que demuestran que si un sustituto aceptable de la enseñanza en el aula tanto para estudiantes y profesores. (Doan Thi Hue Dung, 2020; Mohammadi, 2023)

Algunos autores como Mosleh, han abordado las teorías que de cómo la educación virtual no organizada puede generar estrés en los estudiantes debido a la sobrecarga de trabajo, además de la falta de capacitación y los conflictos familiares. Como resultado, se genera un impacto psicológico sobre los estudiantes, ya que la transición repentina a la enseñanza en línea aumenta los niveles de estrés y provoca un impacto negativo en su vida familiar, salud física y salud mental. Por lo tanto, es importante que las instituciones educativas ofrezcan un entorno virtual estructurado, brinden apoyo adecuado y promuevan estrategias de afrontamiento saludables para ayudar a los estudiantes a manejar el estrés relacionado con la educación virtual. (Mosleh et al., 2022)

Teoría de la carga cognitiva: El autor principal de esta teoría, John Sweller, sostiene que el aprendizaje efectivo depende de la “Gestión Adecuada u Ordenada” de la carga cognitiva impuesta al estudiante. Dentro del contexto de educación virtual, donde estudiantes interactúan con contenido digital y realizan tareas en línea, es fundamental considerar la carga cognitiva que experimentan. La presentación de información compleja, la necesidad de realizar múltiples tareas y la falta de interacción directa con el instructor pueden aumentar la carga cognitiva y potencialmente generar estrés en los estudiantes. Por lo tanto, es importante diseñar y presentar los materiales de manera clara, estructurada y ajustada a las

habilidades y capacidades de los estudiantes, así mejora y maximiza el proceso de aprendizaje y minimizar al estrés asociado a la carga cognitiva.(Andrade-Lotero, 2012)

En los estudios de (Ansayam & Tan, 2021; Carrillo Ureta et al., 2018; Marciniak & Gairín Sallán, 2017; Russo et al., 2022; Saadé et al., 2007), nos dan una vista interesante de como la educación virtual tiene dimensiones que son medibles, las cuales surgen a través de la interacción de los docentes y estudiantes. Las dimensiones que sugieren son cuatro:

Respecto a la primera dimensión que es llamado “recursos de aprendizaje”, el cual se define como: El análisis de cuáles son los aspectos más didácticos, asimismo cuales son los materiales a ser empleados, también como es proceso del desarrollo del proceso enseñanza y aprendizaje en la aula virtual, además como es la organización de los contenidos que muchas veces son abundantes de las unidades didácticas de los cursos, además se debe tener en cuenta como son los recursos que ofrece la plataforma de virtual, para lograr el desenvolvimiento del alumno. (Ansayam & Tan, 2021; Carrillo Ureta et al., 2018; Marciniak & Gairín Sallán, 2017; Russo et al., 2022)

Respecto a la segunda dimensión llamado “colaboración virtual”, el cual se define como: La forma evaluación del aprendizaje colaborativo en la educación virtual, puede tomar la forma de discusión entre el conjunto actividades, materiales didácticos para la clase o de equipo en grupos más pequeños. Tiene que existir una colaboración que además incluya, fomenta la realización de debates y la interacción para intercambiar ideas relacionadas con el contenido del curso, que debería conducir a un resultado que debería estar anteriormente planificado. Esto involucra a los estudiantes en un debate estructurado sobre un tema del curso que tenga calidad de tecnología, ósea que este orientado al producto en línea La colaboración, por otro lado, puede conducir a un producto final como un proyecto, ensayo, etc. Estas tareas se pueden evaluar utilizando dos elementos: un grado común para el grupo basado en la calidad del producto del grupo y calificaciones individuales por la contribución de cada individuo. (Ansayam & Tan, 2021; Carrillo Ureta et al., 2018; Marciniak & Gairín Sallán, 2017; Russo et al., 2022)

Respecto a la tercera dimensión llamado “acompañamiento virtual”, el cual se define como: La existencia de los procesos de interacción entre todos los participantes en la educación virtual, el cual no solo es el mero proceso educativo de aprender contenidos, sino es crear vínculos de cercanía en lo académico virtual de todos los estudiantes con la orientación del docente, de esta manera logran generar nuevas estrategias de seguimiento y retroalimentación, con canales de comunicación y que se necesita verificar si se están usando correctamente, si es flexible para las consultas virtuales, esto además deja como evidencia, cual es el porcentaje de alumnos que no entran al aula y el progreso en la finalización de actividades. (Ansayam & Tan, 2021; Carrillo Ureta et al., 2018; Marciniak & Gairín Sallán, 2017; Russo et al., 2022)

Respecto a la cuarta dimensión llamado “desarrollo de competencias”, se define como: El desarrollo de competencia es multidimensional, pues son un conjunto de comportamientos y además abarca una combinación de habilidades propias del estudiante, esto quiere decir que muestra el potencial de cada estudiante, entre las cuales destacan las intelectuales, manuales, además de actitudes y valores, que logran al alumno afrontar con una capacidad de buen desempeño y discernimiento en diferentes situaciones que pueden ser desde simples a complejas. (Ansayam & Tan, 2021; Carrillo Ureta et al., 2018; Marciniak & Gairín Sallán, 2017; Russo et al., 2022)

A continuación, se define la variable estrés, la cual es formulada por Selye (1983): “El estrés es una respuesta no específica del cuerpo”, se caracteriza por un estado persistente de agitación mental y tensión corporal de intensidad elevada y prolongada, la cual es superior a la habilidad de la persona de resistir una situación generando inquietud y angustia, pudiendo dar lugar a problemas personales, conflictos familiares e incluso impactos en el ámbito social. Por lo tanto, el estrés es un fenómeno inevitable para todas las personas y que experimentaran en la vida, el estrés es un desequilibrio emocional que puede ocurrir debido a varias razones tales como pruebas, documentos y proyectos, naturaleza competitiva dentro del campo elegido de enseñanza que es la virtualidad, las preocupaciones financieras acerca de la escuela y perspectivas futuras de empleo. (Anjali Rana et al., 2019; Vermisli et al., 2022)

Además, el Dr. Cannon (1929) propuso que cuando el cuerpo humano está en un cuadro de estrés lo que sucede es que cuando el organismo percibe una amenaza, el cuerpo es rápidamente excitado y motivado a través del sistema nervioso simpático y el sistema endocrino para recuperar la homeostasis, y este produce niveles de estrés. (López Santana et al., 2014)

El estrés como respuesta, fue introducido formalmente por Hans Selye (1956), asimismo es considerado popularmente como el padre de la teoría del estrés; de hecho, le dio su nombre y proporcionó una de las primeras descripciones sistemáticas de las respuestas al estrés. Selye propuso una su definición en 1936.(Barrio et al., 2006; Pérez Martínez, 2018)

Para lograr desarrollar estrés, la persona estará expuesta a un factor estresor y esto es: Cualquier cosa que desafía a un individuo adaptabilidad o estimula el cuerpo o la mentalidad de un individuo. Por consiguiente, el estrés puede ser causado por varios factores como la enseñanza virtual, el medio ambiente, psicológicos, biológicos y sociales, además que puede ser negativo o positivo para un individuo, dependiendo de la intensidad del estrés y la forma del manejo individual de cada persona. (Anjali Rana et al., 2019; Vermisli et al., 2022)

Así mismo, la variable estrés se ha logrado dividir su prevalencia del estrés en diversos niveles, para así tener un mejor estudio de las cualidades de esta enfermedad, las cuales son divididas en tres tipos: estrés bajo, estrés moderado, estrés alto. (Bedoya-Lau et al., 2014; Pérez Martínez, 2018)

Respecto a la primera dimensión, llamado estrés bajo: Reacción de alarma esto inicialmente se describe como la respuesta original de lucha o huida de problema, en esta etapa varios sistemas del cuerpo están activados, principalmente el sistema nervioso y el endocrino seguido del cardiovascular, pulmonar y sistemas musculo esqueléticos. El estrés bajo en los estudiantes se manifiesta cuando existe una deserción, esto se da si es un curso o se retira del semestre por diferentes circunstancias. (Bedoya-Lau et al., 2014; Pérez Martínez, 2018)

Respecto a la segunda dimensión, llamado estrés moderado: Etapa de adaptación, el cuerpo trata de volver a un estado de calma fisiológica, al resistir

la alarma. El cuerpo permanece activado o excitado, generalmente a una intensidad menor que durante la etapa de alarma, pero lo suficiente como para provocar una tasa metabólica más alta en algunos tejidos de los órganos. En efecto, uno o más órganos pueden estar trabajando horas extraordinarias y, en consecuencia, entrar en la tercera y última etapa. (Bedoya-Lau et al., 2014; Pérez Martínez, 2018)

Respecto a la tercera dimensión, llamado estrés alto: Etapa de agotamiento, el agotamiento ocurre cuando uno o más de los órganos a los que se dirigen procesos metabólicos específicos ya no pueden satisfacer las demandas que se les imponen y no funcionan correctamente. Esto puede resultar en la muerte del órgano y, dependiendo de qué órgano se vuelve disfuncional (por ejemplo, el corazón), posiblemente la muerte del organismo como un todo. (Bedoya-Lau et al., 2014; Pérez Martínez, 2018)

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de la investigación

3.1.1 Tipo de investigación:

- El tipo de investigación es esta investigación es básica.

3.1.2 Diseño de investigación:

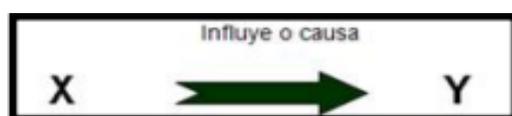
- Diseño no experimental: Considerando los datos recabados del estudio, fueron recopilados mediante instrumentos, posteriormente analizados y procesados por medios estadísticos, se efectuó con un diseño de tipo no experimental, ya que logro observar como las variables se comportan en un determinado contexto, asimismo su nivel fue considerado, descriptivo y correlacional, pues la recopilación de datos tiene el propósito de establecer la existencia de relaciones (Maldonado Pinto, 2019).

Respecto al enfoque fue de tipo cuantitativo, el cual tuvo un fundamento y se desarrolló con los procedimientos los cuales ayudaron a reunir y procesar datos numéricos, conseguidos tras aplicación de los instrumentos previamente validados, y estos datos que se extrajeron han sido analizados a través de la estadística. El método es hipotético-deductivo, se basa en la formulación de hipótesis que explican los fenómenos investigados y permite inferir proposiciones o consecuencias relevantes de manera progresiva, partiendo de lo general a lo particular. (Roberto, 2018)

Asimismo, la temporalidad del presente estudio, es corte transversal, porque el instrumento que se empleó en la investigación solo se hizo una sola medición en un solo momento. Por lo tanto, el grafico es correspondiente al esquema que presenta un diseño no experimental correlacional causal. (Ñaupas Paintan et al., 2014)

El presente esquema representa el diseño de investigación:

Figura 1. *Esquema del diseño de la investigación correlacional causal*



Dónde:

“X”, es la Educación Virtual (variable independiente).

“Y”, es estrés (variable dependiente).

3.2 Variables y operacionalización

Variable independiente. Educación Virtual

Definición Conceptual:

Según (Nieto Göller, 2013), la educación virtual implica utilización de nuevas tecnologías que permiten ofrecer alternativas de aprendizaje, lo cual resulta especialmente beneficioso para los estudiantes que tienen limitaciones de acceso debido a su ubicación geográfica.

Definición Operacional:

Con el fin de evaluar la variable educación virtual, se empleó un cuestionario elaborado a partir de (Flores, 2020). La definición operativa del instrumento es fundamentada por 12 ítems agrupados por cuatro categorías o dimensiones: (a) Dimensión recursos de aprendizaje, que consta de la calidad de tecnología, materiales didácticos, y recursos de aprendizaje; (b) Acompañamiento virtual, el cual consta de la flexibilidad, orientación del tutor y consultas virtuales; (c) Colaboración virtual, que consta de respuesta oportuna, orientación, personalización, apoyo; (d) Dimensión desarrollo de competencias, que consta de modalidad de estudio y formación de competencias.

