



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una universidad de Piura.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

AUTORAS:

Celi Vargas, Astrid Yanet (orcid.org/0000-0002-3021-1752)

Fernandez Espinoza, Marcia (orcid.org/0000-0001-7189-9445)

ASESORA:

Mg. Pulache Herrera, Carmen Mariela (orcid.org/0000-0002-5829-4422)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

PIURA - PERÚ

2024

Declaratoria de autenticidad del asesor



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, PULACHE HERRERA CARMEN MARIELA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, asesor de Tesis titulada: "Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura.", cuyos autores son FERNANDEZ ESPINOZA MARCIA, CELI VARGAS ASTRID YANET, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 12%, 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.

PIURA, 20 de Octubre del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
PULACHE HERRERA CARMEN MARIELA DNI: 40362180 ORCID: 0000-0002-5829-4422	Firmado electrónicamente por: CPULACHEH al 20- 10-2024 09:08:34

Código documento Trilce: TRI - 0881548

Declaratoria de originalidad del/os autor/es



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Originalidad de los Autores

Nosotros, FERNANDEZ ESPINOZA MARCIA, CELI VARGAS ASTRID YANET estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura.", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

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

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

Nombres y Apellidos	Firma
ASTRID YANET CELI VARGAS DNI: 71741076 ORCID: 0000-0002-3021-1752	Firmado electrónicamente por: ACELIVAR el 20-10-2024 17:12:59
MARCIA FERNANDEZ ESPINOZA DNI: 76082073 ORCID: 0000-0001-7189-9445	Firmado electrónicamente por: FFERNANDEZE SP el 20-10-2024 16:28:54

Código documento Trilce: TRI - 0881549

Dedicatoria

A nuestros padres, que son nuestra razón de ser y a quien le debemos todo lo que somos, gracias a su apoyo y amor incondicional, cristalizando en nosotras grandes aspiraciones: ser estupendos profesionales de enfermería.

A nuestros hermanos y familiares, que nos impulsan a dar y lograr lo mejor en cada una de nuestras metas.

A nuestra asesora Mg. Pulache Herrera, Carmen Mariela, cuya experiencia, paciencia y apoyo constante fueron fundamentales para la realización de este trabajo. Su guía no solo nos proporcionó claridad académica, sino también motivación en momentos de duda. Su confianza en nosotras impulsó a seguir adelante y superar los desafíos.

Agradecimiento

A Dios, por darnos salud y las fuerzas que necesitamos para salir adelante siempre.

A nuestros padres por ser el motor y motivo, e impulsarnos a lograr nuestras metas y ser mejor cada día.

A nuestros hermanos, por ser nuestro apoyo incondicional y darnos el amor más grande y sincero.

A nuestros docentes, que han sido parte de nuestro camino universitario, quienes han transmitido los conocimientos necesarios para hoy poder estar aquí siendo buenos profesionales.

Índice de contenidos

Declaratoria de autenticidad del asesor	ii
Declaratoria de originalidad del/os autor/es.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento	v
Índice de contenidos.....	vi
Índice de tablas.....	vii
Índice de gráficos.....	viii
Resumen	ix
Abstract.....	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. METODOLOGÍA	11
III. RESULTADOS.....	16
IV. DISCUSIÓN	20
V. CONCLUSIONES	25
VI. RECOMENDACIONES.....	26
REFERENCIAS	
ANEXOS.....	

Índice de tablas

Tabla 1. Relación del estrés y la distribución de tiempo de los estudiantes	16
Tabla 2. Relación del estrés y la actitud personal de los estudiantes	17
Tabla 3. Relación del estrés y las estrategias de los estudiantes.....	18
Tabla 4. Relación del estrés y los hábitos de estudio de los estudiantes.....	19
Tabla 5 Hipótesis 2 pruebas de chi-cuadrado.....	82
Tabla 6 Hipótesis 3 pruebas de chi-cuadrado.....	83
Tabla 7 Hipótesis 4 pruebas de chi-cuadrado.....	84
Tabla 8 Hipótesis 1 prueba de chi-cuadrado.....	85

Índice de gráficos

Gráfico 1. Relación del estrés y la distribución de tiempo de los estudiantes	98
Gráfico 2. Relación del estrés y la actitud personal de los estudiantes	98
Gráfico 3. Relación del estrés y las estrategias de los estudiantes	99
Gráfico 4. Relación del estrés y los hábitos de estudio de los estudiantes	99

Resumen

El presente trabajo de investigación se desarrolla en base al objetivo tres de la ODS: salud y bienestar. El objetivo fue determinar la relación entre el estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. La metodología fue básica, enfoque cuantitativo, de corte transversal, diseño no experimental de tipo correlacional. La población fue 50 estudiantes de una Universidad de Piura, con una muestra censal y el tipo de muestreo no probabilístico. La técnica de recolección de datos empleada fue la encuesta y como instrumento la escala de Likert.

Los resultados fueron: Existe relación significativa entre el estrés y hábitos de estudio, de igual manera entre la variable estrés y la dimensión distribución de tiempo, actitud personal y estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura, aprobándose las hipótesis alternas. La conclusión fue: existe relación entre la variable estrés y hábitos de estudio respaldado en la chi- cuadrado con un Sig= 0.025.

Palabras clave: Estudiantes, estrés, hábitos de estudio.

Abstract

This research work is developed based on objective three of the SDG: health and well-being. The objective was to determine the relationship between stress and study habits in relation to the development of the research project in the students of a University of Piura. The methodology was basic, quantitative approach, cross-sectional, non-experimental correlational design. The population was 50 students from a University of Piura, with a census sample and non-probabilistic sampling type. The data collection technique used was the survey and the Likert scale was used as an instrument.

The results were: There is a significant relationship between stress and study habits, in the same way between the stress variable and the dimension of time distribution, personal attitude and strategies towards the development of the research project of the students of a University of Piura, approving the alternative hypotheses. The conclusion was: there is a relationship between the stress variable and study habits supported by the chi-square with a Sig = 0.025.

Keywords: Students, stress, study habits.

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad existen muchos estudiantes que ya están en el último periodo de sus estudios superiores de pregrado, lo que realmente puede significar emoción y entusiasmo de estar cerca a la meta y haber superado diversos desafíos durante el proceso académico. Sin embargo, poco se conoce acerca de la gran responsabilidad que trae consigo llevar a cabo las prácticas pre profesionales y experiencias curriculares; más aún durante la elaboración del proyecto de investigación con el fin de lograr el título profesional, significando ser una de las principales fuentes de preocupación por parte de los universitarios, generando en ellos sacrificio intelectual, alto nivel de estrés y tensión psicológica que consecuentemente es desfavorable para el desempeño académico.

A nivel mundial se aprecia que cerca del 25% del total de educandos en el nivel superior desarrollan estrés académico actualmente, en donde la protagonista de los índices, es la carrera de salud. Por otro lado, a nivel internacional en uno de los estudios que se realizaron en una de las universidades de Chile indica que un 91% de la población estudiantil ha manifestado signos de estrés universitario. Asimismo, en Ecuador se encontró que en la Universidad Católica de Cuenca es alarmante la cifra de estrés académico con un 95%, indicándonos que la facultad de salud es una de las principales y en donde las mujeres son las más perjudicadas, esto debido a su mayor vulnerabilidad (1).

De igual forma a nivel nacional, según un estudio en una de las universidades en lima (Universidad Cayetano Heredia), refleja que el estrés académico alcanzó un 77.4%, siendo los periodos finales en donde presentan más exigencia y aumentan los factores estresores, específicamente el desarrollo de elaboración de tesis de las carreras de salud a diferencia de los periodos iniciales (2).

Mientras tanto, INEI en sus estadísticas del periodo académico 2012-2023, la Universidad Nacional de Piura cuenta con 10 804 estudiantes matriculados donde 1 177 de ellos solo han culminado sus estudios académicos obteniendo el grado de bachiller, esto quiere decir que las cifras en dicha institución son totalmente alarmantes donde hasta hoy no se ha podido investigar e identificar las causas principales, del porqué los estudiantes suspenden la culminación completa de su carrera (3).

Dicho esto, las cifras encontradas desde lo mundial hasta lo regional respecto al tema a investigar muestran con total claridad que el estrés académico a nivel universitario es una de las problemáticas que desde hace años atrás se hace presente hasta el día de hoy, en donde las carreras de salud son las principales afectadas porque se requiere de mucho más esfuerzo y dedicación, ya que un pequeño error puede ser irremediablemente negativo al tratar con pacientes, además de conllevar mucha investigación y actualizaciones de los temas en salud.

De modo que, el desarrollo de este proyecto aporta al ODS tres: Salud y bienestar, al mencionar que se debe brindar un acceso a la información, la salud, y la educación, por ende, es importante llevar a cabo la promoción de la salud mental y emplear diversas estrategias a fin de que la población joven conozca sobre el tema, teniendo un buen manejo propio y poder ser aplicada en su vida diaria, pues de esta forma lograremos reducir dichas cifras relevantes anteriormente mencionadas.

Dicho lo anterior, se planteó la siguiente problemática ¿Cuál es la relación entre el estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura?

Por tal motivo, desde la perspectiva teórico-científico, nuestro proyecto de investigación se justificó en base a Callista Roy y su modelo de la adaptación, ya que esta teórica aborda cómo la persona tiene la capacidad de adaptarse a los estímulos pero que si ocurren ciertas características como darse de manera prolongada conlleva a no tomar buenas decisiones y terminar enfermando a la persona (4).

Desde la perspectiva práctica, se justificó al contribuir a que los estudiantes del último periodo de enfermería realicen mejores prácticas de afrontamiento ante el estrés, con la finalidad de aplicar de la mejor manera los hábitos de estudio tales como organizarse, investigar, etc. Del mismo modo a nivel metodológico, contribuyó a que futuras investigaciones tengan un precedente innovador, mejorando el desenvolvimiento académico del estudiante en la etapa final de la carrera profesional de enfermería.

Desde la perspectiva social este estudio beneficia a la sociedad, al contar con egresados y su capacidad de mejorar los factores estresantes en la elaboración de su trabajo, ya que de esta manera podrán superar sus miedos e inquietudes, además

de incrementar la motivación para realizar futuras maestrías o especialidades en su ámbito profesional.

Conforme a ello, se abordó como objetivo general: Determinar la relación entre el estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Además, se señalan a continuación los fines específicos: Determinar la relación entre el estrés y la distribución de tiempo frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura. Determinar la relación entre el estrés y la actitud personal frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura. Determinar la relación entre el estrés y las estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Simultáneamente se llevó a cabo la principal hipótesis: H1: Existe relación entre el estrés y los hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura. H0: No existe relación entre el estrés y los hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Cabe señalar, que las hipótesis específicas fueron las siguientes: H1: Existe relación significativa entre el estrés y la distribución del tiempo frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura. H0: No existe relación significativa entre el estrés y la distribución del tiempo frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura. H2: Existe relación significativa entre el estrés y la actitud personal frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura. H0: No existe relación significativa entre el estrés y la actitud personal frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura. H3: Existe relación significativa entre el estrés y las estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura. H0: No existe relación significativa entre el estrés y las estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

En relación a los antecedentes de la vigente investigación, dentro de lo internacional, se halló un trabajo de estudio en Barcelona, en el año 2021, Soto M., en su análisis tuvo como objetivo: identificar el vínculo que existe en el estrés académico y los

métodos que emplea para la realización de su plan de investigación, siendo de tipo correlacional, con una muestra de 150 aprendiz que actualmente forman parte del décimo período del trayecto profesional de medicina, fueron participes en una encuesta para evaluar el nivel de estrés, llegando a las siguientes conclusiones: el 99% presentan hábitos inadecuados y el 88% estrés académico, donde se aborda que de ese porcentaje el 47% sienten frustración por el cumplimiento exigente de las actividades académicas, mientras que el 41% presentan síntomas físicos, destacando el dolor de cabeza, llegando así a existir una relación significativa entre dichas variables (5). Por lo evidenciado, se identificó que los hábitos de pensamiento positivo conducen a un comportamiento eficaz, y en el contexto de la educación, los hábitos de estudio conducen al éxito académico, es por ello que los estudiantes se enfrentan constantemente a las exigencias de la elaboración de la tesis, por lo que la falta de hábitos de estudio puede generar estrés académico.

Asimismo, en México, en el año 2021, Clemente A. ejecutó su trabajo con el objetivo: identificar el vínculo entre el estrés académico y rutinas académicas en estudiantes para obtener la licenciatura en enfermería, siendo este un estudio de tipo cuantitativo – correlacional, involucrando a 276 estudiantes de enfermería entre las edades de 18 a 28 años de la Universidad Nacional de Puebla; donde intervinieron en la aplicación del cuestionario SISCO SV-21 segunda versión que mide el estrés académico en 21 ítems, obteniéndose los siguientes resultados: el 85.9% de estudiantes presentan dificultades en la elaboración de su tesis y que a consecuencia de ello generan niveles altos de estrés, sin embargo solo el 15.4% de los educandos de enfermería emplean estrategias que mejoren sus rutinas de estudio; por ello se demuestran relaciones estadísticamente positivas entre variables enfocado en (Sig = .001, $p < .001$) (6). De los resultados, se puede apreciar que el estrés afecta de manera directa en los métodos de estudio que lleva a cabo el estudiante para llegar alcanzar sus metas, es decir presentan agotamiento mental y físico que hacen el proceso de su formación universitaria aún más frustrante.

En Venezuela, en el 2020, Aldana Z. tuvo como meta principal: identificar la relación de estrés y métodos académicos durante el desarrollo del trabajo profesional de grado en educación, siendo, un estudio correlacional, una muestra de 167 educandos del X semestre, quienes participaron en un instrumentó de 33 ítems mediante la escala de likert, los resultados fueron: Del total de los estudiantes el 65.5% expresan tener

desmotivación y por ende no poseen iniciativa en el desarrollo de su proyecto. Existe una relación lineal estadísticamente afirmativa, y moderada entre estas variables de estudio ($rP=-0,043$, $p<0,05$) (7). De aquellos resultados, se aprecia que el estrés tiene consecuencias negativas en la muestra poblacional abordada, donde el estudiante requiere de esfuerzos al mejorar sus hábitos de estudio para la conclusión efectiva del trabajo de investigación.

En Bolivia, en el año 2020, Cárdenas L. realizó un estudio con el objetivo principal: reconocer la unión entre las estrategias de estudio y estrés durante la ejecución de la tesis de pregrado en la Universidad Salesiana, cuya muestra se constituyó de un total de 200 educandos; los cuales fueron partícipes en el cuestionario de 3 categorías con un total de 31 ítems, los resultados fueron: Durante la ejecución de tesis de pregrado el 13% de la población estudiantil aplicaba estrategias de estudio, esto quiere decir que se halló una correlación significativa en las variables del actual estudio, evidenciándose mediante ($rP=-0.052$, $p<0.05$) (8). Por lo evidenciado se puede apreciar que, las estrategias de estudio se ven influenciadas por el estrés, puesto que el incremento de los factores estresores es más relativa en los estudiantes durante el período final de la carrera universitaria y más aún cuando se da el desarrollo de las actividades científicas para la obtención de títulos profesionales.

En Chile, en el año 2020, Rodríguez A. en su estudio tiene como finalidad: la relación entre el estrés universitario y las estrategias de estudio en la realización del trabajo de investigación, siendo un estudio de tipo transversal- correlacional, cuya muestra fue de 150 estudiantes del décimo ciclo que llevan a cabo el proyecto de investigación; donde fueron encuestados mediante la escala de afrontamiento de estrés, llegando a los siguientes resultados: el 70% de los aprendices no llevan adecuadamente la organización de sus actividades diarias, como asignar tiempo para realizar sus tareas, estudiar, investigar, leer, etc; donde dicha situación es generadora de un estrés aún más predominante. En conclusión, se halló una concordancia entre las variables de investigación, siendo el valor de $Sig= 0,000$ (9). Por lo evidenciado, se puede apreciar que, el estudiante al no manejar de forma adecuada el estrés académico, se ve sometido a no aplicar correctamente sus hábitos de estudio tales como establecer un horario adecuado, utilizar técnicas de concentración, participar activamente en el desarrollo de su trabajo de investigación, etc.

A nivel nacional, en Lima, en el año 2022, Vásquez B. tuvo como objetivo primordial: correlación en habilidad de estudio y estrés en los aprendices que cursan el décimo ciclo en el área de ciencias básicas, siendo este un estudio transeccional, descriptivo y correlacional, con un muestrario de 317 discentes; participando en dos instrumentos: inventario de Barraza y Vicuña que mide ambas variables, los resultados fueron: 88% de los educandos muestran una elevación de estrés de moderado a alto, por otra parte el 59.9% presentan hábitos de estudio negativos, es decir no adecuados. Además, se halló relación directa ($p < 0.05$) en dichas variables (10). Dicho esto, podemos decir que el aprendiz demuestra que su pericia, sus métodos habituales de recopilación de información como también el modo en que elaboran sus actividades académicas impide que logren efectos óptimos durante la elaboración del trabajo de investigación, esto a causa del estrés que se ha generado en ellos.

En Huancayo, en el año 2020, Cunza G. planteó como objetivo: La concomitancia en los métodos de estudio y estrés en los aprendices de psicología durante la realización de tesis, con la participación de 283 estudiantes que cursan el X ciclo profesional, quienes desarrollaron una encuesta que llevó como nombre ficha técnica de Diagnóstico Integral del Estudio (DIE-3), los resultados fueron: El 70% de los estudiantes no tienen una distribución adecuada de su tiempo para cada actividad académica, mientras que el 30% de los educandos tiene un manejo del tiempo para cada actividad dentro y fuera del nivel académico de manera organizada, es decir ambas variables de estudio poseen una correlación muy significativa con una correlación r de Pearson por debajo de 0.05 (11). Por lo evidenciado, se identifica que los estudiantes durante la elaboración de su trabajo de investigación presentan estrés, a causa de los diferentes procedimientos que conlleva este mismo, siendo así que afecta totalmente los hábitos de estudio, haciendo que el aprendiz no pueda planificar correctamente un horario de estudio, establecer metas, etc.

