



UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Procrastinación y Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

Línea de investigación: Psicología, sociedad y educación.

Tesis presentada por:

Bach. Jasalia Hirely Puma Huamán

ORCID:<https://orcid.org/0009-0004-6107-8669>

Para optar al Título Profesional de Psicóloga

Asesor:

Dra. Ps. Rocio Liney Pezúa Vásquez

ORCID:<https://orcid.org/0000-0003-4039-0384>

Cusco – 2023



Datos del autor	
Nombres y apellidos	JASALIA HIRELY PUMA HUAMAN
Número de documento de identidad	46331191
URL de Orcid	ORCID: https://orcid.org/0009-0004-6107-8669
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	ROCIO LINEY PEZUA VÁSQUEZ
Número de documento de identidad	40110608
URL de Orcid	https://orcid.org/0000-0003-4039-0384
Datos del jurado	
Presidente del jurado (jurado 1)	
Nombres y apellidos	Juan Segismundo Durand Guzmán
Número de documento de identidad	24486087
Jurado 2	
Nombres y apellidos	María Del Carmen Boiseranc Bonett
Número de documento de identidad	44118290
Jurado 3	
Nombres y apellidos	Miguel Ángel Rodríguez Vega
Número de documento de identidad	72939656
Jurado 4	
Nombres y apellidos	Juan Bautista Caller Luna
Número de documento de identidad	24678954
Datos de la investigación	
Línea de investigación de la Escuela Profesional	Psicología, sociedad y educación.



Procrastinación y Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

por jasalia Puma

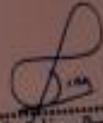
Fecha de entrega: 19-abr-2024 10:48a.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2355058533

Nombre del archivo: TESIS_TURNITTIIN_FINAL.pdf (1.7M)

Total de palabras: 33449

Total de caracteres: 167814


Dra. Ps. Rigoberto Lizy Pezalla Vasquez
C. Ps. P. 12604



UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Procrastinación y Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

Línea de investigación: Psicología, sociedad y educación.

Tesis presentada por:

Bach. Jasalia Hirely Puma Huamán

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-6107-8669>

23

Para optar al Título Profesional de Psicóloga

Asesor:

Dra. Ps. Rocio Liney Pezúa Vásquez

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8635-9414>

Cusco – 2023


Dra. Ps. Rocio Liney Pezúa Vásquez
C.P.E. 13804



Procrastinación y Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD



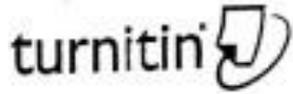
FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
2	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Candy Atalaya Laureano, Lupe García Ampudia. "Procrastinación: Revisión Teórica", Revista de Investigación en Psicología, 2020 Publicación	2%
4	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Andina del Cusco Trabajo del estudiante	1%
7	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%

Submitted to Universidad Peruana Los Andes



Dr. Pablo Urquiola
C.Ps.P 12004



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: jasalia Puma
 Título del ejercicio: Tesis Final Jasalia
 Título de la entrega: Procrastinación y Estrés académico en los estudiantes de 4t...
 Nombre del archivo: TESIS_TURNITTIIN_FINAL.pdf
 Tamaño del archivo: 1.7M
 Total páginas: 119
 Total de palabras: 33,449
 Total de caracteres: 167,814
 Fecha de entrega: 19-abr-2024 10:48a. m. (UTC-0500)
 Identificador de la entre... 2355058533

UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Procuramos y desarrollamos en las condiciones de las y los de
 la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Andina del Cusco - UACU

Escuela Profesional de Psicología

Trabajo de grado

Autores: Jasalia Puma

INSTITUCIÓN: UACU

Fecha de entrega: 19-abr-2024 10:48a. m.

Nombre:

W. P. Jasalia Puma

INSTITUCIÓN: UACU

ID:

2355058533

Derechos de autor 2024 Turnitin. Todos los derechos reservados.


 Dra. Rocío Linares Pezalla Wasquez
 C. P. P. 12604



AGRADECIMIENTOS

El principal agradecimiento a Dios quién me ha guiado y me ha dado la fortaleza para seguir adelante, mi aprecio hacia la Universidad por impartirme conocimientos valiosos durante mi tiempo como estudiante. Quiero expresar un reconocimiento especial a Dra. Ps. Rocio Liney Pezúa Vásquez, mi asesora, por su dirección en la realización de este proyecto de investigación y por su contribución en la superación de desafíos a lo largo de este proceso.

Deseo expresar un agradecimiento particular a mis familiares por su comprensión y estímulo constante, además de su apoyo, paciencia y no dejar de creer en mí.

A todos ustedes les doy las gracias de corazón.



DEDICATORIA

A Dios por otorgar la oportunidad de alcanzar esta tan ansiada meta.

A mi madre por su soporte inquebrantable y por sus palabras constantes de ánimo, que ha cultivado buenos sentimientos, hábitos y valores que me han permitido superar momentos difíciles y seguir adelante hacia mis metas.

Reconozco plenamente todo el sacrificio y esfuerzo que ha dedicado; merece esto y mucho más.



JURADO

Mgt. Ps. Juan Segismundo Durand Guzmán

Presidente Replicante

Dictaminante de tesis

MTRA.PS. María Del Carmen Boiseranc Bonett

Dictaminante de tesis

MTRO.PS. Miguel Ángel Rodríguez Vega

Replicante de tesis

Dr. Ps. Juan Bautista Caller Luna

Dra. Ps. Rocio Liney Pezúa Vásquez

Asesor de tesis



ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS	2
DEDICATORIA	3
RESUMEN	8
ABSTRACT	10
CAPÍTULO I	11
INTRODUCCIÓN	11
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	11
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	17
1.2.1 PROBLEMA GENERAL	17
1.2.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS	17
1.3 JUSTIFICACIÓN	17
1.3.1 CONVENIENCIA	18
1.3.2 RELEVANCIA SOCIAL	18
1.3.3 IMPLICANCIAS PRÁCTICAS	19
1.3.4 VALOR TEÓRICO	19
1.3.5 UTILIDAD METODOLÓGICA	19
1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	19
1.4.1 OBJETIVO GENERAL	19
1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	19
1.5 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	20
1.5.1 DELIMITACIÓN ESPACIAL	20
1.5.2 DELIMITACIÓN TEMPORAL	20
1.5.3 DELIMITACIÓN GEOGRÁFICA	20
1.6 ASPECTOS ÉTICOS	20
CAPÍTULO II	21
MARCO TEÓRICO	21
2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	21
2.1.1 ANTECEDENTES INTERNACIONALES	21
2.1.2 ANTECEDENTES NACIONALES	23
2.1.3 ANTECEDENTES LOCALES	25
	10



2.2	BASES TEÓRICAS	27
2.2.1	LA PROCRASTINACIÓN	27
2.2.1.1	HISTORIA DE LA PROCRASTINACIÓN	27
2.2.1.2	DEFINICIÓN DE PROCRASTINACIÓN	28
2.2.1.3	LA FORMA CLÁSICA DE PROCRASTINACIÓN	29
2.2.1.4	PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA	30
2.2.1.5	ESTILOS Y TIPOS DE PROCRASTINACIÓN	31
2.2.1.6	MODELOS DE PROCRASTINACIÓN	32
2.2.1.7	VARIABLES ASOCIADAS CON LA PROCRASTINACIÓN	36
2.2.1.8	FACTORES QUE CONTRIBUYEN A LA PROCRASTINACIÓN	36
2.2.1.8.1	FACTORES INTERNOS.	36
2.2.1.8.2	FACTORES EXTERNOS	37
2.2.2	EL ESTRÉS EN LAS PERSONAS	37
2.2.2.1	ESTRÉS ACADÉMICO	38
2.2.2.2	CARACTERÍSTICAS DEL ESTRÉS	40
2.2.2.3	TIPOS DEL ESTRÉS	40
2.2.2.4	ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES	41
2.2.2.5	DIFERENCIAS DE GÉNERO.	41
2.2.2.6	FUENTES DE ESTRÉS	42
2.2.2.7	EFFECTOS DE ESTRÉS	42
2.3	HIPÓTESIS	43
2.3.1	HIPÓTESIS GENERAL	43
2.3.2	HIPÓTESIS	
2.4	VARIABLES	44
2.4.1	DEFINICIÓN DE VARIABLES	44
2.4.2	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	45
2.5	DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS	47
2.5.1	PROCRASTINACIÓN	47
2.5.2	PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA	47
2.5.3	ESTRÉS	47
2.5.4	ESTRÉS ACADÉMICO	47
2.5.5	POSTERGACIÓN	48
2.5.6	ESTRESORES	48
	CAPÍTULO III	49



METODOLOGÍA	49
3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	49
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	49
3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	49
3.4 POBLACIÓN	50
3.5 MUESTRA	52
3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	53
3.6.1 TÉCNICA	53
3.6.2 INSTRUMENTO	54
3.7 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS	58
3.8 PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS	58
CAPÍTULO IV	61
RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	61
CAPÍTULO V	86
DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	86
CONCLUSIONES	95
SUGERENCIAS	97

Índice de Tablas

Tabla 1. Resultados sobre el género de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021.....	58
Tabla 2. Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021 ¡Error! Marcador no definido.	59
Tabla 3. Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, por grado.....	60
Tabla 4. Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, según sexo ¡Error! Marcador no definido.	



Tabla 5. Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 202162

Tabla 6. Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, por grado**¡Error! Marcador no definido.**63

Tabla 7. Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, según sexo**¡Error! Marcador no definido.**66

Tabla 8. Resultados específicos sobre la relación entre la Procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021.....68

Tabla 9. Resultados específicos sobre la relación entre las dimensiones de la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021.....**¡Error! Marcador no definido.**70

Tabla 10. Resultados generales sobre la relación existente entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021 73

Tabla 11. Estadísticos y correlaciones de las muestras relacionadas.....**¡Error! Marcador no definido.**77

Tabla 12. Estadísticos Descriptivos 79

Tabla 15. Estadísticos Descriptivos y Correlaciones**¡Error! Marcador no definido.**80

Índice de Figuras

Figura 1: Estudiantes del nivel Secundario 51

Figura 2: Estudiantes por grado 52

Figura 3: Resultados sobre el género de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021 62

Figura 4: Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 64

Figura 5: Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, por grado 64

Figura 6: Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, según sexo 66



Figura 7: Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021	68
Figura 8: Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, por grado	68
Figura 9: Resultados específicos el nivel niveles de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, según sexo	70
Figura 10: Resultados específicos sobre la relación entre la Procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021	72
Figura 11: Resultados específicos sobre la relación entre las dimensiones de la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021	74
Figura 12: Resultados generales sobre la relación existente entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021	78



Resumen

El objetivo del estudio es revelar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria del colegio Matemático Proyecto Ingeniería del Cusco - 2021. Esto corresponde a un enfoque cuantitativo para la recolección de información, diseño descriptivo – no experimental y correlacional – transversal. Se administró y procesó con la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Estrés Académico SISCO mediante estadística descriptiva e inferencial. En entornos educativos estudiantiles, se ha demostrado que la procrastinación tiene una relación directa y significativa con el estrés académico. Cuando aumenta el estrés académico, los estudiantes buscan formas de evitar preocuparse, reemplazándolo con actividades que calman e interrumpen temporalmente y perjudicando su desarrollo con normalidad.

Palabras clave: Procrastinación, Estrés, Estrés académico, Familia, Educación

Abstract

The research work has the purpose of establishing the relationship between procrastination and academic stress in 4th and 5th high school students of the Proyecto Ingeniería Mathematical School, Cusco-2021. It corresponds to the quantitative approach, descriptive - correlational with non-experimental - cross-sectional design, to collect information the instruments called: Academic Procrastination Scale and SISCO Inventory of academic stress were applied, processed using descriptive and inferential statistics. It was identified that procrastination in the educational reality of students presents a direct and significant relationship with academic stress, since at a higher level of academic stress, students look for ways to avoid worry that change it for activities that calm them down momentarily, harming its normal development.



Keywords: Procrastination, Stress, Academic stress, Family, Education

Capítulo I

Introducción

1.1 Planteamiento del Problema

Comentar sobre la educación en Perú, es preocupante por el índice de fracaso escolar, pese a ser conscientes de que este resultado puede en un futuro variar, actualmente se evidencia en los resultados de las pruebas Pisa que el nivel de comprensión de lectura y el desarrollo de las habilidades matemáticas están con puntaje deficiente (GRUPO RPP, 2016), Para que la reforma educativa planteada por los gobiernos de turno sea efectiva, es necesario que se aumente la inversión en educación; como es en otros países como Chile, que invierte el 5,4 %; Bolivia el 7,3%, Venezuela 6,9% y Colombia el 4.5% de su PBI, siendo nuestra inversión la más baja entre nuestros vecinos próximos, contando con solo el 3.9% de inversión del PBI (Mundial, 2020) . El presupuesto en educación aumentó al 2021 a un 4.0% debido a la virtualización del aprendizaje, pero todavía es insuficiente en comparación a otros países de América Latina. El Perú como gobierno comprometido con la educación está desarrollando estrategias de atención a los diferentes factores asociados a los problemas de desempeño académico en diversos contextos; pudiendo hallar como factor común en esta educación No presencial (virtual) a la Procrastinación de los propios estudiantes en los tres niveles de educación básica regular; y así mismo se aprecia a la motivación como otro lado de la moneda que repercute de forma sustancial en el desempeño académico de los estudiantes.

Según la información hallada en los diferentes portales de análisis educativo, los estudiantes sufren problemas de aprendizaje por diferentes razones; siendo los detonantes para este incumplimiento, las estrategias docentes, los recursos educativos, el apoyo familiar y en especial se ha identificado a la procrastinación, perfeccionismo, disminución de la motivación, sentimientos de aislamiento, la soledad y responsabilidad frente al acto de aprender por parte de los estudiantes. Dentro de estas posibles explicaciones, un área que requiere exploración adicional es el estudio de la procrastinación y motivación para el aprendizaje del estudiante en esta modalidad de educación a distancia.

Los investigadores han definido la procrastinación como la tendencia a retrasar o posponer la finalización de una tarea o conjunto de tareas. Esta definición se aplica y es relevante para actividades placenteras y menos placenteras o más prácticas (Shu, 2010).



Klassen y Col. (2009); quienes encontraron que la procrastinación ocurre dentro de una amplia gama de poblaciones que son diversas en edad, cultura, tipos de estudiantes y muchos otros factores importantes. Los efectos de la procrastinación pueden ser bastante perjudiciales para una amplia gama de personas, y aunque algunos aún no la consideran como un factor asociado al aprendizaje esta ya se ve perfilando como uno de los problemas futuros. En la literatura disponible sobre el tema de la procrastinación en un sentido amplio. Si bien los estudios previos han definido la procrastinación de muchas formas diferentes, algunos argumentos permanecen entre los que estudian el fenómeno de la procrastinación en cuanto a cómo definir el término más precisamente. Una característica a menudo citada y acordada como parte de la definición de la procrastinación es el factor de demora o la inclinación a posponer la finalización de una tarea o actividad (Özer, 2009).

En estos últimos años diversos factores educacionales influyeron en el proceso académico de los estudiantes, sobre todo en aquellas personas que no han tenido un acompañamiento en su proceso de aprendizaje, como es el caso de los estudiantes que han sido últimamente presas de las tecnologías de la comunicación asumidas para la educación no presencial, puesto que en esta modalidad de aprendizaje a distancia son utilizados con mayor frecuencia que antes, pero no siempre son utilizadas como deberían ser, debido a que el acceso masivo y frecuente estos recursos hace que los estudiantes aprovechen la facilidad de su uso para utilizar su tiempo en actividades recreativas, comunicativas y distractora que no están relacionadas necesariamente al aprendizaje, dejando mucho tiempo invertido en estas actividades y dedicando cada vez menos tiempo para el mismo hecho de aprender lo que el sistema educativo prevé; a esto se suma que el acceso fácil y masivo de las información digital y gracias a recursos como google y sus aplicativos anexos como YouTube se puede aprender de diversas formas gran variedad de información, pero no de forma organizada, ni con un plan académico claro, solo se aprende por necesidad de satisfacer una curiosidad o una necesidad inmediata que posiblemente a futuro no sea relevante (aprender a comprar en línea, como descargar juegos, como subir de nivel en un app del celular, etc).

El estrés puede afectar a los estudiantes en edad escolar y esto puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir frustrado, furioso o nervioso. El estrés es la respuesta automática y natural del cuerpo ante las situaciones que resultan amenazadoras o generalmente a través de conductas desafiantes, de esta manera el estrés académico es un evento que se da muchas veces en el contexto escolar y las consecuencias que se expresan son el retraso académico y en otras ocasiones el desinterés por el estudio, logrando generar en ellos



la ansiedad, depresión, deseo de no asistir a clases generando ausentismo escolar y deterioro académico en la época escolar (Berger & Lisboa, 2008)

En tal sentido este estado que poseen los estudiantes en el tiempo de educación en la cual se desarrollan alteran el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico. Por ende, la alteración en estos tres niveles de respuestas influye de forma negativa en el rendimiento académico, basta solo una actitud para perjudicar los sentimientos del menor y provocar en él un estrés que puede influir negativamente en su rendimiento; porque en vez de motivar al niño se le causa ansiedad y esta ejerce sobre todo una alteración mental o emocional hacia dicho menor, siendo el más perjudicado y afectado en la vida escolar y social de los estudiantes, provocando a largo plazo resultados negativos en el desenvolvimiento académico, como el trauma psicológico del menor, la cual no permite un adecuado y sano crecimiento de su vida emocional y mental causando el bajo rendimiento escolar, disminuyendo las calificaciones de los alumnos y no presentándose en el examen o al aula, antes de dar comienzo a clases o exámenes (Barraza, 2005)

La presente investigación se realizó en la Institución Educativa Colegio Matemático Proyecto Ingeniería ubicado en Av. Huáscar 400-C distrito de Wanchaq; como población consta con un total de 83 alumnos, contando con 50 varones y 33 mujeres. Entre las edades de 12 años hasta los 17 años, teniendo como muestra a los estudiantes de último ciclo en 4to siendo ahora el problema, más recurrente en la comunidad estudiantil es la procrastinación, debido al tipo de educación que se brinda en el contexto actual, y por la misma exigencia de los docentes, padres de familia, quizás este problema tenga una relación íntima con el estrés académico; lo que podría traer posibles repercusiones en cómo están afrontando su actividad de aprendizaje dicha comunidad de estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa en mención; teniendo como dato resaltante la presión de los padres o tutores que ejercen hacia los alumnos, el poco seguimiento y la alta demanda de los padres a los hijos, ya que esta demás decir, que el hogar es uno de los lugares donde los estudiantes se encuentran protegidos y así desarrollarse de una manera adecuada y en confianza; pero en la etapa de pandemia en una educación virtualizado y bajo las demandas de acceso a una educación superior futura ha provocado que los padres de familia no solo exigen buenos resultados, sino que los mecanismos que aplican están generando estrés a los estudiantes.

Se ha podido identificar que muchos de los estudiantes para poder acceder a la educación no presencial han sido dotados de recursos digitales, tales como PC, laptops, celulares y/o tabletas, que ayudan al trabajo académico, pero así, como la tecnología es



amigable para este tipo de trabajo, se ha convertido en un reto, porque al mismo tiempo que pueden estar en una sesión de clases virtuales vía algún aplicativo de videoconferencias, como es el caso de la Institución en mención se aplica el Zoom, para el trabajo, muchos de los estudiantes no encienden cámaras; porque esta acción hace que el fluido de la comunicación se vea perjudicado, también porque expone a los estudiantes sobre las condiciones de su hogar, motivo por el cual no es una exigencia; pero también ha permitido que muchos estudiantes hagan cosas paralelas durante el desarrollo de las actividades académicas, como entrar a Facebook para conversar, mirar sus perfiles o incluso ver vídeos y jugar en línea. En el primer semestre de la implementación del sistema no presencial, los padres de familia por el confinamiento decretado por el estado, han logrado hacer un seguimiento casi permanente a lo que hacían sus menores hijos, puesto que no solo los estudiantes hacían las clases virtuales; sino que también los padres de familia estaban presentes; pero a medida que el estado ha realizado la reactivación, y ha flexibilizado el estado de confinamiento, los padres de familia han debido regresar a sus actividades económicas para poder mantener los gastos y buscar el sustento familiar, dejando a sus hijos a un trabajo individual y sin acompañamiento; lo cual ha provocado que los estudiantes busquen formas de distraerse y pasar el tiempo como son el uso de los juegos online, redes sociales y youtube han sido visitados con mayor frecuencia, el problema es que lo han realizado en horarios de trabajo educativo.

El estrés provocado por una educación a la cual no estaban preparados, bajo los niveles de exigencia no claros es otro factor importante que se ha visto en esta educación en pandemia, debido a que el aprendizaje mediante las estrategias “Aprendo en casa” acompañada de actividades virtualizadas como actividades de trabajo, tareas en gran cantidad para sopesar la carencia que tiene el programa educativo brindado por el Minedu han hecho que los estudiantes se vean sobrecargados de deberes, sean perseguidos para enviar las tareas, que en algunos casos son con cortos tiempos para muchas actividades, logrando que sus preocupaciones aumenten y el estrés académico sea cada día mayor, logrando que en algunos estudiantes predomine la desmotivación por aprender, debido a la saturación de tareas, reconociendo que en la institución existen estudiantes con diversas capacidades, donde algunas están más desarrolladas que otras, lo cual ha generado que vean las actividades de aprendizaje, productos o evidencias como cosas no solo de gran demanda académica, sino que en otros casos la poca explicación de los mismos ha generado conflicto al realizar las actividades extensas o poco entendibles.

Considerando la afirmación podemos indicar que el estrés académico generado en esta educación bajo la modalidad no presencial ha generado crisis, al ser el proceso que mueve a



una persona a hacer alguna cosa, la cual puede verse influenciado por la existencia de la procrastinación, el cual es una gran preocupación, tanto para formadores como para padres de familia y los mismos estudiantes involucrados; lo que nos empuja a afrontar una amenaza futura. Un estrés bien conducido podría generar el mantenerse a un nivel moderado de alerta para los estudios propiciando el aumento de la productividad académica (rendimiento/desempeño) y la energía para afrontar las diversas tareas o retos diarios; pero su exacerbación del estrés podría ser contraproducente para los procesos educativos implementados, logrando el desinterés por el aprendizaje.

El Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, ubicado en la ciudad de Cusco, se caracteriza por su enfoque en la enseñanza de las ciencias y las matemáticas. Este enfoque riguroso y exigente puede generar ciertas dinámicas y presiones adicionales para los estudiantes. Es importante entender cómo la procrastinación y el estrés afectan a los estudiantes en este contexto específico.

La procrastinación se refiere al aplazamiento sistemático de tareas y actividades académicas. En el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, los estudiantes de 4to y 5to de secundaria pueden enfrentar este problema debido a la carga de trabajo intensiva y la complejidad de los contenidos curriculares. La presión por cumplir con las expectativas académicas puede llevar a los estudiantes a posponer tareas y proyectos, lo que podría tener un impacto negativo en su rendimiento.

El estrés académico es una respuesta emocional y física a las demandas y presiones del entorno académico. En el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, los estudiantes de estos grados pueden experimentar un alto nivel de estrés debido a la competencia entre pares, la preparación para exámenes rigurosos y la necesidad de mantener calificaciones sobresalientes. Este estrés puede afectar negativamente la salud mental y el bienestar de los estudiantes.

El estudio de la procrastinación y el estrés académico en este contexto específico es fundamental, ya que estos factores pueden tener un impacto directo en el desempeño académico, la salud mental y el bienestar de los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería. Comprender la magnitud del problema y sus causas permitirá a la institución y a los educadores tomar medidas preventivas y de apoyo para mejorar la experiencia de aprendizaje de los estudiantes.

Es posible que los altos estándares académicos, la competencia entre pares y la carga de trabajo intensiva en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería en Cusco contribuyan a



niveles significativos de procrastinación y estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria. Esta hipótesis será evaluada en el transcurso de este estudio.

La elección de los grados académicos 4to y 5to de secundaria del colegio matemático proyecto ingeniería específicamente se basa en varias consideraciones fundamentales. Estos se encuentran entre 15 y 17 años. Un período crítico en la vida académica de los estudiantes, ya que están en la etapa final de la educación secundaria y se preparan para ingresar a la educación superior o tomar decisiones importantes sobre su futuro educativo y profesional, les someten a pruebas de calificaciones finales que son determinantes para su futuro académico, esto incrementa la presión y el estrés que ellos pueden experimentar.

Así mismo es una etapa crítica puesto que al esforzarse a esta presión deben mantener un buen desempeño académico donde busca progresar centrado en ciencias y matemáticas, con evaluaciones continuas de manera semanal - diaria con actividades pedagógicas y evaluaciones para desarrollar, fomentar la elevada autoestima, inteligencia, competencias sociales, una firme formación académica, moral y emocional para que puedan llegar al éxito personal y profesional dentro de una sociedad cambiante. Ganar una cultura de conocimiento conforme con los ritmos de aprendizaje, incrementar inteligencia de análisis y reflexión crítico, invitar a la curiosidad en aprendizaje y aumentar las experiencias de comunicación.

Las experiencias de procrastinación y estrés académico en estos grados pueden tener un impacto significativo en el desempeño académico, la salud mental y el bienestar general de los estudiantes. Abordar estos problemas en estas etapas podría ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de afrontamiento y estrategias de gestión del tiempo que serán valiosas en la educación superior.

El problema de la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco en el año 2021 fue un desafío importante que requiere una comprensión más profunda y medidas adecuadas para abordar sus causas y consecuencias en este contexto educativo específico.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Qué relación existe entre la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?



1.2.2 Problemas específicos

1. ¿Cuál es el nivel de procrastinación que poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?
2. ¿Cuál es el nivel de estrés académico poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?
3. ¿Qué relación existe entre las dimensiones de la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?
4. ¿Qué relación existe entre la procrastinación con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?
5. ¿Cuál es el nivel de procrastinación que poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021 según edad?
6. ¿Cuál es el nivel de procrastinación que poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021 según sexo?