TABLA 1. Matriz de operacionalización de la variable educación virtual.

	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Escala de medición
Educación Virtual	Para (Nieto Göller, 2013), educación virtual es la utilización de nuevas tecnologías y poder lograr métodos de aprendizaje opcionales lo que es una ayuda importante a los estudiantes que mantienen un acceso restringido por su ubicación geográfica.	Se medirá los recursos de aprendizaje, acompañamiento o virtual, colaboración y desarrollo de competencias, utilizando el cuestionario de Likert aplicado a los estudiantes de la maestría en una universidad de Trujillo, 2023	Dimensión de recursos de aprendizaje. Dimensión acompañamiento virtual. Dimensión colaboración virtual. Dimensión desarrollo de competencias.	Calidad de tecnología, materiales didácticos, recursos de aprendizaje. Flexibilidad, orientación del tutor y consultas virtuales. Respuesta oportuna, orientación, personalización, apoyo. Modalidad de estudio y formación de competencias.	Ordinal 1.Totalmente desacuerdo 2.Desacuerdo 3.Indiferente 4. De acuerdo 5.Totalmente de acuerdo

Variable dependiente. Estrés

Definición Conceptual:

De acuerdo a (Belkis et al., 2015), se caracteriza por un estado persistente de agitación mental y tensión corporal de intensidad elevada y prolongada, la cual es superior a la habilidad de la persona de resistir una situación generando inquietud y angustia, pudiendo dar lugar a problemas personales, conflictos familiares e incluso impactos en el ámbito social.

Definición Operacional:

Para medir la variable educación virtual, se empleó un cuestionario elaborado por (Reyna et al., 2019). La definición operativa del instrumento se basa en 14 ítems agrupados en tres dimensiones: (a) Bajo; (b) Moderado; (c) Alto, las cuales constan de respuestas oportunas: (5) es siempre, (4) es casi siempre, (3) es a veces, (2) es casi nunca y (1) es nunca.

TABLA 2. Matriz de la operacionalización de la variable estrés.

	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Escala de medición
Estrés	De acuerdo a (Belkis et al., 2015), es un elevado nivel crónico de agitación mental y tensión corporal, que es muy superior a la capacidad de la persona de aguantar una determinada situación, la cual provoca preocupación y angustia y puede conducir a trastornos personales, desórdenes familiares e incluso sociales.	Para medir la variable educación virtual, se empleó un cuestionario elaborado a partir de (Reyna et al., 2019). El instrumento se basa en 14 ítems agrupados en tres dimensiones: (a) Bajo; (b) Moderado; (c) Alto, utilizando el cuestionario de Likert aplicado a los estudiantes de la maestría en una universidad de Trujillo, 2023.	Bajo Moderado Alto	Molestias físicas y mentales Incapacidad de controlarse Nivel de tensión Inseguridad Afrontamiento a problemas Confianza para resolver problemas Frecuencia de buenos resultados Lograr terminar las cosas a tiempo. Conflicto personal Control y orden Inquietud Ansiedad y desgano	Ordinal 1.Totalmente desacuerdo 2.Desacuerdo 3.Indiferente 4. De acuerdo 5.Totalmente de acuerdo

3.3 Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población: Fue conformado por 87 maestrantes de una universidad de Trujillo. De acuerdo a Hernández y Mendoza (2018) la población se refiere conjunto total de todas las instancias que cumplen ciertos criterios y características.

▪ **Criterios de inclusión:**

- Se considerará a todos los estudiantes de los diferentes ciclos que estudian la maestría de la universidad en estudio.
- Que quieran involucrarse en el estudio

▪ **Criterios de Exclusión:**

- No se considerará a alumnos de otra institución
- Alumnos que no deseen participar en el estudio de la institución.

3.3.2 Muestra: Pues debido nuestra limitada cantidad de población, no fue necesario aplicar una fórmula de muestreo. La muestra estuvo conformada

por 87 maestrantes, provenientes de diferentes ciclos y ambos sexos, que expresaron su voluntad para participar en la investigación.

3.3.3 Muestreo: Se empleó un muestreo censal, el cual abarco toda la población (Hernández y Mendoza, 2018).

3.3.4 Unidad de análisis: Se constituyó por todos los estudiantes, de todos los ciclos de maestría en una universidad de Trujillo.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En este trabajo, la técnica principal que se empleó es la encuesta. Según (Valderrama, 2020): “Para recopilar datos, es necesario desarrollar un plan detallado de procedimientos que permita obtener información con un objetivo específico.

Se empleó el instrumento “Cuestionario de educación virtual”, elaborado a partir de la teoría de (Nieto Göller, 2013) desarrollado por , y el “Cuestionario de estrés” (Reyna et al., 2019), el autor de la presente investigación ha validado y asegurado la confiabilidad de ambos instrumentos.

Ficha técnica del instrumento para medir Educación Virtual:

Nombre: Cuestionario de Educación virtual

Autor (s): Flores (2020)

Adaptado por: Valencia Ponce, Dante Oma (2021)

Origen: Elaborado a partir de la teoría de (Nieto Göller, 2013),

Objetivo: Valorar la educación virtual

Lugar: Lima, Perú

Objetivo: Valorar el nivel de educación virtual

Baremo:

Malo = de 12 a 27

Regular = de 28 a 43

Bueno = de 44 a 60

Ficha técnica del instrumento para medir Estrés:

Nombre: Cuestionario de Estrés

Autor (s): Reyna (2018)

Adaptado por: Guzmán-Yacaman & Reyes-Bossio (2018)

Objetivo: Valorar el estrés

Baremo:

Bajo = de 14 a 27

Moderado = de 28 a 41

Alto = de 42 a 70

Validez y confiabilidad

Validez de los instrumentos.

El veredicto de tres especialistas determinó la validez del contenido de los instrumentos. Los hallazgos mostraron que el Cuestionario de Educación Virtual y el Cuestionario de Estrés presentan validez de contenido porque los expertos los consideraron aplicables (Ver anexo 3).

Tabla 3. *Validez del cuestionario de Educación Virtual*

EXPERTO	GRADO ACADÉMICO	NOMBRE Y APELLIDO	CRITERIO
1	DOCTOR	Javier Fernando Díaz Molinari	Aplicable
2	DOCTOR	Javier Alejandrino Neyra Villanueva	Aplicable
3	DOCTOR	Manuel Fernando Melgar Jiménez	Aplicable

Tabla 4. *Validez del cuestionario de Estrés*

EXPERTO	GRADO ACADÉMICO	NOMBRE Y APELLIDO	CRITERIO
1	DOCTOR	Javier Fernando Díaz Molinari	Aplicable
2	DOCTOR	Javier Alejandrino Neyra Villanueva	Aplicable
3	DOCTOR	Manuel Fernando Melgar Jiménez	Aplicable

Confiabilidad de los instrumentos

Los instrumentos utilizados en la investigación consistieron en ítems en escala de Likert y su consistencia interna fue evaluada con el coeficiente alfa de Cronbach. Se determinó que el Cuestionario “Educación virtual” fue de (0,602), mientras que el Cuestionario “Estrés” presentó una confiabilidad de (0,776). Estos resultados indican que los instrumentos son adecuados y pueden ser aplicados. (Ver anexo 4).

Tabla 5. Confiabilidad del cuestionario de educación virtual

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach 0,602	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados 0,60 a 0,65 Confiable	N de elementos (ítems) 12

Tabla 6. Confiabilidad del cuestionario de estrés

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach 0,776	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados 0,72 a 0,99 Excelente confiabilidad	N de elementos (ítems) 14

3.5 Procedimientos

3.5.1. Coordinaciones previas a la aplicación de los dos instrumentos.

Se llevó a cabo la coordinación con el director de la institución en la que se aplicaron los instrumentos de investigación. Además, se proporcionó información completa sobre las características y objetivos del estudio, y se solicitó autorización antes de proceder.

3.5.2. Aplicación del consentimiento informado.

A todo participante le fue entregado un formulario “consentimiento informado” por formato virtual. Además, se explicaron los objetivos de la investigación, proporcionando los datos personales y profesionales del investigador para establecer su identidad y credibilidad, y se garantizó privacidad y confidencialidad de la información proporcionada para cada participante. Se solicitó el correo electrónico de aquellos que optaron por participar voluntariamente en la investigación como una forma de evidencia.

3.5.3. Aplicación de los instrumentos.

Los instrumentos, lograron aplicarse por modo virtual a través de Google Form y se incluyó una reseña con detalles específicos sobre el estudio. Se estima que pasaron dos semanas entre las aplicaciones de los instrumentos.

3.6 Método de análisis de datos.

Para recolectar datos se utilizó un formulario en Google Forms, posteriormente se trasladaron los datos a una hoja de Excel. Además, se desarrolló un baremo para determinar los niveles en las variables y sus dimensiones, asimismo permitió interpretar los resultados descriptivos. Al respecto Martínez et al, (2009) la Regresión Logística Ordinal, que evalúa la asociación en términos lineales utilizando los rangos de los grupos y compara dichos rangos, estos resultados fueron analizados utilizando el software estadístico SPSS, donde obtuvieron porcentajes y frecuencias mediante tablas. Para los análisis inferenciales, se aplicó Regresión Logística Ordinal, evaluando la asociación lineal utilizando los rangos de los grupos y compara dichos rangos. Para realizar estos análisis, se utilizó la versión 26 del programa estadístico SPSS.

3.7 Aspectos éticos

La ética es un aspecto importante en todas las investigaciones. De acuerdo con House (1993), se identifican tres principios éticos fundamentales que se consideró durante la investigación: el respeto mutuo entre el investigador y el objeto de investigación, la ausencia de coerción y manipulación entre las partes involucradas, y el respeto y defensa de los valores democráticos de participantes. Nuestro estudio, siguió esta línea ética al no impulsar intereses personales, no perjudicar ni limitar a los participantes de ninguna manera. Además, se utilizaron instrumentos alineados con objetivos de la investigación y tuvo en cuenta la preocupación objetiva e imparcial por los intereses de los demás.

En relación a los aspectos éticos, la investigación se adhirió principios de beneficencia, al beneficiar a la muestra con el análisis de los resultados, a la no maleficencia en los participantes al no afectar su integridad y a la autonomía al no contar con intervención externa. Asimismo, cumplieron las directrices y directivas propuestas en la institución educativa para redacción de trabajos de investigación, incluyendo uso de la última versión de la Guía para Elaboración de Trabajos de

Investigación. Además, priorizó su cumplimiento de normas de redacción y coherencia, y se utilizó el software Turnitin con el propósito de prevenir cualquier coincidencia con investigaciones previas y confirmar la autenticidad y originalidad del estudio.

IV. RESULTADOS

4.1 Resultados descriptivos

En la tabla 7, los resultados para la variable “Educación Virtual”, se muestra un 3.4% de los estudiantes de maestría presentan un nivel clasificado como malo, 49.4% indican tener un nivel clasificado como regular y 47.1% presentaron un nivel clasificado bueno en educación virtual. Respecto a la dimensión: Recursos de aprendizaje 2.3% presentan un nivel clasificado como malo, el 16.1% indicaron un nivel clasificado como regular y 81.6% indicaron un nivel clasificado como bueno. En relación a la dimensión acompañamiento virtual, un 1.1% de los encuestados presento un nivel clasificado como malo, 40.2% indicaron un nivel clasificado como regular y 58.6% indicaron un nivel clasificado como bueno. A su vez, la dimensión colaboración virtual 8% indica un nivel clasificado como malo, 67.8% indicaron un nivel clasificado como regular y 24.1% indicaron un nivel clasificado como bueno. Respecto a la dimensión desarrollo de competencias 2.3% indica un nivel clasificado como malo, 39.1% indicaron tener un nivel clasificado como regular y 58.6% indicaron un nivel clasificado como bueno.