En Chiclayo, en el año 2020, Gálvez M. tuvo como objetivo principal: Identificar el estrés a nivel académico y tácticas académicas en el cumplimiento del diseño de investigación en los estudiantes de medicina, con una muestra de 286 aprendices del ciclo final de la carrera profesional de medicina, quienes han sido partícipes de la ficha técnica SISCO que se mide mediante la escala de Likert, los resultados encontrados evidencian lo siguiente: el 78.5% de los aprendices padecen de un estrés moderado, esto debido a que los avances en trabajos académicos los perciben como carga y que

a su vez estos van disminuyendo su motivación durante el proceso de elaboración de tesis, siendo el valor de r de Pearson 0.050, es decir las variables en estudio existe una relación significativa (12). De lo evidenciado, se apreció que, el estrés es una condición global que afecta en algún grado a todos los educandos de la Universidad de Sipán en la carrera de enfermería, destacando como principales factores causales: la sobrecarga académica en la universidad, la evaluación docente, el rendimiento y el comportamiento físico y mental.

Una vez realizados los antecedentes a nivel internacional y nacional, se abordaron los fundamentos epistemológicos con autores de todos los tiempos, teniendo en cuenta que nuestra base teórica es Callista Roy y su teoría de la adaptación donde menciona que la persona desde la niñez enfrenta ciertas situaciones de estrés y este tiene la capacidad de adaptarse a diferentes cambios, ya que para unos puede ser algo en donde hay que aprovechar las oportunidades, para otros puede significar un gran problema a tal punto de enfermarse e interferir en la toma de decisiones, mientras tanto el papel de enfermería se puede llevar a cabo en la valoración de aquellos comportamientos que evidencien estrés en las personas a través de los cuatro modos adaptativos de Roy (4).

En cuanto a la variable de estrés para Águila y Castillo, lo definen como aquello que sufren los estudiantes especialmente en la educación media y superior, teniendo como causas particulares a factores estresores vinculados con las funciones exigentes ejercidas en el ámbito académico y que perjudican su proceso de aprendizaje y bienestar (13).

Para Regueiro, el estrés es definido como respuesta del cuerpo donde una variedad de mecanismos defensores juega un papel para confrontar aquellas situaciones que son captadas como desafiantes o peligrosas (14)

Según Naranjo el nivel alto de estrés disminuye la capacidad de aprendizaje porque reducen la concentración, atención y retención, esto se explica ya que mientras se procesa la información, los estudiantes estresados no permiten organizarse, ni desarrollar efectivamente sus responsabilidades dentro de cada experiencia curricular, además de poseer escasa flexibilidad de adaptación frente a los procesos de conocimiento (15)

Según Muñoz García define que las obligaciones académicas son aquellas responsabilidades o actividades durante la formación profesional e investigación, sin embargo, dichas tareas se convierten en factores estresores en el ámbito educativo, porque sobrepasan la capacidad de un estudiante, y que en el ambiente universitario la mayor parte de ellos son, los exámenes o evaluaciones, la sobrecarga, la actitud del magister u/o docente y los periodos finales del ciclo académico (16).

Asimismo, para el autor Sam y Sulthan cuando nos referimos a las consecuencias a nivel fisiológico a causa del estrés, este último genera una cantidad de transformaciones en la función del cuerpo de forma interna como el aceleramiento del ritmo respiratorio, formación o incremento de ciertas hormonas, modificaciones del sueño, cambios en la presión arterial, etc., alterando de cierta forma el equilibrio homeostático (17). Por otro lado, según el autor Ebrahim, el estrés en estudiantes universitarios desarrolla cambios en el sistema inmune, poniéndolos en un mayor grado de vulnerabilidad a posibles enfermedades, dichas alteraciones orgánicas se encuentran asociadas por el miedo ocasionado en ciertas situaciones o durante el ciclo o etapa final de la carrera, tras sufrir una variación de valores en tres hormonas, la hormona T, la adrenalina y la más importante el cortisol, presentándose una sintomatología que incluyen los cambios de apetito, irregularidad menstrual, problemas digestivos, entre muchas otras (18).

Para los autores Deng y Jacob, el estrés perjudica en diversos ámbitos como el emocional o vínculos interpersonales, cabe resaltar que en cada persona se experimenta de diferentes formas, sin embargo, tiene mucho que ver la manera en cómo se afrontan aquellas situaciones que generan estrés, a pesar de ello muchos de los individuos experimentan ciertas tendencias o conductas como un aumento de irritabilidad, depresión, preocupación, deterioro de la concentración, que a largo plazo es ampliamente perjudicial (19) .

Para el autor Sundas, el estrés genera ciertas secuelas en el aspecto psicológico porque la manera en que se procesa la información es la inadecuada o sobrepasa la capacidad de adaptación en el individuo, generando angustia, intranquilidad, tristeza, entre muchas otras que al final afectan el desenvolvimiento académico hasta llegar al abandono de la carrera universitaria (20).

Ahora bien, para la variable hábitos de estudio, los autores Enríquez, Fajardo y Garzón lo definen como aquellos comportamientos que presenta el estudiante de manera regular ante la acción de estudiar y que se reitera en varias ocasiones, llevándose a cabo bajo ciertos requisitos ambientales como la luz, el espacio, el tiempo y bajo circunstancias personales como la motivación, la actitud de estar dispuesto para estudiar, la capacidad de organizarse, el esfuerzo y la dedicación (21). Según Mondragón el hábito de estudio son aquellos métodos constantes que toma el alumno frente a contenidos recientes de conocer, comprender y posteriormente aplicar, siendo algunos de ellos como el emplear el tiempo, escoger buenas fuentes que brinden información, tener dominio de concentración y atención, etc (22).

Para la autora Igun señala que las conductas repetitivas de cómo establecemos el horario en los estudios, la ejecución de labores con anticipación, la distribución de tiempo en cada actividad, el espacio donde se acceda a estudiar o concentrar sin problemas, y los hábitos para la lectura son considerados como hábitos de estudio (23).

Mientras que para las autoras Elise, Shaina y Regina la distribución del tiempo hace referencia a cómo el estudiante tiene la capacidad de poder establecerse horarios apropiados fijos para estudiar y al mismo tiempo asignar de forma equitativa ese mismo tiempo para el desarrollo de actividades en todas las experiencias curriculares que pueda llevar a cabo, además de tener un tiempo para la socialización (24).

Ahora bien, para la autora Barbara, afirma que cuando nos referimos a distribución del tiempo en el ámbito académico, el estudiante lleva a cabo el planteamiento de su tiempo (horas y días) para cada responsabilidad encomendada, teniendo previamente aquellos recursos y materiales que se van a necesitar para poner en marcha las actividades y tener una organización satisfactoria, dentro de ello, se incluye un periodo de descanso (25).

Desde el punto de vista de Mendezabal los hábitos de estudio no se llevan a cabo solo con la forma de organizarse, sino que se trabajan estrechamente con la motivación del estudiante porque si el objetivo es llegar a terminar el desarrollo de un trabajo de manera satisfactoria o ganar conocimientos, el educando tiene que poseer esa eficiencia para su orientación y guía hacia su finalidad por el que está estudiando (26).

Ahora para el autor Ibtesam el estudiante no solo se debe regir a la costumbre de repetir un patrón o esperar a que se le ordene a realizar algo, al contrario, deberá en todo momento demostrar la motivación y voluntad necesaria para lo que quiere llegar alcanzar, en ese sentido el papel mental o emocional deberá encontrarse preparado y posteriormente todas aquellas actividades a realizar serán más satisfactorias y placenteras (27).

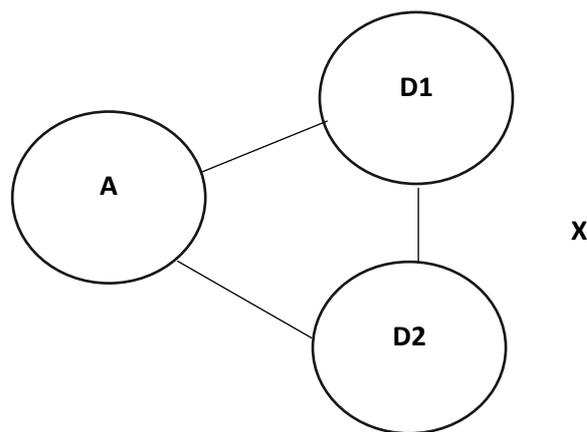
Respecto a las estrategias que se emplean en los hábitos de estudio para la autora Andrea cada estudiante debe disponer de una, y es muy habitual observar que para cada uno se aplican de manera distinta, como la técnica de plantearse interrogantes al no entender algún termino para luego buscar información acerca de ello, el subrayado de ideas principales en una lectura o investigar más allá del material informativo ofrecido en un centro de estudios (28).

El autor Jhoselle nos dice que las técnicas empleadas en los hábitos de estudio se desarrollan de manera necesaria porque generan una serie de beneficios como permitir al estudiante a concentrarse mejor, facilitar el estudio, atención y memoria ya sea vinculando un tema con otro o sea alguna otra estrategia la empleada, pero que todos los actores como los docentes, investigadores, padres, deben estar involucrados para aportar su facilidad en el estudiante y así poder cumplir sus metas con éxito, desde una buena calificación en un examen hasta obtener un título profesional (29).

II. METODOLOGÍA

El presente capítulo aborda aquellos puntos que son de vital relevancia para mostrar cómo se llevó a cabo la estructura del proyecto de investigación.

Para Castrillo y Sánchez (30), el presente proyecto de investigación fue básica ya que registró el hallazgo de conocimientos nuevos, ampliando conceptos que forman parte de la psicología. Por otro lado, fue de enfoque cuantitativo debido a que se utilizó la recopilación de datos y se cuantificaron ambas variables en estudio, además fue de corte transversal debido a que se ejecutó en un tiempo específico. Según Hernández, Fernández y Bautista (31), el diseño empleado fue no experimental puesto que se desarrolló la descripción del estudio sin tener que adulterar alguna de las variables, de tipo correlacional ya que relaciona la primera variable (estrés) con la segunda variable (hábitos de estudio). Además, el sistema de este diseño de investigación se ejecutó de la siguiente manera:



A: Internos de Enfermería

D1: Estrés

D2: Hábitos de estudio

X: Relación entre el estrés y los hábitos de estudio

Como variable uno tenemos al estrés con las siguientes definiciones conceptuales: Aquello que sufren los estudiantes especialmente en la educación media y superior, teniendo como causas particulares a factores estresores vinculados con las funciones exigentes ejercidas en el ámbito académico y que perjudican su proceso de aprendizaje y bienestar (13). Definido también como respuesta del cuerpo donde una variedad de mecanismos defensores juega un papel para confrontar aquellas situaciones que son captadas como desafiantes o peligrosas (14). Asimismo, conceptualizado en que el nivel alto de estrés disminuye la capacidad de aprendizaje porque reducen la concentración, atención y retención, esto se explica ya que mientras se procesa la información los estudiantes estresados no permiten organizarse, ni desarrollar efectivamente sus responsabilidades dentro de cada experiencia curricular, además de poseer escasa flexibilidad de adaptación frente a los procesos de conocimiento (15).

Por otro lado, esta se realizó en tres dimensiones como: Obligaciones académicas, consecuencias físicas y consecuencias psicológicas las cuales desarrollaron sus respectivos indicadores a evaluar, siendo un total de 4 indicadores, cada uno con sus interrogantes, teniendo como escala de medición ordinal, esto debido a que se midió basado en las siguientes escalas: Alto (13 a 21 pts), Medio (22 a 30 pts), Bajo (31 a 39 pts).

Consideramos ahora como segunda variable los hábitos de estudio, con las siguientes definiciones conceptuales: Aquellos comportamientos que presenta el estudiante de manera regular ante la acción de estudiar y que se reitera en varias ocasiones, llevándose a cabo bajo ciertos requisitos ambientales como la luz, el espacio, el tiempo, y bajo circunstancias personales como la motivación, la actitud de estar dispuesto para estudiar, la capacidad de organizarse, el esfuerzo y la dedicación (21). Definido también como aquellos métodos constantes que toma el alumno frente a contenidos recientes de conocer, comprender y posteriormente aplicar, siendo algunos de ellos como el emplear el tiempo, escoger buenas fuentes que brinden información, tener dominio de concentración y atención, etc. (22). Asimismo, conceptualizado como las conductas repetitivas de cómo establecemos el horario en los estudios, la ejecución de labores con anticipación, la distribución de tiempo en cada actividad, el espacio donde se acceda a estudiar o concentrar sin problemas, y los hábitos para la lectura son considerados como hábitos de estudio (23).

Por otro lado, en la variable dos, se llevó a cabo a través de 3 dimensiones como: distribución del tiempo, actitud personal y estrategias, las cuales desarrollaron sus respectivos indicadores a evaluar, siendo un total de 3 indicadores, cada uno con sus interrogantes, teniendo como escala de medición ordinal, esto debido a que se midió basado en las siguientes escalas de Likert: Bueno (12 a 20 pts), Regular (21 a 29 pts), Malo (30 a 36 pts).

Según Sabino C, una población significa el conjunto de seres humanos relacionados entre sí durante un tiempo y espacio particular. Por lo mencionado, la población en el presente proyecto estuvo conformada por 50 educandos de la carrera profesional de enfermería que cursan el noveno ciclo en una Universidad de Piura (32). Donde se llevó a cabo para aquellos que dispongan las siguientes consideraciones: Educandos del IX ciclo de Enfermería de una Universidad de Piura; educandos que acepten participar como objeto de estudio del presente proyecto de investigación; educandos que lleven a cabo diseño del proyecto de investigación como experiencia curricular. Mientras tanto, no se llevará a cabo para aquellos educandos que dispongan las siguientes condiciones: Educandos que no formen parte del noveno ciclo en Enfermería de una Universidad de Piura; educandos que no aspiren a colaborar en el presente estudio; educandos autoras del presente proyecto de investigación; educandos que no lleven a cabo diseño del proyecto de investigación como experiencia curricular; educandos de otras universidades de la carrera de enfermería.

Cabe señalar, que se trabajó con aquellas unidades que efectuaron los criterios de inclusión anteriormente mencionados y el total de la población de análisis, lo que indica que la muestra fue de tipo censal (33), es decir se emplearon 50 educandos que cursen el noveno ciclo de la carrera de enfermería en una Universidad de Piura. Ahora bien, el muestreo empleado fue no probabilístico intencional, esto ya que la elección de los componentes va a depender de los criterios de la investigación y no de la probabilidad (33).

Se utilizó como técnica de investigación una encuesta, que significa una técnica donde se plantearon una secuencia de preguntas cerradas para la adquisición de información precisa sobre el tema (34). El instrumento empleado para obtener los datos de la variable uno fue una escala de Likert sobre "Estrés" (Anexo N°2), bajo las dimensiones: Obligaciones académicas, consecuencias físicas y consecuencias

psicológicas; el cual fue evaluado con tres categorías: Alto (13 a 21 pts), Medio (22 a 30 pts), Bajo (31 a 39 pts). Para la variable dos: la herramienta utilizada fue una escala de Likert sobre “Hábitos de estudio” (Anexo N°2), en base a 3 dimensiones: Distribución del tiempo, Actitud personal y estrategias; donde se evaluaron en relación a tres categorías: Bueno (12 a 20 pts), Regular (21 a 29 pts), Malo (30 a 36 pts).

Mientras tanto, se realizaron las solicitudes correspondientes para la ejecución del proyecto de investigación en una Universidad de Piura (Anexo N°8), ambos instrumentos fueron validados por juicio de expertos con un total de cinco profesionales con magistrado en educación, teniendo en cuenta que el primer instrumento (Escala de estrés) fue catalogado como “De acuerdo”, asimismo para el segundo instrumento (Escala de hábitos de estudio) considerado como “De acuerdo”, (Anexo N°3). Se debe agregar que, ambas variables fueron sometidos a una prueba piloto, siendo efectuados en 25 estudiantes de la UCV de la carrera de enfermería para su verificación y análisis de comportamiento de los resultados (Anexo N°7). Por otra parte, ambas herramientas de recolección de datos fueron llevados a cabo a una evaluación de análisis de Alpha de Cronbach a fin de precisar la coherencia, firmeza y comportamiento dentro de cada ítem, así pues, se indicó que para el instrumento de la variable de estrés el puntaje obtenido fue de 0.921 y un puntaje de 0.887 para la variable de hábitos de estudio, esto quiere decir que ambos instrumentos dispusieron de una alta fiabilidad (Anexo N°7).

En cuanto al método de análisis de datos, se utilizaron dos escalas a los educandos del noveno ciclo de una Universidad de Piura. Los datos obtenidos fueron ingresados al programa SPSS versión 26, para la representación, almacenamiento y codificación de los resultados en sus respectivos gráficos y tablas estadísticas para su propio análisis e interpretación. Asimismo, dentro de ello se aplicó la prueba chi cuadrado con el fin de estudiar el vínculo entre la variable estrés y hábitos de estudio.

Además, se utilizó el cálculo descriptivo y cálculo inferencial para hacer referencia en las hipótesis de investigación (Anexo N°4), se buscó derivar conclusiones a través de un examen de las cifras obtenidas, en base a la técnica de la encuesta conforme a las finalidades e hipótesis de la investigación.

Durante su aplicación, en el presente proyecto se emplearon ciertos aspectos éticos a tomar en cuenta: Principio de respeto, en el proceso de ejecución hacia todas las

personas involucradas. Principio de integridad, debido a que se realizó con total honestidad durante el procesamiento de resultados y sin alteraciones para evitar malos entendidos. Principio de justicia, precisamente porque la comunicación entre los participantes y los responsables se dio de manera clara, sin ningún acto de discriminación. Principio de no maleficencia, puesto que toda la información recolectada por parte de los participantes se empleó estrictamente para la finalidad del proyecto de investigación mas no para otro tipo de propósitos que perjudiquen su integridad. Principio de consentimiento informado, dado que, para empezar con el procedimiento que conllevo este estudio, los partícipes conocieron aquellos motivos por los que se requería su participación y de manera voluntaria se constató en un documento su aceptación.