1.3 Justificación

En la actualidad el estrés estudiantil es uno de los temas más recientes y conflictivos que surge en el país y por lo tanto también en la ciudad del Cusco, en los últimos años ha incrementado dicha situación, por un lado tomando como directamente involucrados a los estudiantes de educación secundaria del último ciclo de formación, debido a que ellos no solo deben concertarse en el hecho mismo de aprender, sino que ya tienen que estar pensando en su carrera y a esto se suma la exigencia de los padres para responder a estudios, dejar de lado sus actividades personales para potenciar su aprendizaje y futuro ingreso a una casa de estudios superiores y provocando en ellos el querer escapar de esa realidad tan cruda, fuerte y con muchas obligaciones; siendo si medio de escape realizar acciones de procrastinación, donde dejan de la do por un momento (a veces periodos prolongados) el estrés de realizar actividades, ingresar a clases donde el docente no solo le brinda información sino que le da más actividades para reforzar su aprendizaje, sin tener en cuenta los intereses, se desarrolla más de una curso en la semana y que al final tiene mayor sobre carga de actividades, entonces el procrastinar se convierte en una salida para estudiante. El Presente estudio tiene como intención identificar como se desarrolla esta perspectiva para



luego proponer algunas acciones de ayuda para disminuir los índices de estrés en estudiantes.

La información que se obtuvo como consecuencia de esta presente investigación no solo servirá para ampliar nuestros conocimientos, sino también servirán de base para futuras investigaciones, proyectos y elaboración de programas que se realicen en la población estudiada, así misma información para profesionales inmersos en el tema, padres de familia y personal que trabajan en la Institución Educativa.

1.3.1 Conveniencia

La indagación es beneficiosa porque sirve para conocer la escala de procrastinación que presentan los escolares del nivel secundario del último ciclo de la Institución educativa y si esta posee alguna relación con el estrés académico identificado en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería.

1.3.2 Relevancia social

El presente trabajo de investigación es socialmente relevante puesto que servirá para conocer el nivel en el que se presenta la procrastinación y el estrés académico de los estudiantes del 4to y 5to del nivel secundario del Colegio Proyecto Ingeniería, siendo la información identifica un recursos para que los padres de familia y docentes puedan redirigir sus acciones para el adecuado aprendizaje de los estudiantes aprovechando los recursos, habilidades, capacidades e intereses que presenta la población objetivo. El uso de la tecnología y la alta demanda académica hoy están siendo vistos desde una nueva perspectiva motivo por el cual el estudio da información actualizada y de alta relevancia para la toma de decisiones de los actores inmersos en la actividad educativa para fomentar estrategias adecuadas para el logro de objetivos educativos presentes y futuros.

1.3.3 Implicancias prácticas

El presente trabajo de investigación ayuda a generar conciencia y conocimiento a los padres de familia, docentes apoderados y personas que concurren su entorno de cada estudiante con la finalidad de incentivar el seguimiento académico a los estudiantes de educación secundaria y evitar el estrés al cual son llevados por las estrategias de trabajo académico de los docentes y por las exigencias de los mismos padres.



1.3.4 Valor teórico

Con la presente investigación se tiene un mayor conocimiento sobre la procrastinación en estudiantes de Educación Secundaria y el estrés académico, y cuál es la relación que presentan ambas en la realidad educativa en la que nos desarrollamos el presente año.

1.3.5 Utilidad metodológica

En esta investigación se proporcionan dos instrumentos de recojo de información, los cuales otorgan información para conocer el nivel de procrastinación y cómo este se relaciona con el estrés académico de los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería.

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo general

Determinar la relación existente entre la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021

1.4.2 Objetivos específicos

1. Identificar el nivel de procrastinación poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021
2. Identificar el nivel de estrés académico que poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021
3. Determinar la relación que existe entre las dimensiones de la procrastinación con el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021
4. Determinar la relación que existe entre la procrastinación con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021
5. Identificar el nivel de procrastinación que poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio matemático Proyecto ingeniería Cusco -2021 según edad.
6. Identificar el nivel de procrastinación que poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio matemático Proyecto ingeniería Cusco -2021 según sexo.
7. Identificar el nivel de Estrés académico que poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según edad.



- 8 Identificar el nivel Estrés académico que poseen en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según sexo.

a. Delimitación de la investigación

i. Delimitación espacial

El ámbito de estudio de la presente investigación se realiza en estudiantes del 4to y 5to grado del nivel secundario del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021

ii. Delimitación temporal

La presente investigación se realiza en el año 2021, bajo la educación no presencial (virtual) por el estado de emergencia sanitaria nacional y mundial COVID 19.

iii. Delimitación geográfica

La investigación se realizó en el distrito de Wanchaq, Provincia y Departamento del Cusco.

b. Aspectos éticos

La presente investigación se realizó con el consentimiento de todos los padres, apoderados, profesores y estudiantes del último año del nivel secundario del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería. También se realizó la autorización correspondiente de la Institución Educativa cusqueña y el Código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú.



Capítulo II

Marco teórico

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Antecedentes internacionales

A. Janssen, J. (2019), realizó un estudio de investigación titulado “Procrastinación académica: Prevalencia entre la escuela secundaria, la Universidad, y relación con el éxito académico”, estudio realizado en la Universidad Pública de Georgia, Estados Unidos, siendo el objetivo principal del estudio fue establecer la relación de procrastinación académica que se da en estudiantes de nivel secundario con el logro académico de los estudiantes, siendo la técnica utilizada la de un diseño comparativo censal para determinar las respuestas a las preguntas de investigación, utilizando el instrumento denominado: Escala de Evaluación de Procrastinación- Estudiantes (PASS), el mismo que fue aplicado en la población objetivo de esta investigación, teniendo como resultado que según el grado, los estudiantes de educación secundaria y universitarios fueron procrastinadores en la mayoría del desarrollo del trabajo educativo, quiere decir que al mantenerse al día con la lectura semanal asignaciones los evaluados de secundaria tenían altos niveles de procrastinación, debido a la intención del trabajo; pero al escribir un trabajo final, o exámenes de suficiencia, estos niveles bajaron por el significado de estos trabajos para el reporte de notas. Llegando a la conclusión de que la procrastinación es un comportamiento de auto-discapacidad que ocurre cuando las personas retrasan completar una tarea que tienen la intención de completar, lo que podría conducir a una pérdida de productividad, un rendimiento deficiente y mayor estrés (Steel, 2007). Hay tres áreas que este estudio ha investigado: (a) el porcentaje de estudiantes universitarios y de secundaria que reportan por sí mismos la procrastinación académica, (b) la frecuencia de la procrastinación académica entre los estudiantes universitarios y de secundaria para las tareas académicas específicas de estudiar para exámenes, completar tareas de lectura, y redacción de artículos, y (c) la relación entre la procrastinación académica y el rendimiento de estudiantes de pregrado y bachillerato es inversamente proporcional.

B. Adewale, A. (2019). su estudio titulado “The impact of procrastination on students academic performance in secondary schools”, estudio realizado para la Facultad de Educación, Departamento de Fundamentos Educativos y Psicología de la Consejería, Universidad Estatal de Lagos, Nigeria; el cual propone como objetivo principal de investigación conocer el impacto de la procrastinación en el rendimiento académico de los



estudiantes en las escuelas secundarias, para ello se utilizó un tipo de estudio cuantitativo de tipo relacional, para dicho estudio utilizó la técnica de cuestionario a estudiantes y la revisión documental de reportes de notas de los estudiantes para establecer los niveles de las variables de estudio. El trabajo se desarrolló con una población de estudiantes de nivel secundario de una institución educativa pública; llegando a la conclusión de que la procrastinación es un acto en el que todos participan todos los días, independientemente de su situación en la vida. Todos, desde jóvenes estudiantes de secundaria hasta adultos que han estado fuera de la escuela por un tiempo participan en la procrastinación. Algunas personas dirían que es una forma de desviación porque por que la desviación desde su definición es "cualquier violación de las normas" y evitar lo que se debe hacer es una violación de normas. En el mundo actual la gente pospone muchas de sus tareas y actividades urgentes e importantes y las sustituyen por otras acciones distractoras que ocupan más su tiempo. Parece que la procrastinación es ahora más una norma social que una desviación que afecta a la sociedad en su conjunto.



2.1.2 Antecedentes nacionales

A. Atamari, J. y Alagon, M. (2020), en su trabajo titulado “Procrastinación en estudiantes de segundo grado de una I.E. de Abancay- 2020”, estudio realizado para la Universidad Autónoma de Ica, Facultad de Ciencias de la Salud, en la cual propone como objetivo principal del estudio determinar el nivel de procrastinación en estudiantes de segundo grado de secundaria de una I.E de Abancay-2020, habiendo aplicado un estudio de investigación desde el enfoque cuantitativo, El tipo de estudio es cuantitativo, de tipo básica, nivel descriptivo simple, de corte transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por 82 estudiantes de una I.E de Abancay -2020. La técnica que se utilizó fue la encuesta y el instrumento fue la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA). Concluyendo que se determinó que los estudiantes de segundo grado de secundaria de una I.E de Abancay presentan un 24,4% de procrastinación en nivel alto, 18,3% en nivel medio y un 57,3% en nivel bajo de procrastinación. En promedio las estudiantes de segundo grado presentan un nivel bajo de procrastinación

B. Gil, M. Y Serquén, v. (2019), en su estudio titulado “procrastinación y clima social escolar en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal”, trabajo realizado para la Universidad Señor de Sipán, Trujillo, propusieron que el objetivo principal de la investigación es dar a conocer como los indicadores de procrastinación se relacionan con las dimensiones del clima social escolar en estudiantes de secundaria, para lo cual se aplicó un estudio de investigación desde el enfoque cuantitativo, empleando un diseño descriptivo - correlacional; con 192 estudiantes de ambos sexos, de tercero y cuarto grado de secundaria de una institución educativa estatal del Distrito de José Leonardo Ortiz. Se utilizaron las escalas de procrastinación en adolescentes (EPA) de Arévalo y Cols (2011) y clima social escolar (CES) de R.H. Moos. La conclusión es que existe una correlación significativa entre la procrastinación y el clima social escolar, permitiendo explicar que a más desfavorable sea la percepción que tienen los estudiantes de su ambiente escolar, mayor será la probabilidad de que incurran en conductas de procrastinación. Se halló también significancia estadística entre los indicadores de la conducta procrastinadora y la dimensión relaciones del clima social escolar.

C. Buendía, S. (2020). En su estudio titulado “Procrastinación académica y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de lima”, estudio realizado para la Universidad Nacional Federico Villarreal, planteando como propósito principal del estudio analizar la relación entre Procrastinación Académica y Proyecto de vida



en un grupo de 243 estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa del distrito de Ate-Lima, para lo cual aplicó un estudio de nivel descriptivo y diseño correlacional; la población estuvo conformada por el total de alumnos de cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa del distrito de Ate, con edades comprendidas entre 14 y 18 años. Para la recolección de datos se utilizó como instrumentos: una encuesta sociodemográfica, la Escala de Procrastinación Académica (EPA; Busko, 1998) y la Escala de Evaluación del Proyecto de Vida (EEP; García, 2002). Llegando a la conclusión de que la procrastinación académica está inversamente relacionada con la construcción del proyecto de vida de un estudiante. Con respecto a la variable procrastinación académica, el 61.3% de los alumnos presentan dificultades para regular académicamente y el 53.5% suelen postergar sus tareas. Asimismo, el 33.7% de los alumnos presenta niveles altos en la construcción de sus proyectos de vida. No se hallaron diferencias significativas ($p = 0.676$) según género en la dimensión falta de autorregulación académica. No obstante, sí se encontraron diferencias en la dimensión postergación de actividades ($p = 0.046$). El género femenino presentó mejores puntajes en la construcción del proyecto de vida.

D. Alejos, R. (2019). En su estudio titulado “Estrés académico en estudiantes de secundaria en una institución educativa privada de San Juan de Lurigancho, 2019”, realizado en Lima – Perú, se estableció como objetivo de estudio principal determinar el nivel de estrés académico predominante en los estudiantes de secundaria en una institución educativa privada de San Juan de Lurigancho, estudio que utilizó el instrumento denominado Inventario SISCO de estrés académico de Barraza adaptado a la población peruana. La información fue procesada mediante paquetes estadísticos SPSS, estando la muestra integrada por 68 hombres (49%) y 72 mujeres (51%), tenían entre 12 y 17 años de edad, de primer a quinto año de educación secundaria.

E. Capcha, K Y Travezaño, A. (2019), en su estudio titulado “El estrés escolar y su influencia en los resultados del aprendizaje de los estudiantes del 4to grado de la I.E.I. 34002 “6 de diciembre” de Uliachin-Pasco, estudio realizado para la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión –Cerro de Pasco, quien estableció como objetivo principal del estudio determinar la relación entre el estrés escolar y los resultados del aprendizaje en los estudiantes del 4to grado de la Institución Educativa 6 de Diciembre de Uliachin, Pasco. Investigación básica en el nivel descriptivo correlacional desarrollada empleando el método científico y los métodos de análisis, síntesis, inducción y deducción, aplicando el diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional para su desarrollo, trabajándose con una muestra no probabilística formada por 19 estudiantes, a quienes se administró el Inventario SISCO de



estrés académico y el registro de calificaciones. Llegando a la conclusión de que se ha determinado que existe una correlación positiva media entre el estrés escolar y los resultados del aprendizaje en los estudiantes del 4to grado de la Institución Educativa Integrada “6 de diciembre” de Uliachin, Pasco siendo el nivel de estrés leve su impacto es media. Se ha identificado que los estresores que generan el estrés escolar en los estudiantes del 4to grado, son principalmente la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, el tiempo limitado para realizar el trabajo que piden los profesores y la competencia con los compañeros del grupo.

2.1.3 Antecedentes locales

A. Aragón, O. (2019), en su estudio titulado “” Predictores del rendimiento académico en cursos de inglés entre estudiantes de primer, segundo y tercer año de escuelas secundarias de instituciones educativas cusqueñas en el Divino Maestro 2018 ” Cómo afecta la procrastinación al rendimiento académico de estudiantes de primer , segundo y tercer año de cursos de inglés de la Institución Educativa Divino Maestro Cusco. El método fue de diseño descriptivo – causal por diseño, no experimental, de corte transversal, con una muestra total de 66 estudiantes, se utilizó una encuesta denominada “Escala de Procrastinación para Adolescentes” (EPA) del autor del Dr. Edmundo Arévalo Luna . A juzgar por los resultados de la investigación, la procrastinación no se relaciona significativamente con el rendimiento académico ($p=0,505$, $p=0,147$), infiriendo que cuando el rendimiento académico bajo, esta estructura de comportamiento no es un factor que influye en el rendimiento académico en absoluto. Lo que ocurre es en respuesta a diferentes circunstancias en el entorno de desarrollo del estudiante, que pueden ser de diferente naturaleza.

B. Condori, M y Cahuascano, Y (2019), en su estudio titulado “Layo Provincia de Cañas-Cusco-2019 Estrés Académico en Estudiantes de Secundaria de Instituciones Educativas Técnico Agropecuarias”, estudio realizado para la Universidad Privada Telesup, Facultad de Salud y Nutrición, Facultad de Psicología Profesional , determina el nivel académico estudió el estrés en estudiantes de educación secundaria de la Institución Provincial de Educación Técnica Agropecuaria del Rayo mediante un método cuantitativo que tiene un diseño no experimental , de tipo explicación descriptiva, y entre 268 estudiantes, la muestra fue el cuarto grado de secundaria “a” , grupos “b” y “c” y 111 estudiantes de quinto grado los grupos “a” y “b”; La herramienta de investigación es una encuesta estudiantil formalmente validada y revisada que presenta los niveles de estrés académico, concluyendo que 73.87% de los estudiantes presenta estrés académico promedio , 19.82% alto y 6.31% bajo ; estudiantes identificados El estresor académico con mayor incidencia fue el docente . evaluación



(exámenes, trabajos de investigación, etc.), ya que 33 estudiantes afirmaron que ésta siempre fue una fuente de estrés académico, mientras que 31 estudiantes casi siempre consideraron la evaluación docente como una fuente de estrés académico. Los docentes te preguntan (consulta de temas, hojas de trabajo, trabajos, mapas conceptuales, etc.) porque 23 estudiantes dijeron que siempre era una fuente de estrés académico, 37 casi siempre competencia con los compañeros del grupo porque 17 estudiantes dijeron que siempre era una presión académica, y casi siempre lo es.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 La procrastinación

La procrastinación es un comportamiento de auto-discapacidad que ocurre cuando las personas retrasan una tarea que tienen la intención de completar, lo que podría conducir a una pérdida de productividad, un rendimiento deficiente y mayor estrés (Steel, 2007). La procrastinación es un ser humano omnipresente; este comportamiento es tan significativo que sólo en 2010, se escribieron más de 100 libros nuevos sobre el tema. Aunque la procrastinación es una ocurrencia común, el comportamiento no se comprende completamente. La procrastinación académica se considera una forma específica de dominio de falla en la autorregulación.

2.2.1.1 Historia de la procrastinación

Los jeroglíficos egipcios antiguos demuestran que ya en 1400 a.C., la gente ya luchaba con aspectos de la gestión básica del tiempo. Dentro de sus manifestaciones escritas se tradujo un jeroglífico que dice: "Amigo, deja de posponer el trabajo y déjanos ir a casa en buen momento", (Konnikova, 2014). Seiscientos años después, en 800 a. C., el griego poeta Hesíodo declaró: "No dejes tu trabajo para mañana y pasado mañana tus quehaceres, porque lento el trabajador no llena su granero, ni el que pospone su trabajo" (Hesíodo, trad. 2008). En sociedades agrarias, si los agricultores demoran la recolección de sus cosechas para el invierno, la familia no tendría suficiente para comer y necesitaría la ayuda de otros para sobrevivir al invierno. Este fracaso en reunir sus cultivos impactaba negativamente a la comunidad y molestaban a los demás miembros del grupo (Ferrari, Johnson y McCown, 1995).

La historia demuestra con claridad las desventajas de la procrastinación no solo para una persona individual sino también la cual impacta negativamente en las sociedades. Además, la historia ilustra que a medida que la sociedad avanza, el impacto de la procrastinación es mayor a medida que aumenta el número de compromisos, plazos y distractores. Por lo tanto, la



historia sugiere que el impacto de la procrastinación se volverá más sustancial en el futuro debido a que la procrastinación es omnipresente.

2.2.1.2 Definición de procrastinación

Debido a que la procrastinación tiene orígenes atemporales y es un término de lenguaje común, los investigadores definen la procrastinación de muchas formas. Actualmente, no existe un absoluto consenso entre los investigadores para la definición de procrastinación porque diferentes investigadores destacan varios aspectos del comportamiento. Sin embargo, la definición ha evolucionado por lo que se ha alcanzado una comprensión más profunda de la procrastinación.

La palabra procrastinación deriva del vocablo latino “procrastinatus” y se divide en dos partes. La primera parte " pro " significa " adelante " y la segunda parte "crastinatus" significa "mañana" (Klein, 1971). Por tanto, procrastinar es dejar algo para mañana. Una definición comúnmente utilizada en la investigación sobre la procrastinación es “posponer hacer algo necesario para lograr algún objetivo” (Lay, 1986, p. 475). Algunas definiciones comunes adicionales son “La tendencia a retrasar o evitar por completo responsabilidades, decisiones o tareas que deben ser hechas” (Tuckman & Sexton, 1986, p. 503). Además, el Oxford English Dictionary define procrastinación como "la acción o hábito de posponer o postergar algo". Sin embargo, estas definiciones no son adecuadas porque una persona podría posponer una tarea sin tener intenciones de trabajar en la tarea. Por lo tanto, para excluir a las personas que no tienen la intención de completar una tarea la definición común para la procrastinación es "llegar lento o tarda en hacer algo que debería estar hecho; retrasar hacer algo para más adelante porque no quieres hacerlo, porque eres vago, etc. " (Diccionario Merriam-Webster, sin fecha). En otras palabras, procrastinación es posponer intencionalmente la realización de algo que debería hacerse. Por lo tanto, muchos investigadores incluyen en la definición el concepto de que una persona debe tener la intención de retrasar la realización de una tarea. Beswick y Mann (1994) afirmaron que “la procrastinación es cuando retrasamos el comienzo o completar un curso de acción previsto” (p. 391). Por tanto, esta definición es más completa pero aún no está completa.

La procrastinación no se puede definir simplemente como una persona que retrasa intencionalmente la realización de una tarea debido a personas que tienen diferentes percepciones con respecto al retraso (Van Eerde, 2003). Además, para una persona que tiene la intención de retrasar una tarea, otro componente de la definición es que la procrastinación es



de naturaleza "innecesaria" o evitable. Este concepto es necesario porque algunas personas retrasan completar una tarea a propósito para completar tareas más importantes. Así, cuando más las tareas importantes deben completarse retrasando el trabajo en tareas más pequeñas o menos importantes no se consideraría procrastinación. Cuando las personas retrasan la realización de las tareas más pequeñas, la persona está administrando su tiempo de manera eficiente. Un ejemplo de la procrastinación que se puede evitar es cuando una persona opta por retrasar la realización de una tarea importante con el fin de una mejor y menos favorable tarea importante como socializar con amigos

2.2.1.3 La forma clásica de procrastinación

La forma clásica de procrastinación ocurre cuando una persona elige trabajar en algo más agradable o menos importante que la tarea asignada. La persona que participa en esta forma de trabajo con frecuencia no reconoce esto como procrastinación porque él o ella está "obteniendo cosas", pero la persona aún no está completando la tarea asignada. Esta forma de procrastinación es cada vez más prevalente en la sociedad moderna (Steel, 2007). La explicación de su aumento en la sociedad actual es que las personas están sobrecargadas de tareas y desean una gratificación instantánea (Gruber & Koszegi, 2001); por lo que evitan trabajar en las tareas más importantes cuando la recompensa o el sentimiento de logro no es tan grande o inmediato, como cuando se realizan tareas más pequeñas (Kearns, Gardiner y Marshall, 2008). Además, cuando las metas están lejos, la gente se frustra porque no está segura de cómo lograrlas. Por lo tanto, las personas eligen naturalmente el camino de menor resistencia y prefieren trabajar en pequeñas tareas que no requieren tanto tiempo, planificación y / o energía como las tareas más importantes (Ferrari, 2010).

Aunque las personas que postergan las cosas entienden que este retraso resultará en consecuencias como la culpa y la vergüenza, se sienten mejor temporalmente; debido a que la procrastinación es un evento común. Según Park y Sperling (2012) quienes examinaron motivos y razones de las personas con una alta tendencia a procrastinar identificando que se hace uso de estrategias defensivas de auto-discapacidad, como evitar una tarea o establecer un nivel más bajo metas. Por lo tanto, las personas con altas tendencias a la procrastinación admitieron que no autorregulan efectivamente su comportamiento y no completaron su tarea de manera eficiente.

Las personas que tienen dificultades para retrasar la gratificación presentan problemas de procrastinación; por lo tanto, comprender el impacto de los déficits de autorregulación es



importante porque las personas que procrastinan exhiben fallas de autocontrol en numerosas áreas de sus vidas. Por ejemplo, los niños del estudio Marshmallow que fueron seguidos a través de la escuela secundaria, la universidad y hasta la edad adulta, a menudo postergaban las cosas cuando estaban expuestos a otras demandas como familias, hipotecas y empleos (Mischel & Ayduk, 2004).

2.2.1.4 Procrastinación académica

La procrastinación es un evento común y, a menudo, inevitable porque hay miles de posibles tareas que podríamos estar haciendo en cualquier momento. Sin embargo, se ha encontrado la procrastinación para ser específico del dominio académico. Los investigadores han identificado seis aspectos / dominios diferentes de la vida en los que las personas procrastinan: académico-laboral, rutinas-obligaciones diarias, salud, ocio, familia-pareja, y contactos sociales (Gröpel & Kuhl, 2006; Klingsleck, 2013). Cada dominio posee una tasa de prevalencia diferente con otros constructos, razones y consecuencias.

La presente investigación se centra específicamente en el dominio de la procrastinación académica. La procrastinación académica es el dominio de la procrastinación más investigado (Jorke, Thau, 2011). Esta forma de procrastinación situacional ocurre cuando una persona es pasiva en completar tareas relacionadas con el acto académico, como estudiar para un examen o hablar con un docente. Las personas que procrastinan académicamente pueden ser consciente o inconscientemente de que están participando en dicho comportamiento.

La definición más aceptada para la procrastinación académica es “Retrasar o aplazar intencionalmente el trabajo que debe completarse” (Schraw et al, 2007). Esta definición es similar a la que se ha propuesto para la procrastinación general en que incorpora los aspectos de la intención de retrasar, la falta de productividad y la evitabilidad, pero esta definición se relaciona con el dominio académico.

La procrastinación académica es similar a la procrastinación general en que se relaciona negativamente con autoeficacia y satisfacción con la vida y también positivamente relacionado con el estrés y la salud mental (Klingsleck, 2013).

Una de las razones más comunes por las que las personas postergan las tareas académicas es la aversión a la tarea en sí (Steel, 2007). Además, cuanto más aversiva sea la situación, más probable es que una persona postergará la tarea (Anderson, 2001; Briody, 1980; Froelich, 1987; Haycock, 1993). Por lo tanto, cuando una persona percibe una tarea como



desagradable o desagradable, será más común que esta persona pueda postergar la realización de dicha actividad (Blunt y Pychyl, 2000; Briody, 1980; Haycock, 1993; Strongman y Burt, 2000). Esto es particularmente más probable cuando la persona percibe que la tarea es aburrida, frustrante, difícil o forzada. Sin embargo, toda procrastinación académica no puede ser explicada simplemente debido a la aversión a la tarea. Es necesario considerar otros conceptos para entender el comportamiento.