TABLA 7. Nivel de educación virtual, según sus dimensiones

	Educación Virtual		Recursos de aprendizaje		Acompañamiento virtual		Colaboración virtual		Desarrollo de Competencias	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
NIVEL MALO	3	3.4	2	2.3	1	1.1	7	8.0	2	2.3
REGULAR	43	49.4	14	16.1	35	40.2	59	67.8	34	39.1
BUENO	41	47.1	71	81.6	51	58.6	21	24.1	51	58.6
Total	87	100.0	87	100.0	87	100.0	87	100.0	87	100.0

Nota: “*f*” Frecuencia absoluta. Fuente: Elaboración propia

En la tabla 8 de los resultados para la variable “Estrés”, se muestra que un 0 % de estudiantes de maestría encuestados presentan un nivel clasificado como bajo, el 6.9% indican tener un nivel clasificado como moderado y 93.1% presentaron un nivel clasificado como alto en estrés. Respecto a la dimensión: Estado emocional 0% indica un nivel clasificado como bajo, 4.6% indicaron un nivel clasificado como moderado y el 95.4% indicaron un nivel clasificado como alto. Por otro lado, la

dimensión capacidad de afrontamiento, 0% de los encuestados presento un nivel clasificado como bajo, 2.3% indicaron un nivel clasificado como moderado y 58.6% indicaron un nivel clasificado como alto. Además, a lo que respecta a la dimensión roles personales 0% indica un nivel clasificado como malo, 16.1% indicaron un nivel clasificado como regular y 83.9% indicaron un nivel clasificado como bueno.

TABLA 8. Nivel de estrés, según sus dimensiones

	Estrés		Estado emocional		Capacidad de afrontamiento		Roles personales	
	f	%	f	%	f	%	f	%
NIVEL								
BAJO	0	0	0	0	0	0	0	0
MODERADO	6	6.9	4	4.6	2	2.3	14	16.1
ALTO	81	93.1	83	95.4	85	97.7	73	83.9
Total	87	100.0	87	100.0	87	100.0	87	100.0

Nota: "f" Frecuencia absoluta. Fuente: Elaboración propia

4.2 Contrastación de hipótesis

Puesto que los resultados no siguen una distribución normal, se optó por utilizar un análisis de regresión logística ordinal para examinar la relación entre la variable dependiente (estrés) se relaciona con la variable independiente (educación virtual). Los datos de entrada del modelo son de naturaleza ordinal cualitativa y se empleó el software SPSS 26 para realizar el análisis y presentar los resultados. Además, realizo la prueba de normalidad, utilizando la prueba de Kolmogorov Smirnov, la cual se considera apropiada para la evaluación de las hipótesis planteadas. (Ver anexo 9)

4.2.1. Hipótesis General

De la hipótesis general

En la tabla 9, presenta los resultados de la prueba: Regresión Logística Ordinal, aplicada para comprobar la hipótesis general. El reporte emitido por el programa, demuestra que la variable estrés depende de la variables educación virtual, de acuerdo al $\chi^2 = 119.900$ y el p valor de $0.000 < \alpha = 0.05$, rechazando la H_0 y aceptando la H_a .

Tabla 9. *Determinación del ajuste de los datos para el modelo de Educación Virtual en el estrés.*

Información de ajuste de los modelos				
Modelo	Logaritmo de la verosimilitud	Chi-Cuadrado	gf	Sig.
Solo Intersección	399.459			
Final	279.558	119.900	24	0.000

En la tabla 10, presenta la prueba de Pseudo R², muestra un coeficiente de Nagelkerke = 0.749 lo que indica que la variable predictora educación virtual influye en un 74.9% sobre el estrés de los estudiantes de maestría.

Tabla 10. *Pseudo R cuadrado de la hipótesis general*

Cox and Snell	0.748
Nagelkerke	0.749
McFadden	0.217

4.2.2. Contrastación de la Hipótesis específica 1

En la tabla 11, presenta los resultados de la prueba: Regresión Logística Ordinal, aplicada para comprobar, que el estrés bajo depende de la educación virtual. El reporte emitido por el programa, demuestra que la variable estrés bajo no depende de la variable educación virtual, de acuerdo al $\chi^2 = 33.781$ y el p valor de $0.089 < \alpha = 0.05$, rechazando la H_a y aceptando la H_o .

Tabla 11. *Determinación del ajuste de los datos para el modelo de educación virtual y el estrés bajo.*

Información de ajuste de los modelos				
Modelo	Logaritmo de la verosimilitud	Chi-Cuadrado	gf	Sig.
Solo Intersección	251.016			
Final	217.234	33.781	24	0.089

En la tabla 12 se presenta la prueba de Pseudo R², muestra un coeficiente de Nagelkerke = 0.326, lo que indica que la variable predictora educación virtual influye en un 32.6% sobre el estrés bajo de los estudiantes de maestría.

Tabla 12. *Pseudo R cuadrado de la hipótesis específico 1*

Cox and Snell	0.322
Nagelkerke	0.326
McFadden	0.089

4.2.3. Contrastación de la Hipótesis específica 2

En la tabla 13, presenta los resultados de la prueba: Regresión Logística Ordinal, aplicada para comprobar, que el estrés moderado depende de la educación virtual. El reporte emitido por el programa, demuestra que la variable estrés moderado depende de la variable educación virtual, de acuerdo al $\chi^2=128.700$ y el p valor de $0.000 < \alpha = 0.05$, rechazando la H_0 y aceptando la H_a .

Tabla 13. *Determinación del ajuste de los datos para el modelo de educación virtual y el estrés moderado.*

Información de ajuste de los modelos				
Modelo	Logaritmo de la verosimilitud	Chi-Cuadrado	gf	Sig.
Solo Intersección	241.585			
Final	112.885	128.700	24	0.000

En la tabla 14, presenta la prueba de Pseudo R², muestra un coeficiente de Nagelkerke = 0.784, lo que indica que la variable predictora educación virtual influye en un 78.4% sobre el estrés moderado de los estudiantes de maestría.

Tabla 14. *Pseudo R cuadrado de la hipótesis específico 2*

Cox and Snell	0.772
Nagelkerke	0.784
McFadden	0.350

4.2.4. Contrastación de la Hipótesis específica 3

En la tabla 15, presenta los resultados de la prueba: Regresión Logística Ordinal, aplicada para comprobar, que el estrés alto depende de la educación virtual. El reporte emitido por el programa, demuestra que la variable estrés depende de la variables educación virtual, de acuerdo al $\chi^2 = 120.483$ y el p valor de $0.0.000 < \alpha = .05$, rechazando la H_0 y aceptando la H_a .

Tabla 15. *Determinación del ajuste de los datos para el modelo de educación virtual y el estrés alto.*

Información de ajuste de los modelos				
Modelo	Logaritmo de la verosimilitud	Chi-Cuadrado	gf	Sig.
Solo Intersección	308.447			
Final	187.964	120.483	24	0.000

En la tabla 16, presenta la prueba de Pseudo R^2 , muestra un coeficiente de Nagelkerke = 0.754, lo que indica que la variable predictora educación virtual influye en 75.4% sobre el estrés alto de los estudiantes de maestría.

Tabla 16. *Pseudo R cuadrado de la hipótesis específico 3*

Cox and Snell	0.750
Nagelkerke	0.754
McFadden	0.268

V. DISCUSIÓN

Posteriormente, se procedió a realizar una minuciosa observación detallada de los resultados obtenidos con el fin de analizar y comprender la información recopilada y se procedió a asimilarlos o compararlos con estudios previos nacionales e internacionales.

En la investigación, tuvo como objetivo, determinar la influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo.

La hipótesis general de la investigación fue demostrada, puesto que el análisis estadístico reveló que “educación virtual” tiene una influencia del 74.9% sobre el “estrés” en los estudiantes de maestría. Se confirma de esta manera la propuesta teórica de John Sweller, la cual indica que, en el contexto de la educación virtual, donde los estudiantes deben interactuar con contenido digital totalmente organizado, sobre todo al realizar y presentar tareas en línea, es fundamental considerar que cuando existe desorganización en la educación virtual no ayuda a sobrellevar la carga cognitiva del estudiante. Pues la presentación de información compleja, la necesidad de realizar múltiples tareas y la falta de interacción directa con el instructor, pueden aumentar la carga cognitiva y potencialmente generar estrés en los estudiantes. (Andrade-Lotero, 2012)

Respecto a las hipótesis específicas, se encontró que la variable educación virtual influye 32.6% sobre el estrés bajo, asimismo influye también en 78.4% sobre el estrés moderado, además también influye en un sobre el estrés alto en un 75.4%, es decir que la variable educación virtual es percibida como influyente por los estudiantes de la maestría.

Dado que existen antecedentes previos que abordan específicamente la influencia de la educación virtual en el estrés, se procedió a comparar los resultados obtenidos en nuestra investigación con los hallazgos de estudios previos que abordan la temática relacionada a nuestras variables de estudio.

En consecuencia, los resultados obtenidos muestran similitudes significativas con los de Pandey et al. (2021) en el cual se encontró un coeficiente de Pearson (0.012), el cual reveló que “Educación Virtual” influye significativamente

en el estrés". De manera similar, tenemos el estudio por Jabar et al. (2021), sus datos muestran que existe influencia de los factores de la educación virtual que contribuyeron al estrés, el factor más alto entre otras que es ($r=4.27$), mientras que el factor más bajo de la media es ($r=2.57$), apoyando la hipótesis que la educación virtual influye significativamente en el estrés de estudiantes Maestría en una Universidad de Trujillo 2023. En la misma línea el estudio de Valencia. (2021), en relación a los resultados demostraron una correlación positiva (coeficiente rho de Spearman = 0,354, la significancia = 0,000 < 0,05), el cual demuestra que existe una influencia de la educación virtual en el estrés. Asimismo, el estudio de Cruz. (2021), nos da un coeficiente rho de Spearman = 0,708, y significancia ($p < 0,000$), esto nos muestra que establece que existe influencia altamente significativa entre las variables educación virtual y el estrés. En el estudio de Azmi. (2022), utilizó análisis de regresión múltiple para probar su hipótesis, el cual demostró que su significancia ($p < 0,001$), el cual demuestra que educación virtual influye significativamente en el estrés. De la misma manera, el estudio realizado por Gorghiu et al.(2021), que buscar ver la influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes universitarios, sus resultados demuestran que a través del análisis de regresión múltiple ($R=0.747$), además que su p-valor < 0.000, lo cual queda demostrado que existe una influencia significativa y positivamente en el estrés.

En general, respecto a la variable educación virtual, se encontró que más del 47.1% considera que la educación virtual es buena, un 49.4% es regular y solo 3.4% lo cataloga como mala. Estos datos son prometedores, pues un 96.5% de los maestrantes estiman que la educación virtual es adecuada, según Mosleh et al. (2022). De esta manera tomando en cuenta los análisis de los estudiantes de la maestría, es posible concluir que la educación virtual es bien llevada por la institución y, por lo tanto, son capaces de conducir a los estudiantes a lograr sus metas institucionales.

Los resultados son similares hallados por Gonzales (2021), el cual encontró que el 57.35 % de los participantes consideran que la educación virtual es favorable, el 39.71 % tiene una tendencia a favorable y 2.94 % tiene una tendencia desfavorable, por lo cual consideran que es importante la educación virtual en la institución. Así mismo en el estudio hecho por Valencia (2021), al investigar sobre la influencia de la educación virtual y el estrés en la carrera de administración Cerro

de Pasco , según sus resultados muestra que 44.1% de los estudiantes consideran que la educación virtual es buena, 44.1% de los estudiantes consideran que la educación virtual es regular y 11.8% de los estudiantes consideran que la educación virtual es mala.