III. RESULTADOS

Objetivo específico 1: Determinar la relación entre el estrés y la distribución de tiempo frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Tabla 1. Relación del estrés y la distribución de tiempo de los estudiantes

		Estrés	Distribución de tiempo
Estrés	Correlación de Pearson	1	-,615**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	50	50
Distribución de tiempo	Correlación de Pearson	-,615**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	50	50

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La presente tabla evidencia que el valor estadístico r de Pearson es de -0,615, siendo una correlación significativa, ya que dentro de su ámbito de estudio hay una correlación negativa considerable entre la variable estrés y la dimensión distribución de tiempo, porque el valor Sig (bilateral) es de 0,000 es decir se encuentra debajo de 0.01 requerido.

Objetivo específico 2: Determinar la relación entre el estrés y la actitud personal frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Tabla 2. Relación del estrés y la actitud personal de los estudiantes

		Estrés	Actitud personal
Estrés	Correlación de Pearson	1	-,474**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	50	50
Actitud personal	Correlación de Pearson	-,474**	1
	Sig. (bilateral)	,001	
	N	50	50

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La presente tabla evidencia que el valor estadístico r de Pearson es de -0,474, siendo una correlación significativa, ya que dentro de su ámbito de estudio hay una correlación negativa media entre la variable estrés y la dimensión actitud personal, porque el valor Sig (bilateral) es de 0,000 es decir se encuentra debajo de 0.00 requerido.

Objetivo específico 3: Determinar la relación entre el estrés y las estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Tabla 3. Relación del estrés y las estrategias de los estudiantes

		Estrés	estrategias
Estrés	Correlación de Pearson	1	-,708**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	50	50
estrategias	Correlación de Pearson	-,708**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	50	50

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 3 se evidencia que el valor estadístico r de Pearson es de -0,708, siendo una correlación significativa, ya que dentro de su estudio existe una correlación negativa considerable entre la variable estrés y la dimensión actitud personal, porque el valor Sig (bilateral) es de 0,000 es decir se encuentra debajo de 0.01 requerido.

Objetivo general: Determinar la relación entre el estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura.

Tabla 4. Relación del estrés y los hábitos de estudio de los estudiantes

		V1_estrés	V2_hábitos de estudio
V1_estrés	Correlación de Pearson	1	-,704**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	50	50
V2_hábitos de estudio	Correlación de Pearson	-,704**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	50	50

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 4, se puede evidenciar que el valor estadístico r de Person es de -0.704, además esta correlación es significativa, afirmando que hay una correlación negativa considerable entre la variable estrés y hábitos de estudio, porque el valor del Sig (bilateral) es de 0.000, que se encuentra por debajo del 0.01 requerido.

IV. DISCUSIÓN

De los resultados que se lograron conseguir en este estudio se trata de determinar la relación entre el estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura, por lo tanto, se ejecutaron dos cuestionarios, teniendo una aceptación positiva por parte de los estudiantes del noveno ciclo académico de una Universidad de Piura a fin de lograr el objetivo de la indagación.

Respecto al objetivo específico uno, como se muestran en la primera tabla del capítulo anterior, entre la variable estrés y la dimensión distribución de tiempo frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura, existe una relación, dichos resultados se asemejan con el estudio de Rodríguez A (9) que tiene como finalidad la relación entre el estrés universitario y las estrategias de estudio en la realización del trabajo de investigación aplicado a 150 estudiantes, teniendo como resultado que el 70% de ellos no llevan adecuadamente la organización de sus actividades diarias, como asignar tiempo para realizar sus tareas, estudiar, investigar, leer, etc; donde dicha situación es generadora de un estrés aún más predominante.

Asimismo, en el estudio de Cunza G (11), que planteó como objetivo: La concomitancia en los métodos de estudio y estrés en los aprendices de psicología durante la realización de tesis, en 283 estudiantes que cursan el decimo ciclo de la carrera profesional, tuvo como resultado que el 70% de los estudiantes no tienen una distribución adecuada de su tiempo para cada actividad académica, mientras que el 30% de los educandos tiene un manejo del tiempo para cada actividad dentro y fuera del nivel académico de manera organizada.

Desde la perspectiva teórica, se respalda con lo afirmado por las autoras Elise, Shaina y Regina (24) quien nos dice que la distribución del tiempo hace referencia a cómo el estudiante tiene la capacidad de poder establecerse horarios apropiados fijos para estudiar y al mismo tiempo asignar de forma equitativa ese mismo tiempo para el desarrollo de actividades en todas las experiencias curriculares que pueda llevar a cabo, además de tener un tiempo para la socialización. También, lo señalado por Barbara (25) cuando se refiere a distribución del tiempo en el ámbito académico,

puesto que es ahí donde el estudiante lleva a cabo el planteamiento de su tiempo (horas y días) para cada responsabilidad encomendada, teniendo previamente aquellos recursos y materiales que se van a necesitar para poner en marcha las actividades y tener una organización satisfactoria, incluyendo un periodo de descanso.

Por lo tanto, es evidente como los estudiantes que se encuentran cursando el nivel superior académico, no mantienen una distribución adecuada del tiempo, y es que diversos factores influyen dentro de ello, como el enfrentarse a distintas y múltiples obligaciones o responsabilidades, que tras la postergación de ciertas actividades, se observa la acumulación de otras y al no ir de la mano con la buena distribución del tiempo, genera una incorrecta gestión de ello, elevando aún más el nivel de estrés, y al mismo tiempo significando un problema cada vez más preocupante.

En relación al objetivo específico dos, de acuerdo a lo observado en la segunda tabla, existe una relación entre el estrés y la actitud personal frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura, dichos resultados se vinculan con el estudio realizado por Gálvez M (12), quien evidencio como de una muestra de 286 aprendices en el ciclo final de la carrera profesional de medicina el 78.5% de los aprendices padecen de un estrés moderado, esto debido a que los avances en trabajos académicos los perciben como carga y que a su vez estos van disminuyendo su motivación durante el proceso de elaboración de tesis.

Además, del estudio realizado por Aldana Z (7), quien aplico en una muestra de 167 educandos del X semestre académico superior, un instrumento de 33 ítems, con la meta principal de identificar la relación de estrés y métodos académicos durante el desarrollo del trabajo profesional de grado en educación, obteniendo como resultado que, del total de los estudiantes, el 65.5% expresan tener desmotivación y por ende no poseen iniciativa en el desarrollo de su proyecto.

Teniendo en cuenta que, para Ibtesam (27), el estudiante no solo se debe regir a la costumbre de repetir un patrón o esperar a que se le ordene a realizar algo, al contrario, deberá en todo momento demostrar la motivación y voluntad necesaria para lo que quiere llegar alcanzar, en ese sentido el papel mental o emocional deberá encontrarse preparado y posteriormente todas aquellas actividades a realizar, serán más satisfactorias y placenteras.

Agregando, además, lo que nos señala Mendezabal (26), que los hábitos de estudio no se llevan a cabo solo con la forma de organizarse, sino que se trabajan estrechamente con la motivación del estudiante porque si el objetivo es llegar a terminar el desarrollo de un trabajo de manera satisfactoria o ganar conocimientos, el educando tiene que poseer esa eficiencia para su orientación y guía hacia su finalidad por el que está estudiando.

Esto quiere decir que cuando los niveles de estrés se encuentran elevados puede ocasionar efectos en los educandos y es que no solo se necesita que ellos empleen diversidad de hábitos o estrategias para aprender, sino que también se necesita de la motivación para poder complementar lo que se encuentran realizando, sin embargo tras los resultados encontrados se puede evidenciar como esto ha ocasionado en ellos un sentimiento de brumación, disminución de la motivación, pérdida de interés, agotamiento, entre otras, afectando negativamente al estado mental como a la continuación de metas u objetivos propuestos.

En cuanto a lo evidenciado en la tabla número 3, existe relación entre el estrés y las estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura, según los resultados obtenidos, lo que se reafirma por el estudio ejecutado por Clemente A (6), quien, con el objetivo de identificar el vínculo entre el estrés académico y sus rutinas académicas en estudiantes de enfermería, obtuvo como resultado que solo el 15.4% de los educandos de enfermería emplean estrategias que mejoren sus rutinas de estudio.

De igual modo con el estudio por Cárdenas L (8), quien, con el objetivo principal de reconocer la unión entre las estrategias de estudio y estrés durante la ejecución de la tesis de pregrado, en una población de 200 estudiantes, tuvo como resultado que durante la ejecución de tesis de pregrado el 13% de la población estudiantil aplicaba estrategias de estudio.

Definitivamente esto se encuentra relacionado con lo que nos refiere la autora Andrea (28), que cada estudiante debe disponer de una estrategia académica, y es muy habitual observar que para cada uno se aplican de manera distinta, como la técnica de plantearse interrogantes al no entender algún término para luego buscar información acerca de ello, el subrayado de ideas principales en una lectura o investigar más allá del material informativo ofrecido en un centro de estudios

Además, del autor Jhoselle (29), puesto que indica que las técnicas empleadas en los hábitos de estudio se desarrollan de manera necesaria porque generan una serie de beneficios como permitir al estudiante a concentrarse mejor, facilitar el estudio, atención y memoria, ya sea vinculando un tema con otro o sea alguna otra estrategia la empleada, pero que todos los actores como los docentes, investigadores, padres, deben estar involucrados para aportar su facilidad en el estudiante y así poder cumplir sus metas con éxito, desde una buena calificación en un examen hasta obtener un título profesional.

Dicho esto, las estrategias que emplean los estudiantes es muy baja para lo que se necesita, y es que es gran cantidad de ellos además de la presión ya existente de tener que cumplir con las actividades asignadas durante un tiempo determinado, al momento de emplear estrategias enriquecedoras para su formación y elaboración de proyectos, estas son muy superficiales como por ejemplo el memorizar a corto plazo, lo que da como resultado un aumento de estrés y/o miedo, mientras que en el desarrollo de su proyecto evidencian una limitada preparación y poca calidad de trabajo investigativo.

En relación al objetivo general, se evidencia que según los resultados de la tabla 4, existe una relación significativa entre el estrés y los hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura, este hallazgo mantiene similitud con lo encontrado por Soto M (5), quien en su estudio realizado de tipo correlacional para identificar el vínculo que existe entre el estrés académico y los métodos que emplea el aprendiz para la realización de su plan de investigación, llega a la conclusión de que el 99% presentan hábitos inadecuados y el 88% estrés académico, donde se aborda que de ese porcentaje el 47% siente frustración por el cumplimiento exigente de las actividades académicas, mientras que el 41% presenta síntomas físicos, destacando el dolor de cabeza, llegando así a existir una relación significativa entre dichas variables.

Al mismo tiempo, se relaciona con el estudio realizado por Vásquez B (10), quien tuvo como objetivo primordial la correlación en habilidad de estudio y estrés en los aprendiz que cursan el décimo ciclo; con un muestrario de 317 discentes participando en dos instrumentos: inventario de Barraza y Vicuña que mide ambas variables, en donde los resultados fueron que el 88% de los educandos muestran una elevación de estrés de

moderado a alto y que el 59.9% presentan hábitos de estudio negativos, es decir no adecuados.

Por ende, desde un enfoque teórico esto se fundamenta con el aporte de Callista Roy (4) y su teoría de la adaptación donde menciona que la persona desde la niñez enfrenta ciertas situaciones de estrés y este tiene la capacidad de adaptarse a diferentes cambios, ya que para unos puede ser algo en donde hay que aprovechar las oportunidades, para otros puede significar un gran problema a tal punto de enfermarse e interferir en la toma de decisiones. También lo que nos señala Mondragón (22), es que los hábitos de estudio son aquellos métodos constantes que toma el alumno frente a contenidos recientes de conocer, comprender y posteriormente aplicar, siendo algunos de ellos como el emplear el tiempo, escoger buenas fuentes que brinden información, tener dominio de concentración y atención, etc.

Sin embargo, Naranjo (15) nos explica que el nivel alto de estrés disminuye la capacidad de aprendizaje porque reducen la concentración, atención y retención, esto se explica ya que mientras se procesa la información los estudiantes estresados no permiten organizarse, ni desarrollar efectivamente sus responsabilidades dentro de cada experiencia curricular, además de poseer escasa flexibilidad de adaptación frente a los procesos de conocimiento.

Entonces, podemos decir que el estrés y los hábitos de estudio van estrechamente de la mano y es que cuando los estudiantes se encuentran ante altos niveles de estrés, esto debido a la diversidad de factores existentes, tienden a adoptar hábitos académicos inadecuados e insuficientes para lograr cumplir con sus responsabilidades y objetivos, asimismo desde un punto de vista invertido cuando los hábitos de estudio empleados son los inadecuados, el nivel de estrés va a ir incrementando, afectando sus capacidades, su concentración y su efectividad en el rendimiento académico.

V. CONCLUSIONES

En base a los objetivos planteados y el análisis de los resultados encontrados, se brindan las conclusiones posteriores:

Entre estrés y la distribución de tiempo frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura, si existe una relación significativa, esto debido a que cuando no se tiene un buen manejo del tiempo, se genera aún más la sobrecarga de responsabilidades, dando como resultado que los niveles de estrés sean mayores, aprobándose la hipótesis alterna.

El estrés y la actitud personal frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura guardan una relación significativa, en vista de que la gran mayoría de estudiantes universitarios asiste a sus clases de proyecto de investigación sin el entusiasmo necesario que se requiere en el desarrollo de su tesis, aprobándose la hipótesis alterna.

Asimismo, entre el estrés y las estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura, existe un vínculo significativo, dado que, al tener niveles de estrés altos, no poseen la capacidad de poder buscar estrategias que ayuden a fortalecer sus hábitos de estudio, aprobándose la hipótesis alterna.

Finalmente, se concluye que, entre el estrés y los hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura, si posee una relación significativa, a causa de que cuando el nivel de estrés aumenta en los estudiantes universitarios debido a los factores que conlleva la elaboración de tesis, se disminuyen de forma considerable los hábitos de estudio, no permitiendo en ellos desempeñarse como deberían en su formación académica, siendo está sustentada en base prueba estadística chi cuadrado, obteniéndose un nivel de significancia= 0.025 inferior a la $p < 0.05$.

VI. RECOMENDACIONES

Se recomienda a los estudiantes que tengan un manejo adecuado de su tiempo, planificando de forma real, con el establecimiento de metas que sean alcanzables, priorizando las actividades académicas según su importancia y los plazos establecidos por los docentes que llevan a cabo la asesoría del proyecto de investigación, además de incluir periodos para realizar conductas saludables como el descanso y la buena alimentación, con ello mantenemos un buen equilibrio y evitamos el estrés.

Se recomienda a los asesores y/o docentes de proyecto de investigación mantener un ambiente participativo y dinámico, además de emplear la división de tareas en partes más pequeñas, de manera que se puedan lograr avances graduales, manteniendo un enfoque de progreso en vez de la perfección, asimismo permitir que los estudiantes tengan durante la clase un periodo en el que puedan emitir sus dudas e inquietudes, siendo resueltas con actitud positiva, a fin de que puedan superar cualquier desafío sin la necesidad de sentirse agobiados.

Se recomienda a los estudiantes a poner en marcha estrategias de estudio, empezando por organizar el tiempo, utilizar técnicas como el empleo de subrayado de ideas principales para sintetizar la información, la técnica de Pomodoro en donde se alternan periodos de estudio y de descanso, la técnica de la búsqueda en el que se realiza la indagación de otras fuentes confiables independientemente de las que brinda el asesor, como también marcarse objetivos reales.

Por último, se recomienda a los próximos investigadores llevar a cabo estudios transversales que permitan monitorear la evolución de la variable a lo largo del tiempo y complementar las técnicas de recolección de datos con métodos cuantitativos, asimismo ampliar este estudio a diferentes tipos de carreras con el fin de lograr un análisis más profundo y específico de los fenómenos investigados.

REFERENCIAS

1. Zúñiga CIM. Estudio Transversal: Prevalencia del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina, Asociado al Rendimiento Académico, Universidad de Cuenca, Cuenca – Ecuador, 2018. Revista Médica HJCA. 2018 Julio; X(2).
2. Francisco N. Bedoya-Lau LJMECZ. Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. Rev Neuropsiquiatr. 2014 abril; IV(7).
3. INEI. Gob.pe. [Online].; 2023 [cited 2024 febrero 10. Available from: <https://m.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/education/>.
4. Encarna Bonfill Accensi MLFFSVSRG. Scielo. [Online].; 2010 [cited 2024 febrero 10. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010.
5. Soto Decuir MG. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. Revista de la Fundación Educación Médica. 2021 Agosto; XXI(3).
6. Anahi CAZ. “Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería”. Tesis doctoral. Mexico: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, Mexico; 2021.
7. Julio A. Estrés académico y trabajo de grado en licenciatura en educación. Telos. 2020 Julio; 22(1).
8. Cardenas Guachalla Maria luz. estrategias de estudio y estrés durante la ejecución de la tesis de pregrado en la Universidad Salesiana. Tesis doctorado. La paz: Universidad mayor de san Andres Vicerrectorado, Bolivia; 2020.
9. Rodríguez-Fernández A. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile. EDUMECENTRO. 2020 diciembre; 12(4).
10. Dávila OLS. Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes universitarios del área de Ciencias Básicas de Lima (Perú). Revista Ciencias de la Salud. 2023 agosto; 20(1).
11. Grabiél C. Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de psicología de una universidad particular, Huancayo - 2018. tesis doctoral. Huancayo: Universidad Peruana los andes, Huancayo; 2020.
12. Carmen Gálvez-Díaz. Estrés academcio en estudiantes de enfermería. Medicina Naturista. 2020 noviembre; 14(2).

