



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

**Hábitos de estudio y estrés escolar en estudiantes de 4to y 5to de secundaria
de la IEP Santa Anita, 2019.**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE
Maestro en Psicología Educativa**

AUTOR:

Br. Emilio Alejandro Cueva Solís (ORCID: 0000-0002-3080-884X)

ASESOR:

Dra. Flor de María Sánchez Aguirre (ORCID: 0000-0002-9764-7278)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: Atención
integral del infante, niño y adolescente.**

Lima – Perú

2019

*A Dios y a mi familia,
que me permitieron
conocer el amor.*

*A mis maestros, colegas y amigos
que iluminaron mi trabajo.*

DICTAMEN DE LA SUSTENTACIÓN DE TESIS

EL / LA BACHILLER (ES): **CUEVA SOLIS, EMILIO ALEJANDRO**

Para obtener el Grado Académico de *Maestro en Psicología Educativa*, ha sustentado la tesis titulada:

HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRÉS ESCOLAR EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA IEP SANTA ANITA, 2019

Fecha: 10 de agosto de 2019

Hora: 6:30 p.m.

JURADOS:

PRESIDENTE: Dr. Luis Nuñez Lira

Firma:


SECRETARIO: Dr. Helfer Joel Molina Quiñones

Firma:


VOCAL: Dra. Flor de María Sánchez Aguirre

Firma:


El Jurado evaluador emitió el dictamen de:

Aprobado por unanimidad.
.....

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

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

Recomendaciones sobre el documento de la tesis:

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

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

Declaratoria de Autenticidad

Yo, Emilio Alejandro Cueva Solís, estudiante de la Escuela de Posgrado, Maestría en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo, Sede Lima Norte; declaro que el trabajo académico titulado *Hábitos de estudio y estrés escolar en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Santa Anita, 2019*; presentado, en 53 folios para la obtención del grado académico de Maestro en Psicología Educativa, es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.

No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.

Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.

Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.

De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima, 11 de julio de 2019



Emilio Alejandro Cueva Solís
DNI 08066564

Índice

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Páginas del jurado	iv
Declaración de autenticidad	v
Índice	vi
Índice de tablas y figuras	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
I. Introducción	1
II. Método	11
2.1 Tipo y diseño de investigación	11
2.2 Operacionalización de las variables	11
2.3 Población, muestra y muestreo	12
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	13
2.5 Procedimientos	14
2.6 Método de análisis de datos	14
2.7 Aspectos éticos	14
III. Resultados	15
IV. Discusión	30
V. Conclusiones	33
VI. Recomendaciones	34
Referencias	35
Anexos	40

Índice de tablas

Tabla 1	Muestra	11
Tabla 2	Hábitos de estudios de los estudiantes de la IEP Santa Anita	14
Tabla 3	Condiciones físicas y ambientales para el estudio	15
Tabla 4	Planificación y estructuración del tiempo para el estudio	16
Tabla 5	Conocimiento de las técnicas básicas para el estudio	17
Tabla 6	Estrés escolar en estudiantes de la IEP Santa Anita	18
Tabla 7	Hábitos de estudio y estrés escolar en estudiantes de la IEP Santa Anita	19
Tabla 8	Condiciones físicas-ambientales y estrés escolar	20
Tabla 9	Planificación - estructuración del tiempo y estrés escolar	21
Tabla 10	Conocimiento de las técnicas básicas y estrés escolar	22
Tabla 11	Prueba de normalidad	23
Tabla 12	Correlación de Pearson entre hábitos de estudio y estrés escolar	24
Tabla 13	Correlación de Spearman entre condiciones físicas-ambientales y estrés escolar	25
Tabla 14	Correlación de Spearman entre planificación-estructuración del tiempo y estrés escolar	26
Tabla 15	Correlación de Spearman entre conocimiento de las técnicas básicas y estrés escolar	27
Tabla 16	Niveles y rangos de interpretación	28