Respecto a la segunda variable estrés indicaron que el 93.1% de los estudiantes presentaron niveles altos de estrés, un 6.9% de los participantes presentaron un nivel de estrés moderado, ningún alumno presentó nivel bajo de estrés. Estos datos nos indican que el 100 % de los estudiantes han tenido cuadros de estrés, esto es compatible con la teoría de Anjali R.(2019), algunos estudiantes se sienten más estresados en comparación con los demás, algunos estudiantes manejan el estrés de manera más eficiente que otros, pero nadie puede eliminar completamente el estrés de sus vidas. Así, el estrés es un fenómeno inevitable.(Anjali Rana et al., 2019)

Corroborando a lo mencionado anteriormente, estos resultados obtenidos son semejantes con los estudios de Jabar et al. (2021), pues descubrieron de 235 estudiantes, el 59.4% consideran que perciben que la educación virtual produce un estrés alto, el cual afecta a su rendimiento académico. Además el 33.6% de los encuestados consideran que perciben que la educación virtual produce un estrés moderado, el cual afecta a su rendimiento académico y el 17.0% no está de acuerdo en percibir que la educación virtual produce un estrés bajo y que afecte su rendimiento académico, esto mostró que los estudiantes si han producido cuadros de estrés influenciado por la educación virtual, y que en la gran mayoría tuvieron una caída del rendimiento académico durante el semestre.

Respecto a la primera hipótesis específica, se determinó que la educación virtual es poco influyente en un 32.6% y su p-valor es 0.089 sobre el estrés bajo se debe a la deserción de estudiantes sobre un curso o del semestre. Las investigaciones Azmi et al.(2022), ellos mencionan que la educación virtual si es influyente en el nivel bajo de estrés de su población el cual el 20% tuvo un estrés bajo. Asimismo, con los estudios de Jabar et al. (2021), el cual logró demostrar que si existe influencia de la educación virtual en el nivel de estrés bajo de su población y obtiene un 17%. De igual manera, en el estudio hecho por (Gonzales Gutierrez, 2021), también demuestra que si existe una poca influencia de la educación virtual en nivel de estrés bajo, en su población existe un solo 3.93 % y contiene una

coeficiente de correlación de dimensiones cuyos hallazgos evidencia una relación no significativa ($p > 0.05$) con tamaño del efecto trivial ($r < 0.10$). Asimismo, en el estudio hecho por (Vela Sangama & Meza Acuña, 2021), en su estudio nos muestra que la educación virtual tiene una influencia en el estrés bajo en un 10.3% de su población y un ($p > 0.05$).

Respecto a la segunda hipótesis específica, se determinó que la educación virtual influye en un 78.4% sobre el estrés moderado, en el cual se encontró que el nivel de significancia es de $p < 0.000$ y un coeficiente de Nagelkerke = 0.784. Estos resultados son similares a las investigaciones hechas por Azmi et al. (2022), en su estudio menciona que la educación virtual sí es influyente en el nivel moderado; pues de su población el 74,5% consideró que el aprendizaje virtual era más difícil y logra manifestarse en un nivel de estrés moderado. Asimismo, los resultados son similares con los estudios de Jabar et al. (2021), el cual llegó a demostrar que existe una influencia alta y significativa entre la educación virtual y el nivel de estrés moderado, el cual tiene una población que es un 75.2% de estudiantes que percibieron estrés moderado, se utilizó un análisis de regresión múltiple, en el cual se obtiene los resultados ($t = 2.566$, $p = 0.011$ que es $p < 0.05$).

Asimismo, Gorghiu et al. (2021), muestra que existe correlación entre la educación virtual y el nivel de estrés moderado sus resultados de la regresión lineal son, $R^2 = 0.557$, y teniendo un $p = 0.001$, el cual tiene un alto nivel de significancia. En la misma línea tenemos a el estudio de (Vela Sangama & Meza Acuña, 2021), respecto a los niveles de estrés moderado en su población se observa que existe un 66.1% de 251 estudiantes universitarios, producen un estrés moderado, refleja que si existe una influencia de la educación virtual en el estrés moderado. En la misma línea Cruz Rueda. (2021), nos muestra que existe correlación entre la educación virtual y el nivel moderado de estrés, el cual tiene un nivel de significancia de ($p < 0.000$).

Respecto a la tercera hipótesis específica, se determinó que la educación virtual influye en un 75.4% sobre el estrés alto, en el cual se encontró que el nivel de significancia es de $p < 0.000$. Estos resultados son similares a las investigaciones hechas por Azmi et al. (2022), sus resultados que muestran la influencia de la educación virtual y el nivel de estrés alto es ($\beta = 0.202$, $t = 2.566$, $p = 0.011 < 0.05$), teniendo un nivel de significancia de correlación alta. Asimismo en la misma línea el

estudio de Gorghiu et al.(2021), sus resultados la correlación múltiple ($R=0.747$) para la regresión es significativamente alta, además conteniendo un $p < 0.000$. De la misma manera, en el estudio de (Vela Sangama & Meza Acuña, 2021), respecto a los niveles de estrés se tiene una frecuencia de 93.1% presentaron un nivel alto en estrés, con respecto a la influencia de la educación virtual y el estrés alto tiene un $p < 0.000$. Asimismo, en el estudio de (Vela Sangama & Meza Acuña, 2021), respecto a los niveles de estrés, el estrés alto tiene una frecuencia de 21.1%, y la influencia de la educación virtual tiene una correlación presentan un nivel alto de estrés, tiene un $p < 0.000$.

El estudio se enfrentó a algunos desafíos importantes. En primer lugar, se identificó la escasez de investigaciones a nivel nacional e internacional que se hayan centrado específicamente en determinar el impacto del estrés en la educación virtual. Esta limitación dificultó la disponibilidad de literatura relevante para respaldar y comparar los hallazgos. Otro desafío relevante durante el estudio fue el tamaño de la muestra utilizada. Debido al número limitado de estudiantes en la maestría, la muestra resultó insuficiente para establecer una encuesta que fuera estadísticamente significativa. En consecuencia, los resultados obtenidos no pueden generalizarse a otras poblaciones más amplias.

A pesar de estas dificultades, la importancia del estudio se evidencia en la información descubierta en relación a la influencia de la educación virtual en el estrés. Los resultados revelaron una proporción considerable de estudiantes que consideraron tener niveles moderados y altos de estrés, lo cual subraya la importancia de que la institución universitaria considere la salud mental de los estudiantes como una prioridad.

Además, presente estudio actual puede servir como un precursor para investigaciones posteriores en las que los investigadores deseen analizar los mismos factores y abordar las limitaciones identificadas.

VI. CONCLUSIONES

PRIMERO: Los resultados descriptivos, concluyo que la educación virtual se encontró un 3.4% de los estudiantes de maestría encuestados presentan un nivel clasificado como malo, además 49.4% de los estudiantes de maestría encuestados indican tener un nivel clasificado como regular y 47.1% de los estudiantes de maestría encuestados presentaron un nivel clasificado bueno en educación virtual.

SEGUNDO: Los resultados descriptivos determinaron que la variable estrés, se encontró, el 0 % de los estudiantes de maestría encuestados presentan un nivel clasificado como bajo, el 6.9% de los estudiantes de maestría encuestados indican tener un nivel clasificado como moderado y un 93.1% de los estudiantes de maestría encuestados presentaron un nivel clasificado como alto en estrés.

TERCERO: Los resultados descriptivos determinaron que la educación virtual influye significativamente en el estrés, esto se demuestra con nuestro resultado que tiene un Chi-cuadrado de 119.000 y un p-valor de significancia que es $p < 0.000$, aceptándose la hipótesis alterna. Por lo tanto, la falta de organización, la poca interacción directa, la sobrecarga de información y la dificultad para gestionar el tiempo de las tareas y el sobre cargo de trabajo académico pueden contribuir al aumento del estrés en los estudiantes.

CUARTO: Los resultados se obtuvieron a través de la prueba de regresión logística ordinal los que arrojaron un valor de $p\text{-valor}=0.000 < 0.05$, donde se evidenció Pseudo R^2 , muestra un coeficiente Cox and Snell = 0.748 y Nagelkerke = 0.749, concluyendo que la variable educación virtual influye sobre el estrés.

QUINTO: Los resultados descriptivos determinaron que la educación virtual tiene poca influencia significativa en el estrés de nivel bajo, esto se demuestra con nuestro resultado que tiene un Chi-cuadrado de 33.781 y un p-valor de significancia que es $p < 0.089$. Por lo tanto, esto se da en alumnos que han determinado abandonar el curso o semestre por otros motivos.

SEXTO: Los resultados descriptivos determinaron que la educación virtual influye significativamente en el estrés de nivel moderado, esto se demuestra con nuestro resultado que tiene un Chi-cuadrado de 128.700 y un p-valor de significancia que es $p < 0.000$, aceptándose la hipótesis alterna.

SÉPTIMO: Los resultados descriptivos determinaron que la educación virtual influye significativamente en el estrés de nivel alto, esto se demuestra con nuestro resultado que tiene un Chi-cuadrado de 120.483 y un p-valor de significancia que es $p < 0.000$, aceptándose la hipótesis alterna.

VII. RECOMENDACIONES

PRIMERO: Proporcionar una estructura organizada de la plataforma virtual, para la educación virtual, establecer horarios y pautas claras para las actividades y las tareas académicas, ayudara a que exista un control en el nivel de estrés de modo que los maestrantes sepan qué esperar y puedan organizar su tiempo de manera efectiva.

SEGUNDO: Ofrecer apoyo socioemocional y orientación en las aulas virtuales, brindar recursos y asesoramiento a los estudiantes de cómo manejar el estrés, además de establecer metas realistas para el estudiante y desarrollar habilidades de autogestión, esto debe ser monitoreado por un psicólogo tanto en las clases como en los talleres, sesiones de orientación y recursos en línea ayudara a evitar episodios frecuentes de estrés.

TERCERO: Fomentar en el aula virtual estrategias de apoyo en la salud mental para el estrés con la colaboración del psicólogo, además de promover la interacción entre los estudiantes a través de plataformas de discusión, grupos de estudio en línea y proyectos colaborativos. Esto ayuda a reducir el sentimiento de aislamiento y fomenta el apoyo mutuo.

CUARTO: Proporcionar retroalimentación constructiva con una guía y asesoría permanente dentro de las aulas virtuales, asegurarse de que los estudiantes reciban retroalimentación clara y oportuna sobre su progreso académico. Esto les brinda una sensación de dirección y les ayuda a mejorar su desempeño, reduciendo así la ansiedad y el estrés.

QUINTO: Fomentar el autocuidado, educar a los estudiantes sobre la importancia del autocuidado y proporcionar recursos y recomendaciones sobre cómo mantener un equilibrio saludable entre el trabajo académico y otras actividades de la vida diaria, como el ejercicio, la alimentación saludable y el descanso adecuado.

SEXTO: Promover dentro del aula virtual una comunicación abierta, establecer canales de comunicación efectivos entre, psicólogo, profesores y estudiantes, de modo que se sientan cómodos para expresar sus preocupaciones y buscar apoyo cuando lo necesiten para evitar episodios frecuentes de estrés y así lograr reducir el nivel de estrés y su efecto perjudicial en la salud mental del estudiante.