13. Águila BA, Calcines Castillo M. Estrés académico. Edumecentro. 2015 abril-junio; VII(2).
14. Regueiro A. Universidad de Malaga. [Online].; 2016 [cited 2024 Marzo 22. Available from: <https://www.uma.es/media/files/tallerestr%C3%A9s.pdf>.
15. Naranjo Pereira ML. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. Revista Educacion. 2009 Diciembre; XXXIII(02).
16. Muñoz García FJ. El estrés académico incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios. Tesis Doctoral. Sevilla: Universidad de Sevilla, Departamento de Psicología Social; 1999. Report No.: ISBN.
17. Sam Jayakumar D, Sulthan A. Stress Symptoms: Structural Equation Modelling. ResearchGate. 2013 July - September; II(25).
18. Mojgan E. Perceived Academic Stress and Its Association with Student Characteristics. Journal of Applied Medical Sciences. 2016 October; V(4).
19. Deng Y, Cherian J. Family and Academic Stress and Their Impact on Students' Depression Level and Academic Performance. Frontiers in psychiatry. 2022 June; II(13).
20. Sundas S, Muhammad Iqbal M, Shawana F. Academic Stress among University Students in Pakistan: Causes and Consequences. Research Journal of Social Sciences & Economics Review. 2022 April-June; III(2).
21. Enríquez Villota MF, Fajardo Escobar M, Garzón Velásquez . College students habits and study techniques. A general review. Psicogente. 2015 June; XVIII(33).
22. Mondragón Albarrán, Carmen Marlene. Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, 2016. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo. 2016 Diciembre; VIII(15).
23. Igun SE. Study Habits of Postgraduate Students in Selected Nigerian Universities. Library Philosophy and Practice. 2007 November; II(153).
24. Walck Shannon EM, Rowell SF, Frey RF. To What Extent Do Study Habits Relate to Performance? Life Sciences Education. 2021 Jan; XX(1).
25. Grave BS. The effect of student time allocation on academic achievement. Education Economics. 2011 July; XVIV(3).
26. Mendezabal MJN. Study Habits and Attitudes: The Road to Academic Success. Open Science Repository Education. 2013 February; VII(3).

27. Ibtessam H. Factors influencing college students' motivation to learn from students' perspective. *Education*. 2011 February; CXXXII(2).
28. Bickerdike A, O'Deasmhunaigh C, O'Flynn S. Learning strategies, study habits and social networking activity of undergraduate medical students. *International Journal of Medical Education*. 2016 July; VII(17).
29. Jhoselle T, Rayo F, Lubo R, Cruz MA. The learners' study habits and its relation on Their academic performance. *ResearchGate*. 2020 December; II(6).
30. Castrillo R, Paloma Sánchez M. Directrices para la recogida e interpretacion de la informacion relativa a innovacion. Cuarta ed. Madrid Cd, editor. Madrid: OECD; 2018.
31. Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio . Metodología de la Investigación. Sexta ed. Interamericana , editor. México: McGRAW-HILL; 2015.
32. Carlos S. Proceso de investigación. Primera ed. Sabino , editor. Panama: Episteme; 1992.
33. Sabino C. El proceso de ivestigación. segunda ed. Calos , editor. Perú: episteme; 2014.
34. Caro L. Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que apoyan a la Investigación Científica en tiempo de Pandemia. *Dialnet*. 2022 Enero-Marzo; 8(1).

ANEXOS

ANEXO N°1: TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Estrés	Según Águila y Castillo es aquello que sufren los estudiantes especialmente en la educación media y superior, teniendo como causas particulares a factores estresores vinculados con las funciones exigentes ejercidas en el ámbito académico y que perjudican su proceso de aprendizaje y bienestar.	La apreciación de los estudiantes universitarios del IX ciclo de una Universidad de Piura acerca de los factores que incrementan sus niveles de estrés, se llevara a cabo a través de 3 dimensiones con 13 ítems, el cual fue valorado mediante una Escala de Likert , en base a 3 niveles Bajo (31 a 39 puntos), Medio (22 a 30 puntos), Alto (13 a 21 puntos).	Obligaciones Académicas	Actitud docente	Ordinal
				Desarrollo del T.I	
			Consecuencias Físicas	Efectos corporales	
			Consecuencias Psicológicas	Efectos en el estado de ánimo	

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Hábitos de estudio	Para Enríquez, Fajardo y Garzón son aquellos comportamientos que presenta el estudiante de manera regular ante la acción de estudiar y que se reitera en varias ocasiones, llevándose a cabo bajo ciertos requisitos ambientales como la luz, el espacio, el tiempo, y bajo circunstancias personales como la motivación, la actitud de estar dispuesto para estudiar, la capacidad de organizarse, el esfuerzo y la dedicación.	Los hábitos de estudio aplicados en los estudiantes universitarios de la carrera de enfermería del IX ciclo de una Universidad de Piura, se llevará a cabo a través de 3 dimensiones con 12 ítems, el cual fue valorado mediante una Escala de Likert, en base a 3 niveles: Bueno (12 a 20 puntos), Regular (21 a 29 puntos), Malo (30 a 36 puntos).	Distribución del tiempo	Cumplimiento de actividades	Ordinal
			Actitud personal	Automotivación	
			Estrategias	Aplicación de estrategias	

ANEXO N°2: Instrumentos de recolección de datos

Estimado/a participante:

Esta es una investigación llevada a cabo por estudiantes de la Universidad César Vallejo; los datos recopilados serán anónimos, serán tratados de forma confidencial y tienen finalidad netamente académica. Por tanto, en forma voluntaria; SÍ()NO() doy mi consentimiento para participar en la investigación que tiene como título Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Asimismo, autorizo para que los resultados de la presente investigación se publiquen manteniendo mi anonimato.

Marque con una "X" valorando cada ítem o enunciado según la escala:

Siempre (S)	Regularmente (R)	Pocas veces (P)
1	2	3

Enunciado	S	R	P
	1	2	3
Dimensión 1: Actitud docente			
1. Usted recibe el apoyo y orientación constante por parte del docente.			
2. Cree que su docente de metodología aplica estrategias para entender el desarrollo de su clase.			
3. Su docente es exigente en el cumplimiento de las actividades encomendadas.			
4. Para usted fue difícil plantear el título de su proyecto de investigación.			
5. A usted se le presentaron dificultades en el desarrollo de las partes que conlleva un proyecto de investigación (Introducción, marco teórico, metodología, resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones).			
6. Durante la elaboración de su proyecto de investigación, usted obtuvo correcciones de más del 40% por parte del docente.			
7. Considera usted que parafrasear genera mayor carga académica.			
Dimensión 2: Consecuencias Físicas			
8. Usted presenta trastornos del sueño (insomnio o dificultad para conciliar el sueño o somnolencia).			
9. Usted ha tenido cansancio, dolores de cabeza o migrañas durante la ejecución del T.I.			
10. En algún momento usted ha presentado problemas gastrointestinales (dolor abdominal, gastritis) a casusa de la preocupación o por horarios inapropiados en el consumo de alimentos.			
Dimensión 3: Consecuencias Psicológicas			
11. Usted ha tenido sentimientos de depresión y tristeza durante el asesoramiento.			
12. Durante la redacción de su Proyecto de investigación ha presentado problemas de concentración.			
13. Genera en usted miedo y preocupación la sustentación final de su proyecto de investigación.			

¡Muchas gracias por su participación!

ANEXO N°2: Instrumentos de recolección de datos

Estimado/a participante:

Esta es una investigación llevada a cabo por estudiantes de la Universidad César Vallejo; los datos recopilados serán anónimos, serán tratados de forma confidencial y tienen finalidad netamente académica. Por tanto, en forma voluntaria; **SÍ()NO()** doy mi consentimiento para participar en la investigación que tiene como título **Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura**. Asimismo, autorizo para que los resultados de la presente investigación se publiquen manteniendo mi anonimato.

Marque con una "X" valorando cada ítem o enunciado según la escala:

Siempre (S)	A veces (A)	Nunca (N)
1	2	3

Enunciado	S	A	N
	1	2	3
Dimensión 1: Distribución del tiempo			
Usted estudia fuera del horario de clase al menos cinco días a la semana.			
Distribuye su tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas, de acuerdo con su extensión y dificultad.			
Incluye usted periodos de descanso en su plan de estudios.			
Suele usted terminar cada día lo que te propusiste cumplir.			
Usted va al día en la realización de las actividades que debes de hacer.			
Dimensión 2: Actitud personal			
Asiste a clase con agrado y entusiasmo.			
Participa usted en clase aportando iniciativas y cumpliendo los encargos que se le encomiendan.			
Dimensión 3: Estrategias			
Escribe usted los datos importantes o difíciles de recordar.			
Se asegura usted de haber comprendido bien lo que tiene que hacer antes de comenzar a trabajar.			
Comprueba la ortografía y redacción de lo que escribe.			
Consulta otros libros de investigación aparte de los que le brinda la universidad.			
Ud. escucha atentamente las orientaciones que da el profesorado.			

¡Muchas gracias por su participación!

ANEXO N°3: Fichas de validación de instrumentos para la recolección de datos

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE ESTRÉS

Definición de la variable: Aquello que sufren los estudiantes especialmente en la educación media y superior, teniendo como causas particulares a factores estresores vinculados con las funciones exigentes ejercidas en el ámbito académico y que perjudican su proceso de aprendizaje y bienestar (1).

Instrumento elaborado en base a los aportes de Flores Beltrán, Luis Fernando:

Flores Beltrán LF. "Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios". Tesis. Arequipa: Universidad Católica de Santa María, Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades; 2019. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/029ca59e-ff2d-4ec0-91fb-49af022c9a40/content>

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u s t i c i e n c i a	C l a r i d a d	C o h e r e n c i a	R e l e v a n c i a	Observación
Obligaciones Académicas	Actitud docente	Usted recibe el apoyo y orientación constante por parte del docente.	1	1	1	1	
		Cree que su docente de metodología aplica estrategias para entender el desarrollo de su clase.	1	1	1	1	
		Su docente es exigente en el cumplimiento de las actividades encomendadas.	1	1	1	1	
	Desarrollo del T.I	Para usted fue difícil plantear el título de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	
		A usted se le presentaron dificultades en el desarrollo de las partes que conlleva un trabajo de investigación (Introducción, marco teórico, metodología, resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones).	1	1	1	1	
		Durante la elaboración de su trabajo de investigación, usted obtuvo correcciones de más del 40% por parte del docente.	1	1	1	1	

		Considera usted que parafrasear genera mayor carga académica.	1	1	1	1	
Consecuencias Físicas	Efectos corporales	Usted presenta trastornos del sueño (insomnio o dificultad para conciliar el sueño o somnolencia).	1	1	1	1	
		Usted ha tenido cansancio, dolores de cabeza o migrañas durante la ejecución del T.I.	1	1	1	1	
		En algún momento usted ha presentado problemas gastrointestinales (dolor abdominal, gastritis) a causa de la preocupación o por horarios inapropiados en el consumo de alimentos.	1	1	1	1	
Consecuencias Psicológicas	Efectos en el estado de animo	Usted ha tenido sentimientos de depresión y tristeza durante las correcciones del docente.	1	1	1	1	
		Durante la redacción de su trabajo de investigación ha presentado problemas de concentración.	1	1	1	1	
		Genera en usted miedo y preocupación la sustentación final de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de estrés
Nombres y apellidos del experto	Jackeline Rosillo Espinoza
Documento de identidad	062 10942
Años de experiencia laboral	más de 5 años
Máximo grado académico	Maestra
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Salud Hospital Jorge Reategui delgado
Labor que desempeña	Enfermera Especialista en Nefrología y diálisis
Número telefónico	950 076 850
Correo electrónico	respinozaj@ucvvirtual.edu.pe
Firma	 <p data-bbox="861 974 1117 1075"> J. Jackeline Rosillo Espinoza ENFERMERA ESPECIALISTA CIP 10052 RNE 12853 SALUD HOSPITAL JORGE REATEGUI DELGADO Fc Salud </p>
Fecha	08 / 04 / 2024

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE HÁBITOS DE ESTUDIO

Definición de la variable: Aquellos comportamientos que presenta el estudiante de manera regular ante la acción de estudiar y que se reitera en varias ocasiones, llevándose a cabo bajo ciertos requisitos ambientales como la luz, el espacio, el tiempo, y bajo circunstancias personales como la motivación, la actitud de estar dispuesto para estudiar, la capacidad de organizarse, el esfuerzo y la dedicación (1).

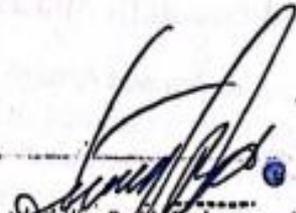
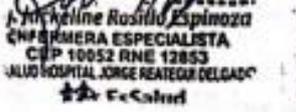
Instrumento elaborado en base a los aportes de la Universidad de Extremadura:

García Guanay A. Unex. [Online].; 2013 [cited 2024 Marzo 27. Available from: <https://www.unex.es/conoce-la-uex/centros/veterinaria/informacion-academica/pet/Cuestionario%20Habitos%20de%20Estudio.pdf>.

Dimensión	Indicador	Item o enunciado	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación
Distribución del tiempo	Cumplimiento de actividades	Usted estudia fuera del horario de clase al menos cinco días a la semana.	1	1	1	1	
		Distribuye su tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas, de acuerdo con su extensión y dificultad.	1	1	1	1	
		Incluye usted periodos de descanso en su plan de estudios.	1	1	1	1	
		Suele usted terminar cada día lo que te propusiste cumplir.	1	1	1	1	
		Usted va al día en la realización de las actividades que debes de hacer.	1	1	1	1	
Actitud personal	Automotivación	Asiste a clase con agrado y entusiasmo.	1	1	1	1	
		Participa usted en clase aportando iniciativas y cumpliendo los encargos que se le encomiendan.	1	1	1	1	

Estrategias	Aplicación de estrategias	Escribe usted los datos importantes o difíciles de recordar.	1	1	1	1	
		Se asegura usted de haber comprendido bien lo que tiene que hacer antes de comenzar a trabajar.	1	1	1	1	
		Comprueba la ortografía y redacción de lo que escribe.	1	1	1	1	
		Consulta otros libros de investigación aparte de los que le brinda la universidad.	1	1	1	1	
		Ud. escucha atentamente las orientaciones que da el profesorado.	1	1	1	1	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de hábitos de estudio
Nombres y apellidos del experto	Jackeline Rosillo Espinosa
Documento de identidad	06210942
Años de experiencia laboral	más de 5 años
Máximo grado académico	MAestra
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Salud Hospital Jorge Basadre Delgado
Labor que desempeña	Enfermería Especialista en nefrología y diálisis
Número telefónico	950 076 850
Correo electrónico	respirozacj@ucvvirtual.edu.pe
Firma	 
Fecha	08 / 04 / 2024

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e
Información Universitaria y
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
ROSILLO ESPINOZA, CARMEN JACKELINE DNI 06210942	MAGISTER EN SALUD PUBLICA GERENCIA HOSPITALARIA Fecha de diploma: 19/01/2011 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA <i>PERU</i>
ROSILLO ESPINOZA, CARMEN JACKELINE DNI 06210942	LICENCIADA EN ENFERMERÍA Fecha de diploma: 03/08/94 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE PORRES <i>PERU</i>
ROSILLO ESPINOZA, CARMEN JACKELINE DNI 06210942	BACHILLER EN ENFERMERÍA Fecha de diploma: 07/02/94 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE PORRES <i>PERU</i>
ROSILLO ESPINOZA, CARMEN JACKELINE DNI 06210942	CUIDADOS DE ENFERMERÍA A PERSONAS CON AFECCIONES NEFROLÓGICAS Fecha de diploma: 09/12/15 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 25/06/2011 Fecha egreso: 22/08/2012	UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO <i>PERU</i>

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE HÁBITOS DE ESTUDIO

Definición de la variable: Aquellos comportamientos que presenta el estudiante de manera regular ante la acción de estudiar y que se reitera en varias ocasiones, llevándose a cabo bajo ciertos requisitos ambientales como la luz, el espacio, el tiempo, y bajo circunstancias personales como la motivación, la actitud de estar dispuesto para estudiar, la capacidad de organizarse, el esfuerzo y la dedicación (1).

Instrumento elaborado en base a los aportes de la Universidad de Extremadura:

García Guanay A. Unex. [Online].; 2013 [cited 2024 Marzo 27]. Available from: <https://www.unex.es/conoce-la-uex/centros/veterinaria/informacion-academica/pat/Cuestionario%20Habit0s%20de%20Estudio.pdf>.

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u s c i e n c i a	C l a s e d a d	C o h e r e n c i a	R e l e v a n c i a	Observación
Distribución del tiempo	Cumplimiento de actividades	Usted estudia fuera del horario de clase al menos cinco días a la semana.	1	1	1	1	
		Distribuye su tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas, de acuerdo con su extensión y dificultad.	1	1	1	1	
		Incluye usted periodos de descanso en su plan de estudios.	1	1	1	1	
		Suele usted terminar cada día lo que te propusiste cumplir.	1	1	1	1	
		Usted va al día en la realización de las actividades que debes de hacer.	1	1	1	1	
Actitud personal	Automotivación	Asiste a clase con agrado y entusiasmo.	1	1	1	1	
		Participa usted en clase aportando iniciativas y cumpliendo los encargos que se le encomiendan.	1	1	1	1	

Estrategias	Aplicación de estrategias	Escribe usted los datos importantes o difíciles de recordar.	1	1	1	1	
		Se asegura usted de haber comprendido bien lo que tiene que hacer antes de comenzar a trabajar.	1	1	1	1	
		Comprueba la ortografía y redacción de lo que escribe.	1	1	1	1	
		Consulta otros libros de investigación aparte de los que le brinda la universidad.	1	1	1	1	
		Ud. escucha atentamente las orientaciones que da el profesorado.	1	1	1	1	

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE ESTRÉS

Definición de la variable: Aquello que sufren los estudiantes especialmente en la educación media y superior, teniendo como causas particulares a factores estresores vinculados con las funciones exigentes ejercidas en el ámbito académico y que perjudican su proceso de aprendizaje y bienestar (1).

