



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE DOCTORADO EN EDUCACIÓN**

**Estilos de afrontamiento de estrés y procrastinación  
académica en estudiantes universitarios de una  
universidad particular en Huancayo – 2019**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

**Doctora en Educación**

**AUTORA:**

**Mg. Cinthya Leninka Zevallos Carbajal (ORCID: 0000-0002-2401-3004)**

**ASESOR:**

**PhD. Dulio Oseda Gago (ORCID: 0000-0002-3136-6094)**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

**Innovaciones Pedagógicas**

**Trujillo – Perú**

**2020**

## **DEDICATORIA**

A Dios, y a la Santísima Virgen por concederme salud e integridad para ultimar con este gran objetivo.

A mi madre, Socorro, quien con su calidad de persona le debo todo lo que soy, sirviéndome de motivación para seguir siempre adelante y a mi padre pues conozco que poseo mucho de él.

A mi amado esposo Toño, por su invaluable apoyo y motivación en todo momento, y a mis adorados hijos, Vanya Nicole y Nicolás Antonio por ser la razón de mi vida y el motivo de mis acciones.

Cinthy Leninka

## **AGRADECIMIENTO**

A las autoridades universitarias de la Universidad César Vallejo de Trujillo.

A las autoridades de la Universidad Continental, en especial al coordinador de la EAP de Psicología; Mg. Jorge Salcedo Chuquimantari, por el apoyo en realizar la presente investigación.

A mi asesor, el Dr. Dulio Oseda Gago, por su invaluable apoyo en la realización en la presente investigación.

Al Dr. Gilberto Antonio Dávila Maldonado, por su apoyo y asesoramiento profesional en el desarrollo de la presente tesis.

La Autora

## Página del Jurado

## Declaratoria de Autenticidad

## PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado presento ante ustedes la tesis titulada: Estilos de afrontamiento de estrés y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad particular en Huancayo – 2019, con la finalidad de determinar la relación entre el estilo de afrontamiento de estrés predominante y el nivel de procrastinación académica en estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental Huancayo – 2019, en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo para obtener el grado de Doctor en Educación.

Es así que, la investigación se presenta en ocho capítulos, donde el Capítulo I, contiene la descripción de la realidad problemática, los trabajos previos a esta investigación, así como la formulación del problema, objetivos e hipótesis; en el Capítulo II se desarrolla y presenta el marco metodológico de la investigación, el diseño, las variables, población, muestra, las técnicas de recolección de datos como también se presenta los métodos y análisis de los datos y los aspectos éticos. En el Capítulo III, se presenta los resultados con sus respectivas interpretaciones y análisis, en el Capítulo IV la discusión, en el Capítulo V las conclusiones, en el Capítulo VI las recomendaciones, en el Capítulo VII se presenta la propuesta de mejora en relación a los resultados de la investigación, y finalmente el Capítulo VIII contiene las referencias bibliográficas que se utilizó en la presente investigación.

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

La Autora.

## ÍNDICE

Carátula .....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Página del Jurado.....	iv
Declaratoria de Autenticidad.....	v
Presentación .....	vi
Índice .....	vii
Índice de tablas .....	x
Índice de figuras.....	xiii
<b>RESUMEN</b> .....	xv
<b>ABSTRACT</b> .....	xvi
<b>RESUMO</b> .....	xvii
<b>CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN</b> .....	17
1.1. Realidad problemática .....	17
1.2. Trabajos previos .....	20
1.3. Teorías relacionadas al tema .....	25
1.3.1. Estrés .....	27
1.3.2. Afrontamiento al Estrés .....	30
1.3.3. Procrastinación académica.....	33
1.4. Formulación del problema.....	36
1.5. Justificación del Estudio .....	37
1.6. Hipótesis .....	38
1.7. Objetivos.....	39
<b>CAPÍTULO II MÉTODO</b> .....	41
2.1. Diseño de investigación .....	43
2.2. Variables y operacionalización .....	44
2.3. Población, muestra y muestreo .....	47
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad. .....	49

2.5. Método de análisis de la información .....	56
2.6. Aspectos éticos.....	57
<b>CAPÍTULO III RESULTADOS .....</b>	<b>59</b>
3.1. Resultados Descriptivos.....	60
3.2. Contrastación de hipótesis: .....	72
3.3. Contrastación de hipótesis específica 1: .....	74
3.4. Contrastación de hipótesis específica 2 .....	77
3.5. Contrastación de hipótesis específica 3 .....	79
3.6. Contrastación de hipótesis específica 4 .....	82
<b>CAPÍTULO IV DISCUSIÓN.....</b>	<b>85</b>
<b>CAPÍTULO V CONCLUSIONES.....</b>	<b>92</b>
<b>CAPÍTULO VI RECOMENDACIONES.....</b>	<b>94</b>
<b>CAPÍTULO VII PROPUESTA .....</b>	<b>96</b>
7.1. Denominación del plan de mejora .....	96
7.2. Fundamentación .....	96
7.3. Justificación .....	97
7.4. Aspectos identificados .....	98
7.5. Objetivo general.....	98
7.6. Objetivos específicos .....	98
7.7. Metas .....	99
7.8. Planificación.....	99
7.9. Modalidad .....	99
7.10. Recursos.....	99
<b>CAPÍTULO VIII REFERENCIAS .....</b>	<b>100</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>105</b>



**ANEXOS:**

Anexo 01: Matriz de consistencia

Anexo 02: Matriz operacionalización de variables

Anexo 03: Matriz del instrumento

Anexo 04: Instrumento (cuestionario)

Anexo 05: Fichas de validación

Anexo 06: Confiabilidad Alpha de Cronbach

Anexo 07: Base de datos

Anexo 08: Constancia de aplicación

Anexo 09: Evidencias fotográficas.