REFERENCIAS

- Alam, G. M., & Asimiran, S. (2021). Online technology: Sustainable higher education or diploma disease for emerging society during emergency— comparison between pre and during COVID-19. *Technological Forecasting and Social Change*, 172(July), 121034. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2021.121034>
- Amaro Morales, C. Y., Ataucusi Silva, K. A., Benavente Valladares, M. J., & Vilca Pachao, L. M. (2021). La educación virtual y el estrés académico en el contexto del COVID_19 de los estudiantes de sexto ciclo del curso de Diseño arquitectónico de la Escuela Profesional de Arquitectura en una universidad privada de Piura, en el 2020- II.
- Andrade-Lotero, L. A. (2012). Teoría de la carga cognitiva, diseño multimedia y aprendizaje: un estado del arte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 5(10), 75–92. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80537112>
- Anjali Rana, Renu Gulati, & Veenu Wadhwa. (2019). Stress among students: An emerging issue. *Integrated Journal of Social Sciences*, 6(January), 44–48. https://www.researchgate.net/publication/334835276_Stress_among_students_An_emerging_issue
- Ansayam, M. P. G., & Tan, D. A. (2021). Dimensions of Asynchronous Virtual Classroom and Internet Self-Efficacy: Gauging Student Satisfaction in Online Learning. *International Journal of English and Education*, July. <http://ijee.org/assets/docs/4.22512016.pdf>
- Azmi, F. M., Khan, H. N., & Azmi, A. M. (2022). The impact of virtual learning on students' educational behavior and pervasiveness of depression among university students due to the COVID-19 pandemic. *Globalization and Health*, 18(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12992-022-00863-z>
- Barrio, J. A., García, M. R., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). El Estres Como Respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37–48.
- Bedoya-Lau, F. N., Matos, L. J., & Zelaya, E. C. (2014). Niveles de estrés académico. *Rev Neuropsiquiatr* 77, 77(4), 262–270.
- Belkis, A. Á., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves Achon, Z. (2015). Estrés Académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163–178.

- Benítez, C., & et All. (2020). La Educación Flexible : estrategia para la configuración de universidades virtuales en Colombia. *Rev. Iberoam. Educ. Super*, XI(31), 118–129.
- Berg & Furrer. (2019). Las plataformas digitales y el futuro del trabajo. In *Organización Internacional del Trabajo* (Issue 1). [https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_684183/lang--es/index.htm](https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_684183/lang-es/index.htm)
- Calatayud Mendoza, A. P., Apaza Mamani, E., Huaquisto Ramos, E., Belizario Quispe, G., & Inquilla Mamani, J. (2022). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación*, 46(2), 0–18. <https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47551>
- Carrillo Ureta, G., Pérez Miguel, L., & Vásquez Abásolo, A. (2018). El Desarrollo De Competencias En La Educación Superior: Una Experiencia Con La Competencia Aprendizaje Autónomo. *En Blanco Y Negro*, 9(1), 68–81. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/enblancoynegro/article/view/20543>
- Choi, J. J., Robb, C. A., Miffl, M., & Zainuddin, Z. (2021). University students' perception to online class delivery methods during the COVID-19 pandemic: A focus on hospitality education in Korea and Malaysia. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education*, 29(September), 100336. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2021.100336>
- Cruz Rueda, M. A. (2021). Educación virtual en pandemia y nivel de estrés en los estudiantes de la Escuela Profesional de Estomatología 2021.
- de Jong, N., Verstegen, D. M. L., Tan, F. E. S., & O'Connor, S. J. (2013). A comparison of classroom and online asynchronous problem-based learning for students undertaking statistics training as part of a Public Health Masters degree. *Advances in Health Sciences Education*, 18(2), 245–264. <https://doi.org/10.1007/s10459-012-9368-x>
- Dhanalakshmi, K. (2018). RELATIONSHIP BETWEEN STUDY HABITS AND ACADEMIC STRESS OF B.ED TRAINEES. *Scholarly Research Journal for Humanity Science & English Language*, 6(28), 7852–7856.
- Doan Thi Hue Dung. (2020). The Advantages and Disadvantages of Virtual Learning. *Journal of Research & Method in Education*, 10(3), 45–48. <https://doi.org/10.9790/7388-1003054548>

- Espino-Díaz, L., Fernandez-Caminero, G., Hernandez-Lloret, C. M., Gonzalez-Gonzalez, H., & Alvarez-Castillo, J. L. (2020). Analyzing the impact of COVID-19 on education professionals. Toward a paradigm shift: ICT and neuroeducation as a binomial of action. *Sustainability (Switzerland)*, 12(14), 1–10. <https://doi.org/10.3390/su12145646>
- Flores, R. (2020). Educación Virtual y Satisfacción de los Estudiantes de una Institución de Educación Superior Tecnológica Privada, Piura, 2020.
- Garcia Frias, J., & Jaimes González, E. I. (2022). El estrés académico causante de la procrastinación en la educación virtual . Una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana Para La Investigacion y El Desarrollo Educativo*, 13(e369), 16.
- Gijón Puerta, J., Galván Malagón, M. C., Khaled Gijón, M., & Lizarte Simón, E. J. (2022). Levels of Stress, Anxiety, and Depression in University Students from Spain and Costa Rica during Periods of Confinement and Virtual Learning. *Education Sciences*, 12(10). <https://doi.org/10.3390/educsci12100660>
- Gómez, V. (2005). Richard Stanley Lazarus. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(1), 207–209. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80537112>
- Gonzales Gutierrez, S. G. (2021). Actitud hacia la educación virtual y estrés académico en estudiantes de una universidad de Chiclayo, en tiempos COVID-19. Universidad Señor de Sipan.
- Gorghiu, G., Pribeanu, C., Manea, V. I., Lamanauskas, V., & Makarskaitė-Petkevičienė, R. (2021). Frustration and stress in the online education of university students from Lithuania and Romania. *ELearning and Software for Education Conference*, 1(September), 163–170. <https://doi.org/10.12753/2066-026X-21-021>
- Grodzki, J., Upadhya, S., & Tekkaya, A. E. (2021). Engineering education amid a global pandemic. *Advances in Industrial and Manufacturing Engineering*, 3, 100058. <https://doi.org/10.1016/j.aime.2021.100058>
- Guzmán-Yacaman, J. E., & Reyes-Bossio, M. (2018). Adaptation of the Global Perceived Stress Scale in college peruvian students. *Revista de Psicología (Peru)*, 36(2), 719–750. <https://doi.org/10.18800/psico.201802.012>
- Jabar, F. A., Shuhairazi, N. H. N. N. S., Nor, S. Y., Azahar, N. A. M., Rahim, S. R. M., Mohammed, M. F. A. A. M., & Azudin, M. Z. M. (2021). Online distance learning: Factors contributing to stress and impacts on academic performance

- during Covid-19. *GADING (Online) Journal for Social Sciences, Universiti Teknologi MARA Cawangan Pahang*, 24(04), 69–74.
<https://gadingss.learningdistance.org>
- Juca Maldonado, F. X. (2016). La educación a distancia, una necesidad para la formación de los profesionales. *Revista Universidad y Sociedad*, 8(1), 106–111. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v8n1/rus15116.pdf>
- Lei, T., Yu, X., Zou, M., Wang, P., & Yuan, R. H. (2021). Delivering an online course in emergency nursing education during the pandemic: What are the effects on students' learning? *Australasian Emergency Care*, 24(4), 314–318.
<https://doi.org/10.1016/j.auec.2021.04.002>
- López Santana, Y., Díaz Berasategui, Y., Cintra Hernández, Y., & Limonta Rodríguez, R. (2014). Estrés, el gran depredador. *Revista Información Científica*, 84(2), 375–384.
- Maldonado Pinto, J. E. (2019). Metodología de la investigación social. Paradigmas: cuantitativo, sociocrítico, cualitativo, complementario. Ediciones de la U.
- Marciniak, R., & Gairín Sallán, J. (2017). Dimensiones de evaluación de calidad de educación virtual: revisión de modelos referentes. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 21(1), 217.
<https://doi.org/10.5944/ried.21.1.16182>
- Ministerio de Educacion del Perú. (2020). Implementación De La Educación Remota En Las Universidades. 3, 1–93.
- Mishra, L., Gupta, T., & Shree, A. (2020). Online teaching-learning in higher education during lockdown period of COVID-19 pandemic. *International Journal of Educational Research Open*, 1, 100012.
<https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2020.100012>
- Mohammadi, G. (2023). Teachers' CALL professional development in synchronous, asynchronous, and bichronous online learning through project-oriented tasks: developing CALL pedagogical knowledge. *Journal of Computers in Education*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s40692-023-00260-4>
- Mosleh, S. M., Kasasbeha, M. A., Aljawarneh, Y. M., Alrimawi, I., & Saifan, A. R. (2022). The impact of online teaching on stress and burnout of academics during the transition to remote teaching from home. *BMC Medical Education*, 22(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03496-3>

- Mota, K., Concha, C., & Muñoz, N. (2020). Educación virtual como agente transformador de los procesos de aprendizaje. *Revista on Line de Política e Gestão Educacional*, 24(3), 1216–1225.
- Ñaupas Paintan, H., Mejia Mejia, El., Ramirez Novoa, E., & Villagomez Paucar, A. (2014). *Metodología de la investigación Cuantitativa-Cualitativa y Redaccion de la Tesis (4ta ed.)*.
- Nieto Göller, R. A. (2013). EDUCACIÓN VIRTUAL O VIRTUALIDAD DE LA EDUCACIÓN. *Revista Historia de La Educación Latinoamericana*, 16, 137–150. <https://doi.org/10.32997/2346-2884-vol.13-num.13-2013-98>
- Pandey, D., Gul, R., Canete, J. J. O., Rocha, I. A. N. C. N., Gowwrii, G., Pandey, B. K., & Peter, S. D. N. (2021). Mental Stress in Online Learning During the Pandemic: an Assessment of Learners ' Perception. *Asian Journal of Advances in Research*, 6(3), 37–49. <http://www.mbimph.com/index.php/AJOAIR/article/view/1913>
- Pérez Martínez, J. (2018). *Trata el estrés con PNL (2nd ed.)*. Editorial Universitaria Ramon Areces.
- Reyna, C., Mola, D. J., & Correa, P. S. (2019). Escala de Estrés Percibido: análisis psicométrico desde la TCT y la TRI. *Ansiedad y Estrés*, 25(2), 138–147. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.04.003>
- Roberto, H.-S. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (Mc Graw Hi)*.
- Russo, C., Sarobe, M., & Ahmad, T. (2022). Definición de indicadores. Calidad en cursos virtuales. *Revista Iberoamericana de Tecnología En Educación y Educación En Tecnología*, 31, 33–39. <https://doi.org/10.24215/18509959.31.e3>
- Saadé, R. G., He, X., & Kira, D. (2007). Exploring dimensions to online learning. *Computers in Human Behavior*, 23(4), 1721–1739. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2005.10.002>
- Sadiku, M. N. ., Adebo, P. O., & Musa, S. M. (2018). Online Teaching and Learning. *International Journal of Advanced Research in Computer Science and Software Engineering*, 8(2), 73. <https://doi.org/10.23956/ijarcsse.v8i2.549>
- Sanabria, E., & Mendoza, G. (2018). Evidencias psicométricas de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios de Lima, 2020.