Instrumento elaborado en base a los aportes de Flores Beltrán, Luis Fernando:

Flores Beltrán LF. "Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios". Tesis. Arequipa: Universidad Católica de Santa María, Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades; 2019. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/029ca59e-ff2d-4ec0-91fb-49af022c9a40/content>

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u s c i e n c i a	C l a s i f i c a d o	C o h e r e n c i a	R e l e v a n c i a	Observación
Obligaciones Académicas	Actitud docente	Usted recibe el apoyo y orientación constante por parte del docente.	1	1	1	1	
		Cree que su docente de metodología aplica estrategias para entender el desarrollo de su clase.	1	1	1	1	
		Su docente es exigente en el cumplimiento de las actividades encomendadas.	1	1	1	1	
	Desarrollo del T.I	Para usted fue difícil plantear el título de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	
		A usted se le presentaron dificultades en el desarrollo de las partes que conlleva un trabajo de investigación (Introducción, marco teórico, metodología, resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones).	1	1	1	1	
		Durante la elaboración de su trabajo de investigación, usted obtuvo correcciones de más del 40% por parte del docente.	1	1	1	1	

		Considera usted que parafrasear genera mayor carga académica.	1	1	1	1	
Consecuencias Físicas	Efectos corporales	Usted presenta trastornos del sueño (insomnio o dificultad para conciliar el sueño o somnolencia).	1	1	1	1	
		Usted ha tenido cansancio, dolores de cabeza o migrañas durante la ejecución del T.I.	1	1	1	1	
		En algún momento usted ha presentado problemas gastrointestinales (dolor abdominal, gastritis) a causa de la preocupación o por horarios inapropiados en el consumo de alimentos.	1	1	1	1	
Consecuencias Psicológicas	Efectos en el estado de animo	Usted ha tenido sentimientos de depresión y tristeza durante las correcciones del docente.	1	1	1	1	
		Durante la redacción de su trabajo de investigación ha presentado problemas de concentración.	1	1	1	1	
		Genera en usted miedo y preocupación la sustentación final de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de estrés
Nombres y apellidos del experto	José Luis CARAZAS CHAVEZ
Documento de identidad	41272281
Años de experiencia laboral	MÁS DE 5 AÑOS
Máximo grado académico	MAESTRIA
Nacionalidad	PERUANA
Institución laboral	HOSPITAL MAYPRO SEÑORA DE LAS MERCEDES - PUNTA
Labor que desempeña	EDUCADORA Y CLINICA
Número telefónico	969552949
Correo electrónico	JOSLUISCARAZASCHAVEZ@gmail.com
Firma	 Lic. JOSÉ LUIS CARAZAS CHAVEZ FIRMADO DIGITALMENTE Firmado el 01/04/2024 Firma del Evaluador
Fecha	01/04/2024

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e
Información Universitaria y
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
CARAZAS CHAVEZ, JOSE LUIS DNI 41272281	BACHILLER EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 29/03/2005 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA <i>PERU</i>
CARAZAS CHAVEZ, JOSE LUIS DNI 41272281	LICENCIADO EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 19/08/2005 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA <i>PERU</i>
CARAZAS CHAVEZ, JOSE LUIS DNI 41272281	SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL - ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN EMERGENCIAS Y DESASTRES Fecha de diploma: 13/10/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 21/03/2016 Fecha egreso: 31/12/2016	UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO <i>PERU</i>
CARAZAS CHAVEZ, JOSE LUIS DNI 41272281	MAESTRO EN GESTIÓN DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD Fecha de diploma: 26/10/20 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 07/04/2018 Fecha egreso: 14/07/2019	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE HÁBITOS DE ESTUDIO

Definición de la variable: Aquellos comportamientos que presenta el estudiante de manera regular ante la acción de estudiar y que se reitera en varias ocasiones, llevándose a cabo bajo ciertos requisitos ambientales como la luz, el espacio, el tiempo, y bajo circunstancias personales como la motivación, la actitud de estar dispuesto para estudiar, la capacidad de organizarse, el esfuerzo y la dedicación (1).

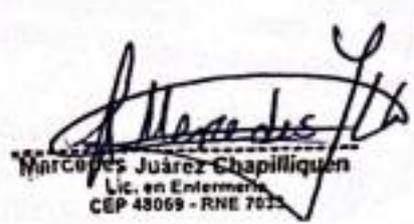
Instrumento elaborado en base a los aportes de la Universidad de Extremadura:

García Guanay A. Unex. [Online].; 2013 [cited 2024 Marzo 27. Available from: <https://www.unex.es/conoce-la-uex/centros/veterinaria/informacion-academica/patt/Cuestionario%20Habitos%20de%20Estudio.pdf>.

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u e l e l e n c i a	C l e e d a d	C o h e r e n c i a	R e l e v a n c i a	Observación
Distribución del tiempo	Cumplimiento de actividades	Usted estudia fuera del horario de clase al menos cinco días a la semana.	1	1	1	1	
		Distribuye su tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas, de acuerdo con su extensión y dificultad.	1	1	1	1	
		Incluye usted periodos de descanso en su plan de estudios.	1	1	1	1	
		Suele usted terminar cada día lo que te propusiste cumplir.	1	1	1	1	
		Usted va al día en la realización de las actividades que debes de hacer.	1	1	1	1	
Actitud personal	Automotivación	Asiste a clase con agrado y entusiasmo.	1	1	1	1	
		Participa usted en clase aportando iniciativas y cumpliendo los encargos que se le encomiendan.	1	1	1	1	

Estrategias	Aplicación de estrategias	Escribe usted los datos importantes o difíciles de recordar.	/	/	/	/	
		Se asegura usted de haber comprendido bien lo que tiene que hacer antes de comenzar a trabajar.	/	/	/	/	
		Comprueba la ortografía y redacción de lo que escribe.	/	/	/	/	
		Consulta otros libros de investigación aparte de los que le brinda la universidad.	/	/	/	/	
		Ud. escucha atentamente las orientaciones que da el profesorado.	/	/	/	/	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de hábitos de estudio
Nombres y apellidos del experto	Rosa Mercedes Juárez Chapilliquén
Documento de identidad	41908787
Años de experiencia laboral	más de 5 años
Máximo grado académico	Magister - Lic. en Enfermería.
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Hospital I EsSalud - Gullana
Labor que desempeña	Infantil - Neonatología
Número telefónico	950 586 417
Correo electrónico	Juarezchapiquien@gmail.com
Firma	 <p style="text-align: center;"> <small>Rosa Mercedes Juárez Chapilliquén Lic. en Enfermería CEP 48069 - RNE 7025</small> </p>
Fecha	11 / 04 / 2024

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE ESTRÉS

Definición de la variable: Aquello que sufren los estudiantes especialmente en la educación media y superior, teniendo como causas particulares a factores estresores vinculados con las funciones exigentes ejercidas en el ámbito académico y que perjudican su proceso de aprendizaje y bienestar (1).

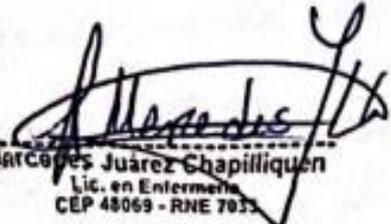
Instrumento elaborado en base a los aportes de Flores Beltrán, Luis Fernando:

Flores Beltrán LF. "Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios". Tesis. Arequipa: Universidad Católica de Santa María, Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades; 2019. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/029ca59e-f12d-4ec0-91fb-49af022c9a40/content>

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u e c i e n c i e	C l a r i d a d	C o h e r e n c i e	R e l e v a n c i e	Observación
Obligaciones Académicas	Actitud docente	Usted recibe el apoyo y orientación constante por parte del docente.	1	1	1	1	
		Cree que su docente de metodología aplica estrategias para entender el desarrollo de su clase.	1	1	1	1	
		Su docente es exigente en el cumplimiento de las actividades encomendadas.	1	1	1	1	
	Desarrollo del T.I	Para usted fue difícil plantear el título de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	
		A usted se le presentaron dificultades en el desarrollo de las partes que conlleva un trabajo de investigación (Introducción, marco teórico, metodología, resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones).	1	1	1	1	
		Durante la elaboración de su trabajo de investigación, usted obtuvo correcciones de más del 40% por parte del docente.	1	1	1	1	

		Considera usted que parafrasear genera mayor carga académica.	1	1	1	1	
Consecuencias Físicas	Efectos corporales	Usted presenta trastornos del sueño (insomnio o dificultad para conciliar el sueño o somnolencia).	1	1	1	1	
		Usted ha tenido cansancio, dolores de cabeza o migrañas durante la ejecución del T.I.	1	1	1	1	
		En algún momento usted ha presentado problemas gastrointestinales (dolor abdominal, gastritis) a causa de la preocupación o por horarios inapropiados en el consumo de alimentos.	1	1	1	1	
Consecuencias Psicológicas	Efectos en el estado de ánimo	Usted ha tenido sentimientos de depresión y tristeza durante las correcciones del docente.	1	1	1	1	
		Durante la redacción de su trabajo de investigación ha presentado problemas de concentración.	1	1	1	1	
		Genera en usted miedo y preocupación la sustentación final de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de estrés
Nombres y apellidos del experto	Rosa Mercedes Juárez Chapilliquén
Documento de identidad	41908787
Años de experiencia laboral	más de 5 años
Máximo grado académico	Magister - Lic en Enfermería
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Hospital I ESSalud - Sullana
Labor que desempeña	Infantil - Neonatología
Número telefónico	950 586 417
Correo electrónico	Juarezchapilliquen@gmail.com
Firma	 <p style="text-align: center;"> <small> Rosa Mercedes Juárez Chapilliquén Lic. en Enfermería CEP 48069 - RNE 7033 </small> </p>
Fecha	11 / 04 / 2024

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e
Información Universitaria y
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
JUAREZ CHAPILLIQUEN, ROSA MERCEDES DNI 41908787	SEGUNDA ESPECIALIDAD ENFERMERIA MATERNO INFANTIL CON MENCION EN NEONATOLOGIA Fecha de diploma: 14/11/2012 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO <i>PERU</i>
JUAREZ CHAPILLIQUEN, ROSA MERCEDES DNI 41908787	LICENCIADO EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 29/08/2007 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA <i>PERU</i>
JUAREZ CHAPILLIQUEN, ROSA MERCEDES DNI 41908787	BACHILLER EN EDUCACION Fecha de diploma: 09/12/2009 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD SAN PEDRO <i>PERU</i>
JUAREZ CHAPILLIQUEN, ROSA MERCEDES DNI 41908787	BACHILLER EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 28/02/2007 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA <i>PERU</i>
JUAREZ CHAPILLIQUEN, ROSA MERCEDES DNI 41908787	MAESTRA EN CIENCIAS DE ENFERMERÍA Fecha de diploma: 22/03/16 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: 01/01/1900	UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE <i>PERU</i>

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE HÁBITOS DE ESTUDIO

Definición de la variable: Aquellos comportamientos que presenta el estudiante de manera regular ante la acción de estudiar y que se reitera en varias ocasiones, llevándose a cabo bajo ciertos requisitos ambientales como la luz, el espacio, el tiempo, y bajo circunstancias personales como la motivación, la actitud de estar dispuesto para estudiar, la capacidad de organizarse, el esfuerzo y la dedicación (1).

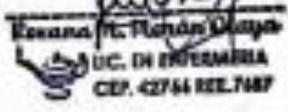
Instrumento elaborado en base a los aportes de la Universidad de Extremadura:

García Guanay A. Unex. [Online].; 2013 [cited 2024 Marzo 27. Available from: <https://www.unex.es/conoce-la-unex/centros/veterinaria/informacion-academica/pati/Cuestionario%20Habitos%20de%20Estudio.pdf>.

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u s c i e n c i a	C l i e n d i a d	C o n s e r v e n c i a	R e l e v a n c i a	Observación
Distribución del tiempo	Cumplimiento de actividades	Usted estudia fuera del horario de clase al menos cinco días a la semana.	1	1	1	1	
		Distribuye su tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas, de acuerdo con su extensión y dificultad.	1	1	1	1	
		Incluye usted periodos de descanso en su plan de estudios.	1	1	1	1	
		Suele usted terminar cada día lo que te propusiste cumplir.	1	1	1	1	
		Usted va al día en la realización de las actividades que debes de hacer.	1	1	1	1	
Actitud personal	Automotivación	Asiste a clase con agrado y entusiasmo.	1	1	1	1	
		Participa usted en clase aportando iniciativas y cumpliendo los encargos que se le encomiendan.	1	1	1	1	

Estrategias	Aplicación de estrategias	Escribe usted los datos importantes o difíciles de recordar.	1	1	1	1	
		Se asegura usted de haber comprendido bien lo que tiene que hacer antes de comenzar a trabajar.	1	1	1	1	
		Comprueba la ortografía y redacción de lo que escribe.	1	1	1	1	
		Consulta otros libros de investigación aparte de los que le brinda la universidad.	1	1	1	1	
		Ud. escucha atentamente las orientaciones que da el profesorado.	1	1	1	1	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de hábitos de estudio
Nombres y apellidos del experto	Roxana Naran Olayo
Documento de identidad	40400569
Años de experiencia laboral	15 años
Máximo grado académico	Magister y Lic. Enfermería E. en Centro Quirúrgico
Nacionalidad	Paraguaya
Institución laboral	Hospital de Apoyo B-2 Sistema - UCV.
Labor que desempeña	Docente y Enfermera Instrumentalista
Número telefónico	988 190 109
Correo electrónico	ruxoraranus@ucvvirtual.edu
Firma	 
Fecha	02 / 04 / 2024

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE ESTRÉS

Definición de la variable: Aquello que sufren los estudiantes especialmente en la educación media y superior, teniendo como causas particulares a factores estresores vinculados con las funciones exigentes ejercidas en el ámbito académico y que perjudican su proceso de aprendizaje y bienestar (1).

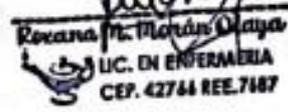
Instrumento elaborado en base a los aportes de Flores Beltrán, Luis Fernando:

Flores Beltrán LF. "Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios". Tesis. Arequipa: Universidad Católica de Santa María, Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades; 2019. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/029ca59e-ff2d-4ec0-91fb-49af022c9a40/content>

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u f i c i e n c i e	C l a s i f i c a d o	C o h e r e n c i e	R e l e v a n c i a	Observación
Obligaciones Académicas	Actitud docente	Usted recibe el apoyo y orientación constante por parte del docente.	1	1	1	1	
		Cree que su docente de metodología aplica estrategias para entender el desarrollo de su clase.	1	1	1	1	
		Su docente es exigente en el cumplimiento de las actividades encomendadas.	1	1	1	1	
	Desarrollo del T.I	Para usted fue difícil plantear el título de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	
		A usted se le presentaron dificultades en el desarrollo de las partes que conlleva un trabajo de investigación (Introducción, marco teórico, metodología, resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones).	1	1	1	1	
		Durante la elaboración de su trabajo de investigación, usted obtuvo correcciones de más del 40% por parte del docente.	1	1	1	1	

		Considera usted que parafrasear genera mayor carga académica.	1	1	1	1	
Consecuencias Físicas	Efectos corporales	Usted presenta trastornos del sueño (insomnio o dificultad para conciliar el sueño o somnolencia).	1	1	1	1	
		Usted ha tenido cansancio, dolores de cabeza o migrañas durante la ejecución del T.I.	1	1	1	1	
		En algún momento usted ha presentado problemas gastrointestinales (dolor abdominal, gastritis) a causa de la preocupación o por horarios inapropiados en el consumo de alimentos.	1	1	1	1	
Consecuencias Psicológicas	Efectos en el estado de animo	Usted ha tenido sentimientos de depresión y tristeza durante las correcciones del docente.	1	1	1	1	
		Durante la redacción de su trabajo de investigación ha presentado problemas de concentración.	1	1	1	1	
		Genera en usted miedo y preocupación la sustentación final de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de estrés
Nombres y apellidos del experto	Roxana Abian Olaya
Documento de identidad	40400569
Años de experiencia laboral	15 años
Máximo grado académico	Magister y Lic Enfermería Esp. en Centro Quirúrgico
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Hospital de Apoyo II-2 Sullana - UCV
Labor que desempeña	Docente y Enfermera Instrumentista
Número telefónico	988 190 199
Correo electrónico	rumoranu@ucvvirtual.edu.
Firma	 
Fecha	02 / 04 / 2024

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e
Información Universitaria y
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
MORAN OLAYA, ROXANA MARIBEL DNI 40400569	SEGUNDA ESPECIALIDAD EN: ENFERMERIA EN CUIDADOS QUIRURGICOS Fecha de diploma: 18/07/2013 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD SAN PEDRO <i>PERU</i>
MORAN OLAYA, ROXANA MARIBEL DNI 40400569	LICENCIADA EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 11/03/2005 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES <i>PERU</i>
MORAN OLAYA, ROXANA MARIBEL DNI 40400569	BACHILLER EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 02/07/2004 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES <i>PERU</i>
MORAN OLAYA, ROXANA MARIBEL DNI 40400569	MAESTRO EN GESTION DEL CUIDADO DE ENFERMERIA Fecha de diploma: 06/03/19 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 04/03/2017 Fecha egreso: 31/12/2017	UNIVERSIDAD SAN PEDRO <i>PERU</i>

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de la Universidad César Vallejo. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE ESTRÉS

Definición de la variable: Aquello que sufren los estudiantes especialmente en la educación media y superior, teniendo como causas particulares a factores estresores vinculados con las funciones exigentes ejercidas en el ámbito académico y que perjudican su proceso de aprendizaje y bienestar (1).