2.2.1.5 Estilos y tipos de procrastinación

El acto de Procrastinar es humano; todo el mundo lo practica, cada vez con más frecuencia por la vida cada vez más ajetreada que llevamos. Es una respuesta genética de nuestro cerebro, que se niega a estar trabajando constantemente por el enorme gasto de energía que supone y, al mismo tiempo, se aburre si siempre hacemos las mismas cosas, o algo que no nos motiva. El problema es cuando abusamos de este comportamiento.

El psicólogo Neil Fiore, especialista en analizar los problemas más comunes de productividad, ha identificado diferentes formas de procrastinar. Es importante saber identificar por qué perdemos el tiempo para descubrir los motivos, y corregirlos:

1. El desmotivado. - Es el más común, cuando la tarea que tienes pendiente es aburrida o desagradable no tienes motivación para hacerla, y la pospones todo lo que puedes, incluso de forma inconsciente.
2. El perfeccionista. - Muchas personas que son perfeccionistas lo ven como una virtud, pero en realidad a veces significa que tienen miedo a ser juzgadas o que corrijan o detecte sus errores. Por eso nunca están satisfechos con el resultado de su trabajo, y pierden mucho tiempo en detalles insignificantes que no aportan nada. O bien siempre entregan las cosas a última hora. El mayor problema surge cuando te entra tanto pánico por no poder completar una tarea perfecta, que huyes de ella.
3. El impostor. - Este tipo de sujeto pospone o evita sus tareas porque cree que no va a estar a la altura, o no va a obtener buenos resultados. Es una respuesta natural de autodefensa, especialmente si tienes jefes difíciles de contentar. Se convierte en un problema cuando se termina aceptando con afirmaciones como “no se puede hacer nada”, y este tipo de procrastinación se convierte en crónico.
4. El abrumado. - Otro de los tipos de procrastinación más comunes. Lo sufren las personas que tienen mucho estrés o mucho trabajo pendiente. El cerebro argumenta que "hay mucho que hacer, no sé ni por dónde empezar, así que no hago nada".



Ocurre tanto en el trabajo como en los estudios, cuando los estudiantes tienen mucho que estudiar.

5. El apostador. - El apostador, también llamado el afortunado, cree que trabaja mejor bajo presión, así que lo deja todo para el último momento. Es una táctica arriesgada porque en más de una ocasión no le dará tiempo a terminar la tarea en las fechas acordadas.

2.2.1.6 Modelos de Procrastinación

Una forma sugiere que la procrastinación es el resultado de uno o más rasgos de personalidad bastante estables que hacen que los individuos procrastinan en muchos contextos o situaciones diferentes (Lay y Silverman, 1996; Milgram, Dangour, & Raviv, 1992; Saddler y Bulley, 1999).

El comportamiento de procrastinación académica del alumno está constantemente relacionado con procesos psicológicos, fuerzas sociales y cognitivas que dirigen el comportamiento del alumno. Comprender la relación entre la procrastinación académica y sus razones se centra en los principales enfoques teóricos del aplazamiento. Aunque sus explicaciones son diferentes, el término procrastinación es a menudo utilizado indistintamente en los enfoques teóricos. Dado que el concepto de comportamiento implica dimensiones psicológicas, cognitivas y conductuales, una comprensión de cada enfoque conducirá a pautas para direcciones futuras en la procrastinación académica las razones del comportamiento y sus posibles consecuencias.

A. Modelo psicodinámico

Para Baker, la teoría psicoanalítica y psicodinámica es la más antigua para explicar el comportamiento de manera general (Ferrari, Johnson y McCown, 1995), y hace referencia a que la procrastinación proviene desde la infancia; ya que, en esta etapa se juega un rol muy importante en el desarrollo de la personalidad del adulto y la influencia de los procesos mentales inconscientes y conflictos internos en la conducta. Freud (citado por Ferrari et al, 1995, p. 22) explicó que la acción de postergar está basada en el concepto de evitar tareas, y argumentó que la ansiedad sirve como una señal de advertencia para el ego, de acuerdo con



esto las tareas se evitan porque son una amenaza, y estas actividades peligrosas son difíciles de ejecutar. Por tanto, los orígenes de la procrastinación son relacionados con asuntos de inmadurez y rebeldía, Sommer (1990 citado por Ferrari y Díaz-Morales, 2007, p.93) señalaron que la procrastinación es muchas veces un acto de rebelión asociado a una figura paterna o materna (o de autoridad); por lo tanto, la procrastinación académica es vista como una transferencia inconsciente en la relación padre-hijo o en la relación maestro-alumno en un contexto educativo. El marco teórico del psicoanálisis y la teoría psicodinámica se basa en perspectivas y técnicas psicoanalíticas (así como en otras disciplinas), que han contribuido significativamente a nuestra comprensión de la procrastinación, las causas de este comportamiento y las dinámicas ocultas en la vida académica. Aunque muchos aspectos de la teoría de Freud ya no se aplican a enfoques más modernos para comprender el funcionamiento de la mente, un componente de la teoría y la técnica psicoanalíticas ha explicado científicamente la procrastinación en los estudiantes.

Los defensores del enfoque psicodinámico enfatizaron la importancia de las experiencias previas de la infancia y las técnicas parentales defectuosas en la probabilidad de que un individuo posponga las cosas. (Burka y Yuen, 1983; Ellis y Knaus, 1977).

B. Modelo Motivacional

Este es un modelo que promueve el éxito y se considera un indicador inmutable de que los sujetos cambian un curso de comportamiento para tener éxito en diversos aspectos de la vida. Por tanto, los sujetos eligen entre dos enfoques. Puedes creer en la victoria o tener miedo de no lograrla. El primero enfatiza factores motivacionales, y el segundo enfatiza la motivación para evitar contextos que el sujeto considera negativos. Cuando el miedo a no lograr una meta es generalizado, los sujetos dejarán de lado situaciones que son difíciles de lograr en favor de situaciones en las que saben que el éxito es seguro (Ferrari et al., 1995). De igual forma, los modelos motivacionales analizan la variable procrastinación, lo que permite identificar dos teorías. La primera se llama autodeterminación, que se refiere al sentimiento de libertad al hacer lo que uno decide hacer, y está compuesta por motivación intrínseca y extrínseca. De manera similar, existe evidencia de que la automotivación se asocia negativamente con la procrastinación académica. Esto significa que los estudiantes desmotivados tienen más probabilidades de dudar que los motivados.

La segunda es la teoría de las metas de desempeño. Esto se ha vuelto más prominente dentro de los marcos teóricos en las últimas décadas. Porque las metas de desempeño pueden



definirse como conductas dinámicas y competitivas basadas en el compromiso con una conducta asertiva, la activación de habilidades cognitivas, el afecto y el desarrollo. llevar a cabo sus tareas (Elliot, 1999, citado en Wolters, 2003, p. 182). Esta teoría apoya que la procrastinación tiene una característica autolimitante en los humanos.

C. Modelo Conductual

Skinner (1977, citado en Belmont, 1993, p. 160) propone un modelo conductual que establece que una conducta se mantiene si se repite y se sostiene mediante efectos de recompensa. Por tanto, según este modelo, la procrastinación es un hábito que realizan los sujetos al realizar tareas que suponen una gratificación a corto plazo. Esto hace que los estudiantes abandonen sus estudios ya que ofrece beneficios a largo plazo. Este comportamiento de procrastinación se ve reforzado implícitamente al recibir una “recompensa” a corto plazo (Ferrari y Emmons, 1995; citado en Chan, 2011, p. 54). Además, este modelo afirma que la procrastinación conduce al posterior abandono de actividades poco atractivas (Quant y Sánchez, 2012).

D. Modelo Cognitivo

Esta teoría sugiere que los procrastinadores tienen un procesamiento de información disfuncional y están constantemente pensando en sus acciones cuando procrastinan, lo que resulta en estructuras desadaptativas en su pensamiento, lo que sugiere que la procrastinación tiene connotaciones negativas de miedo a la imposibilidad y rechazo social. . ejecución de tareas (Wolters, 2003). Por otro lado, Wolters (2003) encontró que los sujetos exhibían pensamiento obsesivo cuando no lograban alcanzar una meta propuesta, y que sus actividades estaban mal desarrolladas debido a dificultades para planificar y organizar su tiempo (Stainton, Lay) y Flett, 2000. , citado en Wolters, 2003, p.182).

La teoría cognitivo-conductual enfatiza la cognición y el pensamiento de los individuos y explica cómo se desarrollan las personas y cómo pueden desarrollar trastornos mentales. La mayoría de las investigaciones sobre la procrastinación se centran en la influencia de las creencias irracionales en la procrastinación. Ellis y Knaus (1977) investigaron cómo el comportamiento y el entorno influyen en los individuos y si las creencias desempeñan un papel mediador profundo en esta relación.

Elis y Knaus (1977, p. 7) encontraron 11 pasos que parecen ser inevitables para los procrastinadores. Estos pasos son:



1. Deseando realizar una tarea,
2. Tomando la decisión de hacerlo,
3. Retrasar innecesariamente hacerlo,
4. Observando la desventaja,
5. Continuar posponiendo el trabajo en las tareas,
6. Reprendiéndose a sí mismo por la dilatación,
7. Continuar posponiendo las cosas,
8. Completar tareas en el último minuto o nunca completarlas.
9. Sentirse incómodo
10. Asegurarse de no volver a postergar las cosas y, por último,
11. Poco tiempo después, volver a procrastinar.

2.2.1.7 Variables asociadas con la procrastinación

La mayoría de los estudios se centran en los efectos de la asociación entre procrastinación y edad. Muchas investigaciones arrojaron que la edad no presenta diferencias significativas con los puntajes de procrastinación. Por otro lado, se investigó sobre la conexión de la procrastinación con la autoeficacia y la ansiedad donde no se encontró diferencias significativas en términos de edad y género. Por otro lado, hallazgos recientes sugieren que existe una diferencia significativa entre la edad y las razones auto informadas para la procrastinación. Watson (2001) investigó la relación entre la procrastinación y los cinco grandes factores de personalidad donde el estudio reveló que hay una diferencia significativa entre la edad y las razones auto informadas para el aplazamiento.

En una línea similar, Rothblum, Solomon y Murakami (1986) identificaron que la procrastinación se asocia negativamente con las calificaciones del curso. Además, los niveles más altos de los procrastinadores obtienen calificaciones más bajas en los exámenes finales y parciales en comparación con los no procrastinadores. (Tice y Baumeister 1997) En un discurso sobre la procrastinación dentro contexto académico la autorregulación y la motivación están asociadas con la procrastinación.

2.2.1.8 Factores que contribuyen a la procrastinación

2.2.1.8.1 Factores internos.

Locus de control. El locus de control se define como "el grado en que el individuo percibe que una recompensa se deriva de, o depende de, su propio comportamiento o atributos versus el grado en el que siente que la recompensa, la cual está controlada por fuerzas de sí



mismo y puede ocurrir independientemente de sus propias acciones” (Rotter, 1966, p. 1). Percibir un evento como eventual en el esfuerzo o la capacidad que marca un locus de control interno, mientras que percibirlo como dependiente de la suerte, el azar, el destino o el control de otros poderosos indica un locus de control externo. El locus de control tiene sus raíces en el aprendizaje social, teoría, que establece que cuando se refuerza una conducta, la expectativa de que esta conducta se refuerza de forma similar en el futuro; percibidos como fuera del control personal de uno, es menos probable que aumenten las expectativas de refuerzos futuros después de los éxitos que se perciben como dentro del propio control.

2.2.1.8.2 Factores externos

Los factores externos que contribuyen a la procrastinación son factores que se originan fuera de personas y que se asocian con una mayor probabilidad de procrastinación. Uno de los factores externos que se cree que contribuye a la procrastinación es el estilo de crianza. De acuerdo a Baumrind (1971), hay tres tipos de estilos de crianza: permisivo, autoritario y democrático. Los padres permisivos son cuidadores que exigen menos a sus niños que otros padres, y permiten que sus hijos regulen sus propias actividades cuanto más se pueda. Los padres autoritarios son cuidadores que tienden a ser muy directivos con sus hijos, y valoran la obediencia incondicional en el ejercicio de su autoridad sobre sus niños. Los padres democráticos son cuidadores que se encuentran entre estos dos extremos, y proporcionan una dirección clara y firme para sus hijos, pero la claridad disciplinaria está moderada por calidez, flexibilidad razonable y toma de decisiones en base a fundamentos claros.

2.2.2 El Estrés en las personas

La prosapia del fin estrés se encuentra en la voz distres, que significa en británico antiguo “amargura ya aflicción”; con el beneficio constante se ha licenciado la primera sílaba. Se prostitución de un progreso adaptativo y de emergencia, siendo fundamental para la supervivencia del gallo; éste jamás se considera un impacto en sí mismo, suerte que es el comisionado dinamo de las emociones. Por ende, el estrés es una sujeción entre el gallo y el ambiente, en la que el agarrado percibe en qué peso las demandas ambientales constituyen un lance para su bienestar, si exceden ya igualan su provecho para tocar a estas situaciones adversas (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003). Considerando esta preñez es ineludible enterarse que es mejor conservar entorno natural para conformarse estas situaciones en una fecha indicada, porque jamás se sabe en qué informes se puede venir.



El estrés es la respuesta del ser a una forma de alboroto excesiva y arraigado que se prolonga más lejos de las propias fuerzas. Se va a evidenciar a través de tres planos específicos: físico, psicológico y de conducta. Dicho de otra forma, lo que le ocurre al agarrado con estrés es que se sitúa en unas condiciones de hechos que le llevan continuamente al margen del agotamiento. Lleva acumulados un sobre esfuerzo subsistente, un alboroto emocional y/ya inmaterial fuerte, un ritmo lanzado de hechos, sin vigencia para nada. Aquí lo decisivo es la persona de hechos. Siempre abrumado, sobrepasado en las propias posibilidades, permanentemente desbordado, agobiado, sin un minuto libre, arrastrando un decaimiento crónico. No hay paz asequible para su trabajo, ora que intenta percibir simultáneamente a demasiadas exigencias inaplazables. La consecuencia es una hiperactividad incontenible, imparabile, que pretende aglomerarse a demasiadas cosas y que acaba por jamás frisar lo suficientemente atenta a todas y cada una de ellas las que se presentan en las actividades (Rojas, 2014). El viril con estrés vive en un alboroto subsistente porque está destinado a esas situaciones y esto afecta a la atmósfera de relaciones y familiares.

El estrés suele clasificarse, según su fuente, en las categorías de estrés culto y estrés laboral. El estrés culto se define como una hipersensibilidad de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos. Ha sido investigado en sujeción con variables como género, edad, profesión, estrategias de afrontamiento a las situaciones que se presentan en una vigencia determinada (Berrío García & Mazo Zea, 2011)

2.2.2.1 Estrés Académico

El engendro del estrés se lo suele glosar en indicación a una amplia variedad de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la efervescencia y otras sensaciones similares, como la desmesurada obstrucción escolar, lectivo ya de otra índole. Igualmente, se lo atribuye a situaciones de miedo, temor, angustia, pánico, vigor por inhibirse, rambla existencial, precipitación por inhibirse metas y propósitos, inutilidad de afrontamiento ya torpeza interrelacional en la socialización (Martínez Díaz & Díaz Gómez, 2007)

El estrés culto afecta a diversas situaciones de fase emocional, la sanidad física ya las amistades interpersonales, pudiendo espécimen vivenciadas de estado distinta por diferentes personas en el período del tiempo. A resquebrajar de la revisión de la educación sobre el estrés culto, podemos recordar en estos tres tipos principales de bártulos: en el carta conductual,



cognitivo y fisiológico. Dentro de cada único de estos tres tipos, encontramos a su oportunidad bártulos a temporal y dadivoso plazo. (Monzón, 2007)

Plano conductual, Según (Polo, Hernandez, & Pozo, 1996) estudiaron cómo la expresión de historia de los estudiantes se ve variado según se acerca el tiempo de exámenes convirtiéndose de este modo sus hábitos en insalubres excesos en el consumo de cafeína, tabaco, sustancias psicoactivas como excitantes e, incluso, en algunos casos, avituallamiento de tranquilizantes, lo que posteriormente, puede transportar al estafermo de trastornos de sanidad.

En la carta cognitiva, Smith y Ellsworth citados en (Muñoz, 2003) comprobaron que los patrones emocionales y de opinión de la sinceridad variaron sustancialmente desde un tiempo preparatorio a la ejecución de los exámenes incluso el término postrero al saber de las calificaciones.

Plano psicofisiológico, canción admisiblemente (NoRAE) amistades los trabajos que ponen de información la incidencia del estrés culto sobre problemas de sanidad; por ejemplo, Kiecolt-Glaser y colaboradores referido por (O, Salvador , & Benet , 2002)Informan de la eliminación de células T y de la acto de las células Natural Killers (NK) durante periodos de exámenes (situaciones percibidas como mucho estresantes) en estudiantes de Medicina. Estos cambios canción indicadores de un bache del sistema inmunitario y, por tanto, de una viejo vulnerabilidad del ser anta enfermedades.

2.2.2.2 Características del estrés

Seyle definió el síndrome de estrés, que también se conoce como síndrome de adaptación (G.A.S), que tiene tres fases: la etapa de alarma, la etapa de resistencia y etapa de agotamiento.

1. La etapa de alarma es donde el cuerpo reconoce algunas amenazas y la excitación fisiológica aumenta o se estabilizan cuando el cuerpo se adapta a los factores estresantes. (Gadzella y Masten, 2005).
2. En la etapa de resistencia, un individuo lucha contra la amenaza; es cuando un individuo no puede adaptarse a los factores estresantes, los recursos del cuerpo seguirán siendo grabados y conducen a la etapa de agotamiento.



3. En la etapa de agotamiento, ocurre cuando el estrés persiste durante un largo período de tiempo o cuando los recursos adaptativos necesarios para afrontar una situación peligrosa no son suficientes.

Los organismos pierden recursos y gradualmente (a veces repentinamente) pierden su capacidad de volverse activos. Intentar mantener la máxima activación a pesar de todo conducirá a una fatiga total, lo que repercutirá negativamente en el organismo. En determinadas circunstancias, los síndromes de adaptación pueden provocar úlceras de estómago, desarrollo de las glándulas suprarrenales y atrofia de los tejidos del sistema inmunológico.

2.2.2.3 Tipos del estrés

Selye (1976) describió dos tipos diferentes de estrés: Eustress (buen estrés) y angustia (mal estrés). Se afirma que tanto el estrés como la angustia pasan por las mismas fases en el síndrome de adaptación.

La eustress no tiene consecuencias negativas y es beneficiosa para las personas; el esfuerzo no lleva al cuerpo a la etapa de agotamiento y la persona aprende a adaptarse a la amenaza. La angustia tiene consecuencias negativas para el cuerpo y se considera que es dañino (Gadzella, Masten y Zascavage, 2009). Si uno no pudiera adaptarse al estrés y es lo suficientemente prolongado, la etapa de resistencia puede llevar a la etapa de agotamiento, donde los factores estresantes se convierten en angustia.

Si el estrés es eustress o angustia, es "cómo lo toma" el que determina, en última instancia, si uno puede adaptarse con éxito al cambio (Selye, 1976). Selye también

Afirma que "los efectos de los estresores dependen no tanto de lo que hacemos o de lo que nos sucede, sino en la forma en que los tomamos. Selye también sugiere que la forma en que percibimos un factor estresante determina si se convierte en eustress o angustia. El estrés está en nuestra vida diaria, donde muchos investigadores coinciden en dicha postura afirmando que el factor estresante más importante de las personas a diferentes edades es el estrés emocional.

2.2.2.4 Estrés de los estudiantes

El estrés es parte de la vida diaria de un estudiante, sobre todo en estudiantes de educación secundaria y superior (Universitaria y no universitaria); en dichos contextos son



muchos factores que contribuyen al estrés, haciendo una revisión bibliografía se encontró que algunos investigadores identifican que la depresión, la ansiedad y los trastornos afectivos estacionales serían predictores significativos del estrés de los estudiantes. También encontraron que las preocupaciones por un amigo o familiar con problemas, un conflicto percibido con una determinación de carrera futura, algún miembro del personal que está en las Instituciones educativas, uso frecuente de alcohol, dificultades para dormir y estudiantes que viven en casa con todos sus padres registraron más estrés. Jogaratnam y Buchanan (2004) encontraron que los estudiantes de tiempo completo tenían una mayor exposición a los factores estresantes, los estudiantes de último año experimentaron la mayor parte del estrés y el estrés disminuyó con los años primeros años de la escuela secundaria.

2.2.2.5 Diferencias de género.

Todos los estudiantes enfrentan estrés diario durante la etapa formativa en Educación Básica, pero cada persona experimenta el estrés de manera diferente. Los investigadores han encontrado diferencias en la forma como hombres y mujeres experimentan estrés. Dusselier, L., Dunn, B., Wang, Y., Shelley, M. & Whalen, D. (2005) encontraron que las mujeres experimentan más estrés que los hombres, pero también señalaron que las mujeres en su estudio se desempeñaron mejor académicamente que los hombres. Los investigadores sugirieron que "las mujeres tienen un rendimiento académico más sólido, también podría ser una señal del aumento de las mujeres con determinación para triunfar académicamente, lo que claramente podría dar lugar a un mayor nivel de estrés"(p. 27).

2.2.2.6 Fuentes de Estrés

Una fuente de estrés es cualquier situación o evento que pone en peligro, perturba o hace que las personas adapten su funcionamiento diario. Estas fuentes de estrés se denominan "factores estresantes". Estos factores estresantes son demandas del entorno interno o externo que perturban el equilibrio, afectando así la salud física y psicológica y requieren medidas para restablecer el equilibrio. Lo que es estresante para un individuo puede no serlo para otro; por ejemplo, faltar a algunas clases puede ser estresante para los estudiantes de primer año de colegio o secundaria, pero puede no ser estresante para otro estudiante dependiendo de su grado de expectativas. Tomar su examen final o sentarse en el tráfico de la hora punta no equivale a ser atacado por un León enojado, donde la alta excitación podría facilitar la pelea o los sentimientos. Los eventos catastróficos, los cambios importantes en la vida y las molestias diarias se consideran categorías principales de factores estresantes que crean demandas a las



que las personas deben adaptarse. Auerbach y Gramling (1998) identifican las catástrofes como una calamidad o desastre inesperado que pone en peligro la vida y que hace que las personas no puedan hacer frente a la situación; por ejemplo, las guerras, inundaciones, huracanes, incendios, terremotos, agresiones sexuales y tornados son catástrofes comunes. Los cambios importantes en la vida (por ejemplo, perder un trabajo, divorcio, enfermedad, muerte del cónyuge de un miembro de la familia y encarcelamiento de un pariente) pueden considerarse situaciones estresantes para todos los adultos. La mayor parte del estrés que experimentan las personas en su vida cotidiana es causada por problemas diarios. Las molestias también pueden verse como irritaciones, presiones y molestias que pueden no ser factores estresantes significativos por sí mismos, pero cuyos efectos acumulativos pueden ser significativos.

2.2.2.7 Efectos de Estrés

Un individuo puede tener pensamientos de ansiedad, dificultad para concentrarse o recordar, debido al estrés. También puede provocar cambios en el comportamiento de las personas, como morderse las uñas, respirar con dificultad, apretar los dientes y retorcerse las manos. Cuando las personas están estresadas, pueden sentir manos y pies fríos, mariposas en el estómago y, a veces, un aumento de la frecuencia cardíaca, que se consideran efectos fisiológicos comunes del estrés, que pueden estar relacionados con la emoción de la ansiedad (Auerbach y Gramling, 1998).

Las respuestas psicológicas al estrés generalmente ocurren juntas, principalmente cuando los factores estresantes se vuelven más intensos. Sin embargo, una categoría de respuestas al estrés puede influir en otras respuestas; por ejemplo, un dolor leve en el pecho puede provocar la respuesta de estrés psicológico de preocuparse por sufrir un ataque cardíaco. Las respuestas físicas pueden ser cuando una persona escapa de un accidente terrible o de algún otro evento aterrador, experimentará una respiración rápida, un aumento de los latidos del corazón, sudoración e incluso temblores un poco más tarde.

2.3 Hipótesis

2.3.1 Hipótesis General

Existe una relación directa y significativa entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021.



2.3.2 Hipótesis Específicas

1. Existe un nivel de Procrastinación alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021
2. Existe un nivel de estrés académico alto y significativo en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021.
3. Existe una relación directa y significativa entre las dimensiones de la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021
4. Existe una relación directa y significativa entre las dimensiones del estrés académico y la procrastinación en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021
5. Existe un nivel de Procrastinación alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según edad
6. Existe un nivel de Procrastinación alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según sexo
7. Existe un nivel de Estrés académico alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según edad
8. Existe un nivel de Estrés académico alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según sexo.

2.4 Variables

2.4.1 Definición de variables

V1: Procrastinación

Definición:

La Procrastinación es un comportamiento de auto-discapacidad que ocurre cuando las personas retrasan una tarea que tienen la intención de completar, lo que podría conducir a una pérdida de productividad, un rendimiento deficiente y mayor estrés (Steel, 2007).

V2: Estrés Académico

Definición:

Conjunto de demandas en la cual el contexto escolar somete al estudiante. Valoración cognitiva ante alguna situación que puede ser amenazante (Barraza, 2006).