- <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/2216%0Ahttp://www.scielo.br/pdf/ean/v13n2/v13n2a08.pdf>. 2009 abr-jun; 13(2).
- Siemens, G., Skrypnik, O., Joksimovic, S., Kovanovic, V., Dawson, S., & Gasevic, D. (2015). The history and state of blended learning. Preparing for the Digital University: A Review of the History and Current State of Distance, Blended, and Online Learning, February 2017, 234. <http://linkresearchlab.org/PreparingDigitalUniversity.pdf>
- Stern, J. (2020). Introduction to Online Teaching and Learning. <http://www.wlac.edu/online/documents/otl.pdf>
- Valencia Ponce, D. O. (2021). Educación virtual y Estrés Académico en estudiantes de la carrera de administración de una Universidad de Cerro de Pasco, 2021.
- Vela Sangama, W. S., & Meza Acuña, S. A. (2021). Estrés académico en el uso de aulas virtuales de las escuelas profesionales de enfermería y obstetricia, Universidad Nacional De San Martín, Tarapoto Mayo - Octubre 2021.
- Vermisli, S., Cevik, E., & Cevik, C. (2022). The Effect of Perceived Stress and Digital Literacy on Student Satisfaction with Distance Education. *Revista Da Escola de Enfermagem*, 56, 1–8. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0488EN>
- Xu, T., & Wang, H. (2023). High prevalence of anxiety, depression, and stress among remote learning students during the COVID-19 pandemic: Evidence from a meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13(January), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1103925>
- Zelada, E., La Cruz, O., Vicuña, A., & Aguirre, M. (2022). Educación virtual en la universidad peruana: crisis y perspectivas. *Revista San Gregorio*, 1(50), 163–182. http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072022000200163&lng=es&nrm=iso&tlng=es

ANEXOS

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

TITULO: Influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de maestría una universidad de Trujillo, 2023							
Problema	Objetivo	Hipótesis	Variables e indicadores				
P. General	O. General	H. General	Variable independiente: Educación virtual				
¿Cuál es la influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo, 2023?	Determinar la influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo, 2023.	La educación virtual influye significativamente en el estrés de estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles o rangos
			Recursos de aprendizaje virtual	Material Didáctico	1	Ordinal	Malo = de 12 a 27 Regular = de 28 a 43 Bueno = de 44 a 60
				Recursos de aprendizaje	2		
				Documentos complementarios	3		
			Acompañamiento virtual.	Recibe orientación de sus docentes	4	2.Desacuerdo	
				El tiempo para las actividades dejadas	5	3.Indiferente	
Consultas son contestadas	6						
P. Específicos	O. Específicos	H. Específicos	Colaboración virtual	Los docentes orientan adecuadamente	7	4. de acuerdo	
¿Cuál es la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés bajo en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo, 2023?	Determinar la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés bajo en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.	La educación virtual influye significativamente en el nivel de estrés bajo en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.		Sus tutores lo apoyan oportunamente	8	5.Totamente de acuerdo	
				Ante cualquier inconveniente en su clase virtual su docente le da una respuesta oportuna	9		
				La orientación didáctica en la clase virtual suele ser personalizada cuando se solicita.	10		
				Los contenidos curriculares contribuyen al desarrollo de las competencias de cada área.	11		

			Desarrollo de Competencias	La educación virtual es una modalidad de estudio que permite alcanzar los objetivos de las áreas curriculares.	12		
¿Cuál es la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés moderado en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo, 2023?	Determinar la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés moderado en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.	La educación virtual influye significativamente en el nivel de estrés moderado en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.	Variable dependiente: Nivel de stress				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles o rangos
¿Cuál es la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés alto en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo, 2023?	Determinar la influencia de la educación virtual en el nivel de estrés alto en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.	La educación virtual influye significativamente en el nivel de estrés alto en estudiantes de Maestría en una Universidad de Trujillo 2023.	-BAJO	<ul style="list-style-type: none"> Molestias físicas y mentales Incapacidad de controlarse Nivel de tensión Inseguridad Afrontamiento a problemas 	1 al 14	Ordinal 1= Nunca 2= Casi nunca 3= De vez en cuando 4=Frecuentemente 5=Casi siempre	Bajo = de 14 a 27 Moderado = de 28 a 41 Alto = de 42 a 70
			-MODERADO	<ul style="list-style-type: none"> Confianza para resolver problemas Frecuencia de buenos resultados Lograr terminar las cosas a tiempo. 			

Diseño de investigación	Población y muestra	Técnicas e instrumento	Método de análisis de datos
Enfoque: Cuantativo Tipo: Básico Método: Hipotético deductivo Diseño: Causal correlacional	Población: 200 Alumnos de maestría en una universidad de Trujillo, 2023 Muestra: 100 Alumnos de maestría en una universidad de Trujillo, 2023.	Técnicas: Encuesta Instrumento: Cuestionario	Descriptiva: Excel Inferencial: SPSS- versión 26

Anexo 2. Matriz de operacionalización

TITULO: Influencia de la educación virtual en el nivel de estrés en estudiantes maestría en una universidad de Trujillo, 2023

Variable 1	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Educación Virtual	Para (Nieto Göller, 2013), educación virtual es la utilización de nuevas tecnologías y poder lograr métodos de aprendizaje opcionales lo que es una ayuda importante a los estudiantes que mantienen un acceso restringido por su ubicación geográfica.	Se medirá los recursos de aprendizaje con materiales didácticos, calidad de tecnología y recursos de aprendizaje, utilizando el cuestionario de Likert aplicado a los estudiantes de la maestría en una universidad de Trujillo, 2023.	<p>Recursos de aprendizaje</p> <p>Los recursos de aprendizaje comprenden tanto los materiales educativos expresamente diseñados para apoyar y vehicular contenidos de aprendizaje, como otros tipos de documentos y herramientas, textuales o multimedia, extractos de la red, creados por los propios estudiantes, etc. Gros (2011).</p>	<p>Materiales didácticos</p> <p>Calidad de tecnología</p> <p>Recursos de aprendizaje</p>	<p>Ordinal</p> <p>Totalmente de acuerdo 5</p> <p>De acuerdo 4</p> <p>Indiferente 3</p> <p>En desacuerdo 2</p> <p>Totalmente en desacuerdo 1</p> <p>(escala de Likert)</p>
		Se medirá el acompañamiento virtual con orientación del tutor, flexibilidad y consultas virtuales, utilizando el	<p>Acompañamiento virtual</p> <p>El docente tiene que adoptar un papel de guía, de</p>	<p>Orientación del tutor</p> <p>Flexibilidad</p> <p>Consultas virtuales</p>	

		<p>cuestionario de Likert aplicado a los estudiantes de la maestría en una universidad de Trujillo, 2023</p>	<p>orientador, tiene que dar apoyo al estudiante, dinamizar la acción de éste a lo largo de su proceso de aprendizaje y ayudarlo a dirigirla hacia la consecución de los objetivos establecidos. Gros (2011)</p>		
		<p>Se medirá colaboración virtual con orientación, apoyo, respuesta oportuna y personalización, utilizando un cuestionario en la escala de Likert aplicado a los estudiantes de la maestría en una universidad de Trujillo, 2023.</p>	<p>Colaboración virtual Apostar por metodologías de aprendizaje colaborativo implica otorgar un papel fundamental a los procesos comunicativos, de trabajo conjunto entre los estudiantes. Gros (2011).</p>	<p>Orientación Apoyo Respuesta oportuna Personalización</p>	
		<p>Se medirá competencias con la formación de competencias y modalidad de estudio, utilizando la escala de Likert aplicado a los estudiantes en una universidad de Trujillo, 2023.</p>	<p>Desarrollo de competencias El desarrollo de competencia es multidimensional, pues son un conjunto de comportamientos y</p>	<p>Formación de competencias Modalidad de estudio</p>	

			<p>además abarca una combinación de habilidades propias del estudiante, esto quiere decir que muestra el potencial de cada estudiante, entre las cuales destacan las intelectuales, manuales, además de actitudes y valores, que logran al alumno afrontar con una capacidad de buen desempeño y discernimiento en diferentes situaciones que pueden ser desde simples a complejas. (Carrillo Ureta et al., 2018; Russo et al., 2022)</p>		
--	--	--	---	--	--

Variable 2	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
ESTRÉS	<p>El estrés es una respuesta no específica del cuerpo", se caracteriza por un estado persistente de agitación mental y tensión corporal de intensidad elevada y prolongada, la cual es superior a la habilidad de la persona de resistir una situación generando inquietud y angustia, pudiendo dar lugar a problemas personales, conflictos familiares e incluso impactos en el ámbito social.</p>	<p>Esta variable se mide mediante un cuestionario para estrés, que tiene las siguientes dimensiones: Bajo, Moderado, Alto. A la vez dividida en indicadores que ven las reacciones físicas, reacciones, psicológicas, reacciones comportamentales y habilidad asertiva.</p>	<p>Bajo</p> <p>Moderado</p> <p>Alto</p>	<p>Molestias físicas y mentales</p> <p>Incapacidad de controlarse</p> <p>Nivel de tensión</p> <p>Inseguridad</p> <p>Afrontamiento a problemas</p> <p>Confianza para resolver problemas</p> <p>Frecuencia de buenos resultados</p> <p>Lograr terminar las cosas a tiempo.</p> <p>Conflicto personal</p> <p>Control y orden</p> <p>Inquietud</p> <p>Ansiedad</p> <p>Desgano</p>	<p>ORDINAL</p> <p>Siempre 5</p> <p>Casi siempre 4</p> <p>A veces 3</p> <p>Casi nunca 2</p> <p>Nunca 1</p> <p>(Escala de Likert)</p>

Anexo 3. Instrumentos para evaluar
CUESTIONARIO VARIABLE EDUCACION VIRTUAL

Estimado(a) Sr(a):

El presente instrumento forma parte del trabajo de investigación titulada:

“Influencia de la educación virtual en el nivel de estrés en estudiantes maestría en una universidad de Trujillo, 2023”

Indicaciones: La encuesta es anónima y las respuestas son confidenciales, así que le agradecemos ser muy sincero. Marque con un aspa la alternativa que considere más conveniente.

Marcar con un aspa (x) la alternativa que usted crea conveniente.

Dimensión 3: Colaboración virtual Se le recomienda responder con la mayor sinceridad posible.

Totalmente de acuerdo (5) – De acuerdo (4) – Indiferente (3) -En desacuerdo (2) – Totalmente en desacuerdo (1)

UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO POSGRADO

VARIABLE 1: EDUCACIÓN VIRTUAL						
DIMENSION 1 : RECURSOS DE APRENDIZAJE VIRT		1	2	3	4	5
1	Los materiales empleados en sus cursos son didacticos					
2	La calidad de tecnología empleada en la universidad es la mas adecuada para su enseñanza					
3	Los recursos de aprendizaje (pdf, videos y presentaciones) publicados en el espacio del aula virtual fueron útiles.					
DIMENSIÓN 2: ACOMPAÑAMIENTO VIRTUAL		1	2	3	4	5
4	Recibe orientación del tutor dinamizador para planificar sus tareas virtuales.					
5	El tiempo para las actividades dejadas en el curso virtual se maneja con flexibilidad.					



6	Mis consultas fueron contestadas oportunamente por el Dinamizador del curso					
	DIMENSIÓN 3: COLABORACIÓN VIRTUAL	1	2	3	4	5
7	Existe una orientación apropiada por parte de sus tutores en sus cursos virtuales.					
8	Sus tutores lo apoyan oportunamente cuando existe alguna inquietud de su curso virtual.					
9	Ante cualquier inconveniente en su curso virtual, su tutor docente le da una respuesta oportuna.					
10	La orientación didáctica del curso virtual suele ser personalizada cuando se solicita al tutor.					
	DIMENSIÓN 4: COMPETENCIAS	1	2	3	4	5
11	El curso virtual contribuye a la formación de competencias en los alumnos.					
12	La educación virtual es una modalidad de estudio que permite alcanzar los objetivos del curso.					

INSTRUMENTO TOMADO EN UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO TESIS
POSGRADO.(Flores, 2020)

CUESTIONARIO VARIABLE ESTRES

Estimado(a) Sr(a):

El presente instrumento forma parte del trabajo de investigación titulada:

“Influencia de la educación virtual en el nivel de estrés en estudiantes maestría en una universidad de Trujillo, 2023”

Indicaciones: La encuesta es anónima y las respuestas son confidenciales, así que le agradecemos ser muy sincero. Marque con un aspa la alternativa que considere más conveniente.

Marcar con un aspa (x) la alternativa que usted crea conveniente.

Dimensión 3: Colaboración virtual Se le recomienda responder con la mayor sinceridad posible.