Instrumento elaborado en base a los aportes de Flores Beltrán, Luis Fernando:

Flores Beltrán LF. "Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios". Tesis. Arequipa: Universidad Católica de Santa María, Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades; 2019. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/029ca59e-ff2d-4ec0-91fb-49af022c9a40/content>

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u s t i c i e n c i a	C l a s i f i c a d o	C o h e r e n c i a	R e l e v a n c i a	Observación
Obligaciones Académicas	Actitud docente	Usted recibe el apoyo y orientación constante por parte del docente.	1	1	1	1	
		Cree que su docente de metodología aplica estrategias para entender el desarrollo de su clase.	1	1	1	1	
		Su docente es exigente en el cumplimiento de las actividades encomendadas.	1	1	1	1	
	Desarrollo del T.I	Para usted fue difícil plantear el título de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	
		A usted se le presentaron dificultades en el desarrollo de las partes que conlleva un trabajo de investigación (Introducción, marco teórico, metodología, resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones).	1	1	1	1	
		Durante la elaboración de su trabajo de investigación, usted obtuvo correcciones de más del 40% por parte del docente.	1	1	1	1	

		Considera usted que parafrasear genera mayor carga académica.	1	1	1	1	
Consecuencias Físicas	Efectos corporales	Usted presenta trastornos del sueño (insomnio o dificultad para conciliar el sueño o somnolencia).	1	1	1	1	
		Usted ha tenido cansancio, dolores de cabeza o migrañas durante la ejecución del T.I.	1	1	1	1	
		En algún momento usted ha presentado problemas gastrointestinales (dolor abdominal, gastritis) a causa de la preocupación o por horarios inapropiados en el consumo de alimentos.	1	1	1	1	
Consecuencias Psicológicas	Efectos en el estado de ánimo	Usted ha tenido sentimientos de depresión y tristeza durante las correcciones del docente.	1	1	1	1	
		Durante la redacción de su trabajo de investigación ha presentado problemas de concentración.	1	1	1	1	
		Genera en usted miedo y preocupación la sustentación final de su trabajo de investigación.	1	1	1	1	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de estrés
Nombres y apellidos del experto	Fadia Zulema Huerta Huerta
Documento de identidad	29660536
Años de experiencia laboral	24 años
Máximo grado académico	Maestra
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Hospital Jorge Rautagui
Labor que desempeña	Docencia, Asistencial
Número telefónico	957830632
Correo electrónico	fadiazu101@gmail.com
Firma	 <p style="text-align: center;"> <small>Fadia Zulema Huerta Huerta</small> <small>LIC. ENFERMERIA</small> <small>CEP. 24934</small> </p>
Fecha	08 / 04 / 2024

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el presente cuestionario que permitirá recoger los datos para la investigación: Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación en los estudiantes de la Universidad César Vallejo. Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar este instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El ítem pertenece a la dimensión y basta para obtener la medición de esta.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con el indicador que está midiendo.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008).

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE LA VARIABLE HÁBITOS DE ESTUDIO

Definición de la variable: Aquellos comportamientos que presenta el estudiante de manera regular ante la acción de estudiar y que se reitera en varias ocasiones, llevándose a cabo bajo ciertos requisitos ambientales como la luz, el espacio, el tiempo, y bajo circunstancias personales como la motivación, la actitud de estar dispuesto para estudiar, la capacidad de organizarse, el esfuerzo y la dedicación (1).

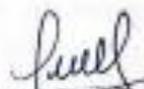
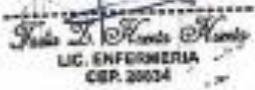
Instrumento elaborado en base a los aportes de la Universidad de Extremadura:

García Guanay A. Unex. [Online].; 2013 [cited 2024 Marzo 27. Available from: <https://www.unex.es/conoce-la-uex/centros/veterinaria/informacion-academica/patt/Cuestionario%20Habitos%20de%20Estudio.pdf>.

Dimensión	Indicador	Ítem o enunciado	S u r t i c i e n c i a	C l a s i f i c a d o	C o h e r e n c i a	R e l e v a n c i a	Observación
Distribución del tiempo	Cumplimiento de actividades	Usted estudia fuera del horario de clase al menos cinco días a la semana.	1	1	1	1	
		Distribuye su tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas, de acuerdo con su extensión y dificultad.	1	1	1	1	
		Incluye usted períodos de descanso en su plan de estudios.	1	1	1	1	
		Suele usted terminar cada día lo que te propusiste cumplir.	1	1	1	1	
		Usted va al día en la realización de las actividades que debes de hacer.	1	1	1	1	
Actitud personal	Automotivación	Asiste a clase con agrado y entusiasmo.	1	1	1	1	
		Participa usted en clase aportando iniciativas y cumpliendo los encargos que se le encomiendan.	1	1	1	1	

Estrategias	Aplicación de estrategias	Escribe usted los datos importantes o difíciles de recordar.	1	1	1	1	
		Se asegura usted de haber comprendido bien lo que tiene que hacer antes de comenzar a trabajar.	1	1	1	1	
		Comprueba la ortografía y redacción de lo que escribe.	1	1	1	1	
		Consulta otros libros de investigación aparte de los que le brinda la universidad.	1	1	1	1	
		Ud. escucha atentamente las orientaciones que da el profesorado.	1	1	1	1	

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Escala de hábitos de estudio
Nombres y apellidos del experto	Fadia Zulema Huerta Huerta
Documento de identidad	29660536
Años de experiencia laboral	24 años
Máximo grado académico	Maestra
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Hospital Jorge Rocaegui
Labor que desempeña	Docencia, Asistencial
Número telefónico	957830632
Correo electrónico	fadia.zu101@gmail.com
Firma	 
Fecha	08 / 04 / 2024

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e
Información Universitaria y
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
HUERTA HUERTA, FADIA ZULEMA DNI 29660536	ESPECIALISTA EN ENFERMERIA ADULTO EN SITUACIONES CRITICAS Fecha de diploma: Modalidad de estudios: - Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE TRUJILLO <i>PERU</i>
HUERTA HUERTA, FADIA ZULEMA DNI 29660536	LICENCIADO EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 29/01/1998 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA <i>PERU</i>
HUERTA HUERTA, FADIA ZULEMA DNI 29660536	LICENCIADA EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 29/01/1998 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA <i>PERU</i>
HUERTA HUERTA, FADIA ZULEMA DNI 29660536	BACHILLER EN ENFERMERIA Fecha de diploma: 19/06/1997 Modalidad de estudios: - Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA <i>PERU</i>
HUERTA HUERTA, FADIA ZULEMA DNI 29660536	MAGISTER EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Fecha de diploma: 02/03/16 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: 13/08/2004	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA <i>PERU</i>

ANEXO N°4: Resultados del análisis de consistencia interna

Base de datos: Estrés y hábitos de estudio

BASE DE DATOS: ESTRÉS

ITEMS													PUNTAJE TOTAL							
D1					D2					D3			PUNTAJE TOTAL	CATEGORÍA						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13								
3	3	1	2	1	1	1	12	M	1	1	1	3	A	1	2	1	4	A	19	ALTO
8	3	2	1	1	1	1	10	A	1	1	1	3	A	1	1	1	3	A	16	ALTO
9	3	3	1	2	2	1	13	M	1	1	1	3	A	2	1	1	4	A	20	ALTO
10	3	2	1	2	1	2	12	M	2	1	2	5	A	1	2	1	4	A	21	ALTO
11	2	2	1	2	2	3	13	M	2	1	1	4	A	3	2	1	6	M	23	MEDIO
12	3	3	1	2	3	2	15	M	1	2	1	4	A	2	2	1	5	A	24	MEDIO
13	3	2	1	2	2	1	13	M	1	1	2	4	A	2	2	2	6	M	23	MEDIO
14	3	2	1	3	2	2	14	M	1	2	2	5	A	1	2	1	4	A	23	ALTO
15	2	3	2	1	1	2	12	M	2	1	1	4	A	1	2	2	5	A	21	ALTO
16	3	3	1	2	2	1	14	M	2	1	2	5	A	2	1	1	4	A	23	MEDIO
17	2	3	1	2	2	1	13	M	1	1	2	4	A	2	2	2	6	M	23	MEDIO
18	2	2	2	3	3	2	17	B	1	2	2	5	A	2	2	2	6	M	28	ALTO
19	2	2	1	1	2	2	12	M	1	2	1	4	A	2	2	2	6	M	22	MEDIO
20	3	3	1	3	2	2	15	M	3	1	1	5	A	2	2	1	5	A	25	MEDIO
21	3	3	2	2	2	2	16	M	1	1	1	3	A	2	1	2	5	A	24	ALTO
22	3	3	1	1	1	2	12	M	1	1	1	3	A	2	1	1	4	A	19	ALTO
23	3	2	1	1	1	2	11	A	1	1	1	3	A	2	1	2	5	A	19	ALTO
24	3	3	1	1	1	1	13	A	1	1	1	3	A	3	1	1	6	A	20	ALTO

DIMENSIONES	RANGOS		
	ALTO	MEDIO	BAJO
Estrés	13-21	22-30	31-39
Actitud Docente	7-11	12-16	17-21
Consecuencias Físicas	3-5	6-8	9
Consecuencias Psicológicas	3-5	6-8	9

ESTRÉS	ActiDoc	Confsi	Conspsi
	V-max	39	21
V-min	13	7	3

Rango	26	14	6	6
	Amplitud	8.666666667	4.666666667	2

Base de datos: Estrés

BASE DE DATOS: HÁBITOS DE ESTUDIO

ITEMS													PUNTAJE TOTAL							
D1					D2					D3			PUNTAJE TOTAL	CATEGORÍA						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13								
7	3	3	3	2	2	13	M	2	2	4	R	3	2	2	2	11	R	28	REGULAR	
8	2	3	3	3	2	13	M	2	3	5	R	3	2	3	2	12	R	30	MALO	
9	3	2	3	2	2	12	R	2	3	5	R	2	2	3	2	12	R	29	REGULAR	
10	2	2	1	3	3	2	10	R	2	3	5	R	3	2	3	2	12	R	27	REGULAR
11	2	1	2	2	2	9	R	2	2	4	R	3	2	2	1	2	10	R	23	REGULAR
12	1	1	1	2	2	7	B	2	3	5	R	3	2	2	1	1	9	R	21	REGULAR
13	2	1	2	2	2	9	R	2	1	3	B	3	2	2	1	1	9	R	21	REGULAR
14	3	2	1	3	2	11	R	3	3	6	M	3	2	2	2	11	R	28	REGULAR	
15	3	2	1	2	2	10	R	2	2	4	R	3	1	2	2	10	R	24	REGULAR	
16	3	3	1	2	2	11	R	2	2	4	R	3	2	2	1	2	10	R	25	REGULAR
17	2	1	1	1	2	7	B	2	1	3	B	2	1	1	1	7	B	17	BUENO	
18	2	1	3	2	2	10	R	2	3	5	R	2	2	2	1	2	9	R	24	REGULAR
19	2	1	2	1	2	8	B	2	1	3	B	2	1	2	1	7	B	18	BUENO	
20	1	1	2	2	2	8	B	2	2	4	R	2	2	1	1	7	B	19	BUENO	
21	3	3	2	2	3	14	M	2	2	4	R	3	2	3	2	12	R	30	MALO	

DIMENSIONES	RANGOS		
	BUENO	REGULAR	MAIO
Hábitos de estudio	12-20	21-29	30-36
Distribución del tiempo	5-8	9-12	13-15
Actitud personal	2-3	4-5	6
Estrategias	5-8	9-12	13-15

Hábitos de estudio	Disti	Actip	Comoes
	V-max	36	15
V-min	12	5	2

Rango	24	10	4	10
	Amplitud	8	3.333333333	1.333333333

Base de datos: Hábitos de estudio

Análisis inferencial:

Prueba de normalidad

H0: La variable estrés y hábitos de estudio tiene una distribución normal.

H1: La variable estrés y hábitos de estudio no tiene una distribución normal.

El nivel de significancia planteado fue $\alpha = 0.05$, por ello, se acepta la H0 si p-value

obtenido es mayor.

Habiendo planteado que la muestra es 50, se tuvo en consideración la prueba de normalidad por Shapiro-Wilk, del cual se obtuvo un nivel de significancia p-Value=0,476, Al ser este valor mayor a $\alpha = 0.05$, se aceptó la H0 y se concluyó que la variable proviene de una distribución normal; por lo tanto, se utilizó la correlación de Pearson, siendo seleccionada la prueba estadística Chi Cuadrado (Anexo N°4).

PRUEBA DE NORMALIDAD POR SHAPIRO-WILK

Habiendo planteado que la muestra es menos de 50, se tuvo en consideración la prueba de normalidad por Shapiro-Wilk

Pruebas de normalidad						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
estrés	,092	50	,200*	,978	50	,476
hábitos de estudio	,146	50	,010	,962	50	,104

*. Este es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Hipótesis	<p>H0: La variable estrés y hábitos de estudio tiene una distribución normal.</p> <p>H1: La variable estrés y hábitos de estudio no tiene una distribución normal.</p>
Significancia	$\alpha = 5\% = 0.05$
Valor calculado	0,978
P-value	P= 0,476
Decisión	<p>Se acepta H0</p> <p>$P= 0,476 > \alpha = 0.05$</p>
Conclusión	La variable proviene de una distribución normal

Estadístico:



GERSON G. NAVARRO GARRIDO
LIC. EN ESTADÍSTICA
 COESPE 1128

Contrastación de hipótesis

Hipótesis específica 1:

H1: Existe relación significativa entre el estrés y la distribución del tiempo frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

H0: No existe relación significativa entre el estrés y la distribución del tiempo frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Tabla 5 Hipótesis 2 pruebas de chi-cuadrado

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	7,771 ^a	1	,031
Razón de verosimilitudes	6,046	1	,027
Asociación lineal por lineal	5,540	1	,000
N de casos válidos	50		

a. 140 casillas (100,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,02.

En tabla 5 se aprecia que el nivel de sig. es de 0.031, el cual es inferior a la $p < 0.05$.

Por lo tanto, se rechazó la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna, es decir estrés se relaciona significativamente con la distribución de tiempo en estudiantes universitarios de una universidad de Piura a un nivel de 95% de confiabilidad.

Hipótesis específica 2:

H1: Existe relación significativa entre el estrés y la actitud personal frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

H0: No existe relación significativa entre el estrés y la actitud personal frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Tabla 6 Hipótesis 3 pruebas de chi-cuadrado

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	9,459 ^a	1	,034
Razón de verosimilitudes	7,697	1	,041
Asociación lineal por lineal	5,011	1	,001
N de casos válidos	50		

a. 70 casillas (100,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,02.

En tabla 6 se aprecia que el nivel de sig. es de 0.034, el cual es inferior a la $p < 0.05$.

Por lo tanto, se rechazó la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna, es decir estrés se relaciona significativamente con la actitud personal en estudiantes universitarios de una universidad de Piura a un nivel de 95% de confiabilidad.

Hipótesis específica 3:

H1: Existe relación significativa entre el estrés y las estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

H0: No existe relación significativa entre el estrés y las estrategias frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Tabla 7 Hipótesis 4 pruebas de chi-cuadrado

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	4,143 ^a	1	,028
Razón de verosimilitudes	7,912	1	,033
Asociación lineal por lineal	4,582	1	,000
N de casos válidos	50		

a. 154 casillas (100,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,02.

En tabla 7 se aprecia que el nivel de sig. es de 0.028, el cual es inferior a la $p < 0.05$.

Por lo tanto, se rechazó la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna, es decir estrés se relaciona significativamente con las estrategias en estudiantes universitarios de una universidad de Piura a un nivel de 95% de confiabilidad.

Hipótesis general:

H1: Existe relación entre el estrés y los hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

H0: No existe relación entre el estrés y los hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura.

Tabla 8 Hipótesis 1 prueba de chi-cuadrado

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	5,024 ^a	1	,025
Razón de verosimilitudes	5,021	1	,024
Asociación lineal por lineal	3,345	1	,002
N de casos válidos	50		

a. 210 casillas (100,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,02.

En tabla 8 se aprecia que el nivel de sig. es de 0.025, el cual es inferior a la $p < 0.05$.

Por lo tanto, se rechazó la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna, es decir estrés se relaciona significativamente con el hábito de estudio en estudiantes universitarios de una universidad de Piura a un nivel de 95% de confiabilidad.

ANEXO N°5. Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: "Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de una Universidad de Piura"

Investigadores: Celi Vargas Astrid Yanet, Fernández Espinoza Marcia.

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada "Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de una Universidad de Piura", cuyo objetivo es determinar la relación entre el estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de una Universidad de Piura. Esta investigación es desarrollada por estudiantes de la experiencia curricular diseño del proyecto de investigación de la Universidad César Vallejo del campus Piura, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de una Universidad de Piura.

Describir el impacto del problema de la investigación.

En la actualidad existen muchos estudiantes que ya están en el último periodo de sus estudios superiores de pregrado, lo que realmente puede significar emoción y entusiasmo de estar cerca a la meta y haber superado diversos desafíos durante el proceso académico. Sin embargo, poco se conoce acerca de la gran responsabilidad que trae consigo llevar a cabo las prácticas pre profesionales y experiencias curriculares; más aún en el desarrollo del proyecto de investigación a fin de lograr el título profesional, significando ser una de las principales fuentes de preocupación por parte de los universitarios, generando en ellos sacrificio intelectual, alto nivel de estrés y tensión psicológica que consecuentemente es desfavorable para el desempeño académico.