2.4.2 Operacionalización de variables

Tabla 1. Operacionalización de variables

VARIABLE DE INVESTIGACIÓN	DIMENSIÓN	ÍTEMS / REACTIVOS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES Y RANGO
Variable 1 Procrastinación	Autorregulación académica	2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes. 3. Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior. 4. Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase. 5. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda 6. Asisto regularmente a clases. 7. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible. 10. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio 11. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido. 12. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio. 13. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra. 14. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.	<ul style="list-style-type: none"> ● Nunca (1) ● Casi Nunca (2) ● A veces (3) ● Casi Siempre (4) ● Siempre (5) 	Alto: 53 -80 Medio: 27 - 52 Bajo: 0 - 26
	Postergación de actividades	1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto 8. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan. 9. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan 15. Dejo para mañana lo que puedo hacer hoy. 16. Disfruto la mezcla de desafíos con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.		
Variable 2 Estrés académico	Estresores	4. Demasiadas tareas y trabajos académicos. 10. Poco tiempo para realizar los trabajos 3. La rivalidad con los compañeros de clase 5. La forma de ser y actuar del docente 6. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.) 8. No entiendo los temas que se abordan en la clase. 7. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) 9. Participar en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	1 – Nunca 2 - Rara vez 3 - Algunas veces 4 - Casi siempre 5 - Siempre	Bajo Nivel Promedio Bajo Promedio alto Alto nivel



VARIABLE DE INVESTIGACIÓN	DIMENSIÓN	ÍTEMS / REACTIVOS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES Y RANGO
		<p>Físicos</p> <p>11.Problemas para dormir (insomnio o pesadillas)</p> <p>12.Fatiga crónica (cansancio permanente)</p> <p>13.Dolores de cabeza o migraña</p> <p>14.Problemas de cabeza, dolor abdominal o diarrea</p> <p>15.Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.</p> <p>16.Somnolencia o mayor necesidad de dormir</p> <p>Psicológicos</p> <p>17.Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).</p> <p>18.Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).</p> <p>19.Ansiedad, angustia o desesperación.</p> <p>20.Problemas para concentrarse.</p> <p>21.Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.</p> <p>Reacciones comportamentales</p> <p>22.Conflictos o tendencia a discutir</p> <p>23.Aislarse de los demás.</p> <p>24.Desgano para realizar los trabajos escolares.</p> <p>25.Aumento o reducción del consumo de alimentos.</p> <p>26.Habilidad asertiva (expresar lo que deseo sin ofender a algún compañero de equipo)</p> <p>27.Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas</p> <p>28.Me brindo palabras de aliento o elogios.</p> <p>29.La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)</p> <p>30.Búsqueda de información sobre la situación</p> <p>31.Ventilación y confidencias (Le comento la situación a otros compañeros en busca de apoyo)</p>		
	Síntomas			
	Estrategias de afrontamiento			

Fuente: Elaboración propia



2.5 Definición de términos básicos

2.5.1 Procrastinación

La procrastinación es esencialmente el acto de posponer o posponer voluntariamente próximas obligaciones personales a pesar de conocer las consecuencias que implican. La prehistoria se remonta a la antigüedad. Desde una perspectiva mucho más reciente y actualizada del concepto Steel (2011), establece que los modelos teóricos y paradigmáticos que tradicionalmente se han usado para abordarlo deben ser revisados y complementados para lograr un mejor entendimiento del fenómeno y sus implicaciones en las distintas sociedades y contextos cambiantes.

2.5.2 Procrastinación académica

La procrastinación es el resultado de carencias en la autorregulación, que conduce al organismo a la aumento voluntariamente ya necesario sobre el arribada y efectución de las tareas ora actividades previstas, a agonía de enterarse las consecuencias negativas de postergar; asimismo, si en la jornada de la lozanía estos hábitos están instaurados, es decir, las conductas de procrastinación se mantienen, esto en la vida únicamente influye en su desempeño académico, sino, que a desprendido momento se verá reflejado en actividades familiares, sociales, laborales entre otras (Quant y Sánchez, 2012)

2.5.3 Estrés

Se puede definir el estrés como una enfermedad producto de una inadaptación a una sociedad competitiva, cambiante y provocado por el éxito o el fracaso, la salud o la enfermedad, la alegría o la tristeza, es decir, todo acontecimiento de la vida al que el organismo da una respuesta inadecuada. Es una sensación de incapacidad para asumir los retos que presenta la vida cotidiana, es decir que el entorno rebasa las posibilidades de respuesta de la persona, lo que causa una serie de reacciones de tipo fisiológico, cognitivo y psicomotor en la misma.

2.5.4 Estrés académico

Caldera, Pulido y Martínez (2007) definen el estrés académico como aquel resultante de las exigencias del entorno educativo. También se refiere al malestar que siente el estudiante por factores físicos y emocionales. Ya sea de naturaleza interaccional o debido a factores ambientales, puede ejercer una presión significativa



sobre la capacidad de un individuo para afrontar la situación escolar en relación con el rendimiento académico.

2.5.5 Postergación

Se considera postergación académica cuando se aplazan las tareas del contexto escolar, tanto académicas como administrativas, pero el acto de postergar no es un comportamiento que solo se encuentra en el área académica, sino, en diversas áreas que configuran a la persona en cualquier estado de su desarrollo.

2.5.6 Estresores

Los estresores son estímulos, condiciones o situaciones que generan estrés. Se pueden encontrar muchas situaciones estresantes y también muchas clasificaciones de las mismas.



Capítulo III

Metodología

3.1 Enfoque de la investigación

El presente estudio es un estudio cuantitativo ya que se recolectan los datos sobre procrastinación y estrés académico de los estudiantes de la Escuela de Matemáticas del Proyecto Ingeniería donde se realiza el estudio y se realiza el análisis para medir las variables de estudio, corresponde a un enfoque específico. Según (Hernández, Fernández, & Baptista, 2006), los enfoques cuantitativos se basan en mediciones numéricas y análisis estadísticos para recolectar datos para probar hipótesis, identificar patrones de comportamiento y probar teorías.

3.2 Tipo de Investigación

Este estudio es descriptivo y correlacional en el sentido de que no pretende cambiar las variables ni realizar cambios intencionales en las variables. Sólo nos fijamos en la situación y el contexto en el que se desarrolla la investigación. Se trata de un estudio del nivel de procrastinación que existe en cada estudiante, su relación con el estrés académico de cada estudiante y las consecuencias que tiene para la atención a corto plazo, en la etapa de educación básica de la institución educativa Colegio Matemático Proyecto Ingeniería. sólo para explicar la percepción. , de mediano a largo plazo.

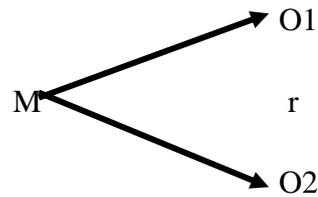
Según (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2006) define a los estudios correlacionales como “*Los estudios correlacionales miden las dos o más variables que se pretende ver si están o no relacionadas en los mismos sujetos y después se analiza la correlación.*”

3.3 Diseño de la investigación

El trabajo de investigación es de diseño no experimental – transversal; porque no se manipulan las variables, es decir, no se propiciarán cambios intencionales en las variables y solo se observan las situaciones en su contexto natural; así mismo el estudio es en un momento determinado, siendo esta la única medición sobre las variables de estudio. El diseño seleccionado tiene soporte teórico según Hernandez, Fernandez, & Baptista (2006) “Es aquel que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Se basa fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para después analizar los datos.”



El diseño de la investigación se observa de la siguiente manera:



Donde:

M : Muestra: Estudiantes de la Institución Educativa Colegio Matemático Proyecto Ingeniería

O1 : Procrastinación en Estudiantes del nivel secundario de 4to y 5to de secundaria en la Institución Educativa Colegio Matemático Proyecto Ingeniería

O2 : Estrés en Estudiantes del nivel secundario de 4to y 5to de secundaria en la Institución Educativa Colegio Matemático Proyecto Ingeniería

r : Relación entre la variable procrastinación y estrés académico en Estudiantes del nivel secundario de 4to y 5to de secundaria en la Institución Educativa Colegio Matemático Proyecto Ingeniería

3.4 Población

La población de estudio de la presente investigación son los estudiantes del nivel secundario de 4to y 5to de secundaria en la Institución Educativa Colegio Matemático Proyecto Ingeniería en la ciudad del Cusco.

3.5 Muestra

La muestra está comprendida por el total de la población de 54 estudiantes, del 4to y 5to de secundaria del colegio Matemático Proyecto Ingeniería. En este sentido Ramírez (1997) establece que la muestra censal es aquella donde todas las unidades de investigación son consideradas como muestra.

3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1 Técnica

Para un estudio adecuado se utilizará las técnicas siguientes:

FICHAJE:

Una vez cubierta la fase de selección y descarte, el investigador se enfrenta a la aplicación de la técnica de fichaje bibliográfico de contenido; mediante este procedimiento el investigador organiza de manera sistemática y ordenada toda la



información recolectada de un tema en particular al cual le confiere unidad y valor propio. Para el presente caso se considera:

- FICHA TÉCNICA INSTRUMENTO 01

Denominación: Escala Procrastinación Académica

Nombre Original: Escala de Procrastinación Académica en Universitarios (EPA).

- FICHA TÉCNICA INSTRUMENTO 02

Denominación: Inventario SISCO del estrés académico (Barraza, 2007)

Nombre Original: Inventario de estrés académico SISCO

ENCUESTAS:

Se entiende que una encuesta es un procedimiento por el que un investigador busca recolectar datos a través de un instrumento válido y confiable, sin alterar el ambiente ni el fenómeno donde se recoge la información, de tal forma que los datos recabados sobre las variables o variables de estudio son reales y sin variaciones. Aplicándose una encuesta cerrada cuyo instrumento es el cuestionario. (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2006)

Los instrumentos de medición empleados en esta investigación, a saber, la "Escala Procrastinación Académica" y el "Inventario SISCO del estrés académico," se han concebido en formato de encuestas estructuradas con el propósito de evaluar con precisión la procrastinación académica y el nivel de estrés experimentado por los sujetos de estudio. La "Escala Procrastinación Académica" aborda la tendencia de los individuos a aplazar sus tareas académicas, ofreciendo un enfoque sistemático para cuantificar este comportamiento. Por su parte, el "Inventario SISCO del estrés académico" permite una medición detallada del estrés asociado a los contextos educativos, a través de un conjunto de interrogantes cuidadosamente diseñadas. La implementación de estos instrumentos proporciona un marco científico y riguroso para la recopilación de datos cuantitativos, fundamentales en el análisis y la comprensión de la procrastinación académica y el estrés académico en el ámbito de esta investigación.



3.6.2 Instrumento

Para un estudio adecuado se utilizarán los instrumentos siguientes:

Fichas Bibliográficas

Fichas textuales o Directas: son aquellas transcriben exactamente el pensamiento del autor, sin alterar el contenido del autor ni parafrasear el texto original. Se utiliza cuando se copia un párrafo o concepto emitido por el autor. Para indicar que es la cita textual, se colocan comillas al principio y al final del texto copiado.

Fichas de Resumen o indirectas: también conocidas como ficha paráfrasis. Son aquellas del pensamiento del autor y elabora con sus propias palabras. Se transcribe e interpreta en forma sintética el pensamiento del autor, sin copiarlos textualmente; no se utilizan comillas.

Cuestionario:

Un cuestionario es aquel que plantea una serie de preguntas para extraer determinada información de un grupo de personas; este instrumento permite recolectar información y datos para su tabulación, clasificación, descripción y análisis en un estudio o investigación. En este sentido, los cuestionarios pueden usarse como instrumentos de recolección de datos, o como herramienta de evaluación en el ámbito escolar. Las preguntas de los cuestionarios deben estar redactadas de forma clara, coherente, y organizadas, estructuradas y secuenciadas según el objetivo del cuestionario.

FICHA TÉCNICA INSTRUMENTO 01

Denominación: Escala Procrastinación Académica

Nombre Original: Escala de Procrastinación Académica en Universitarios (EPA).

Año: 1998.

Autor: Anne Busko (1998).

Adaptación: Sergio Domínguez, Sharon Centeno & Graciela Villegas (2014).

Administración: Individual o colectiva

Duración: 15 a 20 minutos aproximadamente

Adaptación: Álvarez, (2010) fue la primera persona en adaptar y traducir la escala de Procrastinación académica del inglés al español hablado en Perú fue aplicado en una comunidad estudiantil de secundaria, contando con 16 ítems y dos dimensiones (autorregulación académica y postergación de actividades). Por otro lado, Domínguez et al., (2014) realizó una validación de la misma escala con la diferencia que la muestra



fueron estudiantes universitarios, contando solo con 16 ítems y dos dimensiones (autorregulación académica y postergación de actividades). En el trabajo se ha utilizado la escala construida por Álvarez (2010) en función a la población objetivo del presente estudio.

Significación:

El instrumento utilizado en el estudio fue la Escala de Procrastinación Académica desarrollada por Busko (1998). Consta de 16 ítems y 5 opciones de respuesta (nunca, rara vez, a veces, casi siempre y siempre). Estos se califican mediante una escala Likert de 5 puntos. Tiene confiabilidad con el coeficiente alfa de Cronbach de 0,86. La adaptación española de Álvarez (2010) tiene fiabilidad con un coeficiente alfa de Cronbach de 0,80. La gestión de la escala se puede realizar de forma individual o colaborativa. Las encuestas suelen tardar entre 8 y 12 minutos en completarse, pero el tiempo total no excederá los 17 minutos. Esto permite evaluar de forma fiable las tendencias a la procrastinación académica

Validez y confiabilidad:

En lo que concierne con la validez Álvarez (2010) realizó un análisis factorial exploratorio, además se Nombre de la prueba se realizó un análisis descriptivo de puntajes y matriz de correlaciones de Pearson teniendo como norte desechar la vida de multicolinealidad. En ligadura a los ítems la disección gráfica presenta indicadores de irregularidad y curtosis adecuados, interiormente del rango +/- 1.5 jamás presentó puntajes extremos y de multicolinealidad. Posteriormente los ítems presentaban la apta proximidad para ejecutar la disección factorial, se obtuvo la matriz de correlaciones significativas ($p < .01$) demostrando la Inter proximidad de los ítems.

Respecto a la confiabilidad cada subescala midió mediante el alfa de cronbach, adquiriendo un índice de .821 (IC al 95%; .793; .847) para el punto autorregulación académica y .752 (IC al 95%; .705; .792) para postergación de actividades. La confiabilidad de los factores fue medida por el coeficiente omega, obteniendo .829 para el punto autorregulación académica y .794 para el factor postergación de actividades.

Baremos del instrumento

Respecto a la corrección de los factores el factor 1 (autorregulación académica), debe corregirse en escala invertida, mientras más alto sea el puntaje, la autorregulación académica es menor. Por otro lado, al factor 2 (postergación de actividades) si la person



puntuación alta mayor será su tendencia a postergar. Los baremos de la Escala de Procrastinación son los siguientes:

Tabla 2. *Baremos del instrumento de medición*

Niveles	<u>Autorregulación académica</u>	<u>Postergación de actividades</u>
Bajo	9 a 26	3 a 6
Medio	27 a 35	7 a 9
Alto	36 a 72	10 a más

Fuente: Domínguez, (2017)



FICHA TÉCNICA INSTRUMENTO 02

Denominación: Inventario SISCO del estrés académico (Barraza, 2007)

Nombre Original: Inventario de estrés académico SISCO

Año: 2007.

Autor: Arturo Barraza.

Administración: Individual o colectiva.

Duración: 15 minutos.

Aplicación: Estudiantes.

Puntuación: Cada opción admite una puntuación del 1 al 5.

Significación: Este inventario está compuesto por cinco apartados. Los 31 ítems están distribuidos de la siguiente manera: Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (sí - no), permite determinar si el encuestado es candidato para responder la prueba, un ítem que permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico, mediante alternativas con escalamiento tipo Likert, al igual que los ítems restantes, ocho ítems que permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores. Quince ítems que permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor, distribuidos según las dimensiones: reacciones físicas, psicológicas y comportamentales y seis ítems que permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento (Barraza, 2007).

Validez y confiabilidad

Se obtuvo una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.90. Donde según García (2006) y Hogan (2004) citados en Barraza (2007), los niveles de confiabilidad son valorados como muy buenos o elevados. Por otro lado, para comprobar la validez del instrumento el autor confirmó la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems del inventario mediante el análisis de grupos contrastados y de consistencia interna. (Barraza, 2007)

Validez y confiabilidad de la prueba piloto:

Para esta investigación se realizó una prueba piloto a 30 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco, que no son parte de la muestra de trabajo, para de esta forma identificar la validez de ítems a través del índice de homogeneidad, además se utilizó el Alpha de Cronbach para obtener la confiabilidad evaluado por el método de consistencia interna obteniendo un índice de .87, de un número de 30 elementos.



Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N elementos
0,842	30

3.7 Validez y confiabilidad de instrumentos

Para la presente investigación se realizó la validez del instrumento el cual se refiere al grado en que el instrumento mide aquello que pretende medir: y la fiabilidad de la consistencia interna del instrumento se puede estimar con el alfa de Cronbach. La medida de la fiabilidad mediante el alfa de Cronbach asume que los ítems (medidos en escala tipo Likert) miden un mismo constructo y que están altamente correlacionados (Welch & Comer, 1988)

Como criterio general, George y Mallery (2003, p. 231) sugieren las recomendaciones siguientes para evaluar los coeficientes de alfa de Cronbach:

Coeficiente alfa $>.9$ es excelente

Coeficiente alfa $>.8$ es bueno

Coeficiente alfa $>.7$ es aceptable

Coeficiente alfa $>.6$ es cuestionable

Coeficiente alfa $>.5$ es pobre

Valoraciones de los autores:

3.8 Plan de análisis de datos

Para realizar la exploración se comenzó solicitando los permisos correspondientes de la Universidad Andina del Cusco, asimismo de los estudiantes que serán encuestados, una vez recolectada la información, se vaciaron los datos, se ordenaron y sistematizaron para su respectivo procesamiento, en ese sentido el análisis descriptivo se podrá llevar a cabo a través de la generación de gráficos, niveles, frecuencias y porcentajes. Se usó los métodos que ofrece la estadística que ayudan a describir un conjunto de datos y el software estadístico SPSS. Los datos se resumieron y describieron mediante estadísticas descriptivas, que incluyen formas de cuantificar datos para el estudio, se ha desarrollado siguiendo un enfoque científico y psicológico. Para cada objetivo general y específico, se ha empleado una metodología que combina estadística descriptiva e inferencial con el propósito de evaluar las tendencias y relaciones, en base a los resultados obtenidos.



Este plan de análisis de datos sigue un enfoque sistemático y riguroso para abordar la pesquisa sobre procrastinación y estrés académico en el contexto del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería en Cusco. El marco científico y psicológico ha sido fundamental en la selección y aplicación de estas técnicas estadísticas, asegurando que el análisis de datos refleje de manera precisa en el contexto mencionado. Complementariamente se utilizó el programa SPSS 23, que permite el desempeño con rigurosidad de los datos dentro de un entorno científico para la demostración de las hipótesis propuestas a partir de los objetivos de investigación. (Castañeda & Cabrera, 2010)



Capítulo IV

Resultados de la Investigación

4.1 Resultados respecto al objetivo Específicos

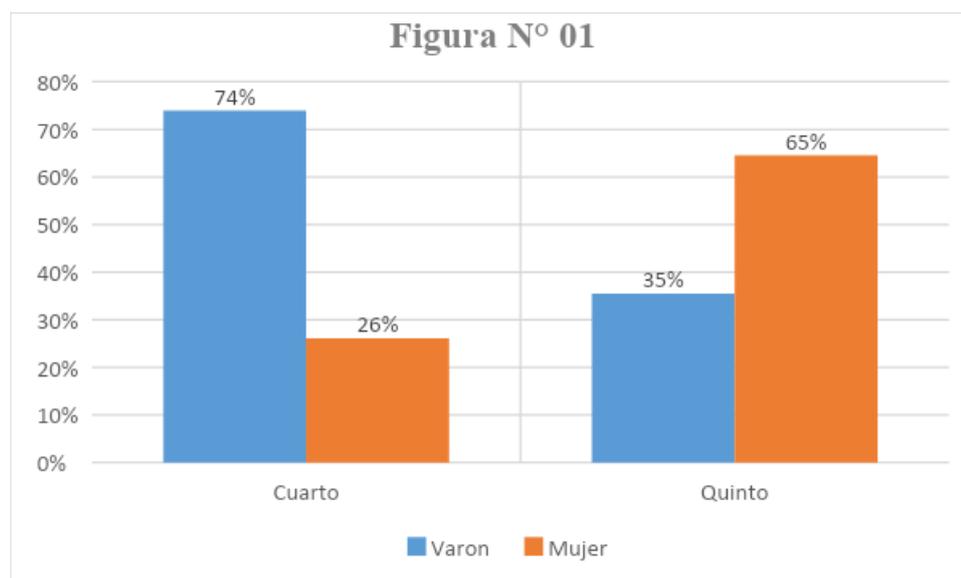
A continuación, se presenta los resultados específicos hallados de acuerdo a la aplicación de los instrumentos de recolección de información, se inicia en la identificación de estudiantes distribuidos por género masculino y femenino, información que replicara resultados con mayor profundidad en el transcurso de la obtención de datos, progresivamente en cumplimiento de los objetivos de investigación tanto general como específicos. Se inicia el análisis de datos partiendo de los objetivos específicos y culminando con la comprobación de datos para el objetivo general.

Tabla 1. Resultados sobre el género de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021.

Valor	Cuarto		Quinto	
	Fi	%	Fi	%
Varón	17	74%	11	35%
Mujer	06	26%	20	65%
	23	100%	23	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 1: Resultados sobre el género de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021



Fuente: Elaboración propia



Interpretación:

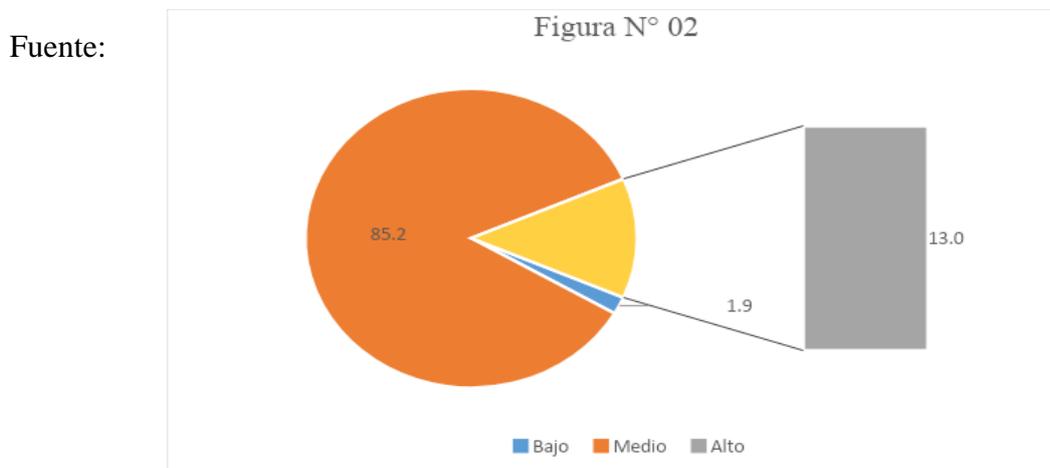
La figura N° 01, nos muestra que la distribución de estudiantes según género en el 4to grado de secundaria es de forma muy heterogénea, siendo los estudiantes de género masculino el mayor porcentaje (74%) y las mujeres son la parte minoritaria, fenómeno que se invierte en el quinto de secundaria, siendo la mayor cantidad las estudiantes de género femenino (65%) y los varones en este grado son el grupo minoritario. En la institución educativa en mención, no existen salones que tengan cantidades iguales entre varones y mujeres, siendo esta una cantidad que año a año cambia o se modifica según los aspectos de matrícula, traslados y retiros.

Tabla 2. Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

Resultados de la Procrastinación					
Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
Válidos	Bajo	1	1,9	1,9	1,9
	Medio	46	85,2	85,2	87,0
	Alto	7	13,0	13,0	100,0
Total	54	100,0	100,0		

Fuente: Escala Procrastinación Académica aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Figura 2: Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021



Elaboración propia



Interpretación:

En la figura N° 02, se observa la cantidad de estudiantes con un aplazamiento constante en sus actividades el cual corresponde a un 13.0 % de los estudiantes participantes de la investigación, siendo este porcentaje no tan amplio como se había pensado de acuerdo a las características de los estudiantes, pero aun así este valor es muy significativo, debido a que se evidencia que existen estudiantes con altos niveles de Procrastinación, los cuales se han puesto en evidencia gracias al instrumento aplicado. La mayoría de la muestra del estudio tuvo un nivel moderado de procrastinación (85,2%), lo que significa que los estudiantes tienen tendencias de procrastinación a corto plazo, como abandonar una tarea para otra oportunidad en lugar de comprometerse con ella permanentemente. Sugiere que los estudiantes exhiben algunas características de procrastinadores. Horario, etc. Por permisividad de los padres, el estudiante no cumplió con sus responsabilidades dentro del tiempo especificado, siempre dejando las actividades para último momento consolidado así el hábito de hacer las cosas a última hora, con plagio y trabajo de baja calidad; y por último solo el 1.9 %, lo que representa a un estudiante que no tiene ninguna característica de procrastinador, evidenciando que su forma de trabajo es la más adecuada y que en el paso de los años ha consolidado hábitos de responsabilidad para su estudio.