Casi siempre (5) – Frecuentemente (4) – De vez en cuando (3) -Casi NUnca (2) – Nunca (1)

UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO POSGRADO

VARIABLE 2: ESTRES					
Marca con una “X” en el casillero aquella opción que exprese mejor tu situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta coloca solo una opción.					
Items	Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	Frecuentemente	Casi Siempre
ESTADO EMOCIONAL					
1. En el último mes ¿Con que frecuencia ha estado afectado por algo que ocurrió inesperadamente?					
2. En el último mes ¿ Con que frecuencia ha sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3. En el último mes ¿ Con que frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?					
4. En el último mes ¿Con que frecuencia ha manejado con éxito					

los pequeños problemas irritantes de la vida?					
CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO					
5. En el último mes ¿Con que frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
6. En el último mes ¿Con que frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar tus problemas personales?					
7. En el último mes ¿Con que frecuencia has sentido que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
8. En el último mes ¿Cuán seguido con que frecuencia has sentido que no podías afrontar todas las cosas que debías hacer?					
ROLES PERSONALES					
9. En el último mes ¿Con que frecuencia has podido controlar las dificultades de tu vida?					
10. En el último mes ¿Con que frecuencia has sentido que tienes todo bajo control?					
11. En el último mes ¿Con que frecuencia ha estado enojado o molesto porque las cosas estaban fuera de tu control?					



12. En el último mes ¿ Con que frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?					
13. En el último mes ¿Con que frecuencia ha podido controlar su tiempo?					
14. En el último mes ¿Con que frecuencia ha sentido que los problemas se te han acumulado tanto que no puede superarlo?					

INSTRUMENTO TOMADO: Escala de Percepción Global de Estrés para Universitarios (Adaptado en estudiantes universitarios peruanos); Escala de Percepción Global de Estrés Universidad Cesar Vallejo. (Guzmán-Yacaman & Reyes-Bossio, 2018; Sanabria & Mendoza, 2018)

Anexo 4. Validez de los instrumentos

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO QUE MIDE LA INFLUENCIA DE LA EDUCACIÓN VIRTUAL

- Primera dimensión: Recursos de aprendizaje
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de los recursos de aprendizaje

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Material didáctico	Los materiales empleados en sus cursos son didácticos	4	4	4	
Recursos de aprendizaje	La calidad de tecnología empleada en la universidad es la más adecuada para su enseñanza	4	4	4	
Documentos Complementarios	Los recursos de aprendizaje (pdf, videos y presentaciones) publicados en el espacio del aula virtual fueron útiles.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Acompañamiento Virtual
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso del acompañamiento virtual

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Orientación del tutor	Recibe orientación del tutor dinamizador para planificar sus tareas virtuales.	4	4	4	
Flexibilidad o El tiempo para las actividades dejadas	El tiempo para las actividades dejadas en el curso virtual se maneja con flexibilidad.	4	4	4	
Consultas virtuales	Mis consultas fueron contestadas oportunamente por el Dinamizador del curso	4	4	4	

- Tercera dimensión: Colaboración Virtual
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de la colaboración virtual

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Docentes orientan	Existe una orientación apropiada por parte de sus tutores en sus cursos virtuales.	4	4	4	
Sus tutores lo apoyan oportunamente	Sus tutores lo apoyan oportunamente cuando existe alguna inquietud de su curso virtual.	4	4	4	
inconveniente en su clase virtual	Ante cualquier inconveniente en su curso virtual, su tutor docente le da una respuesta oportuna.	4	4	4	



La orientación didáctica en la clase virtual	La orientación didáctica del curso virtual suele ser personalizada cuando se solicita al tutor.	4	4	4	
--	---	---	---	---	--

- Tercera dimensión: Competencias
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de las competencias

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Los contenidos curriculares contribuyen al desarrollo de las competencias de cada área.	El curso virtual contribuye a la formación de competencias en los alumnos	4	4	4	
La educación virtual es una modalidad de estudio que permite alcanzar los objetivos de las áreas curriculares.	La educación virtual es una modalidad de estudio que permite alcanzar los objetivos del curso.	4	4	4	

Firma del evaluador
DNI 295946



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE ESTRÉS

- Primera dimensión: NIVEL DE ESTRÉS BAJO

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver problemas	En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	
Lograr terminar las cosas a tiempo.	En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	
Desgano	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	

- Segunda dimensión: NIVEL DE ESTRÉS MODERADO

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver problemas	En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	



Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	
Lograr terminar las cosas a tiempo.	En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	
Desgano	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	

• Tercera dimensión: NIVEL DE ESTRÉS ALTO

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver problemas	En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	
Lograr terminar las cosas a tiempo.	En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	
Desgano	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	



Firma del evaluador

DNI 29594699

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO QUE MIDE LA INFLUENCIA DE LA EDUCACIÓN VIRTUAL

- Primera dimensión: Recursos de aprendizaje
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de los recursos de aprendizaje

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Material didáctico	Los materiales empleados en sus cursos son didácticos	4	4	4	
Recursos de aprendizaje	La calidad de tecnología empleada en la universidad es la más adecuada para su enseñanza	4	4	4	
Documentos Complementarios	Los recursos de aprendizaje (pdf, videos y presentaciones) publicados en el espacio del aula virtual fueron útiles.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Acompañamiento Virtual
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso del acompañamiento virtual

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Orientación del tutor	Recibe orientación del tutor dinamizador para planificar sus tareas virtuales.	4	4	4	
Flexibilidad o El tiempo para las actividades dejadas	El tiempo para las actividades dejadas en el curso virtual se maneja con flexibilidad.	4	4	4	
Consultas virtuales	Mis consultas fueron contestadas oportunamente por el Dinamizador del curso	4	4	4	

- Tercera dimensión: Colaboración Virtual
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de la colaboración virtual

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Docentes orientan	Existe una orientación apropiada por parte de sus tutores en sus cursos virtuales.	4	4	4	
Sus tutores lo apoyan oportunamente	Sus tutores lo apoyan oportunamente cuando existe alguna inquietud de su curso virtual.	4	4	4	
inconveniente en su clase virtual	Ante cualquier inconveniente en su curso virtual, su tutor docente le da una respuesta oportuna.	4	4	4	



La orientación didáctica en la clase virtual	La orientación didáctica del curso virtual suele ser personalizada cuando se solicita al tutor.	4	4	4	
--	---	---	---	---	--

- Tercera dimensión: Competencias
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de las competencias

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Los contenidos curriculares contribuyen al desarrollo de las competencias de cada área.	El curso virtual contribuye a la formación de competencias en los alumnos	4	4	4	
La educación virtual es una modalidad de estudio que permite alcanzar los objetivos de las áreas curriculares.	La educación virtual es una modalidad de estudio que permite alcanzar los objetivos del curso.	4	4	4	

Firma del evaluador
DNI 41440286



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE ESTRÉS

- Primera dimensión: NIVEL DE ESTRÉS BAJO
- Objetivos de la Dimensión: INTENSIDAD DEL ESTRES

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver problemas	En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	
Lograr terminar las cosas a tiempo.	En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	
Desgano	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	

- Segunda dimensión: NIVEL DE ESTRÉS MODERADO
- Objetivos de la Dimensión: INTENSIDAD DEL ESTRES

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver	En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas	4	4	4	



problemas	personales?				
Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	
Lograr terminar las cosas a tiempo.	En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	
Desgano	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	

- Tercera dimensión: NIVEL DE ESTRÉS ALTO
- Objetivos de la Dimensión: INTENSIDAD DEL ESTRES

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver problemas	En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	
Lograr terminar las cosas a tiempo.	En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	
Desgano	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	

Firma del evaluado

DNI 41440286



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO QUE MIDE LA INFLUENCIA DE LA EDUCACIÓN VIRTUAL

• Primera dimensión: Recursos de aprendizaje

• Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de los recursos de aprendizaje

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Material didáctico	Los materiales empleados en sus cursos son didácticos	4	4	4	
Recursos de aprendizaje	La calidad de tecnología empleada en la universidad es la más adecuada para su enseñanza	4	4	4	
Documentos Complementarios	Los recursos de aprendizaje (pdf, videos y presentaciones) publicados en el espacio del aula virtual fueron útiles.	4	4	4	

• Segunda dimensión: Acompañamiento Virtual

• Objetivos de la Dimensión: El correcto uso del acompañamiento virtual

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Orientación del tutor	Recibe orientación del tutor dinamizador para planificar sus tareas virtuales.	4	4	4	
Flexibilidad o El tiempo para las actividades dejadas	El tiempo para las actividades dejadas en el curso virtual se maneja con flexibilidad.	4	4	4	
Consultas virtuales	Mis consultas fueron contestadas oportunamente por el Dinamizador del curso	4	4	4	

• Tercera dimensión: Colaboración Virtual

• Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de la colaboración virtual

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Docentes orientan	Existe una orientación apropiada por parte de sus tutores en sus cursos virtuales.	4	4	4	
Sus tutores lo apoyan oportunamente	Sus tutores lo apoyan oportunamente cuando existe alguna inquietud de su curso virtual.	4	4	4	
Inconveniente en su clase virtual	Ante cualquier inconveniente en su curso virtual, su tutor docente le da una respuesta oportuna.	4	4	4	
La orientación didáctica en la clase virtual	La orientación didáctica del curso virtual suele ser personalizado cuando se solicita al tutor.	4	4	4	

[Handwritten signature]



- Tercera dimensión: Competencias
- Objetivos de la Dimensión: El correcto uso de las competencias

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Los contenidos curriculares contribuyen al desarrollo de las competencias de cada área.	El curso virtual contribuye a la formación de competencias en los alumnos	4	4	4	
La educación virtual es una modalidad de estudio que permite alcanzar los objetivos de las áreas curriculares.	La educación virtual es una modalidad de estudio que permite alcanzar los objetivos del curso.	4	4	4	


Firma del evaluador
DNI 10815375



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE ESTRÉS

• Primera dimensión: NIVEL DE ESTRÉS BAJO

• Objetivos de la Dimensión: INTENSIDAD DEL ESTRÉS

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sientes seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver problemas	En el último mes ¿Cuán seguido confías en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sientes que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	
Lograr terminar las cosas a tiempo	En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pediste controlar la manera en que utilizabas el tiempo?	4	4	4	
Desgano	En el último mes ¿Cuán seguido sientes que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	

• Segunda dimensión: NIVEL DE ESTRÉS MODERADO

• Objetivos de la Dimensión: INTENSIDAD DEL ESTRÉS

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sientes seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver problemas	En el último mes ¿Cuán seguido confías en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sientes que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	



Lograr terminar las cosas a tiempo	En el último mes ¿Cuán seguido le diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	
Desgaste	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	

• Tercera dimensión: NIVEL DE ESTRÉS ALTO

• Objetivo de la Dimensión: INTENSIDAD DEL ESTRÉS

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Molestias físicas y mentales	En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	
Incapacidad de controlarse	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	
Nivel de tensión	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	
Inseguridad	En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Afrontamiento a problemas	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	
Confianza para resolver problemas	En el último mes ¿Cuán seguido confías en la capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	
Frecuencia de buenos resultados	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	
Lograr terminar las cosas a tiempo	En el último mes ¿Cuán seguido le diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	
Conflicto personal	En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	
Control y orden	En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	
Inquietud	En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	
Ansiedad	En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	
Desgaste	En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	


Firma del evaluador
DNI 50815375



GRADUADO	GRADO O TÍTULO	INSTITUCIÓN
DÍAZ MOLINARI, JAVIER FERNANDO DNI 29594699	DOCTOR EN ADMINISTRACIÓN Fecha de diploma: 08/05/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 10/05/2013 Fecha egreso: 08/02/2015	UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL <i>PERU</i>
DÍAZ MOLINARI, JAVIER FERNANDO DNI 29594699	MAESTRO EN ADMINISTRACIÓN Fecha de diploma: 13/08/15 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 17/01/2011 Fecha egreso: 31/01/2012	UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL <i>PERU</i>