Procedimiento

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

1. Se realizará una encuesta donde se recogerán la voluntad de participar y algunas preguntas.
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el aula de una Universidad de Piura. 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 los Investigadores, Celi Vargas Astrid Yanet, email: acelivar@ucvvirtual.edu.pe-Fernández Espinoza Marcia, email: ffernandezesp@ucvvirtual.edu.pe y asesora Mariela Pulache Herrera email: CPULACHE@ucv.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: Ally Perina S. Pulache

Firma(s): Perina S.P

Fecha y hora: 16/07/2024 18:12 pm

ANEXO N°6. Reporte de similitud en software Turnitin

feedback studio MARCIA FERNANDEZ ESPINOZA Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. /100 2 de 24

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en enfermería

AUTORAS:
Celi Vargas, Astrid Yanel ([Orcid.org/0000-0002-3021-1752](https://orcid.org/0000-0002-3021-1752))
Fernández Espinoza, Marcia ([Orcid.org/0000-0001-7189-9445](https://orcid.org/0000-0001-7189-9445))

ASESORA:
Mg. Pulache Herrera, Carmen Mariela ([Orcid.org/0000-0002-5829-4422](https://orcid.org/0000-0002-5829-4422))

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
Salud Mental

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:
Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

PIURA - PERÚ

Resumen de coincidencias
12%

Se están viendo fuentes estándar
[Ver fuentes en inglés](#)

Coincidencias

Número	Fuente	Porcentaje
1	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	6%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	repositorio.ucvr.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.una.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%
6	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%
7	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%
8	Entregado a Fundación... Trabajo del estudiante	<1%
9	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1%
10	Entregado a Universidad... Trabajo del estudiante	<1%
11	prezi.com Fuente de Internet	<1%

Página: 1 de 27 Número de palabras: 8369 Versión solo texto del informe Alta resolución Activado 12:37 5/11/2024

Reporte similitud turnitin

ANEXO N°7. Análisis complementario

ESCALA DE ESTRÉS (respuestas) - Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
1	Marca temporal	1. ¿Usted recibe e...	2. ¿Cree que su d...	3. ¿Su docente es...	4. ¿Para usted g...	5. ¿A usted g...	6. ¿Durante la elab...	7. ¿Considera este...	8. ¿Usted ¿presen...	9. ¿Usted ¿ha tenid...	10. ¿En algún mom...	11. ¿Usted ha teni...	12. ¿Durante la red...	13. ¿Geeva en usted mied...
2	4/19/2024 21:16:54	Siempre	Regulamente	Siempre	Siempre	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Siempre	Regulamente	Regulamente
3	4/19/2024 21:13:54	Regulamente	Regulamente	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente
4	4/19/2024 21:04:20	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre
5	4/19/2024 21:05:20	Siempre	Regulamente	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente
6	4/19/2024 21:06:07	Regulamente	Regulamente	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente
7	4/20/2024 21:14:01	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Regulamente	Siempre	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente
8	4/20/2024 21:11:53	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Siempre	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces
9	4/20/2024 21:10:04	Siempre	Pocas veces	Siempre	Siempre	Regulamente	Regulamente	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Regulamente	Siempre	Siempre
10	4/20/2024 21:10:07	Regulamente	Regulamente	Siempre	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Siempre
11	4/20/2024 21:10:52	Regulamente	Pocas veces	Siempre	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Siempre	Regulamente	Siempre	Siempre
12	4/20/2024 21:12:50	Regulamente	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Siempre	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Siempre
13	4/20/2024 21:13:09	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente
14	4/20/2024 21:13:22	Regulamente	Regulamente	Siempre	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Siempre	Regulamente	Siempre	Siempre	Regulamente	Siempre
15	4/20/2024 21:13:43	Siempre	Siempre	Siempre	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente
16	4/20/2024 21:14:07	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Regulamente	Pocas veces	Pocas veces	Siempre	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente
17	4/20/2024 21:14:34	Regulamente	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Siempre	Regulamente	Regulamente	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre
18	4/20/2024 21:14:45	Regulamente	Regulamente	Siempre	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente
19	4/20/2024 21:20:24	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente
20	4/20/2024 21:23:57	Siempre	Siempre	Siempre	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Siempre
21	4/20/2024 21:41:59	Regulamente	Siempre	Siempre	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Siempre
22	4/20/2024 21:46:31	Pocas veces	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Regulamente
23	4/20/2024 21:50:25	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Regulamente
24	4/20/2024 14:38:55	Regulamente	Regulamente	Siempre	Regulamente	Siempre	Regulamente	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Regulamente	Regulamente
25	4/20/2024 15:16:01	Siempre	Siempre	Siempre	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Regulamente	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces	Pocas veces
26	4/20/2024 15:16:35	Pocas veces	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Regulamente	Siempre, Regulamente

Prueba Piloto: Resultados de la Variable Estrés

ESCALA DE HÁBITOS DE ESTUDIO (respuestas) - Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
1	Marca temporal	1. ¿Usted estudia...	2. ¿Distribuye su...	3. ¿Incluye usted...	4. ¿Suele usted te...	5. ¿Usted va al d...	6. ¿Asiste a clase...	7. ¿Participa usted...	8. ¿Escribe usted...	9. ¿Se asegura us...	10. ¿Comprueba l...	11. ¿Consulta otr...	12. ¿M. escucha aten...	13. ¿Escucha aten...
2	4/19/2024 21:28:41	A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces	Siempre	A veces	Siempre	A veces	Siempre	Nunca	Siempre	
3	4/19/2024 21:30:51	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Nunca	Siempre	
4	4/19/2024 21:31:57	A veces	A veces	Nunca	A veces	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Nunca	A veces	
5	4/19/2024 21:32:06	A veces	A veces	Siempre	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	
6	4/19/2024 21:32:49	A veces	Siempre	Siempre	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	A veces	A veces	A veces	A veces	
7	4/20/2024 21:10:57	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	
8	4/20/2024 21:10:59	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	
9	4/20/2024 21:13:44	Siempre	Siempre	A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	
10	4/20/2024 21:14:30	A veces	Nunca	Siempre	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	A veces	A veces	A veces	A veces	
11	4/20/2024 21:14:55	Siempre	Siempre	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	A veces	A veces	A veces	Siempre	
12	4/20/2024 21:15:25	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	
13	4/20/2024 21:15:50	A veces	Nunca	A veces	Nunca	Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces	
14	4/20/2024 21:15:58	A veces	Siempre	Siempre	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	
15	4/20/2024 21:16:34	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	A veces	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	A veces	A veces	
16	4/20/2024 21:17:25	A veces	Siempre	A veces	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	
17	4/20/2024 21:17:47	Siempre	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	
18	4/20/2024 21:18:41	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Nunca	A veces	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	A veces	
19	4/20/2024 21:22:32	Siempre	Siempre	Nunca	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	
20	4/20/2024 21:38:53	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	
21	4/20/2024 21:41:55	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	
22	4/20/2024 21:43:55	A veces	Siempre	A veces	A veces	A veces	Siempre	A veces	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	
23	4/20/2024 22:07:07	A veces	Siempre	A veces	A veces	A veces	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	
24	4/20/2024 14:38:52	Siempre	Siempre	Siempre	A veces	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	
25	4/20/2024 15:06:25	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	
26	4/20/2024 15:16:35	A veces	Siempre	Siempre	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	A veces	A veces	A veces	Siempre	

Prueba Piloto: Resultados de la Variable Hábitos de estudio

Prueba de confiabilidad por alfa de cronbach:

 UCV UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	FORMATO DE REGISTRO DE CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTO	Facultad de Ciencias de la Salud
--	--	---

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1. ESTUDIANTES	:	Celi Vargas Astrid Yanet Fernández Espinoza Marcia
1.2. TÍTULO DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN	:	“Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de una Universidad de Piura”
1.3. ESCUELA PROFESIONAL	:	Enfermería
1.4. TIPO DE INSTRUMENTO (adjuntar)	:	Cuestionario
1.5. COEFICIENTE DE CONFIABILIDAD EMPLEADO	:	<i>KR-20 kuder Richardson</i> ()
	:	<i>Alfa de Cronbach.</i> (X)
1.6. FECHA DE APLICACIÓN	:	22 de abril del 2024.
1.7. MUESTRA APLICADA	:	25 estudiantes.

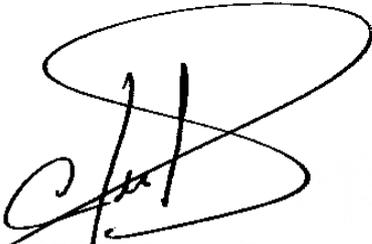
II. CONFIABILIDAD

ÍNDICE DE CONFIABILIDAD ALCANZADO:	0.887
---	--------------

III. DESCRIPCIÓN BREVE DEL PROCESO

Ítems iniciales: 12 Ítems finales: 12 El valor encontrado del índice Alfa de Cronbach es de 0.787, cae en un rango de confiabilidad alto, lo que garantiza la aplicabilidad del instrumento.
--

Estadístico:


GERSON G. NAVARRO GARRIDO
LIC. EN ESTADÍSTICA
COESPE 1128

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	25	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	25	100,0

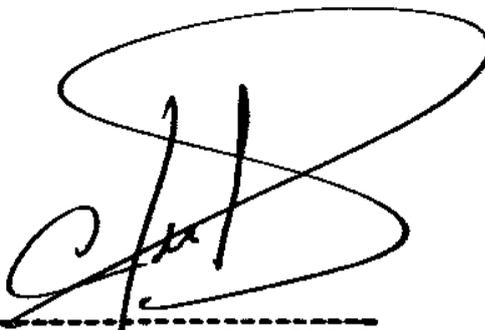
Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,887	12

Estadísticas de total de elemento

	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 si el elemento se ha suprimido
1. ¿Usted estudia fuera del horario de clase al menos cinco días a la semana?	22,68	25,227	,265	,647
2. ¿Distribuye su tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas, de acuerdo con su extensión y dificultad?	21,88	24,693	,272	,646
3. ¿Incluye usted periodos de descanso en su plan de estudios?	22,04	25,707	,153	,716
4. ¿Suele usted terminar cada día lo que te propusiste cumplir?	22,76	27,107	,063	,674
5. ¿Usted va al día en la realización de las actividades que debes de hacer?	22,20	24,000	,327	,636
6. ¿Asiste a clase con agrado y entusiasmo?	22,36	22,573	,498	,705
7. ¿Participa usted en clase aportando iniciativas y cumpliendo los encargos que se le encomiendan?	22,36	23,240	,422	,719
8. ¿Escribe usted los datos importantes o difíciles de recordar?	22,20	25,000	,222	,655
9. ¿Se asegura usted de haber comprendido bien lo que tiene que hacer antes de comenzar a trabajar?	21,88	24,360	,309	,739

10. ¿Comprueba la ortografía y redacción de lo que escribe?	21,80	23,333	,442	,617
11. ¿Consulta otros libros de investigación aparte de los que le brinda la universidad?	21,88	25,027	,237	,752
12. ¿Ud. escucha atentamente las orientaciones que da el profesorado?	21,72	23,960	,391	,626



GERSON G. NAVARRO GARRIDO
LIC. EN ESTADÍSTICA
COESPE 1126

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1. ESTUDIANTES	:	Celi Vargas Astrid Yanet Fernández Espinoza Marcia
1.2. TÍTULO DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN	:	“Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación de una Universidad de Piura”
1.3. ESCUELA PROFESIONAL	:	Enfermería
1.4. TIPO DE INSTRUMENTO (adjuntar)	:	Cuestionario
1.5. COEFICIENTE DE CONFIABILIDAD EMPLEADO	:	<i>KR-20 kuder Richardson</i> ()
		<i>Alfa de Cronbach.</i> (X)
1.6. FECHA DE APLICACIÓN	:	22 de abril del 2024
1.7. MUESTRA APLICADA	:	25 estudiantes.

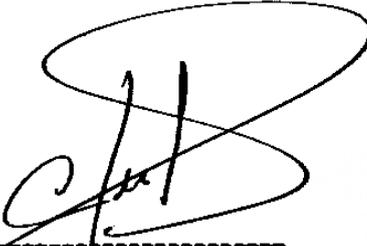
2. CONFIABILIDAD

ÍNDICE DE CONFIABILIDAD ALCANZADO:	0.921
---	--------------

3. DESCRIPCIÓN BREVE DEL PROCESO

Ítems iniciales: 13
Ítems finales: 13
El valor encontrado del índice Alfa de Cronbach es de 0.821, cae en un rango de confiabilidad alto, lo que garantiza la aplicabilidad del instrumento.

Estadístico:


GERSON G. NAVARRO GARRIDO
LIC. EN ESTADÍSTICA
COESPPE 1128

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	25	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	25	100,0

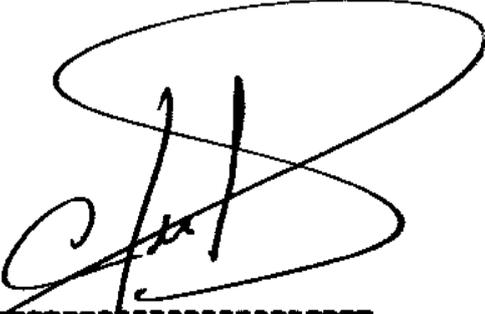
Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,921	13

Estadísticas de total de elemento

	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 si el elemento se ha suprimido
1. ¿Usted recibe el apoyo y orientación constante por parte del docente?	25,32	23,810	,310	,820
2. ¿Cree que su docente del proyecto de investigación aplica estrategias para entender el desarrollo de su clase?	25,40	25,000	,094	,838
3. ¿Su docente es exigente en el cumplimiento de las actividades encomendadas?	24,88	23,610	,432	,812
4. Para usted ¿fue difícil plantear el título de su trabajo de investigación?	25,52	22,927	,396	,815
5. A usted ¿se le presentaron dificultades en el desarrollo de las partes que conlleva un proyecto de investigación (Introducción, marco teórico, metodología, resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones)?	25,28	24,377	,369	,816
6. Durante la elaboración de su trabajo de investigación, ¿usted obtuvo correcciones de más del 40% por parte del docente?	25,88	25,943	-,013	,841
7. Considera usted que ¿parafrasear genera mayor carga académica?	25,32	21,643	,608	,797
8. Usted, ¿presenta trastornos del sueño (insomnio o dificultad para conciliar el sueño o somnolencia)?	25,52	20,343	,743	,784

9. Usted ¿ha tenido cansancio, dolores de cabeza o migrañas durante la ejecución del P.I?	25,40	21,000	,759	,786
10. En algún momento, ¿usted ha presentado problemas gastrointestinales (dolor abdominal, gastritis) a causa de la preocupación o por horarios inapropiados en el consumo de alimentos?	25,64	20,157	,692	,788
11. ¿Usted ha tenido sentimientos de depresión y tristeza durante el asesoramiento?	25,76	22,107	,497	,807
12. Durante la redacción de su proyecto de investigación ¿ha presentado problemas de concentración?	25,68	21,393	,646	,794
13. Genera en usted miedo y preocupación la sustentación final de su proyecto de investigación.	25,12	22,860	,478	,808



GERSON G. NAVARRO GARRIDO
 LIC. EN ESTADÍSTICA
 COESPE 1126

ANEXO N°8. Autorizaciones para el desarrollo del proyecto de investigación

Piura, 08 de Abril del 2024

Señor (a):

DRA. EDA LESCANO ALBÁN.

**Directora de la Escuela Profesional de Enfermería UNP
Universidad Nacional de Piura**

Presente.-

Es grato dirigirnos a usted para saludarlo, y a la vez manifestarle que dentro de nuestra formación académica en la experiencia curricular de investigación del IX ciclo, se contempla la realización de una investigación con fines netamente académicos de obtención de nuestro título profesional al finalizar mi carrera.

En tal sentido, considerando la relevancia de su organización, solicitamos su colaboración, para que podamos realizar nuestra investigación en su representada y obtener la información necesaria para poder desarrollar la investigación titulada: "Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del trabajo de investigación de los estudiantes de una Universidad de Piura".

En dicha investigación nos comprometemos a mantener en reserva el nombre o cualquier distintivo de la universidad, salvo que se crea a bien su socialización.

Se adjunta la carta de autorización de uso de información en caso que se considere la aceptación de esta solicitud para ser llenada por el representante de la universidad.

Agradeciéndole anticipadamente por vuestro apoyo en favor de nuestra formación profesional, hago propicia la oportunidad para expresar las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,



Celi Vargas Astrid Yanet
DNI: 71741076



Fernández Espinoza Marcia
DNI: 76082073



UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



"AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACION DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA
CONMEMORACION DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

Piura 15 de abril del 2024

OFICIO N 076 – EAPE/DPTO MATERNO

CELI VARGAS ASTRID YANET

FERNANDEZ ESPINOZA MARCIA

PRESENTE

ASUNTO : CARTA S/N DE FECHA 8-4-2024

Es grato dirigirme a usted, con la finalidad de saludarle y a la vez informarle que esta Dirección de Escuela Profesional de Enfermería acepta el permiso solicitado, pero es responsabilidad de las alumnas, ubicar a los alumnos y pedir consentimiento informado.

Aprovecho de la oportunidad para reiterar a usted los sentimientos de mi consideración y estima personal.