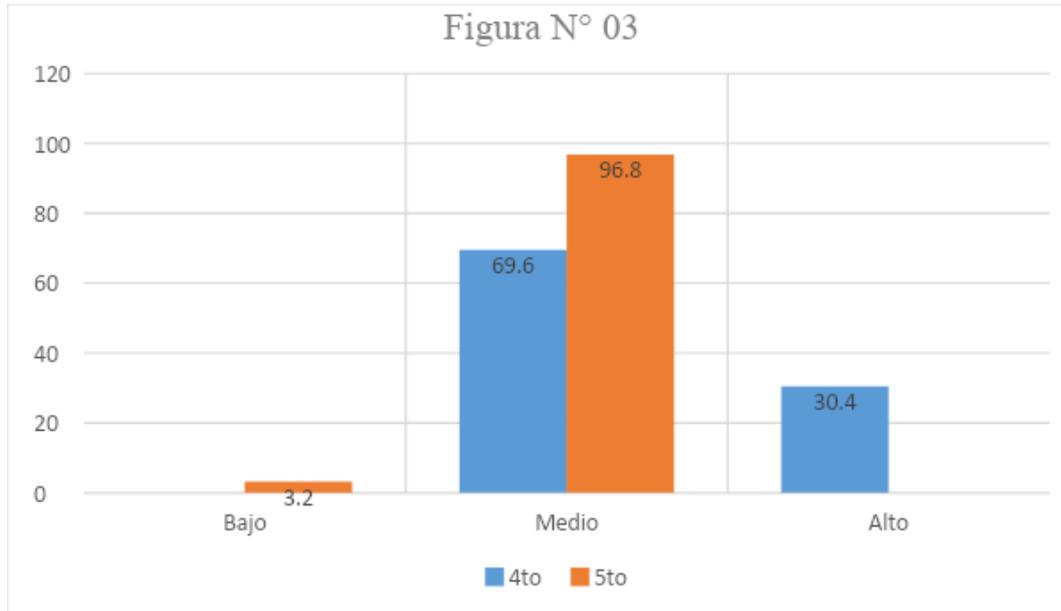
Tabla 3. Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 Resultado por grado

Resultado por grado							
4to de Secundaria				5to de Secundaria			
			Porcentaje			Porcentaje	
Válidos	Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
	Bajo	0	0	0	1	3.2	3.2
	Medio	16	69.6	69.6	30	96.8	100.0
	Alto	7	30.4	100.0	0.0	0.0	0.0
	Total	23	100.0		31	100.0	100



Fuente: Escala Procrastinación Académica aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

Figura 3: Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, por grado



Fuente: Elaboración propia

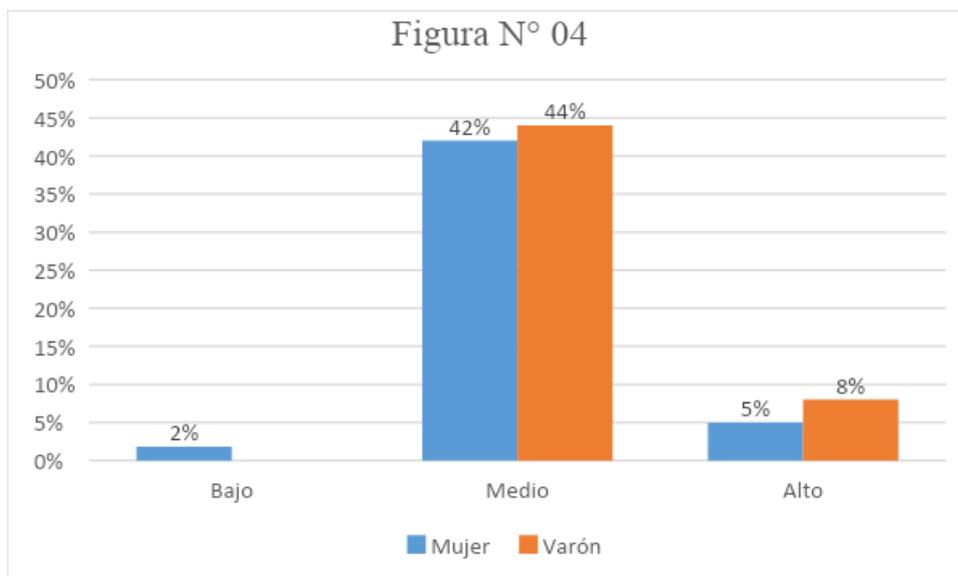
En la figura N° 03 se puede observar que los estudiantes con mayor niveles de Procrastinación son los de 4to de secundaria (30.4%) a comparación de los estudiantes de 5to de secundaria (0.0%), identificando que siendo un grado donde los estudiantes aún están definiendo sus intenciones futuras para sus estudios superiores, y por el contrario los estudiantes de 5to de secundaria están ahora preocupados por organizar sus tiempos; porque muchos de ellos están preparándose paralelamente en este grado en algunas instituciones pre universitarias y/o con profesores particulares, lo que exige que estos sean organizados para lograr los objetivos que se están proponiendo a futuro de corto y mediano alcance, como es el ingreso a la Universidad (Pública o Privada), y el logro de una profesión que le sea favorable para contar con una vida digna, segura y cómoda dentro de los cánones actuales de vida digna.

Tabla 4. Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, según sexo

Tabla de contingencia Procrastinación * Sexo							
Recuento		Sexo				Total	
		Mujer		Varón		Frecuencia	%
Procrastinación	Bajo	1	2%	0	0%	1	2%
	Medio	23	43%	23	43%	46	85%
	Alto	2	4%	5	9%	7	13%
Total		26	48%	28	52%	54	100%

Fuente: Escala Procrastinación Académica aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Figura 4: Resultados específicos sobre el nivel de Procrastinación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, según sexo



Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura N° 04, se aprecia que el nivel de Procrastinación son casi homogéneos entre jóvenes y señoritas cuando describimos los niveles de procrastinación medios, los cuales cuentan con muchas actitudes procrastinadoras, lo que se aprecia la distribución de porcentajes



(42% varones y 44% mujeres), así mismo en cuanto a la procrastinación alta los varones poseen un mayor nivel de alta Procrastinación (8%) a consecuencia de la propia naturaleza de su desarrollo el nivel de maduración mental en el cual se encuentran y los distractores propios de la edad, a comparación de los estudiantes mujeres (5%) las cuales presentan mayores niveles de madurez pero siempre están influenciadas por los distractores que perjudica su trabajo enfocado sobre lo que debe hacer, así mismo de toda la muestra de trabajo solo una estudiante (2%) posee niveles bajos de Procrastinación o sin procrastinación, afirmado con ello que en esta etapa de estudio los varones poseen más predisposición por dejar de lado las cosas importantes y urgentes por algunas actividades distractoras, recreativas o de poca o nula importancia.

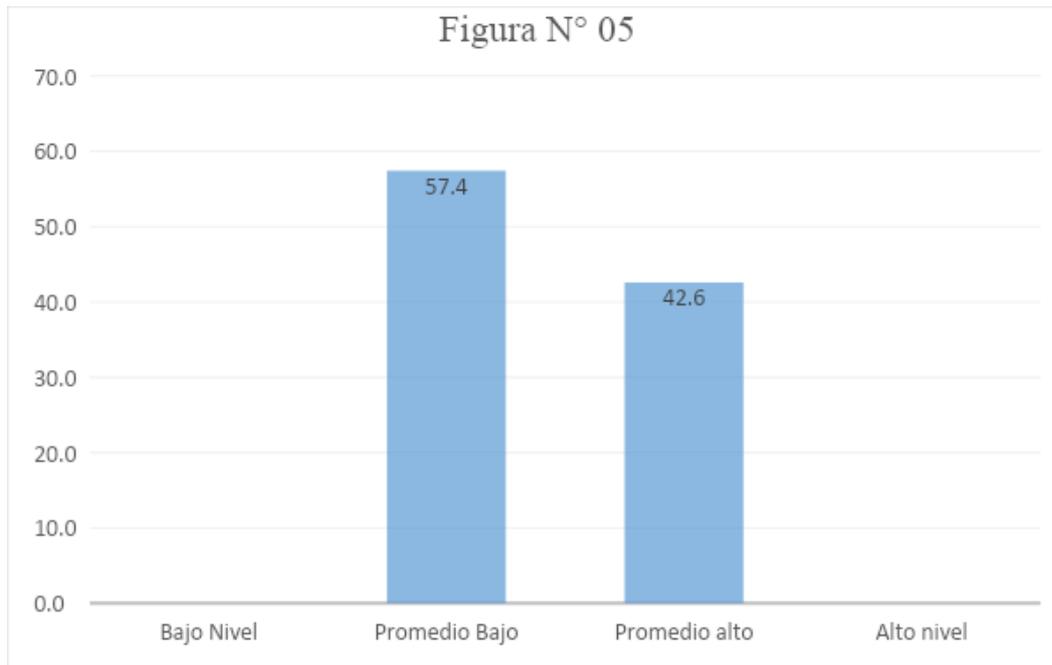
Tabla 5. Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Resultados de Estrés Académico					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Bajo Nivel	0	0.0	0.0	0.0
Válidos	Promedio	31	57.4	57.4	57.4
	Bajo Promedio	23	42.6	42.6	100.0
	alto				
	Alto nivel	0	0.0	0.0	100.0
	Total	54	100.0	100.0	100

Fuente: Inventario SISCO del estrés académico aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021



Figura 5: Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021



Interpretación:

En la figura N° 05, se puede identificar que el mayor porcentaje está contemplado en el nivel de promedio bajo (57.4 %) o también podríamos decir que es el nivel donde los estudiantes consideran que el estrés es regular, debido a que los puntajes indican que estos estudiantes, si sienten estrés por diferentes condiciones que se presentan en su aprendizaje durante el periodo académico en mención, pero que estos son llevaderos; por otro lado el porcentaje de estudiantes indican que se poseen un nivel de estrés alto (42.6 %), a comparación del nivel siguiente, este indica que los estudiantes trabajan con muchas condiciones estresantes, aunque no son niveles alarmantes, este nos hace pensar que existe la condición de ser unos de los últimos años de su formación escolar hace que se presente dicho estrés con mayor frecuencia, por ser propios de la elección de la carrera o de la misma exigencia de los estudiantes para sus estudios futuros.

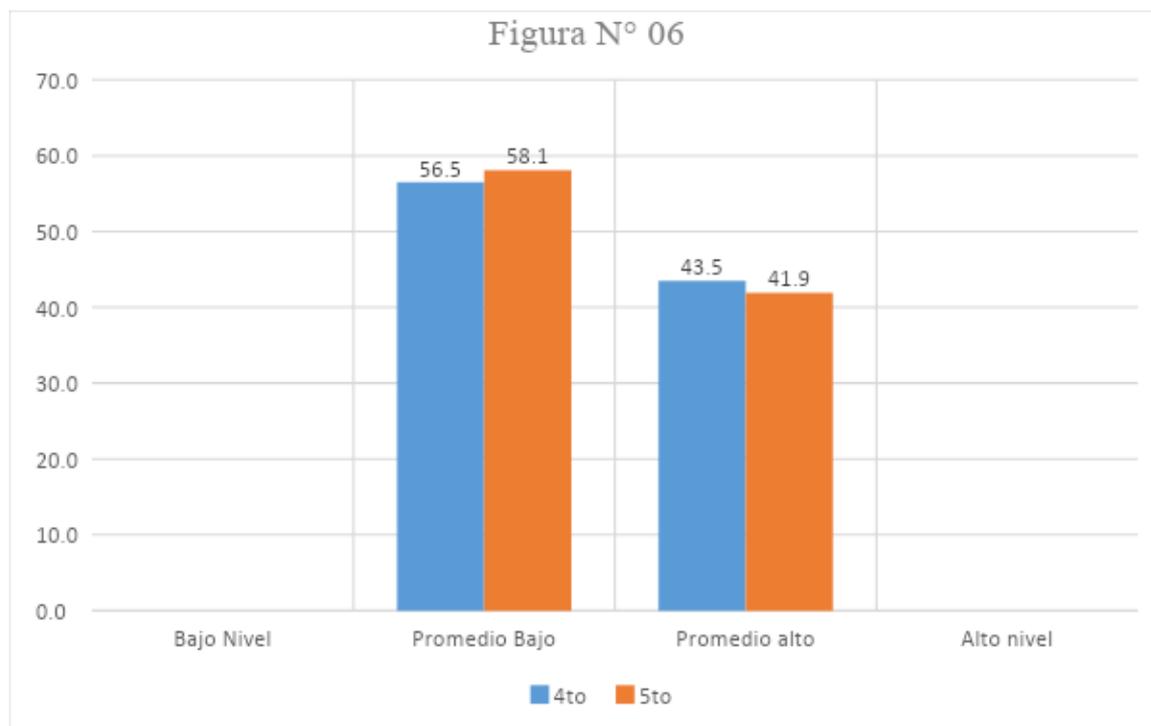


Tabla 06: Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, por grado

		Resultado por grado					
		4to secundaria			5to secundaria		
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válidos	Bajo Nivel	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
	Promedio Bajo	13	56.5	56.5	18	58.1	58.1
	Promedio alto	10	43.5	100.0	13	41.9	100.0
	Alto nivel	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0
	Total	23	100.0		31	100.0	

Fuente: Inventario SISCO del estrés académico aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Figura 06: Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, por grado



Fuente: Elaboración propia



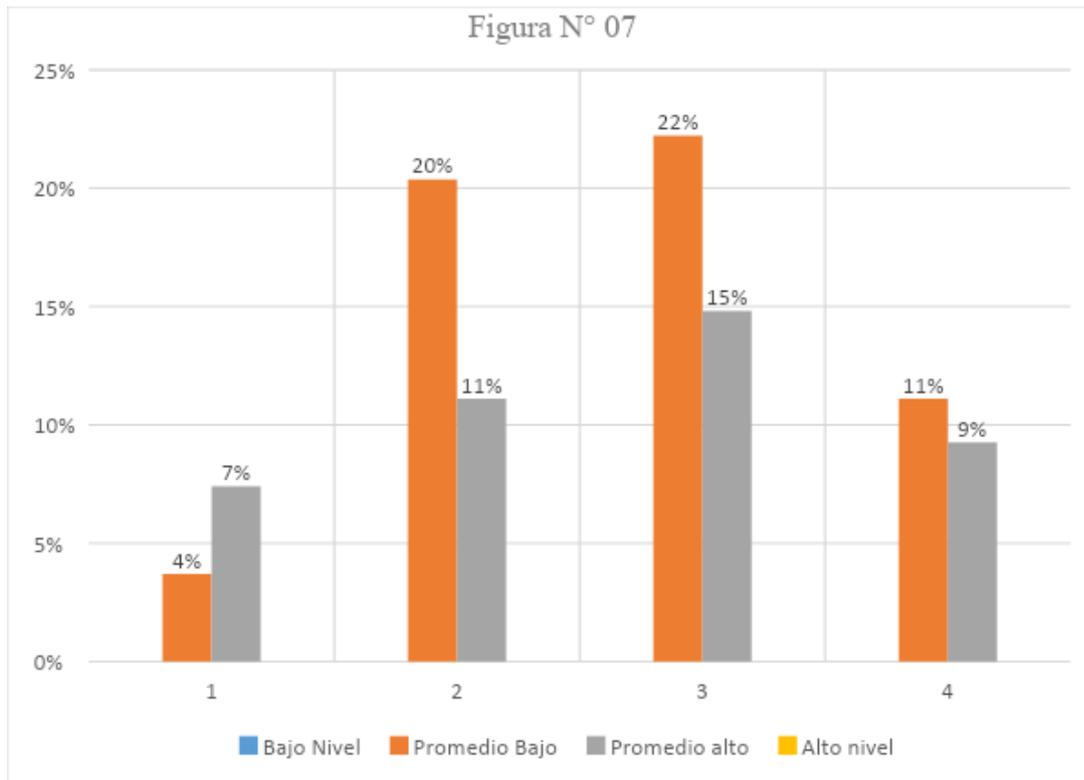
En la figura N° 06, se puede apreciar que los niveles de estrés entre los dos salones son casi homogéneos, siendo la diferencia entre el 4to y 5to grado de secundaria del 1.6% en lo que respecta al nivel de estrés promedio bajo, lo que no es una brecha alta ni significativa, por lo que podríamos indicar que los estudiantes de estos grados presentan estrés medio en caso el mismo porcentaje. Por otro lado, también en cuanto a los altos niveles de estrés se halla un porcentaje casi similar entre estos dos salones, siendo la diferencia también mínima (4to con 43.5% y 5to con 41.9%), señalando que el 4to de secundaria posee un porcentaje un poco mayor de estrés a comparación de los alumnos de 5to de secundaria.

Tabla 07. Resultados específicos sobre el nivel de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, según sexo

Tabla de contingencia Estrés Académico * Sexo											
Recuento											
		Sexo 4to grado				Sexo 5to grado				Total	
		Mujer		Varón		Mujer		Varón			
Estrés Académico	Bajo Nivel	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
	Promedio Bajo	2	4%	11	20%	12	22%	6	11%	31	57%
	Promedio alto	4	7%	6	11%	8	15%	5	9%	23	43%
	Alto nivel	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Total		6	11%	17	31%	20	37%	11	20%	54	100%

Fuente: Inventario SISCO del estrés académico aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

Figura 07: Resultados específicos el nivel niveles de Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021, según sexo



Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura N° 07, se puede identificar que el nivel de estrés más alto los llevan los varones, siendo en el 4to de secundaria que el 11% de los estudiantes presentan un nivel alto de estrés académico frente al 7% de estudiantes mujeres de ese mismo grado; así mismo el nivel de estrés promedio bajo que también se considera como un estrés que afecta al estudiante presenta la misma lógica donde los estudiantes varones (20%) son los que tiene mayor nivel a comparación de los estudiantes mujeres (4%) identificando que los estresores académicos afectan con mayor fuerza a los varones que a las mujeres en este grado. Este fenómeno que no se repite en el 5to de secundaria, siendo las estudiantes mujeres las que llevan la mayor carga de estrés académico (15%) frente al 9% de los estudiantes varones, dándonos a conocer que las estudiantes mujeres en el 4to de secundaria poseen un mejor manejo de los fenómenos estresantes dentro de los aspectos académicos y que las de 5to de secundaria parecen tener



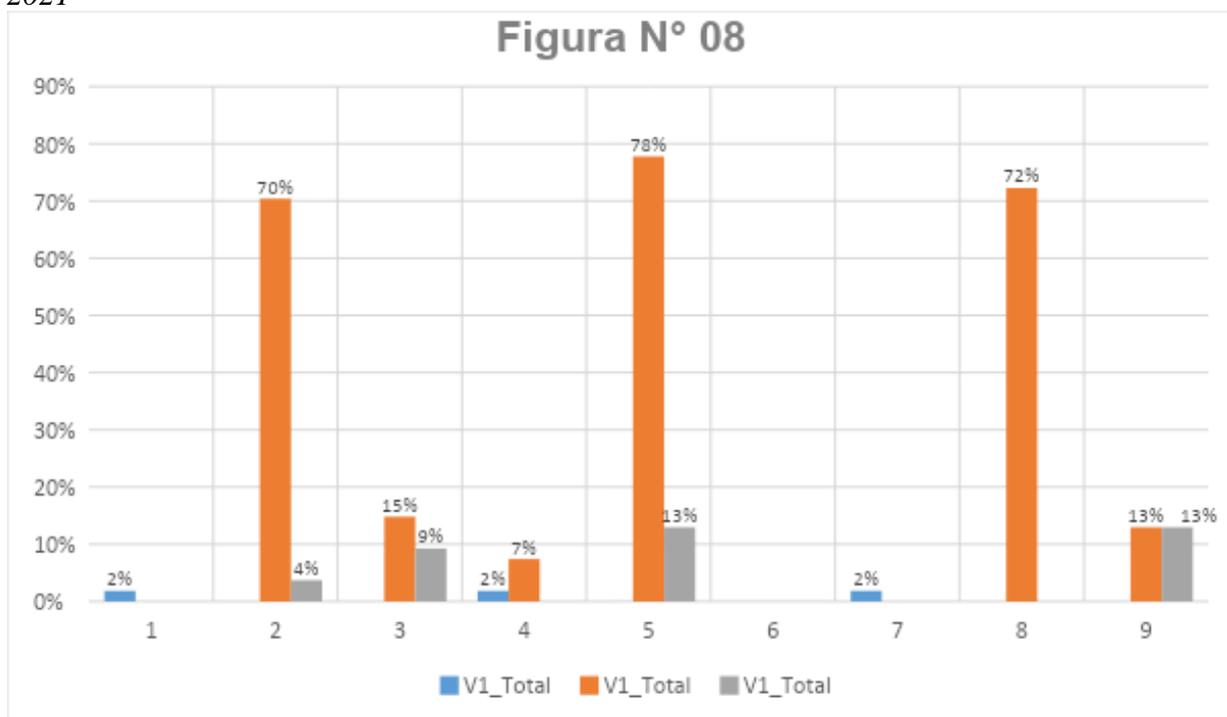
mayor presión frente al grado en el que se ubican y las responsabilidades futuras que esta conlleva.

Tabla 08. Resultados específicos sobre la relación entre la Procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Recuento		Tabla de contingencia V1_Total * V2_D1																	
		V2_D1						V2_D2						V2_D3					
		Baj		Medi		Alt		Baj		Medi		Alt		Baj		Medi		Alt	
		o	%	o	%	o	%	o	%	o	%	o	%	o	%	o	%	o	%
V1	Bajo	1	2%	0	0%	0	0%	1	2%	0	0%	0	0%	1	2%	0	0%	0	0%
Tota	Medi	0	0%	38	70%	8	15%	4	7%	42	78%	0	0%	0	0%	39	72%	7	
l	o																		13%
	Alto	0	0%	2	4%	5	9%	0	0%	7	13%	0	0%	0	0%	0	0%	7	13%
Total		1	2	40	74	13	24%	5	9	49	91	0	0	1	2	39	72	14	26
			%		%				%		%		%		%		%		%

Fuente: Escala Procrastinación Académica & Inventario SISCO del estrés académico aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

Figura 8: Resultados específicos sobre la relación entre la Procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021



Fuente: Elaboración propia



Interpretación:

En la Figura N° 08, respecto a los resultados de la relación entre procrastinación y aspectos de estrés académico, se puede observar que respecto al primer aspecto analizado, los estudiantes consideran la percepción del docente como un aspecto que genera estrés académico, los resultados mostraron que los estudiantes de la primera dimensión tuvieron el mayor nivel de estrés académico (24%). que considera la Percepción de los docentes poseen también un nivel importante de procrastinación en su nivel más alto (9%) lo que significa que la mayor cantidad de estudiantes con estrés académico desarrollan actividades procrastinadoras casi en un nivel alarmante, perjudicando este sus niveles normales de desarrollo educativo. Por otro lado se ha identificado que la segunda dimensión del estrés académico que hace referencia a la sobrecarga de actividades y/o tareas, poseen niveles medios de estrés (91%), lo que nos indica que estos estresores sobre las actividades, tareas, productos y trabajos son identificadas por los estudiantes como estresores pero que son llevaderos por los estudiantes, no generando mucho nivel de procrastinación, puedo que el solo el 13% de este grupo procrastina ante cualquier de estas actividades pero el mayor porcentaje (78%) algunas veces realiza acciones de procrastinación pero eso no perjudica con la presentación de sus actividades de aprendizaje.

Por último la dimensión 3 del estrés académico que hace referencia a la percepción de la asignatura o área, nos indica que es uno de los más fuertes estresores de los estudiantes teniendo un grupo fuerte y significativo (26%) que identifica a este aspecto como el mayor estresor en su formación académica, de los cuales el 13% de los jóvenes con altos picos de procrastinación se encuentran situados, logrando establecer que a mayor estresores existentes el nivel de procrastinación se hace presente con mayor fuerza y frecuencia.

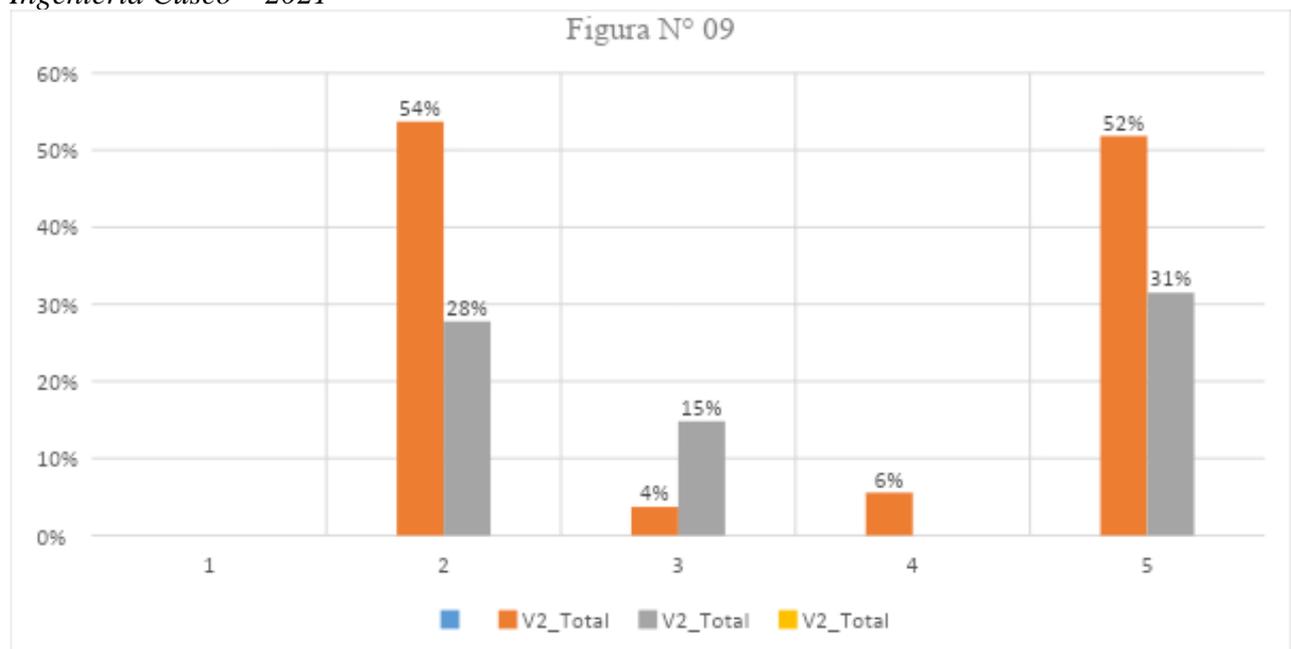


Tabla 09. Resultados específicos sobre la relación entre las dimensiones de la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Tabla de contingencia V2_Total * V1_D1															
Recuento		V1_D1						V1_D2						Total	
		Bajo		Medi		Alto		Bajo		Medi		Alto		l	%
		o	%	o	%	o	%	Bajo	%	o	%	o	%		
Bajo		0													
Nivel		0	%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
V2	Promedi	0	0	29	54%	2	4%	3	6%	28	52%	0	0%	31	
Total	o Bajo														57%
Promedi		0	0	15	28%	8	15	0	0%	17	31%	6	11	23	
o alto															43%
Alto		0	0	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	
nivel															0%
Total		0	0	44	81	10	19	3	6	45	83	6	11	54	100

Fuente: Escala Procrastinación Académica & Inventario SISCO del estrés académico aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021

Figura 09: Resultados específicos sobre la relación entre las dimensiones de la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021



Fuente: Elaboración propia



Interpretación:

Figura N° 09, se hallan los resultados de la relación entre las dimensiones de la variable procrastinación con la segunda variable que es el estrés académico, hallando que en cuanto a la dimensión N° 01 de la variable procrastinación, un 19% presentan altos niveles de autorregulación siendo estos estudiantes aquellos que se preocupan con tiempo por sus deberes y tareas asignadas en el área o áreas de trabajo académico, asumiendo conductas propias de un estudiante con hábitos adecuadas para un buen aprendizaje, pero en esta misma dimensión se ha identificado que la mayoría (81%) de los estudiantes tienen conductas de autorregulación en algún momento pero debido al formato de trabajo virtual se han configurado nuevas conductas que no permiten que consoliden sus autorregulación académica, dejando muchos pendientes o retrasando sus actividades ya que no existe un seguimiento como en la modalidad presencial, así mismo aprovechan de la poca atención y/o seguimiento que se hace en casa por parte de padres y apoderados sabiendo que estos trabajan por las mañanas o deben buscar el sustento económico para la familia; también se debe este fenómeno a que en algunos casos los estudiantes no cuentan con los recursos favorables para un trabajo académico adecuado por niveles de conectividad económicos y/o de accesos a sitios especializados de consulta que les permita aclarar sus dudas existentes.