Índice de figuras

Figura 1	Características del proceso de estudiar.	4
Figura 2	Hábitos de estudios de los estudiantes de la IEP Santa Anita	14
Figura 3	Condiciones físicas y ambientales para el estudio	15
Figura 4	Planificación y estructuración del tiempo para el estudio	16
Figura 5	Conocimiento de las técnicas básicas para el estudio	17
Figura 6	Estrés escolar en estudiantes de la IEP Santa Anita	18
Figura 7	Hábitos de estudio y estrés escolar en estudiantes de la IEP Santa Anita	19
Figura 8	Condiciones físicas-ambientales y estrés escolar	20
Figura 9	Planificación - estructuración del tiempo y estrés escolar	21
Figura 10	Conocimiento de las técnicas básicas y estrés escolar	22
Figura 11	Correlación de Pearson entre hábitos de estudio y estrés escolar	24
Figura 12	Correlación de Spearman entre condiciones físicas-ambientales y estrés escolar	25
Figura 13	Correlación de Spearman entre planificación-estructuración del tiempo y estrés escolar	26
Figura 14	Correlación de Spearman entre conocimiento de las técnicas básicas y estrés escolar	27

Resumen

La falta de organización que evidencian los adolescentes puede provocar la aparición de estrés en especial durante la etapa escolar. Se ha evidenciado que los estudiantes tienden a procrastinar e ignorar técnicas que le permitan un aprendizaje efectivo. El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre los hábitos de estudio y el estrés escolar en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Santa Anita, 2019; el tipo de investigación fue básica, el enfoque cuantitativo, nivel correlacional; el diseño no experimental, transversal. La población fue de 121 estudiantes de 4to y 5to de secundaria, empleándose una muestra tipo censo integrada por la totalidad de la muestra referida. Mediante la técnica de encuesta se logró la información empleando los instrumentos CHTE (Cuestionario de hábitos y técnicas de estudio) y el inventario SISCO de estrés académico que fue adaptado siendo validado por juicio de expertos y cuya confiabilidad fue establecida por el Alfa de Cronbach. Los resultados obtenidos señalan que existe una correlación negativa baja y no significativa ($p = 0,055 > 0,05$; $r = -0,175$) entre las variables hábito de estudio y estrés escolar. La tres dimensión de la variable hábito de estudio obtienen correlaciones negativas con la variable estrés académico: condiciones físicas y ambientales obtiene una correlación negativa baja y significativa ($p = 0,006 < 0,05$; $r = -0,251$), la dimensión planificación y estructuración del tiempo una correlación negativa baja y no significativa ($p = 0,610 > 0,05$; $r = -0,047$) y conocimientos de las técnicas básicas presenta una correlación negativa baja y no significativa ($p = 0,850 > 0,05$; $r = -0,017$). Se puede concluir que no existe relación entre hábitos de estudio y estrés escolar en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Santa Anita, 2019.

Palabras clave: hábito, estudiar, hábito de estudio, estrés escolar.

Abstract

The lack of organization evidenced by adolescents can cause the appearance of stress especially during the school stage. It has been shown that students tend to procrastinate and ignore techniques that allow effective learning. The objective of the research was to determine the relationship between study habits and school stress in students of 4th and 5th secondary school of the Santa Anita Educational Institution, 2019; the type of research was basic, the quantitative approach, correlational level; the non-experimental, transversal design. The population was 121 students from 4th and 5th high school, using a census sample composed of the entire referred sample. Through the survey technique, the information was obtained using the CHTE instruments (Questionnaire of habits and study techniques) and the SISCO inventory of academic stress that was adapted being validated by expert judgment and whose reliability was established by the Cronbach Alpha. The results obtained indicate that there is a low and non-significant negative correlation ($p = 0.055 > 0.05$; $r = -0.175$) between the variables habit of study and school stress. The three dimension of the study habit variable obtained negative correlations with the academic stress variable: physical and environmental conditions obtained a low and significant negative correlation ($p = 0.006 < 0.05$; $r = -0.251$), the planning and structuring dimension of the time a low and non-significant negative correlation ($p = 0.610 > 0.05$; $r = -0.047$) and knowledge of the basic techniques has a low and non-significant negative correlation ($p = 0.850 > 0.05$; $r = -0.017$) . It can be concluded that there is no relationship between study habits and school stress in students of 4th and 5th high school of the Santa Anita Educational Institution, 2019.

Keywords: habit, study, study habit, school stress.