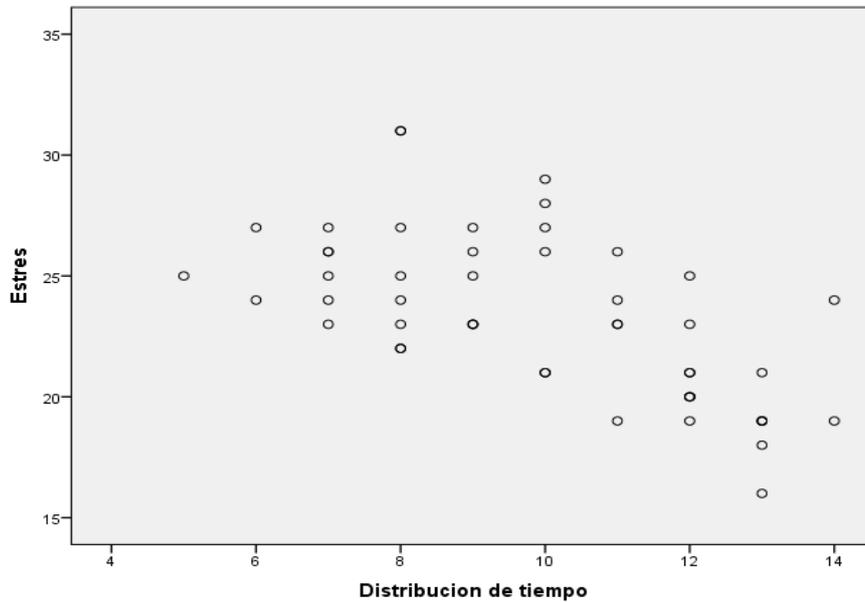
Atentamente,

UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA
ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
[Firma]
M^g. EDA LESCAÑO ALBAN
DIRECTORA

ANEXO N°9. Otras evidencias

Objetivo específico 1:

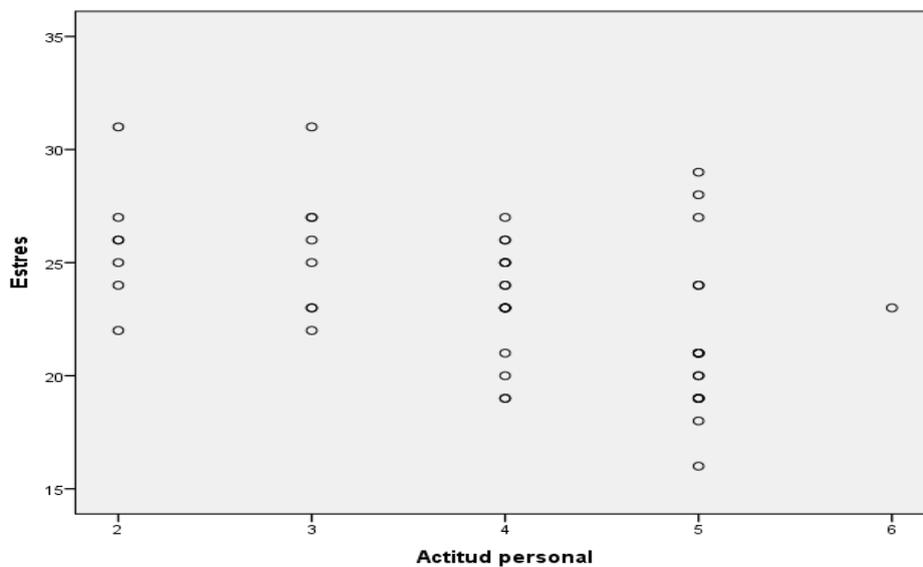
Gráfico 1. Relación del estrés y la distribución de tiempo de los estudiantes



Nota: la figura 1 representa la relación que existe entre el estrés y la distribución de tiempo de los estudiantes

Objetivo específico 2:

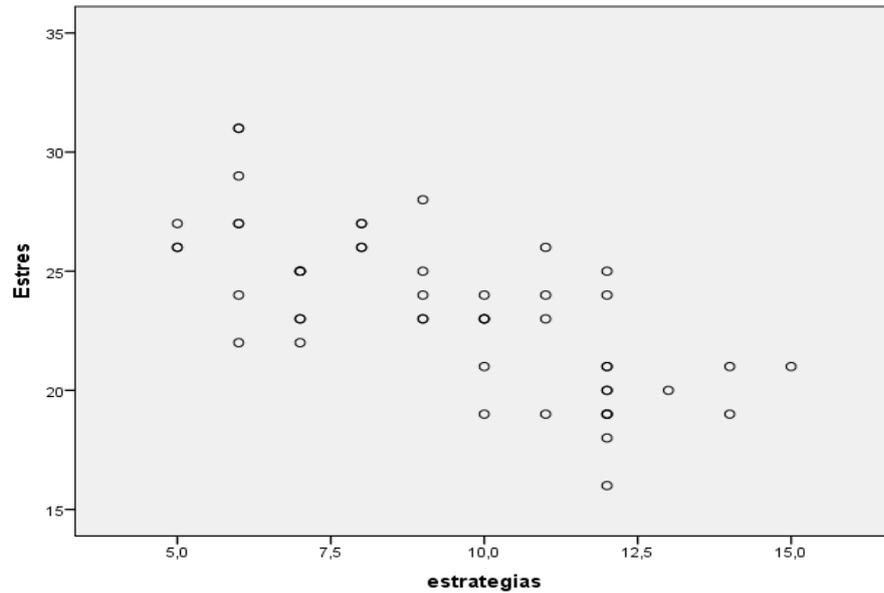
Gráfico 2. Relación del estrés y la actitud personal de los estudiantes



Nota: la figura 2 representa la relación que existe entre el estrés y la actitud personal de los estudiantes

Objetivo específico 3:

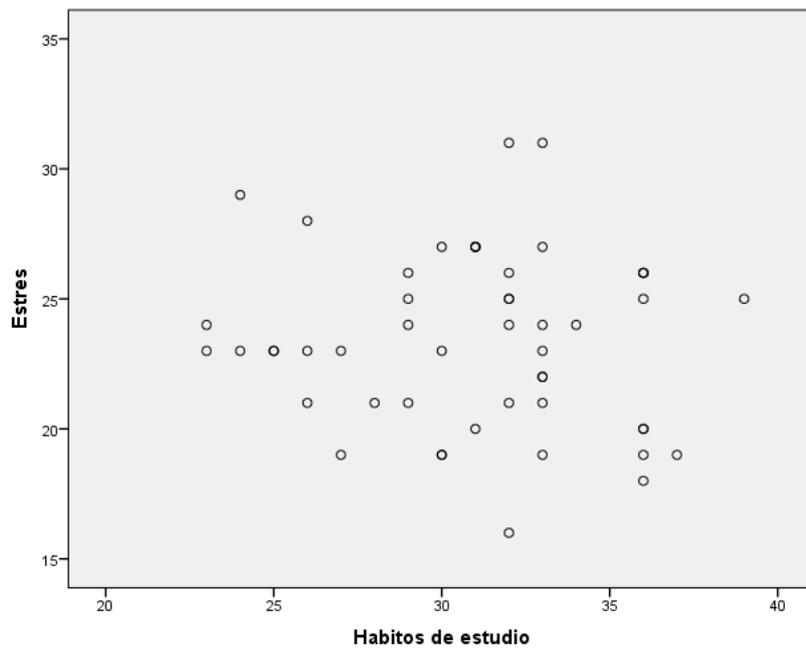
Gráfico 3. Relación del estrés y las estrategias de los estudiantes



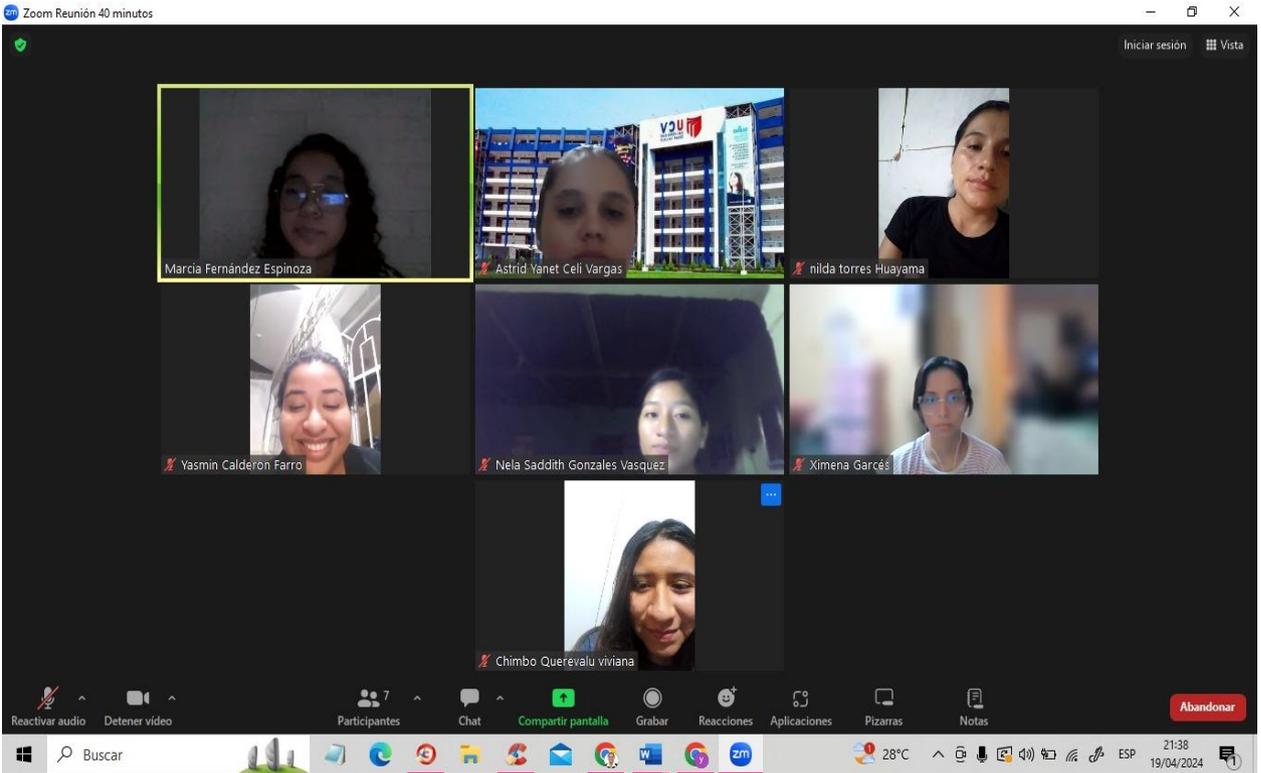
Nota: la figura 3 representa la relación que existe entre el estrés y la actitud personal de los estudiantes

Objetivo General:

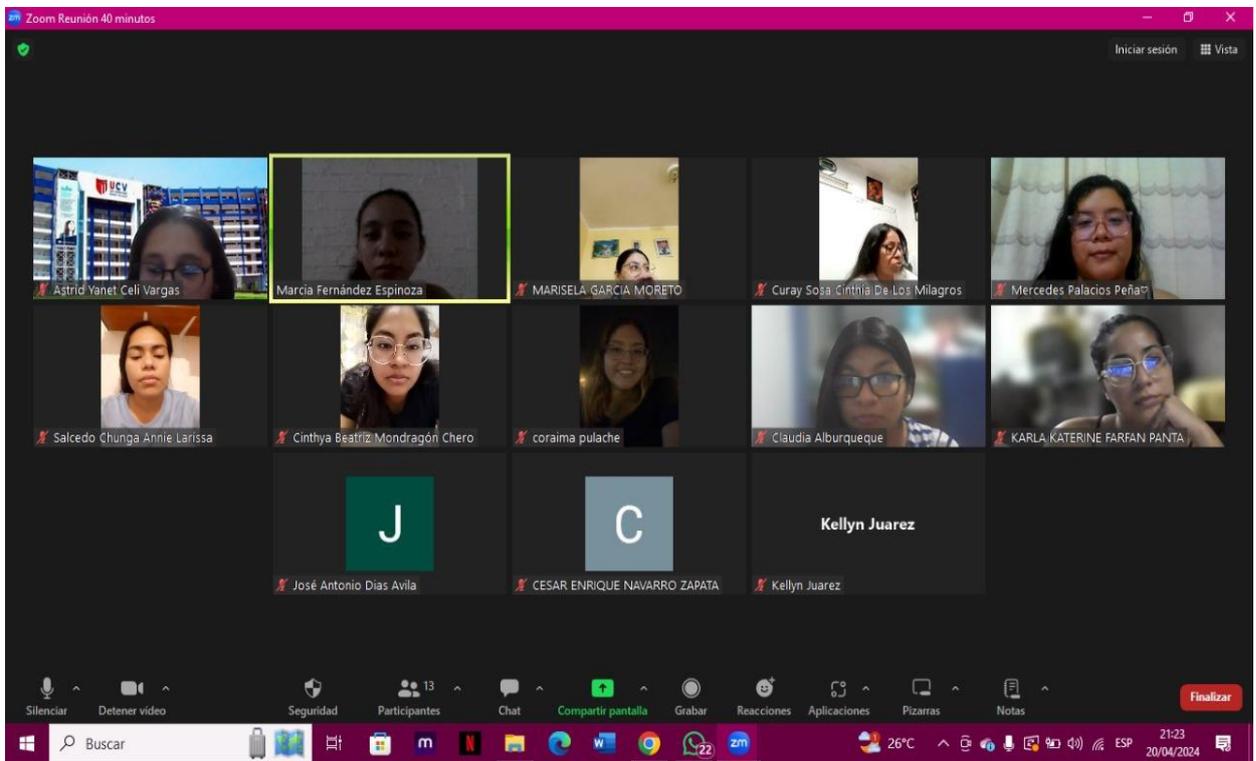
Gráfico 4. Relación del estrés y los hábitos de estudio de los estudiantes



Nota: la figura 4 representa la relación que existe entre el estrés y los hábitos de estudio de los estudiantes



Aplicación de la prueba piloto vía zoom



Aplicación de la prueba piloto vía zoom



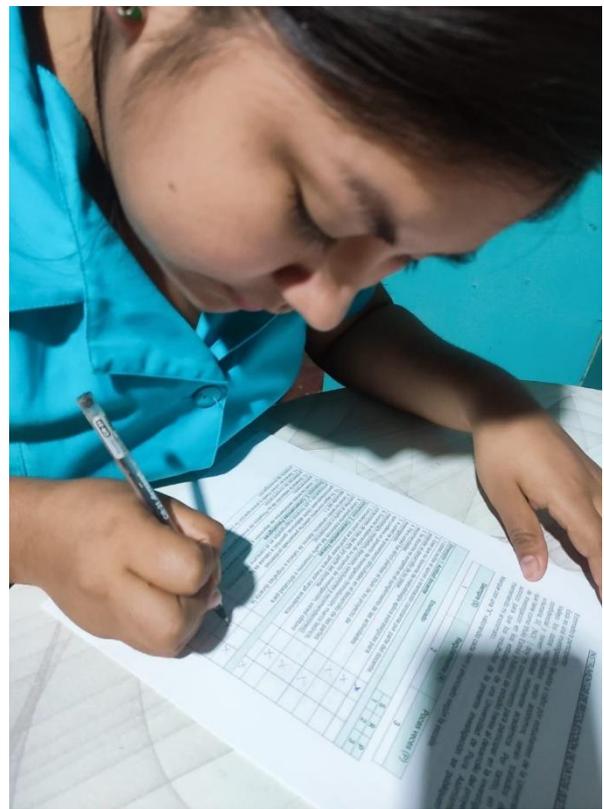
Aplicación de Instrumentos – Presencial



Aplicación de Instrumentos – Presencial



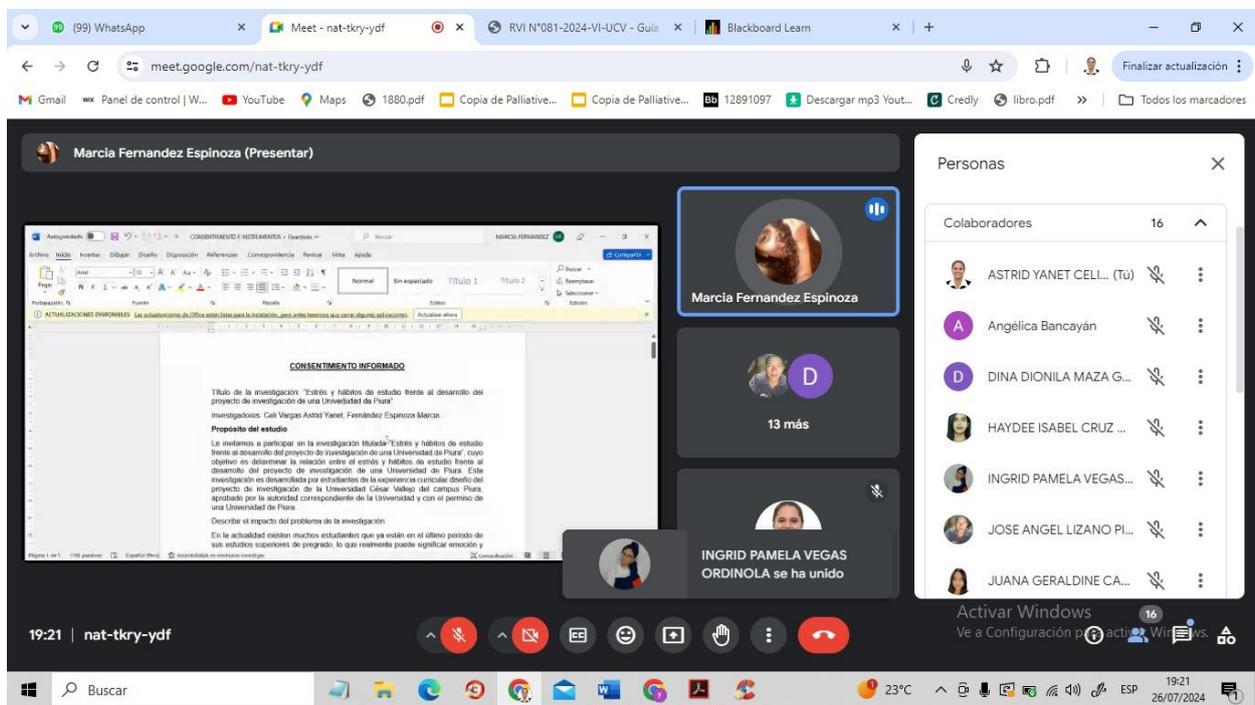
Aplicación de Instrumentos – Presencial



Aplicación de Instrumentos – Presencial



Aplicación de Instrumentos – Presencial



Aplicación de Instrumentos – Virtual (Meet)

Estimado/a participante,

Esta es una investigación llevada a cabo por estudiantes de la Universidad César Vallejo, los datos recopilados serán anónimos, serán tratados de forma confidencial y tienen finalidad solamente académica. Por tanto, en forma voluntaria, SI, NO, I doy mi consentimiento para participar en la investigación que tiene como título Estrés y hábitos de estudio frente al desarrollo del proyecto de investigación en los estudiantes de una Universidad de Piura. Asimismo, autorizo para que los resultados de la presente investigación se publiquen manteniendo mi anonimato.

Marque con una "X" valorando cada ítem o enunciado según la escala

	Siempre (S)	A veces (A)	Nunca (N)
	1	2	3
Enunciado	S	A	N
	1	2	3

Dimensión I: Distribución del tiempo

Utiliza el estudio fuera del horario de clase al menos cinco días a la semana

	S	A	N
	1	2	3
Distribuye su tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas, de acuerdo con su extensión y dificultad			
Incluye los períodos de descanso en su plan de estudios			

19:23 | nat-tkry-ydf

Participants visible in the grid:

- Marcia Fernandez Espinoza
- ASTRID YANET CELI VARGAS
- Karol Yanac
- JUANA GERALDINE CASTRO RAMIREZ
- HAYDEE ISABEL CRUZ MONCADA
- Ximena Gutierrez Saldarriaga
- KARLA ANETTE MECHATO DURAND
- 9 más
- Marcia Fernandez Espinoza

19:26 | nat-tkry-ydf

LINK DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS:

<https://drive.google.com/file/d/1WQB4vLBtUw9YpB77614-RDeNOPN9vTD6/view?usp=sharing>