En un segundo análisis podemos apreciar que en cuanto a la segunda dimensión de la procrastinación, un fuerte contingente de la muestra (11%) presenta conductas y hábitos de aplazamiento de sus actividades no solo personales, familiares; sino más fuerte aun la postergación de actividades de índole académico perjudicando así su buen aprendizaje y logro previstos en el currículo de su nivel; y un nivel también preocupante es los estudiantes que se hallan con algunas características o aspectos que los están llevando a la postergación, siendo este el porcentaje más alto de esta dimensión (83%), ya que no se han consolidado aun como procrastinadoras plenas pero presentan muchas cualidades que los podrían configurar como



tales, dejando de lado sus deberes y muchas veces enfrascándose en actividades poco útiles para su mejora como persona y estudiante; a este aspecto se favorecieron tres grandes acciones que se ven hasta este momento, una es la forma de trabajo no presencial, lo que no permite ver si el estudiante realmente está presente en el acto educativo o está desarrollando otras actividades diferentes a las académicas, el nivel de manejo de las TICs de los padres de familia para hacer un seguimiento de lo que realmente desarrollan los estudiantes, esto acompañando de la necesidad de estar con un dispositivo móvil para el desarrollo de aprendizajes y la última vertiente que podría favorecer al proceso de postergación a futuro es las redes sociales que han generado una necesidad de atenderlas todo el tiempo generando así en el estudiante una conducta de postergación de otras acciones prioritarias para atender las necesidades comunicativas que en el proceso de aislamiento social han sido una forma de interrelación necesaria y paliativa.



4.2 Resultados respecto a los objetivos General

Luego de haber utilizado los instrumentos de recolección de datos aplicando protocolos adecuados para obtener información válida y certera, así misma salvaguardar la integridad de los estudiantes menores de edad de educación secundaria participantes en la investigación, se presenta los efectos generales del estudio, siendo estos:

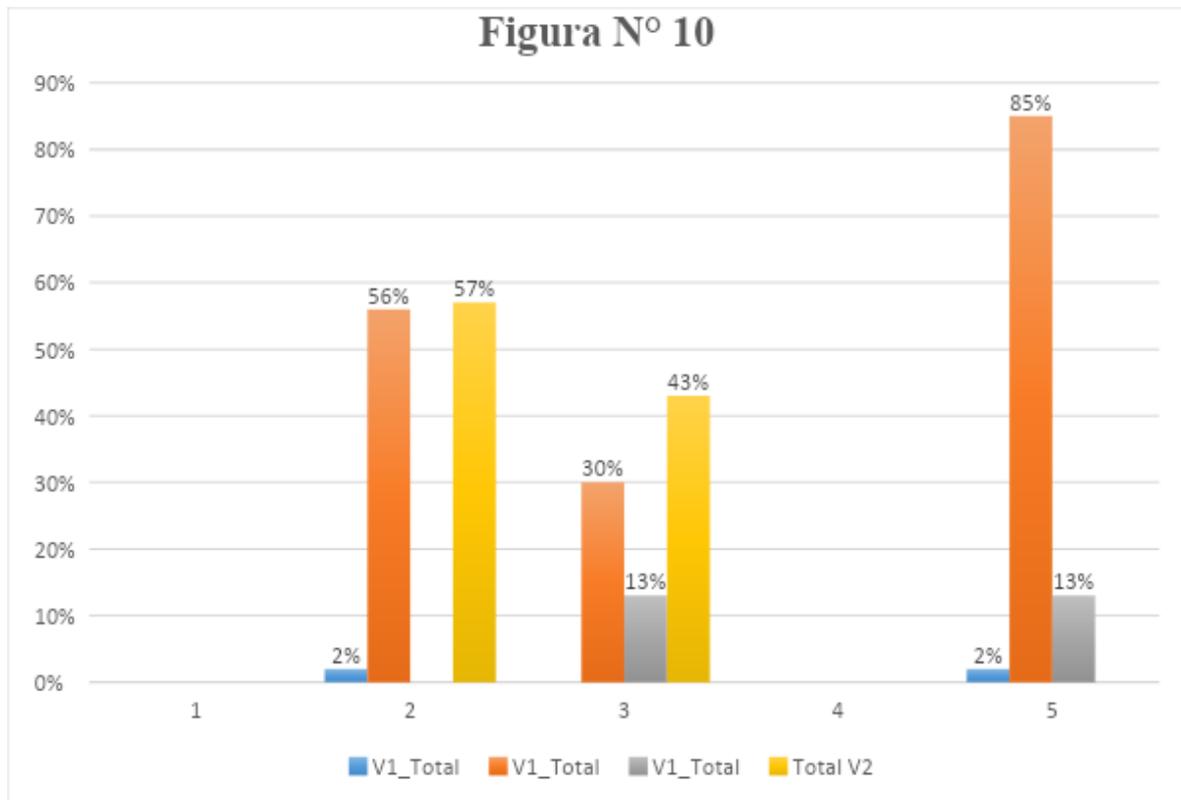
Tabla 10. Resultados generales sobre la relación existente entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021

Tabla de contingencia V1_Total * V2_Total											
Recuent											
o											
		V2_Total									
		Bajo		Promedi		%		Promedi		%	
		Nive		o Bajo				o alto		Alto	
		l						nivel		%	
										Total	
V1_Tota	Bajo	0	0%	1	2%	0	0%	0	0%	1	2%
l	Medi	0	0%	30	56%	16	30%	0	0%	46	85%
	o										
	Alto	0	0%	0	0%	7	13%	0	0%	7	13%
Total		0	0	31	57%	23	43%	0	0%	54	100%
			%								

Fuente: Escala Procrastinación Académica & Inventario SISCO del estrés académico aplicada a estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la muestra seleccionada en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021



Figura 10: Resultados generales sobre la relación existente entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021



Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura N° 10, se presentan los resultados generales sobre la relación existente entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021, en el cual se puede apreciar que el porcentaje más alto está ubicado en el promedio bajo (estrés académico promedio de los estudiantes 56%), lo que significa que los evaluados en la indagación presentan nivel moderados o medios de estrés, a consecuencia de los mecanismos aplicados para el trabajo académico en la nueva modalidad de estudio, siendo afectados de forma directa con las nuevas estrategias de enseñanza y aprendizaje, los sistemas virtualizados y mixtos de trabajo sincrónico y asincrónico, provocando que los estudiantes deben tener mayor tiempo de involucramiento en sus estudios, así mismo se suma el seguimiento de los padres de familia y



los niveles de atención que son requeridos por el uso de medios digitales para el aprendizaje; así mismo se tiene que un 43% presentan un mayor nivel de estrés por encima del estrés medio, provocando por las condiciones antes mencionadas, pero a esto se suma, los niveles socio económicos de los padres de familia, niveles de conectividad y la preocupación por el ingreso a la universidad, siendo estos más que necesarios en los intereses de los estudiantes de 5° año; en este primer análisis se identifica que los niveles de estrés de los estudiantes son mayores según el grado en el que están estudiando.

En una segunda mirada a la figura N° 10, podemos distinguir las escalas de procrastinación que tiene los evaluados, siendo el 85% de los estudiantes procrastinadores medios, lo que significa que en algún momento del día estos estudiantes presentan actitudes de procrastinación, siendo más frecuentes al momento de desarrollar las actividades escolares a distancia y también cuando están presentes en sus clases virtuales, puesto que las estrategias de enseñanza al no ser en algunos casos llamativas, motivadoras y generadoras de interés hace que el estudiante esté presente en la reunión de trabajo virtual, pero de forma interna esté desarrollando actividades distractoras, recreativas, lúdicas e incluso de navegación en redes sociales, haciendo que dejen de lado el aprendizaje del momento para desarrollarlo después, pero de forma preocupante se ha identificado que un 13% posee alto rango de postergación entendiendo que una forma de trabajo que se ha implementado ha generado que el estudiante escape de diversas formas a sus obligaciones detonando que sus esfuerzos sean en actividades distintas a las requeridas, saliendo del estrés que genera el estudio en la modalidad virtual, para lo cual han adquirido hábitos procrastinadores para el estudio y acciones que demanden esfuerzo académico.

En un tercer análisis se ha visto que a medida que el estudiante encuentra acciones estresantes en el lado académico como podrían ser las estrategias del docente, la metodología aplicada para el dictado de clases, los trabajos desarrollados con la plataforma Aprendo en



Casa, no denotan en el estudiante gran demanda cognitiva lo que los desmotiva para poner mayor esfuerzo en sus trabajos y asignaciones, por otro lado también se podría decir que la falta de acompañamiento constante y una retroalimentación permanente sobre los temas desarrollados y sobre la ejecución de las diferentes tareas que demanda el sistema educativo implementado han generado en el estudiante poco ánimo por aprender aludiendo estas falencias e invirtiendo el tiempo en acciones de retraso de los deberes para hacerlos a última hora o para copiárselos del Internet, generado así más tiempo “LIBRE” y eludiendo sus obligaciones académicas en la mayoría del tiempo, en tal sentido al ver la tabla de frecuencias con más precisión se puede decir que a medida que los niveles de estrés están bajos los estudiantes no presentan acciones o conductas procrastinadoras, pero si estas están en aumento las conductas procrastinadoras son más notorias y frecuentes, haciendo que el estudiante cambie el trabajo y esfuerzo académico por actividades anexas diferentes a lo académico que lo distraiga y en el tiempo haga olvidar el estrés de la tarea. En consecuencia de todo lo antes mencionado y por los datos obtenidos en la investigación podemos afirmar que en la muestra de trabajo la relación que existe entre las variables de estudio es una relación positiva y/o directa, afirmando que a medida que los estresores son mayores en los estudiantes los hábitos y/o conductas procrastinadoras son más notorias y presentes en los estudiantes; o también podríamos afirmar que los hábitos procrastinadoras son más notorios y presentes a medida que los niveles de estrés académico son mayores en los estudiantes condicionando así un estudio eficaz.



4.3 Validación de Hipótesis General

Para la hipótesis general nos planteamos la hipótesis teórica y la de trabajo; siendo estas las siguientes:

Hi: Existe una relación directa y significativa entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021.

Ho: No existe una relación directa y significativa entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021.

Aplicando el estadístico R de Pearson, se tienen los siguientes datos de validación:

Tabla 11. Estadísticos y correlaciones de las muestras relacionadas

Estadísticos de muestras relacionadas					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	V1_Total	2,1111	54	,37197	,05062
	V2_Total	2,4259	54	,49913	,06792

Correlaciones de muestras relacionadas				
		N	Correlación de Pearson	Sig.
Par 1	V1_Total y V2_Total	54	,452	,001

Correlaciones			
		V1_Total	V2_Total
V1_Total	Correlación de Pearson	1	,452**
	Sig. (bilateral)		,001
	N	54	54
V2_Total	Correlación de Pearson	,452**	1
	Sig. (bilateral)	,001	
	N	54	54

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

FUENTE: R de Pearson en el paquete estadístico SPSS v23 – Relación de la data entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria.



Regla de decisión: La prueba de hipótesis tiene un nivel de significancia de al menos el 5%. Esto significa que al realizar pruebas estadísticas, el valor p de la prueba r de Pearson no debe exceder el valor 0,05 para poder aceptar la hipótesis alternativa. Si el valor es mayor que 0,05 se acepta la hipótesis nula. Después de comparar el nivel del coeficiente de correlación con el coeficiente de correlación cero, el resultado en este caso es: $|0,001| < 0,05$, elaborando así una relación positiva y significativa. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa.

Conclusión estadística: Con nivel de significación $\alpha = 0,05$ se demuestra que Existe una relación directa y significativa entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021

4.4 Validación de Hipótesis Específica

Para la hipótesis específica referente a las dimensiones del estrés académico nos planteamos la hipótesis teórica y la de trabajo; siendo estas las siguientes:

Hi: Existe una relación directa y significativa entre la Procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Ho: No existe relación entre la Procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021.

Aplicando el estadístico R de Pearson, se tienen los siguientes datos de validación:



Tabla 12. *Estadísticos Descriptivos*

Estadísticos Descriptivos					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	V2_D1	2,2222	54	,46242	,06293
	V1_Total	2,1111	54	,37197	,05062
Par 2	V2_D2	1,9074	54	,29258	,03982
	V1_Total	2,1111	54	,37197	,05062
Par 3	V2_D3	2,2407	54	,47325	,06440
	V1_Total	2,1111	54	,37197	,05062

Correlaciones				
		N	Correlación de Pearson	Sig.
Par 1	V2_D1 y V1_Total	54	,512	,000076
Par 2	V2_D2 y V1_Total	54	,270	,049
Par 1	V2_D3 y V1_Total	54	,703	,000

Fuente: R de Pearson en el paquete estadístico SPSS v23 – Relación de la data entre la Procrastinación y dimensiones del Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria.

Análisis y conclusión estadística:

Para la relación entre la Procrastinación y la Dimensión 1 del estrés académico se tiene un valor de $|000076| < 0.05$, por lo que se detalla una relación fuerte y positiva, en relación a la Dimensión 2 del estrés académico se tiene un valor de $|0,049| < 0.05$, por lo que se detalla una relación positiva no muy significativa y por último en cuanto a la Dimensión 3 del estrés académico se tiene un valor de $|,000| < 0.05$, por lo que se detalla una relación también fuerte y positiva; por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna que afirma que existe una relación directa y significativa entre la Procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Para la hipótesis específica referente a las dimensiones de la procrastinación nos planteamos la hipótesis teórica y la de trabajo; siendo estas las siguientes:



Hi: Existe una relación directa y significativa entre las dimensiones de la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021

Ho: No existe relación entre las dimensiones de la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021.

Aplicando el estadístico R de Pearson, se tienen los siguientes datos de validación:

Tabla 13. *Estadísticos Descriptivos y Correlaciones*

Estadísticos Descriptivos					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	V1_D1	2,19	54	,392	,053
	V2_Total	2,4259	54	,49913	,06792
Par 2	V1_D2	2,0556	54	,40825	,05556
	V2_Total	2,4259	54	,49913	,06792

Correlaciones				
		N	Correlación de Pearson	Sig.
Par 1	V1_D1 y V2_Total	54	,361	,007
Par 2	V1_D2 y V2_Total	54	,437	,001

FUENTE: R de Pearson en el paquete estadístico SPSS v23 – Relación de la data entre las dimensiones de la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria.



Análisis y conclusión estadística:

Para la relación entre la dimensión 1 de la Procrastinación y el estrés académico se tiene un valor de $|0,007| < 0.05$, por lo que se detalla una relación fuerte y positiva y en cuanto a la relación a la Dimensión 2 de la procrastinación con el estrés académico se tiene un valor de $|0,001| < 0.05$, por lo que se detalla una relación también fuerte y positiva; por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna que afirma que existe una relación directa y significativa entre las dimensiones de la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021



Capítulo V

Discusión de los resultados

5.1 Descripción de los hallazgos más relevantes y significativos

I

Se revelan los resultados de un estudio de 2021 sobre procrastinación y estrés académico entre estudiantes de 4to y 5to grado de la Escuela de Matemáticas Proyecto Ingeniería. En primer lugar, encontramos que la mayoría de los estudiantes (56%) sufren estrés académico moderado. Este hallazgo sugiere que los estudiantes generalmente experimentan estrés moderado en ambientes académicos. Pero aún más preocupante es que un enorme 43% de los estudiantes reportan niveles de estrés superiores al promedio. Esta cifra sugiere que una proporción significativa de estudiantes experimenta altos niveles de estrés académico, lo que puede tener un impacto negativo en su bienestar y rendimiento académico.

Además, es importante enfatizar que los niveles de procrastinación entre estos estudiantes son significativamente más altos. El 85% de los estudiantes dice que tiende a procrastinar en algún momento del día. Aún más preocupante es que el 13% de los estudiantes muestran altos niveles de procrastinación. Estos resultados sugieren que algunos estudiantes desarrollan el hábito de procrastinar y, como resultado, desvían sus esfuerzos hacia actividades no académicas, evitando así responsabilidades educativas. Este comportamiento puede estar impulsado por las demandas de las modalidades de aprendizaje virtual, y se debe prestar cuidadosa consideración a cómo se manejan estas dinámicas en el entorno escolar.

Cuando comparamos nuestros resultados con el estudio de Aragón (2019), que investigó la relación entre la procrastinación y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de la institución educativa Divino Maestro, observamos diferencias significativas. Aragón concluyó que en su propio contexto de aprendizaje, no existía una relación significativa entre la procrastinación y el rendimiento académico. Estos resultados contrastan con los de nuestro estudio, que encontró niveles significativos de procrastinación entre los estudiantes de cuarto y quinto grado del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería.

Esta discrepancia puede deberse a las diferencias en los contextos escolares y en las poblaciones de estudiantes estudiadas. Es fundamental reconocer que la procrastinación puede manifestarse de manera distinta en diferentes entornos educativos y en diferentes grupos de estudiantes. Además, la influencia de la modalidad virtual de estudio y las demandas



académicas específicas del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería pueden estar contribuyendo a la alta procrastinación observada en nuestro estudio.

En conjunto, estos resultados resaltan la importancia de considerar el contexto y las particularidades de la población estudiantil al abordar la procrastinación y el estrés académico en la educación secundaria. Las estrategias y programas de apoyo deben ser diseñados de manera específica para abordar las necesidades de los estudiantes en su contexto particular. Además, se hace evidente la relevancia de seguir investigando y evaluando estos fenómenos en diferentes contextos educativos para una comprensión más completa de su impacto en el rendimiento y el bienestar de los estudiantes.

II

Los resultados específicos indican que, en relación con la procrastinación, un 13.0% de los estudiantes participantes en la investigación exhiben un nivel alto de procrastinación. Este hallazgo es de particular relevancia, ya que sugiere que una proporción significativa de estudiantes presenta tendencias claras hacia la procrastinación en su vida académica. Sin embargo, lo que es aún más notable es que el 85.2% de la muestra se encuentra en la categoría de niveles medios de procrastinación. Esto indica que una gran parte de los estudiantes presenta algunas características de procrastinación, lo que plantea preocupaciones sobre su posible evolución hacia niveles más altos de procrastinación en el futuro. Además, es importante destacar que solo el 1.9% de los estudiantes no muestra ninguna característica de procrastinación. En conjunto, estos resultados subrayan la prevalencia de la procrastinación en la población estudiantil y la importancia de abordar este comportamiento de manera proactiva para evitar posibles impactos negativos en su rendimiento académico.

Este hallazgo tiene importantes implicaciones para la educación y el bienestar de los estudiantes. Indica que la promoción de hábitos de estudio efectivos puede ser una estrategia eficaz para reducir el estrés académico en los estudiantes. Esta relación plantea preguntas sobre cómo se pueden mejorar los hábitos de estudio y cómo se pueden implementar programas de apoyo que ayuden a los estudiantes a lidiar mejor con el estrés académico. En conjunto con los resultados del párrafo anterior, que muestran altos niveles de procrastinación, esta investigación resalta la importancia de abordar factores relacionados con el bienestar estudiantil en el entorno educativo.



III

Los resultados específicos 2 revelan datos interesantes sobre la distribución del estrés académico entre los estudiantes de 4to y 5to de secundaria, con un enfoque en las diferencias de género. Se observa que los varones de 4to de secundaria presentan el nivel de estrés académico más alto, con un 11%, mientras que las estudiantes mujeres de 5to de secundaria lideran con un 15%. Estos hallazgos indican diferencias notables en la experiencia de estrés académico según el género y el grado escolar.

En particular, parece que las estudiantes mujeres de 4to de secundaria demuestran un mejor manejo del estrés académico, ya que muestran tasas más bajas en comparación con otros grupos. Esto podría deberse a la adaptación y desarrollo de habilidades de afrontamiento a lo largo de su experiencia en la educación secundaria. Por otro lado, las estudiantes de 5to de secundaria parecen enfrentar una mayor presión, posiblemente relacionada con las responsabilidades futuras que se avecinan, como la elección de una carrera y la preparación para la educación superior. Estos resultados destacan la importancia de considerar el género y el grado escolar al abordar el estrés académico en los estudiantes, ya que estas diferencias pueden influir en las estrategias de apoyo y la orientación necesaria.

El estudio de Condori y Cahuascanco (2018) ofrece una visión detallada del nivel de estrés académico en estudiantes de educación secundaria en la Institución Educativa Técnico Agropecuario Layo, Provincia de Canas, Cusco. La investigación, que se basó en un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo-explicativo, arrojó resultados notables. El 73.87% de los estudiantes presentaron un estrés académico promedio, mientras que el 19.82% experimentó un nivel alto de estrés y el 6.31% un nivel bajo. Estos hallazgos indican que la mayoría de los estudiantes enfrentan un nivel moderado de estrés académico, lo que puede influir en su bienestar general y su rendimiento académico.

Además, el estudio identificó los estresores académicos más relevantes para los estudiantes. Las evaluaciones de los profesores, como exámenes y trabajos de investigación, se destacaron como un estresor significativo, con un 33% de los estudiantes manifestando que siempre es una fuente de estrés y un 31% casi siempre. Del mismo modo, el tipo de trabajo asignado por los profesores, como la consulta de temas y ensayos, también generó un alto nivel de estrés, con un 23% que siempre lo considera un estresor y un 37% casi siempre. La competencia con los compañeros del grupo también emergió como un factor estresante, con un 17% que siempre lo experimenta y un 36% casi siempre.



Estos resultados subrayan la necesidad de abordar los estresores académicos específicos que afectan a los estudiantes en esta institución educativa. Las estrategias de gestión del estrés y el apoyo psicológico pueden ser beneficiosos para ayudar a los estudiantes a lidiar con estas fuentes de presión, lo que podría mejorar su bienestar y su rendimiento académico. Los resultados también resaltan la importancia de considerar la percepción del estrés académico en el diseño de programas de apoyo a nivel escolar.

IV

Los resultados específicos 3 arrojan luz sobre la relación entre la procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería en 2021. En la primera dimensión, la percepción del profesor se destaca como un factor generador de estrés académico, afectando al 24% de los estudiantes. Esto sugiere que la relación y las dinámicas con los profesores desempeñan un papel importante en la percepción del estrés académico.

Por otro lado, la segunda dimensión del estrés académico, relacionada con la sobrecarga de actividades y tareas, se identifica como un estresor para el 91% de los estudiantes. Sin embargo, es interesante observar que los estudiantes consideran estas actividades como estresores de nivel medio, lo que podría indicar que están acostumbrados a lidiar con una carga de trabajo considerable en su rutina académica.

La tercera dimensión, que se refiere a la percepción de la asignatura o área de estudio, destaca como uno de los estresores más fuertes, afectando a un grupo sustancial del 26% de los estudiantes. Esto sugiere que la percepción de la dificultad de una asignatura o área de estudio puede generar un estrés significativo en los estudiantes. En resumen, estos resultados enfatizan la importancia de abordar las dimensiones específicas del estrés académico y su relación con la procrastinación para desarrollar estrategias de apoyo eficaces.

El estudio de Alejos (2017) sobre el estrés académico en estudiantes de secundaria en una institución educativa privada de San Juan de Lurigancho en Lima, Perú, proporciona información valiosa sobre el nivel de estrés académico predominante en esta población. La autora encontró que el 81.4% de los estudiantes experimentaron un nivel moderado de estrés académico. Este hallazgo sugiere que la mayoría de los estudiantes enfrentan un nivel de estrés que puede influir en su bienestar y desempeño académico.

El estudio también identificó los estresores académicos más destacados, que incluyen la sobrecarga de tareas y las evaluaciones de los profesores. Estos hallazgos son consistentes



con los resultados del párrafo 1, lo que subraya la relevancia de estos factores en la experiencia de estrés académico de los estudiantes.

Además, el estudio de Alejos destaca síntomas notables del estrés, como la somnolencia, los problemas de concentración y la falta de interés en realizar tareas escolares. Estos síntomas tienen implicaciones importantes para el bienestar y el rendimiento de los estudiantes.

V

Los resultados específicos 4 proporcionan información valiosa sobre la relación entre las dimensiones de la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería en 2021. En la primera dimensión, relacionada con la autorregulación, se observa que un 19% de los estudiantes presentan niveles altos de autorregulación, lo que sugiere que son capaces de gestionar eficazmente sus tareas y evitar la procrastinación. Sin embargo, es preocupante que el 81% restante de los estudiantes tenga conductas de autorregulación poco consolidadas, lo que se traduce en una tendencia a dejar pendientes o retrasar sus actividades. Esto destaca la necesidad de desarrollar habilidades de autorregulación en la mayoría de los estudiantes para reducir la procrastinación y, por ende, el estrés académico.