NEYRA VILLANUEVA, JAVIER ALEJANDRINO DNI 41440286	DOCTOR EN GESTIÓN PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD Fecha de diploma: 20/07/20 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 04/01/2017 Fecha egreso: 19/01/2020	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <i>PERU</i>
NEYRA VILLANUEVA, JAVIER ALEJANDRINO DNI 41440286	ABOGADO Fecha de diploma: 28/06/16 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>
NEYRA VILLANUEVA, JAVIER ALEJANDRINO DNI 41440286	BACHILLER EN DERECHO Fecha de diploma: 29/02/16 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 24/03/2014 Fecha egreso: 23/12/2015	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>
NEYRA VILLANUEVA, JAVIER ALEJANDRINO	BACHILLER EN EDUCACION Fecha de diploma: 31/07/2007 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL

GRADUADO	GRADO O TÍTULO	INSTITUCIÓN
MELGAR JIMÉNEZ, MANUEL FERNANDO DNI 10815375	DOCTOR EN ECONOMÍA Fecha de diploma: 08/05/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 11/05/2012 Fecha egreso: 04/02/2014	UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL <i>PERU</i>
MELGAR JIMÉNEZ, MANUEL FERNANDO DNI 10815375	INGENIERO INDUSTRIAL Fecha de diploma: 09/09/15 Modalidad de estudios: -	PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ <i>PERU</i>

Anexo 5. Alfa de Cronbach

Coeficiente Alfa de Cronbach Educación Virtual

Análisis de confiabilidad de la escala de educación virtual por ítems				
Preguntas	Media de escala	Varianza de escala	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach
1	23,1667	42,029	,712	,881
2	23,4444	41,673	,669	,882
3	23,1111	43,516	,676	,883
4	23,6111	42,252	,697	,881
5	23,5000	40,853	,575	,888
6	23,6667	46,941	,217	,897
7	23,7778	47,242	,278	,895
8	23,4444	41,438	,694	,881
9	23,2222	40,418	,777	,877
10	23,5556	45,791	,434	,891
11	23,9444	41,232	,630	,884
12	23,3333	47,176	,187	,898

Coeficiente Alfa de Cronbach Educación Virtual Estadísticas de fiabilidad

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos (ítems)
0,602	12

Interpretación: Los datos de la muestra de estudio relacionado al logro de competencias (transversales y específicas) se encuentran en el intervalo confiable ya que el coeficiente Alfa de Cronbach 0,602 se encuentra en el intervalo de 0,60 a 0,65.

Coeficiente Alfa de Cronbach Estrés

Confiabilidad de los ítems de la Escala de Estrés				
Preguntas	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach
1	21.94	24.762	.254	.792
2	22.22	22.617	.456	.752
3	21.95	24.194	.299	.784
4	22.61	22.549	.469	.749
5	22.60	23.277	.424	.761
6	22.70	22.723	.462	.751
7	22.48	23.219	.436	.759
8	21.99	24.948	.231	.797
9	22.61	22.807	.495	.748
10	22.39	23.527	.389	.767
11	21.84	24.122	.339	.777
12	21.79	30.931	-.363	.790
13	22.27	31.180	-.358	.703
14	22.27	31.180	-.358	.703

La tabla muestra los niveles aceptables de confiabilidad en cada uno de los ítems los cuales oscilan entre los 0.703 a 0.792, cumpliendo con los criterios establecidos en la teoría.

Coeficiente Alpha de Cronbach Educación Virtual Estadísticas de fiabilidad
Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos (ítems)
0,776	14



Anexo 6. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: “INFLUENCIA DE LA EDUCACIÓN VIRTUAL EN EL ESTRÉS DE ESTUDIANTES DE MAESTRÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE TRUJILLO, 2023.”

Investigador: FELIPE JOEL LAZO MORA

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada: “Influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de maestría de una universidad de Trujillo”, cuyo objetivo es determinar la Influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de maestría de una universidad de Trujillo. Esta investigación es desarrollada por estudiante posgrado del programa de MAESTRIA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA de la Universidad César Vallejo del campus LIMA, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Universidad César Vallejo.

El estudio ayudará a nuestra institución para que ayude a la población estudiantil a disminuir y controlar los episodios de estrés, que son influenciados por la educación virtual.

Procedimiento

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

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: “Influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de maestría de una universidad de Trujillo.”
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos y se realizará en el ambiente de virtual de la institución.

Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.



Participación voluntaria (principio de autonomía): Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia): Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia): Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia): Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador: Felipe Joel Lazo Mora, email: flazom@ucvvirtual.edu.pe y Docente asesor: Juan José Moran Requena email: jmoranre@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada y dar mi correo.

Nombre y apellidos:

Fecha y hora:

Correo Electrónico:



Anexo 7. AUTORIZACIÓN DE RECOJO DE DATOS

UAP

EN LA UAP
TÚ ERES PARTE
DEL CAMBIO

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Coordinador de la UAP-Filial Trujillo: Carlos Adrián Quiroz Vasquez.

Es grato dirigirme a usted para expresarle un cordial saludo y a la vez con respecto a la solicitud de autorización de la recolección de datos para el proyecto de investigación titulado:

"Influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de maestría de una universidad de Trujillo, 2023"

Que está siendo realizado por, **FELIPE JOEL LAZO MORA**, egresado de la Escuela Profesional de **ESTOMATOLOGÍA** de manera satisfactoria, registrado con el código N° 2004170911, según obra en los archivos de nuestra institución.

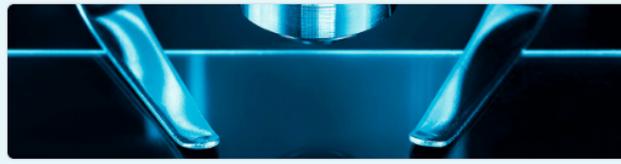
Se le expide la presente, con la finalidad de permitir la realización de recolección de datos., quedamos atentos a los resultados de la investigación, la misma que estamos seguros redundará en favor de nuestra universidad.

Trujillo, 22 de Junio 2023.


Carlos Adrián Quiroz Vasquez
Coordinador UAP - Trujillo



Anexo 8. EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



Encuesta sobre la Influencia de la educación virtual y estrés en estudiantes de Maestría

Estimado alumno de posgrado, encuesta sobre la influencia de la educación virtual y estrés, se agradece responder la encuesta de manera honesta y responsable, a fin de tener en cuenta su apreciación para la presente investigación.

Es un formulario de 26 preguntas, que consta de dos partes, siendo las primeras 12 preguntas referente a Educación Virtual y las 14 siguientes son con respecto al Estrés.

Teniendo en cuenta que para desarrollar esta encuesta, las respuestas tendrán la codificación del 1 al 5, siendo para:

Educación Virtual, Preguntas 1- 12:

- (1) Totalmente en desacuerdo
- (2) En desacuerdo
- (3) Indiferente
- (4) De acuerdo
- (5) Totalmente de acuerdo

Estrés, Preguntas 13- 26:

- (1) Nunca
- (2) Casi nunca
- (3) De vez en cuando
- (4) Frecuentemente
- (5) Casi siempre

docs.google.com/spreadsheets/d/11QKv5UHxex2cL4V-4ElyyopWPRqxL2TJRc08Q83sVZk/edit?resourcekey#gid=2090687836

ENCUESTAS DE ED... Formulario sin titulo... ENCUESTAS DE ED... Encuesta sobre la l... EDUCACIÓN VIRTU... YouTube

ENCUESTAS DE EDUCACIÓN VIRTUAL

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Extensiones Ayuda

100% Predet... 123

J4	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
1	Marca temporal	Dirección	PRIMERA PARTE "EDU								
2	4/06/2023 21:38:33	adriana7	1. Para Ud. con respecto a	3	5	1	2	5	4	5	4
3	4/06/2023 22:06:55	hiazorno	2. Para Ud. La calidad de	4	4	3	4	4	4	4	4
4	5/06/2023 21:16:08	flacom@	3. Para Ud. Los recursos	4	3	3	4	5	4	4	4
5	5/06/2023 19:03:13	danevya	4. Recibe orientación del	4	3	5	4	4	4	4	4
6	5/06/2023 19:11:31	allaza@	5. Recibe orientación del	5	5	5	5	4	5	5	5
7	5/06/2023 19:15:34	yomarde	6. Mis consultas en el for	4	4	4	4	4	4	4	4
8	5/06/2023 20:34:21	nyajahuz	7. Existe una orientación	4	4	4	4	5	4	4	5
9	6/06/2023 23:05:33	jfdiazm@	8. Sus tutores lo apoyan	5	5	5	5	4	5	5	5
10	3/06/2023 21:05:14	ingrojast	9. Ante cual	5	5	5	5	5	5	3	4
11	3/06/2023 21:15:16	mzambri		5	5	5	5	5	5	5	4
12	3/06/2023 21:16:32	cyupang		5	5	5	5	5	5	5	4
13	3/06/2023 21:16:41	halvaradi		5	4	5	4	4	3	5	4
14	3/06/2023 21:16:41	cyupang		5	5	5	5	4	5	5	5
15	3/06/2023 21:16:41	maryluzj		4	4	4	4	4	4	4	4
16	3/06/2023 21:16:41	mdaneri		4	5	4	4	5	4	4	5
17	3/06/2023 21:16:41	edonayr		5	5	5	5	4	5	5	5
18	3/06/2023 21:16:41	gfilian@		4	5	4	4	4	5	3	4
19	3/06/2023 21:16:41	njara@u		5	5	5	5	5	4	5	3
20	3/06/2023 21:16:41	dguerras		5	4	5	5	5	5	5	4
21	3/06/2023 21:16:41	jlopezerj		4	3	5	4	4	4	4	4
22	3/06/2023 21:16:41	mluyoh@		5	5	5	5	4	5	5	5
23	3/06/2023 21:16:41	amanoqi		4	4	4	4	4	4	4	4
24	3/06/2023 21:16:41	jminanoq		4	5	4	4	5	4	4	5
25	3/06/2023 21:16:41	bmorales		5	5	5	5	4	5	5	5
26	3/06/2023 21:16:41	lhnvasen		3	5	1	2	5	4	5	4

Esperando a docs.google.com...

Anexo 9. Prueba de normalidad

Tests de normalidad							
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	ESTRES	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
EDUCACIÓN	MODERADO	.	6	0.000	.	6	0.000
VIRTUAL	ALTO	.532	81	0.000	.088	81	0.000

a. Lilliefors Significance Correction

Interpretación: Según los resultados que fueron obtenidos en la tabla se logran observar que, por la cantidad de muestra y al hacer el contraste para la normalidad, se elige la prueba Kolmogorov – Smirnov, además que entre las variables de estudio la significancia es de 0.000. Además, se conoce que si la Sig. Bilateral es < 0.05 elige una distribución no normal o no paramétrico y por el contrario si la Sig. Bilateral es ≥ 0.05 elige una distribución normal o paramétrico, los resultados nos muestran que estamos ante una distribución no normal. Por lo cual, se elige el método que es no paramétrico, por lo que se aplicó la prueba de Regresión Logística Ordinal para determinar el nivel de influencia de la variable educación virtual en el estrés.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, MORAN REQUENA JUAN JOSE, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Influencia de la educación virtual en el estrés de estudiantes de maestría de una universidad de Trujillo, 2023", cuyo autor es LAZO MORA FELIPE JOEL, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 19.00%, 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, 31 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
MORAN REQUENA JUAN JOSE DNI: 20045894 ORCID: 0009-0007-1597-2266	Firmado electrónicamente por: JMORANRE el 09-08- 2023 23:17:47

Código documento Trilce: TRI - 0629326