En la segunda dimensión de la procrastinación, relacionada con la postergación de actividades, se identifica que un 11% de la muestra presenta conductas de aplazamiento de tareas. Además, un preocupante 83% de los estudiantes muestra algunas características de postergación. Esto indica que la mayoría de los estudiantes tienden a aplazar o retrasar sus actividades académicas. Dado el contexto actual de la educación, donde la procrastinación puede aumentar debido a la modalidad virtual de estudio, es esencial abordar esta tendencia a fin de prevenir un incremento en la procrastinación en el futuro.

El estudio de Buendía (2020) proporciona una visión esclarecedora de la relación entre la procrastinación académica y el proyecto de vida en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria en una institución educativa de Lima. Los hallazgos indican que la procrastinación académica está inversamente relacionada con la construcción del proyecto de vida de un estudiante. Esto sugiere que los estudiantes que enfrentan dificultades para regular académicamente y tienden a postergar sus tareas pueden tener dificultades para planificar y construir un proyecto de vida sólido.

El estudio identifica que el 61.3% de los alumnos tienen dificultades para regularse académicamente, lo que puede contribuir a la procrastinación, mientras que el 53.5% tiende a



postergar sus tareas. Estos resultados refuerzan la necesidad de abordar la procrastinación académica como un factor que afecta negativamente la planificación a largo plazo de los estudiantes.

Además, el estudio revela que el 33.7% de los alumnos muestra niveles altos en la construcción de sus proyectos de vida. Aunque este porcentaje es menor en comparación con la procrastinación académica, sigue siendo un aspecto relevante que señala la importancia de apoyar a los estudiantes en la formulación de sus metas y planes futuros.

El análisis de género muestra diferencias significativas en la dimensión de la postergación de actividades, con el género femenino presentando mejores puntajes en la construcción del proyecto de vida. Estas diferencias pueden indicar que las mujeres tienden a ser más efectivas en la planificación de su futuro, lo que destaca la importancia de abordar las diferencias de género en la educación y el desarrollo de habilidades de afrontamiento. En conjunto, estos resultados resaltan la necesidad de desarrollar estrategias para reducir la procrastinación académica y promover la construcción de proyectos de vida sólidos en los estudiantes.

5.2 Limitaciones del estudio

Esta investigación se llevó a cabo en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021, por ser una institución privada no del consorcio y por las características particulares que esta presenta, los resultados no se pueden generalizar a otras poblaciones estudiantiles similares. Sin embargo, la investigación podría llevarse a cabo en otras realidades educativas de educación básica regular o alternativa en próximas investigaciones, quedando este aporte como antecedente. La investigación se desarrolló en el año 2021

5.3 Comparación crítica con la literatura existente

En cuanto a los resultados sobre la relación existente entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021, se ha podido identificar que en los antecedentes, Janssen, J. (2015), en su estudio de investigación titulado “Procrastinación académica: Prevalencia entre la escuela secundaria, la Universidad, y relación con el logro académico” afirma que la procrastinación



es un comportamiento de auto-discapacidad que ocurre cuando las personas retrasan completar una tarea que tienen la intención de completar, lo que podría conducir a una pérdida de productividad, un rendimiento deficiente y mayor estrés (Steel, 2007), y por otro lado Díaz, K. y Pacheco, M. (2019), en su trabajo titulado “Factores generadores de estrés escolar en los estudiantes de los grados décimo y undécimo de la Institución Educativa Currulao en el año 2020: un análisis cualitativo”, ha identificado que son factores generadores de estrés académico aquellos que generan impactos negativos, como la reducción de la atención, falta de concentración, lo que genera una frustración frente a su rendimiento académico; así mismo se identificó que los padres al tener altas expectativas en el rendimiento académico de sus hijos ejerce una presión significativa en sus hijos, lo cual les ocasiona estrés, permitiéndonos hacer un análisis claro de los resultados, identificando que el porcentaje más alto está ubicado en el promedio bajo (nivel medio de estrés académico de los estudiantes 56%), lo que significa que los estudiantes participantes en el estudio presentan nivel moderados o medios de estrés; así mismo se tiene que un 43% presentan un mayor nivel de estrés por encima del estrés medio, así mismo podemos identificar que los niveles de procrastinación que tiene los estudiantes son altos, siendo el 85% de los estudiantes procrastinadores medios, lo que significa que en algún momento del día estos estudiantes presentan actitudes de procrastinación, pero de forma preocupante se ha identificado que un 13% posee un nivel alto de procrastinación entendiendo que la forma de trabajo que se ha implementado ha generado que el estudiante escape de diversas formas a sus obligaciones detonando que sus esfuerzos sean en actividades distintas a las requeridas, saliendo del estrés que genera el estudio en la modalidad virtual, para lo cual han adquirido hábitos procrastinadores para el estudio y acciones que demanden esfuerzo académico. Esto en conjunción con las teorías abordadas en nuestro planteamiento en el que se ve que la forma clásica de procrastinación ocurre cuando una persona elige trabajar en algo más agradable o menos importante que la tarea asignada, es aquí donde los estudiantes como



personas con juicio propio participan en esta forma de trabajo con frecuencia no reconocen esto como procrastinación porque él o ella está "obteniendo cosas", pero la persona aún no está completando la tarea asignada. La explicación de su aumento en la sociedad actual es que las personas están sobrecargadas de tareas y desean una gratificación instantánea (Gruber & Koszegi, 2001); por lo que evitan trabajar en las tareas más importantes cuando la recompensa o el sentimiento de logro no es tan grande o inmediato, como cuando se realizan tareas más pequeñas (Kearns, Gardiner y Marshall, 2008). Además, cuando las metas están lejos, la gente se frustra porque no está segura de cómo lograrlas. Por lo tanto, las personas eligen naturalmente el camino de menor resistencia y prefieren trabajar en pequeñas tareas que no requieren tanto tiempo, planificación y / o energía como las tareas más importantes (Ferrari, 2010). Siendo el análisis final que la relación que se presenta entre las variables de estudio es clara y fundamentada no solo en los datos antes presentados sino también con las teorías y estudios previos logrando afirmar que esta relación entre la procrastinación y el estrés académico no solo es directa y significativa; sino que también es alarmante en el marco de la educación actual, donde los estudiantes están siendo acosados por diversos detractores digitales que día a día sumamos más a los procesos de diversión que a los de aprendizaje; los mecanismos de la educación actual por lo tanto deben variar, modificar y mejorar no solo en cuanto a sus contenidos; sino también en cuánto a sus formas y estrategias aplicadas, siendo aquí la familia un complemento activo que permita incrementar o disminuir esta situación.

5.4 Implicancias del estudio

El presente estudio es útil para conocer la relación existente entre Procrastinación y estrés académico en estudiantes de educación secundaria de nuestro contexto, lo cual servirá para el diseño de programas de prevención y atención; con el fin de atender en las instituciones y las familias a estas condiciones de riesgo en estudiantes de Educación Básica del nivel secundario





Conclusiones

En base a los objetivos formulados en el presente estudio y los resultados identificados gracias al análisis de datos, se ha llegado a las siguientes conclusiones:

1.

Los estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021, muestran niveles variados de procrastinación. Un 13% presenta un nivel alto de procrastinación, mientras que la gran mayoría, el 85.2%, exhibe características de estudiantes propensos a la procrastinación. Solo un 1.9% no muestra rasgos de procrastinación. Estos hallazgos sugieren que los hábitos y comportamientos adquiridos durante la modalidad de trabajo virtual han influido significativamente en la presencia de la procrastinación entre estos estudiantes.

2.

Las estudiantes de 5to de secundaria presentan el nivel más alto (15%), mientras que los varones de 4to de secundaria tienen un 11% de estrés académico. Esto sugiere que las estudiantes de 4to de secundaria parecen manejar mejor las presiones académicas, mientras que los de 5to de secundaria experimentan una mayor presión debido a su grado y las responsabilidades futuras. Estos niveles de estrés están influenciados por la edad, las preocupaciones sobre su futuro profesional, las demandas académicas en la modalidad virtual y la falta de apoyo en la comprensión de las tareas académicas, así como el contexto de confinamiento, factores que han contribuido significativamente a esta variable en la población estudiantil.

3.

Al analizar la relación entre la procrastinación y las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021, se ha observado que un 24% de los estudiantes experimentan estrés



relacionado con la percepción del profesor, el 91% experimenta estrés debido a la sobrecarga de actividades y/o tareas, y un significativo 26% siente estrés en relación con la percepción de la asignatura. Estos hallazgos respaldan la conclusión de que existe una relación directa, positiva y significativa entre la procrastinación y las dimensiones del estrés académico en este grupo de estudiantes.

4.

Al analizar la relación entre las dimensiones de la procrastinación y el estrés académico, se ha encontrado que un 19% de los estudiantes presentan altos niveles de autorregulación en la procrastinación, pero la mayoría (81%) muestra conductas de autorregulación poco consolidadas. En cuanto a la postergación de actividades, un 11% presenta conductas de aplazamiento, y un 83% muestra algunas características de postergación. Estos resultados respaldan la conclusión de que las dimensiones de la procrastinación se relacionan de manera directa, positiva y significativa con el estrés académico en estos estudiantes.

5.

Se puede concluir que la procrastinación es más elevada en los estudiantes de secundaria, especialmente en 4to y 5to grado, debido a factores como la maduración, distracciones digitales y deficiente apoyo educativo. Esto está estrechamente relacionado con el estrés académico, ya que los estudiantes recurren a actividades evasivas para aliviar su preocupación, afectando su desarrollo. La tecnología y los dispositivos digitales en los hogares han contribuido a esta dinámica. En este contexto, se ha demostrado que la procrastinación guarda una relación directa, positiva y significativa con el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021.



Sugerencias

- Servir de enlace con el departamento psicoeducativo, el director y docentes de la institución. Allí se utiliza una escala de procrastinación reconocida y adaptada a una población estudiantil para establecer hábitos que eviten la procrastinación en tareas de autorregulación, que puedan apoyar el rendimiento académico de los estudiantes.
- Los docentes deben generar acciones de acompañamiento para identificar las necesidades asociadas al estrés, desarrollar acciones que permitan el logro de los aprendizajes previstos como una estrategia propia de la institución para acompañar al estudiante y monitorearlo para desarrollar acciones de retroalimentación.
- Los padres de familia deben indagar sobre los hábitos de estudio de sus hijos y apoyarlos para erradicar acciones procrastinadoras, siendo también apoyados con programa de escuela para padres y el trabajo contra las conductas procrastinadoras.
- Las instituciones educativas y unidades de gestión educativa local, deben generar procesos de fomento de aprendizajes verdaderos, motivadores y de gran demanda que permita al estudiante ser real participe de sus aprendizajes y con un sistema de sensibilización sobre el aprendizaje para la vida futura y la educación superior a la cual apuntan como futuros estudiantes de casas de estudios superiores.
- A organizaciones gubernamentales y no gubernamentales para que generen espacios de comunicación virtualizada que permita aprovechar las bondades de las redes sociales para complementar los aprendizajes previsto en el currículo y generación de escenarios virtuales donde el estudiante pueda auto aprender sobre aspectos importantes para su vida futura.
- Por otro lado, también se debería realizar este estudio no solo en estudiantes de la zona de Cusco Provincia sino también de sus distritos o zonas rurales; ya que las



características socioeconómicas y culturales varían en cada zona; inclusive se podrían realizar un estudio comparativo entre los mencionados.

- Finalmente, se recomienda ampliar este estudio a diferentes niveles de la educación básica regular, y alternativa ya que solo fueron considerados estudiantes de secundaria, podría ser posible que este fenómeno se esté dando en niveles inferiores e incluso mayores.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima. *Persona*, 13, 159-177.
- Armijos Briceño, Z. P. (2014). El rendimiento académico de los niños y niñas de 4-6 años que proceden de hogares con conflictos familiares en la escuela “Caminemos juntos” en el barrio tierras coloradas de la ciudad de Loja. Loja.
- Baeza, A., Inostroza, Y., Mardones, C., & Villalobos, E. (2012). Relación entre rendimiento académico, estrategias de aprendizaje, motivación y estrés en estudiantes de enfermería. Chile: Universidad del BÍO-BÍO.
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Psicología Científica*, 14.
- Berger, & Lisboa, C. (2008). *Violencia Escolar: Estudios y posibilidades de intervención en Latinoamérica*. Santiago, Chile: Universitaria.
- Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología de la Universidad de Antioquia*, 1-18.
- Bob, N., & Spitzer. (2003). *1001 formas de recompensar al empleado*. España: Editorial Gestión 2000.
- Caldera, J.F., Pulido, B.E. & Martínez, M.G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos [Versión electrónica]. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82
- Caldera, J.F., Pulido, B.E. & Martínez, M.G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos [Versión electrónica]. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82
- Castañeda, & Cabrera. (2010). *Procesamiento de datos y análisis estadísticos utilizando SPSS*. Porto Alegre: EDIPUCRS – Editora Universitária da PUCRS.
- Chapman, G., & White, P. (2011). *Los 5 lenguajes del aprecio en el trabajo*. Chicago: Editorial Portavoz.
- Chiavenato, I. (2006). *Introducción a la teoría general de la administración*. México: McGraw - Hill.



- Chipugsi, J. E. (2012). La motivación como estrategia de aprendizaje en el desarrollo de competencias comunicativas de los estudiantes de I - II nivel de inglés del convenio HÉROES DEL CENEP- ESPE de la ciudad de Quito. Quito: Universidad de Guayaquil.
- Chrousos, G. &. (1992). The Concepts of Stress and Stress System Disorders. Journal American Medical Association.
- Cruz, J. A. (2016). Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Ciencias de la Salud. Arequipa: Universidad Ciencias de la Salud de Arequipa.
- Díaz, M., Díaz Gómez, S. ;., Andrés, D., Susana, E., & Gómez, D. (s/f). Educación y Educadores. Redalyc.org. Recuperado el 2 de agosto de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>.
- Domínguez Lara, S. A., Villegas García, G., & Centeno Leyva, S. B. (2014).
- Domínguez-Lara, S. (2017). Procrastinación académica, afrontamiento de la ansiedad pre-examen y rendimiento académico en estudiantes de psicología: análisis preliminar. Cultura: Revista de la Asociación de Docentes de la USMP, 31.
- García Muñoz. (2001). El estrés académico: problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial . Huelva: Universidad de Huelva.
- GRUPO RPP. (2016). La educación en el Perú. Lima.
- Hernandez, Fernandez, C., & Baptista, L. (2006). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.
- Herzberg, F. (1966.). Work and the natural of man. New York; Wiley
- Herzberg, F. (1959). Motivación para el trabajo. New York; Wiley
- Jaramillo Solorio, R. M. (2012). Trabajo en Equipo.
- Jaspe, C. (2010). El rendimiento estudiantil y estrategias de enseñanza.
- López, A. L. (2014). Estrés y rendimiento académico en estudiantes de obstetricia de la Universidad Nacional de Huancavelica. Cusco:



- Lorenzo. (2007). Obtenido de Influencia de la familia sobre el desarrollo de los escolares:
http://www.psicocentro.com/cgi-bin/articulo_s.asp?texto=art54001
- Macías, R. d. (2010). Un estudio sobre la motivación hacia la escuela secundaria en los estudiantes. México: Delegación Coyogan.
- Marsh, H. W. y Bailey, M. (1993). "Multidimensionality of students' evaluation of teaching effectiveness", en Revista de Educación Superior (64), pp. 1-18.
- Martinez Rebollar, A. &. (2015). The Correlation Among Social Interaction Activities Registered Through New Technologies and Elderly's Social Isolation Level. . Revista mexicana de ingeniería biomédica, 181-191.
- Martinez Rebollar, A., & Campos Francisco, W. (2015). The Correlation Among Social Interaction Activities Registered Through New Technologies and Elderly's Social Isolation Level. Revista mexicana de ingeniería biomédica, 181-191.
- Maslow, A. (1943). Una teoría sobre la motivación humana. Psychological Review 50. 1943: 370-396
- Maslow, A. (1999). Hacia una psicología del ser, Tercera edición con Prólogo de Richard Lowry
- Monzón, I. M. (2007). Estrés académico en estudiantes Universitarios. Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental; Universidad de Sevilla, 87-99.
- Mundial, B. (08 de 01 de 2020). ¿Cuánto invierte América Latina en educación? Obtenido de <https://www.dw.com/es/cu%C3%A1nto-invierte-am%C3%A9rica-latina-en-educaci%C3%B3n/a-51940410#:~:text=Dentro%20de%20las%20cifras%20disponibles,y%203%2C92%20por%20ciento.&text=M%C3%A9xico%20report%C3%B3%20una%20inversi%C3%B3n%20educativa,de%20su%20PIB%20en%2>
- Muñoz, F. (2003). El estrés académico. Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial. Huelva.
- O, P., Salvador, & Benet. (2002). Efectos de un estrés académico sobre las respuestas psicológicas e inmune en jóvenes.



- Organización Mundial de la Salud. (2013). Organización Panamericana de la Salud. Salud en las Américas. Resumen: panorama regional y perfiles de país. Ciudad: Washington
- Ortiz, J. (2010). Metodología de la investigación. Ecuador.
- Polo, Hernandez, & Pozo. (1996). Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. Revista Ansiedad y Estrés.
- Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304.
- Pulido Rull, M. (2011). Estrés académico en estudiantes. México: Psicología y Salud.
- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica* 3(1), 45-59.
- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica* 3(1), 45-59.
- Reyes, E. (22 de septiembre de 2014). estrés lo de hoy. Obtenido de <https://estreslodehy.wordpress.com/2014/09/22/motivacion-y-estres/>
- Robbins. (2004). Comportamiento Organizacional. México: Pearson.
- Rojas, E. (2014). Cómo superar la ansiedad. Barcelona: Planeta, S. A.
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, Angustia y Estrés: Tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-Estar E Subjetividade*, 10-50.
- Steel, P. (2011). Procrastinación. Colombia: Editorial -Grijalbo
- Steel, P. (2011). Procrastinación. Colombia: Editorial -Grijalbo
- Stoner, A. (1996). Administración. México: Pearson Education.
- Tacuri, J. Q. (2016). Estrés académico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de Medicina Humana.
- Ucha, F. (26 de enero de 200). Definición ABC. Obtenido de <https://www.definicionabc.com/?s=Cumplimiento#resultados>
- Vicente, S. G. (2010). Edad de niño en edad escolar.



Villa, A., & Auzmendi, E. (1999). Desarrollo y Evaluación del Autoconcepto en la Edad Infantil. Bilbao: Ediciones Mensajero.

Zeballos, J. (2012). Influencia de la Motivación en el aprendizaje motor del estudiante del cuarto grado de Instituciones Educativas Ex variante Técnica cono Sur Juliaca, 2015. Puno: Universidad Andina Nestor Cáceres Velásquez.



ANEXO 01

A. Matriz de consistencia

TÍTULO: “Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021”						
AUTORA: Bach. Jasalia Hirely Puma Huamán						
PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>PG: ¿Qué relación existe entre la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?</p>	<p>OG: Determinar la relación existente entre la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021</p>	<p>HG: Existe una relación directa y significativa entre la Procrastinación y el Estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco-2021.</p>	<p>V1: Procrastinación</p>	<p>Autorregulación académica</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● AR-A: Ind 2-3-5-6-7-10-11-12-13-14-15- 	<p>Tipo de investigación Descriptiva-correlacional</p> <p>Nivel Descriptivo</p> <p>Diseño No Experimental</p> <pre> graph TD M --> O1 M --> O2 O1 --- r --- O2 </pre> <p>Donde: M: Muestra de estudio O1: Procrastinación O2: Estrés Académico</p>
				<p>postergación de actividades</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● PA: Ind 1-4-8-9-16 	
<p>P.E.1. ¿Qué nivel de procrastinación poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?</p>	<p>O.E.1. Determinar el nivel de procrastinación poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021</p>	<p>H.E.1. Existe un nivel de Procrastinación alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021</p>	<p>VII: Estrés académico</p>	<p>Percepción del profesor</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ESTR5, Metodologías de aprendizaje ● ESTR6, Motivación que transmite el profesor ● ESTR18, Comunicación con profesor 	<p>Donde: M: Muestra de estudio O1: Procrastinación O2: Estrés Académico</p>
<p>P.E.2. ¿Qué nivel de estrés académico poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?</p>	<p>O.E.2. Determinar el nivel de estrés académico poseen los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021</p>	<p>H.E.2. Existe un nivel de estrés académico alto y significativo en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021.</p>		<p>Sobrecarga</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ESTR1, Esfuerzo que exige la asignatura ● ESTR2, Cantidad de contenidos de la asignatura ● ESTR3, Ritmo en la introducción de contenidos 	



<p>P.E.3. ¿Qué relación existe entre las dimensiones de la procrastinación con el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?</p> <p>P.E.4. ¿Qué relación existe entre la procrastinación con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021?</p>	<p>O.E.3. Determinar la relación que existe entre las dimensiones de la procrastinación con el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021</p> <p>O.E.4. Determinar la relación que existe entre la procrastinación con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021</p> <p>O.E.5. Determinar la relación que existe entre la procrastinación con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021 según edad</p> <p>O.E.6. Determinar la relación que existe entre la procrastinación con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021 según sexo</p>	<p>H.E.3. Existe una relación directa y significativa entre las dimensiones de la Procrastinación en los estudiantes del Colegio -Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021</p> <p>H.E.4. Existe una relación directa y significativa entre las dimensiones del estrés académico y la procrastinación en los estudiantes del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco - 2021</p> <p>H.E.5. Existe un nivel de Procrastinación alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según edad.</p> <p>H.E.6. Existe un nivel de Procrastinación alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según sexo.</p> <p>H.E.7. Existe un nivel de estrés académico alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según edad.</p> <p>H.E.8. Existe un nivel de Estrés académico alto y significativo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería Cusco – 2021 según sexo.</p>		<p>Percepción de asignatura</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ESTR7, Utilidad de la asignatura en el futuro ● ESTR8, Comprensión de contenidos ● ESTR4, Recursos Personales - Creencias 	<p>Relación directa entre la procrastinación y Estrés Académico</p> <p>Población Constituida por 200 estudiantes</p> <p>Muestra Constituida por 128 alumnos</p> <p>Técnicas Encuestas</p> <p>Instrumentos 2 cuestionarios</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Inventario SISCO de estrés académico para estudiantes de primaria y secundaria de EBR
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------





ANEXO 02

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Nombre y Apellidos:

Edad: **Sexo:** **Grado:**

Instrucciones:

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S (5)	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
CS (4)	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
A (3)	A VECES (Me ocurre alguna vez)
CN (2)	POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N (1)	NUNCA (No me ocurre nunca)

ÍTEMS	RESPUESTAS				
	S	CS	A	CN	N
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto					
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3. Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.					
4. Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.					
5. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					
6. Asisto regularmente a clases.					
7. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
9. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
10. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
11. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15. Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16. Disfruto la mezcla de desafío con la emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					



ANEXO 03

INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADÉMICO PARA ESTUDIANTES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA DE EBR

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de Educación Básica Regular en el nivel Primario y Secundario durante sus estudios. La sinceridad con que respondan será de gran utilidad para la investigación.

1. Durante el transcurso de este año o periodo académico ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Si

No

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

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

1	2	3	4	5

3. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

ITEMS	(1) NUNCA	(2) RARA VEZ	(3) ALGUNAS VECES	(4) CASI SIEMPRE	(5) SIEMPRE
La rivalidad con los compañeros de clase (R1)					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares. (R1)					
La forma de ser y actuar del docente (R6)					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.). (R2)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.). (R5)					
No entender los temas que se abordan en la clase. (R8)					
Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc.). (R3)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo. (R5)					



4. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso:

ITEMS Reacciones Físicas	(1) NUNCA	(2) RARA VEZ	(3) ALGUNAS VECES	(4) CASI SIEMPRE	(5) SIEMPRE
Problemas para dormir (insomnio o pesadillas) (R1)					
Fatiga crónica (cansancio permanente). (R1)					
Dolores de cabeza o migrañas. (R8)					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea. (R6)					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. (R1)					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir. (R8)					
ITEMS Reacciones Psicológicas	(1) NUNCA	(2) RARA VEZ	(3) ALGUNAS VECES	(4) CASI SIEMPRE	(5) SIEMPRE
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo). (R3)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído). (R3)					
Ansiedad, angustia o desesperación. (R5)					
Problemas de concentración. (R8)					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad. (R1)					
ITEMS Reacciones Comportamentales	(1) NUNCA	(2) RARA VEZ	(3) ALGUNAS VECES	(4) CASI SIEMPRE	(5) SIEMPRE
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir (R5)					
Aislamiento de los demás. (R6)					
Desgano para realizar las labores escolares. (R6)					
Aumento o reducción del consumo de alimentos (R1)					
Otra (especifique)					

5. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo:

ITEMS	(1) NUNCA	(2) RARA VEZ	(3) ALGUNAS VECES	(4) CASI SIEMPRE	(5) SIEMPRE
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros). (R18)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas. (R5)					



Me brindo palabras de aliento o elogios. (R4)					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa). (R4)					
Llevar amuletos para el desarrollo del trabajo (R4)					
Búsqueda de información sobre la situación. (R8)					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa). (R18)					

Valoración:

CRITERIOS	PUNTAJE ACUMULADO
· ESTR5	
· ESTR6	
· ESTR18	
· ESTR1	
· ESTR2	
· ESTR3	
· ESTR7	
· ESTR8	
· ESTR4	
TOTAL – ESTRESACADM	



ANEXO 04

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Estudiante 21

Edad: ...13..... Sexo:M..... Grado: ...4to....

Instrucciones:

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S (5)	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
CS (4)	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
A (3)	A VECES (Me ocurre alguna vez)
CN (2)	POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N (1)	NUNCA (No me ocurre nunca)

ÍTEMS	RESPUESTAS				
	S	CS	A	CN	N
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto	X				
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.		X			
3. Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.			X		
4. Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.		X			
5. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda			X		
6. Asisto regularmente a clases.	X				
7. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.		X			
8. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.				X	
9. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan				X	
10. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio			X		
11. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.		X			
12. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.		X			
13. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.			x		
14. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.		X			
15. Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.		X			
16. Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.				X	



ANEXO 05

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DEL INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

El que suscribe, director **Juan Vila Báez** del colegio proyecto ingeniería Cusco otorga la presente a:

Señorita bachiller en psicología **Jasalia Hirely Puma Huaman** identificada con N °DNI **46331191** alumna de la **Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Andina**, ha realizado la aplicación de instrumentos de tesis titulado “procrastinación y estrés académico en estudiantes de 4to y 5to de secundaria del colegio proyecto ingeniería concerniente a la aplicación en forma satisfactoria.

Se le expide la presente constancia a fines que sea conveniente.

Atentamente

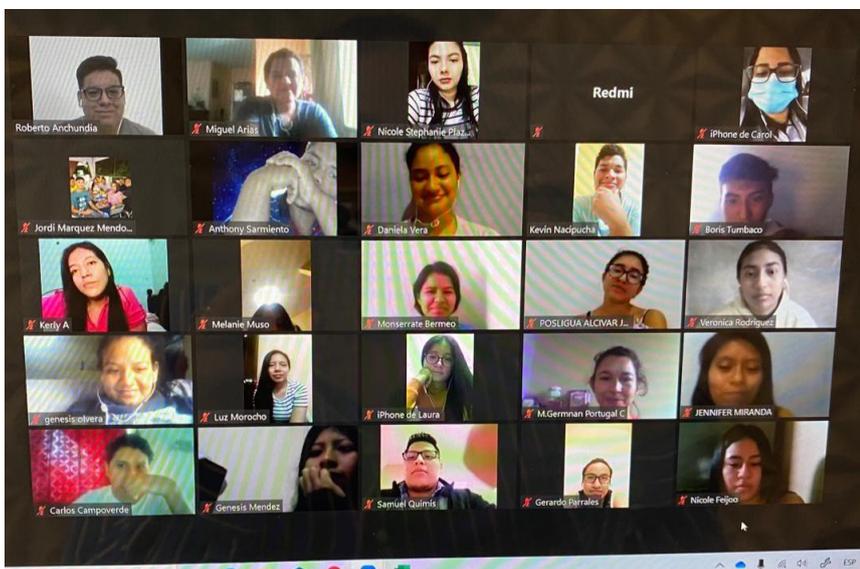
Juan vila Baez
Director

Cusco, 01 de diciembre 2021



ANEXO 06

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE LA APLICACIÓN.





ANEXO 07

DATA GENERAL DE LA VARIABLE: PROCRASTINACIÓN

N°	Estudiante	Sexo	Ciclo	Grado	Dimensión: Autorregulación										Prom	Valor	Dimensión: Postergación						Prom	Valor	Final
					Ite m 2	Ite m 3	Ite m 5	Ite m 6	Ite m 7	Ite m 10	Ite m 11	Ite m 12	Ite m 13	Ite m 14			Ite m 1	Ite m 4	Ite m 8	Ite m 9	Ite m 15	Ite m 16			
0	Estudiante 0	Procrastinador			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10		5	5	5	5	5	5	30		
1	Estudiante 1	V	VII	4to	4	3	3	5	3	3	3	3	2	1	30	Medio	1	3	2	2	1	2	11	Medio	41
2	Estudiante 2	V	VII	4to	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	15	Bajo	4	4	4	5	4	5	26	Alto	41
3	Estudiante 3	M	VII	4to	5	3	4	5	4	4	4	4	5	3	41	Alto	3	2	4	2	3	4	18	Medio	59
4	Estudiante 4	V	VII	4to	3	4	2	5	4	3	3	4	3	4	35	Alto	3	2	2	1	2	1	11	Medio	46
5	Estudiante 5	M	VII	4to	1	2	1	1	2	1	2	3	1	1	15	Bajo	4	3	3	5	4	3	22	Alto	37
6	Estudiante 6	V	VII	4to	5	4	4	5	3	4	4	3	5	4	41	Alto	1	2	2	1	3	4	13	Medio	54
7	Estudiante 7	V	VII	4to	2	3	2	5	3	3	2	3	2	3	28	Medio	2	3	3	4	2	3	17	Medio	45
8	Estudiante 8	V	VII	4to	4	2	3	5	3	4	4	3	4	2	34	Alto	1	2	2	2	3	2	12	Medio	46
9	Estudiante 9	V	VII	4to	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	37	Alto	2	3	1	2	3	2	13	Medio	50



10	Estudiante	M	VII	4to	4	2	3	4	3	3	4	3	4	2	32	Alto	1	2	3	2	2	1	11	Medio	43
11	Estudiante	M	VII	4to	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	29	Medio	4	3	3	2	4	2	18	Medio	47
12	Estudiante	V	VII	4to	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	16	Bajo	4	3	5	4	4	3	23	Alto	39
13	Estudiante	V	VII	4to	1	1	2	1	2	3	2	1	1	1	15	Bajo	4	4	3	5	4	5	25	Alto	40
14	Estudiante	V	VII	4to	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	37	Alto	1	2	2	2	1	3	11	Medio	48
15	Estudiante	M	VII	4to	2	2	1	5	3	3	2	3	2	2	25	Medio	4	3	2	1	1	2	13	Medio	38
16	Estudiante	V	VII	4to	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	15	Bajo	4	4	3	5	4	5	25	Alto	40
17	Estudiante	V	VII	4to	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	35	Alto	2	2	2	3	3	1	13	Medio	48
18	Estudiante	V	VII	4to	4	4	3	4	2	3	4	2	4	4	34	Alto	1	2	2	3	3	2	13	Medio	47
19	Estudiante	V	VII	4to	4	2	3	4	3	4	3	3	4	2	32	Alto	2	2	3	1	3	3	14	Medio	46
20	Estudiante	V	VII	4to	5	4	4	4	3	4	3	3	5	4	39	Alto	1	1	1	2	2	1	8	Bajo	47



21	Estudiante	M	VII	4to	1	2	1	1	2	3	2	1	1	1	15	Bajo	4	3	3	5	1	5	21	Alto	36
22	Estudiante	V	VII	4to	3	1	2	5	3	3	2	3	3	1	26	Medio	2	4	1	3	4	2	16	Medio	42
23	Estudiante	V	VII	4to	2	1	1	5	2	3	3	2	1	1	21	Medio	1	4	2	4	2	1	14	Medio	35
41	Estudiante	M	VII	5to	2	3	3	5	2	4	3	3	4	3	32	Medio	2	3	3	3	2	2	15	Medio	47
52	Estudiante	M	VII	5to	2	2	2	5	2	3	2	3	3	2	26	Medio	3	3	3	3	2	2	16	Medio	42
63	Estudiante	V	VII	5to	3	3	3	5	4	4	3	2	4	3	34	Alto	2	2	2	1	1	1	9	Bajo	43
74	Estudiante	M	VII	5to	5	2	3	5	2	4	3	4	4	3	35	Alto	2	3	2	2	1	1	11	Medio	46
85	Estudiante	V	VII	5to	2	2	4	5	2	4	2	3	4	4	32	Medio	3	2	4	3	2	2	16	Medio	48
96	Estudiante	M	VII	5to	3	2	3	5	3	4	3	4	4	3	34	Alto	4	2	3	2	3	1	15	Medio	49
07	Estudiante	M	VII	5to	3	2	3	5	2	3	2	4	3	3	30	Medio	3	2	3	2	2	3	15	Medio	45
18	Estudiante	M	VII	5to	4	2	5	5	4	3	4	5	3	5	40	Alto	3	3	1	2	1	1	11	Medio	51
29	Estudiante	V	VII	5to	2	2	2	5	2	5	4	3	5	2	32	Medio	4	3	2	3	2	2	16	Medio	48
30	Estudiante	M	VII	5to	3	2	2	4	4	4	3	2	4	2	30	Medio	3	2	2	3	3	2	15	Medio	45
31	Estudiante	V	VII	5to	2	3	2	5	3	3	3	4	3	2	30	Medio	3	2	3	3	3	2	16	Medio	46



35	Estudiante 12	M	VII	5to	3	2	2	5	2	4	3	3	4	2	30	Me dio	4	2	2	3	2	2	15	Medio	45
36	Estudiante 13	V	VII	5to	2	3	2	5	4	3	2	4	3	2	30	Me dio	2	2	2	2	3	2	13	Medio	43
37	Estudiante 14	M	VII	5to	3	2	3	5	2	4	3	4	4	3	33	Alt o	4	3	1	2	1	1	12	Medio	45
38	Estudiante 15	M	VII	5to	3	1	3	5	2	4	4	3	4	3	32	Me dio	3	2	2	2	3	3	15	Medio	47
39	Estudiante 16	M	VII	5to	4	2	4	5	4	4	4	4	4	4	39	Alt o	2	2	3	3	2	1	13	Medio	52
40	Estudiante 17	V	VII	5to	4	2	5	5	4	4	4	3	4	5	40	Alt o	4	3	2	2	2	2	15	Medio	55
41	Estudiante 18	V	VII	5to	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	33	Alt o	3	2	2	2	2	1	12	Medio	45
42	Estudiante 19	M	VII	5to	4	5	3	5	4	5	4	3	5	3	41	Alt o	3	3	2	2	2	1	13	Medio	54
43	Estudiante 20	M	VII	5to	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	40	Alt o	4	2	1	1	3	1	12	Medio	52
44	Estudiante 21	M	VII	5to	2	2	2	4	3	4	4	4	4	2	31	Me dio	3	3	2	2	2	2	14	Medio	45
45	Estudiante 22	M	VII	5to	2	2	1	5	2	4	4	5	4	1	30	Me dio	2	2	3	3	3	2	15	Medio	45



46	Estudiante 23	M	VII	5to	3	3	3	5	4	4	5	5	4	3	39	Alto	3	3	3	3	2	1	15	Medio	54
47	Estudiante 24	V	VII	5to	4	3	4	5	4	4	4	3	4	4	39	Alto	4	3	3	3	2	2	17	Medio	56
48	Estudiante 25	V	VII	5to	3	3	3	5	2	4	4	4	4	3	35	Alto	3	2	2	2	3	1	13	Medio	48
49	Estudiante 26	M	VII	5to	2	2	2	5	3	4	3	4	4	2	31	Medio	2	4	1	1	3	2	13	Medio	44
50	Estudiante 27	V	VII	5to	3	3	3	5	4	5	4	5	5	3	40	Alto	3	3	2	2	2	1	13	Medio	53
51	Estudiante 28	M	VII	5to	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	43	Alto	3	2	2	2	3	1	13	Medio	56
52	Estudiante 29	V	VII	5to	3	2	2	5	4	5	4	3	5	2	35	Alto	2	3	3	3	2	2	15	Medio	50
53	Estudiante 30	M	VII	5to	3	1	2	4	4	4	4	4	4	2	32	Medio	4	3	2	2	3	3	17	Medio	49
54	Estudiante 31	M	VII	5to	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	43	Alto	3	2	1	1	1	1	9	Bajo	52



ANEXO 08

DATA GENERAL DE LA VARIABLE: ESTRÉS ACADÉMICO

N°	Estudiante	Sexo	Ciclo	Grado	Dimensión: Estresores								Prom	Valor
					Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10		
1	Estudiante 1	V	VII	4to	1	3	3	4	3	2	1	3	20	Medio
2	Estudiante 2	V	VII	4to	1	4	3	5	5	2	3	4	27	Alto
3	Estudiante 3	M	VII	4to	1	4	3	4	4	1	1	4	22	Medio
4	Estudiante 4	V	VII	4to	1	3	3	4	3	2	1	4	21	Medio
5	Estudiante 5	M	VII	4to	2	4	3	5	4	2	3	5	28	Alto
6	Estudiante 6	V	VII	4to	1	3	2	4	3	2	1	4	20	Medio
7	Estudiante 7	V	VII	4to	2	4	2	4	4	3	1	3	23	Medio
8	Estudiante 8	V	VII	4to	1	2	2	3	4	2	1	3	18	Medio
9	Estudiante 9	V	VII	4to	2	2	3	3	4	3	2	4	23	Medio
10	Estudiante 10	M	VII	4to	1	3	2	3	3	2	2	4	20	Medio
11	Estudiante 11	M	VII	4to	3	4	3	4	4	3	2	4	27	Alto
12	Estudiante 12	V	VII	4to	2	3	3	5	5	3	2	5	28	Alto
13	Estudiante 13	V	VII	4to	1	5	2	5	4	2	2	5	26	Medio
14	Estudiante 14	V	VII	4to	1	4	2	4	4	2	3	5	25	Medio
15	Estudiante 15	M	VII	4to	2	4	2	4	4	2	2	5	25	Medio
16	Estudiante 16	V	VII	4to	2	3	4	3	4	3	5	4	28	Alto
17	Estudiante 17	V	VII	4to	1	2	3	4	2	2	1	4	19	Medio
18	Estudiante 18	V	VII	4to	1	3	3	3	4	2	2	3	21	Medio
19	Estudiante 19	V	VII	4to	1	3	2	3	5	2	2	3	21	Medio
20	Estudiante 20	V	VII	4to	2	2	2	5	2	2	2	3	20	Medio
21	Estudiante 21	M	VII	4to	1	4	3	5	4	3	3	4	27	Alto



22	Estudiante 22	V	VII	4to	1	3	2	3	2	2	2	4	19	Medio
23	Estudiante 23	V	VII	4to	2	4	3	4	4	3	1	5	26	Medio
24	Estudiante 1	M	VII	5to	2	4	2	4	4	4	2	5	27	Alto
25	Estudiante 2	M	VII	5to	2	3	3	4	5	2	1	5	25	Medio
26	Estudiante 3	V	VII	5to	2	3	3	4	3	4	2	4	25	Medio
27	Estudiante 4	M	VII	5to	2	4	3	3	4	3	2	4	25	Medio
28	Estudiante 5	V	VII	5to	3	3	2	3	3	3	2	3	22	Medio
29	Estudiante 6	M	VII	5to	3	4	2	3	4	4	1	3	24	Medio
30	Estudiante 7	M	VII	5to	4	4	2	4	4	3	1	3	25	Medio
31	Estudiante 8	M	VII	5to	3	5	3	5	4	2	1	4	27	Alto
32	Estudiante 9	V	VII	5to	3	3	3	4	3	3	2	4	25	Medio
33	Estudiante 10	M	VII	5to	3	4	3	4	3	1	2	3	23	Medio
34	Estudiante 11	V	VII	5to	4	4	2	4	2	2	1	3	22	Medio
35	Estudiante 12	M	VII	5to	3	4	2	3	3	2	1	3	21	Medio
36	Estudiante 13	V	VII	5to	2	3	3	4	3	2	1	4	22	Medio
37	Estudiante 14	M	VII	5to	4	2	3	4	2	2	2	3	22	Medio
38	Estudiante 15	M	VII	5to	3	3	3	4	3	2	2	4	24	Medio
39	Estudiante 16	M	VII	5to	4	5	3	5	2	3	2	3	27	Alto
40	Estudiante 17	V	VII	5to	4	5	3	4	4	2	3	4	29	Alto
41	Estudiante 18	V	VII	5to	3	5	3	3	4	4	3	3	28	Alto
42	Estudiante 19	M	VII	5to	1	3	3	5	4	2	2	2	22	Medio
43	Estudiante 20	M	VII	5to	2	3	3	5	3	2	2	4	24	Medio
44	Estudiante 21	M	VII	5to	2	2	2	4	3	3	2	3	21	Medio
45	Estudiante 22	M	VII	5to	1	2	2	4	2	2	3	3	19	Medio
46	Estudiante 23	M	VII	5to	2	5	3	4	4	1	3	3	25	Medio
47	Estudiante 24	V	VII	5to	2	4	3	5	4	2	2	3	25	Medio
48	Estudiante 25	V	VII	5to	2	3	2	4	3	2	1	3	20	Medio



49	Estudiante 26	M	VII	5to	2	3	2	3	3	2	1	2	18	Medio
50	Estudiante 27	V	VII	5to	3	2	3	4	2	2	2	4	22	Medio
51	Estudiante 28	M	VII	5to	3	4	2	5	4	2	3	4	27	Alto
52	Estudiante 29	V	VII	5to	3	5	3	5	4	3	3	2	28	Alto
53	Estudiante 30	M	VII	5to	2	4	3	4	4	2	1	3	23	Medio
54	Estudiante 31	M	VII	5to	2	1	2	2	1	2	1	2	13	Bajo

N°	Estudiante	Dimensión: Síntomas												Prom	Valor			
		Item 11	Ite m 12	Ite m 13	Ite m 14	Ite m 15	Ite m 16	Item 17	Ite m 18	Ite m 19	Ite m 20	Ite m 21	Ite m 22			Ite m 23	Item 24	Item 25
1	Estudiante 1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	18	Bajo
2	Estudiante 2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	34	Medio
3	Estudiante 3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	1	2	22	47	Medio
4	Estudiante 4	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	3	2	2	2	3	27	Medio
5	Estudiante 5	3	2	3	1	3	4	1	3	1	2	3	3	2	2	1	34	Medio
6	Estudiante 6	2	2	3	1	2	2	1	3	1	2	3	1	1	2	1	27	Medio
7	Estudiante 7	2	1	2	1	2	2	1	3	3	2	3	1	1	1	2	27	Medio
8	Estudiante 8	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	3	1	1	2	3	26	Medio
9	Estudiante 9	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	3	1	1	2	2	25	Bajo
10	Estudiante 10	2	1	3	1	3	2	1	2	1	1	3	1	1	1	1	24	Bajo
11	Estudiante 11	2	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	1	29	Medio
12	Estudiante 12	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	1	39	Medio
13	Estudiante 13	4	1	3	2	4	4	2	2	2	2	3	2	3	1	1	36	Medio
14	Estudiante 14	4	2	2	2	4	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	38	Medio
15	Estudiante 15	4	1	4	2	4	4	2	2	2	2	3	2	2	1	2	37	Medio



16	Estudiante 16	5	1	4	2	4	4	1	1	1	1	2	3	4	1	3	37	Medio
17	Estudiante 17	5	1	4	1	2	5	1	1	1	1	2	1	1	1	3	30	Medio
18	Estudiante 18	5	1	3	1	2	5	2	3	3	3	2	1	1	1	2	35	Medio
19	Estudiante 19	4	1	3	2	3	4	2	2	2	2	3	2	2	1	1	34	Medio
20	Estudiante 20	3	1	3	2	3	3	1	1	1	1	3	2	2	1	2	29	Medio
21	Estudiante 21	2	1	3	2	2	3	1	2	1	1	3	4	3	1	2	31	Medio
22	Estudiante 22	3	1	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	33	Medio
23	Estudiante 23	5	2	4	2	1	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	40	Medio
24	Estudiante 1	3	2	1	1	1	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	33	Medio
25	Estudiante 2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	27	Medio
26	Estudiante 3	3	2	1	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	34	Medio
27	Estudiante 4	4	2	3	2	3	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	37	Medio
28	Estudiante 5	4	2	1	1	3	4	1	1	3	2	3	1	1	2	2	31	Medio
29	Estudiante 6	3	2	3	1	2	3	1	3	1	2	3	1	1	2	1	29	Medio
30	Estudiante 7	3	2	1	2	2	4	1	1	3	2	3	2	2	2	1	31	Medio
31	Estudiante 8	3	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	38	Medio
32	Estudiante 9	4	2	1	2	3	3	1	1	3	2	3	2	2	2	2	33	Medio
33	Estudiante 10	3	1	3	1	2	3	1	2	1	1	2	1	1	1	3	26	Medio
34	Estudiante 11	3	1	3	1	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	23	Bajo
35	Estudiante 12	2	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	26	Medio
36	Estudiante 13	3	2	1	1	3	3	2	2	3	2	3	1	1	2	3	32	Medio
37	Estudiante 14	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	30	Medio
38	Estudiante 15	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	31	Medio
39	Estudiante 16	4	2	2	2	3	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	29	Medio
40	Estudiante 17	4	2	1	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	32	Medio
41	Estudiante 18	3	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	34	Medio
42	Estudiante 19	3	2	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	36	Medio



43	Estudiante 20	3	2	3	4	2	2	2	3	2	2	2	4	4	2	2	39	Medio	
44	Estudiante 21	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	34	Medio	
45	Estudiante 22	4	1	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	33	Medio	
46	Estudiante 23	3	1	2	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	1	1	32	Medio	
47	Estudiante 24	3	2	2	3	3	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	36	Medio	
48	Estudiante 25	3	2	1	3	4	3	1	2	3	2	2	3	3	2	3	37	Medio	
49	Estudiante 26	3	2	1	2	4	3	1	4	1	2	2	2	2	2	3	34	Medio	
50	Estudiante 27	3	2	2	2	3	3	1	2	3	2	1	2	2	2	3	33	Medio	
51	Estudiante 28	3	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	32	Medio	
52	Estudiante 29	3	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	1	1	2	3	29	Medio	
53	Estudiante 30	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	28	Medio
54	Estudiante 31	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	24	Bajo	



N°	Estudiante	Dimensión: Estrategias de afrontamiento (-)						Prom	Valor
		Item 26	Item 27	Item 28	Item 29	Item 30	Item 31		
1	Estudiante 1	4	3	2	2	3	4	18	Medio
2	Estudiante 2	5	4	4	5	3	5	26	Alto
3	Estudiante 3	4	2	4	2	3	4	19	Medio
4	Estudiante 4	4	2	2	1	3	4	16	Medio
5	Estudiante 5	5	3	3	5	3	5	24	Alto
6	Estudiante 6	4	2	2	1	2	4	15	Medio
7	Estudiante 7	4	3	3	4	2	4	20	Alto
8	Estudiante 8	3	2	2	2	2	3	14	Medio
9	Estudiante 9	3	3	1	2	3	3	15	Medio
10	Estudiante 10	3	2	3	2	2	3	15	Medio
11	Estudiante 11	4	3	3	2	3	4	19	Medio
12	Estudiante 12	5	3	5	4	3	5	25	Alto
13	Estudiante 13	5	4	3	5	2	5	24	Alto
14	Estudiante 14	4	2	2	2	2	4	16	Medio
15	Estudiante 15	4	3	2	1	2	4	16	Medio
16	Estudiante 16	3	4	3	5	4	3	22	Alto
17	Estudiante 17	4	2	2	3	3	4	18	Medio
18	Estudiante 18	3	2	2	3	3	3	16	Medio
19	Estudiante 19	3	2	3	1	2	3	14	Medio
20	Estudiante 20	5	1	1	2	2	5	16	Medio
21	Estudiante 21	5	3	3	5	3	5	24	Alto
22	Estudiante 22	3	4	1	3	2	3	16	Medio
23	Estudiante 23	4	4	2	4	3	4	21	Alto
24	Estudiante 1	4	3	3	3	2	4	19	Medio
25	Estudiante 2	4	3	3	3	3	4	20	Alto
26	Estudiante 3	4	2	2	1	3	4	16	Medio
27	Estudiante 4	3	3	2	2	3	3	16	Medio
28	Estudiante 5	3	2	4	3	2	3	17	Medio
29	Estudiante 6	3	2	3	2	2	3	15	Medio
30	Estudiante 7	4	2	3	2	2	4	17	Medio
31	Estudiante 8	5	3	1	2	3	5	19	Medio
32	Estudiante 9	4	3	2	3	3	4	19	Medio
33	Estudiante 10	4	2	2	3	3	4	18	Medio



34	Estudiante 11	4	2	3	3	2	4	18	Medio
35	Estudiante 12	3	2	2	3	2	3	15	Medio
36	Estudiante 13	4	2	2	2	3	4	17	Medio
37	Estudiante 14	4	3	1	2	3	4	17	Medio
38	Estudiante 15	4	2	2	2	3	4	17	Medio
39	Estudiante 16	5	2	3	3	3	5	21	Alto
40	Estudiante 17	4	3	2	2	3	4	18	Medio
41	Estudiante 18	3	2	2	2	3	3	15	Medio
42	Estudiante 19	5	3	2	2	3	5	20	Alto
43	Estudiante 20	5	2	1	1	3	5	17	Medio
44	Estudiante 21	4	3	2	2	2	4	17	Medio
45	Estudiante 22	4	2	3	3	2	4	18	Medio
46	Estudiante 23	4	3	3	3	3	4	20	Alto
47	Estudiante 24	5	3	3	3	3	5	22	Alto
48	Estudiante 25	4	2	2	2	2	4	16	Medio
49	Estudiante 26	3	4	1	1	2	3	14	Medio
50	Estudiante 27	4	3	2	2	3	4	18	Medio
51	Estudiante 28	5	2	2	2	2	5	18	Medio
52	Estudiante 29	5	3	3	3	3	5	22	Alto
53	Estudiante 30	4	3	2	2	3	4	18	Medio
54	Estudiante 31	2	2	1	1	2	2	10	Bajo



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Este formulario es para los Padres de familia de los estudiantes de 4to y 5to grado, que estén estudiando en el nivel secundario de instituciones educativas de Educación Básica Regular; a quienes pediremos que participen en la investigación de Procrastinación y estrés académico siendo aplicador de los instrumentos relacionados a las variables de estudio, bachiller de psicología.

Propósito de este estudio es establecer la relación existente entre la Procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Matemático Proyecto Ingeniería, Cusco-2021. Estos datos, utilizados con fines académicos y de información para la Universidad Andina del Cusco.

La información de la investigación es confidencial, no se compartirá sin su permiso, ya que es de índole privado y de manejo solo de la Institución Educativa en mención, además tratándose de estudiantes que son menores de edad, se utilizará los medios para resguardar su integridad y confidencialidad de la información.

Seguidamente de esta breve explicación le invitamos a firmar o no el consentimiento:

Yo _____ padre de familia del/ de la estudiante de 4to/5to de secundaria. Luego de leer la información presentada anteriormente, consiento que mi menor hija/hijo pueda participar en este estudio, resguardando su integridad y confidencialidad de la información hallada.

Firma del Padre de familia: _____

Fecha: _____