Anexo 10: Artículo Científico

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	
Matriz de operacionalización de variable 1: Estilos de afrontamiento al estrés ....	45
Tabla 2	
Matriz de operacionalización de variable 2: Procrastinación académica .....	46
Tabla 3	
Población y muestra de estudiantes de la EAP de Psicología de la Universidad Continental.....	48
Tabla 4	
Ficha técnica Cuestionario de Afrontamiento de Estrés (COPE) .....	50
Tabla 5	
Baremación y/o rangos de los estilos de afrontamiento al estrés .....	51
Tabla 6	
Ficha técnica Cuestionario de Procrastinación Académica .....	52
Tabla 7	
Baremación y/o Rangos originales del Cuestionario de Procrastinación .....	53
Tabla 8	
Baremación y/o Rangos modificados del Cuestionario de Procrastinación Académica .....	54
Tabla 9	
Lista de Juicio de Expertos .....	55
Tabla 10	
Equivalencias de la confiabilidad.....	56
Tabla 11	
Resultado descriptivo de la variable Estilos de Afrontamiento al Estrés de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....	60

Tabla 12	
Resultado descriptivo de la variable Niveles de Estilos de Afrontamiento al Estrés Centrado al Problema de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....	61
Tabla 13	
Resultado descriptivo de la variable Nivel de Procrastinación Académica de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....	63
Tabla 14	
Resultado descriptivo de la dimensión Nivel de Falta de Motivación de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....	64
Tabla 15	
Resultado descriptivo de la dimensión Nivel de Falta de Conocimiento de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....	66
Tabla 16	
Resultado descriptivo de la dimensión Nivel de Falta de Método de Trabajo de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....	68
Tabla 17	
Resultado descriptivo de la dimensión Nivel de Presencia de Estrés de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....	70
Tabla 18	
Contrastación de la hipótesis general. ....	73
Tabla 19	
Contrastación de la hipótesis específica 1 .....	75
Tabla 20	
Contrastación hipótesis específica 2 .....	78

Tabla 21	
Contrastación de hipótesis específica 3. ....	80
Tabla 22	
Contrastación de hipótesis específica 4 .....	83

## ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1: <i>Pasos en la percepción del estrés.....</i>	28
Figura 2: <i>Fórmula del tamaño de la muestra .....</i>	47
Figura 3: <i>Fórmula estadística de Rho de Spearman.....</i>	57
Figura 4: <i>Resultado descriptivo de la variable Estilos de Afrontamiento al Estrés de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....</i>	60
Figura 5: <i>Resultado descriptivo de la variable Niveles de Estilos de Afrontamiento al Estrés Centrado al Problema de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental.....</i>	62
Figura 6: <i>Resultado descriptivo de la variable Niveles de Procrastinación académica de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....</i>	63
Figura 7: <i>Resultado descriptivo de la dimensión Nivel de Falta de motivación de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....</i>	65

Figura 8:

*Resultado descriptivo de la dimensión Nivel de Falta de conocimiento de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental.....66*

Figura 9:

*Resultado descriptivo de la dimensión Nivel de Método de trabajo de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental .....68*

Figura 10:

*Resultado descriptivo de la dimensión Nivel de Presencia de estrés de los estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental.....70*

## RESUMEN

El presente estudio de investigación, se ha desarrollado a fin de alcanzar el objetivo central: Determinar la relación entre el estilo de afrontamiento de estrés predominante y el nivel de procrastinación académica en estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental Huancayo – 2019, para lo cual se formuló la hipótesis: Existe relación indirecta y significativa entre el estilo de afrontamiento de estrés predominante y el nivel de procrastinación académica en estudiantes universitarios de la EAP de Psicología de la Universidad Continental Huancayo – 2019.

La investigación cuenta con un diseño no experimental transversal correlacional, hace uso del método científico y el hipotético deductivo, administrando el Cuestionario Modos de Afrontamiento de Estrés (COPE) y el Cuestionario de Procrastinación Académica, aplicados a una muestra de 292 estudiantes la cual se obtuvo mediante la técnica del muestreo probabilístico del tipo aleatorio estratificado.

En conclusión, el valor del coeficiente de correlación Rho de Spearman entre el estilo de afrontamiento de estrés predominante (en este caso el centrado al problema) y el nivel de procrastinación académica es  $r = 0.056$ ; lo que significa que no existe correlación indirecta y significativa entre las variables en estudio; y queda evidenciado estadísticamente que se no se rechaza la hipótesis nula, pues  $p = 0.343 \geq 0.05$ .

**Palabras clave:** afrontamiento al estrés y procrastinación académica.

## ABSTRACT

The present research study has been developed in order to achieve the central objective: To determine the relationship between the predominant stress coping style and the level of academic procrastination in university psychology students of the Huancayo Continental University - 2019, for which The hypothesis was formulated: There is an indirect and significant relationship between the predominant stress coping style and the level of academic procrastination in university students of psychology at the Huancayo Continental University - 2019.

The investigation was carried out with a non-experimental correlational cross-sectional design, using the scientific method and the hypothetical deductive method, by using “Cuestionario Modos de Afrontamiento de Estrés (COPE)” and “Cuestionario de Procrastinación Académica”, applied to 292 psychology university students, which was obtained through the probabilistic sampling technique of the stratified random type.

In conclusion, the value of Spearman's Rho correlation coefficient between the predominant coping style (in this case focused on the problem) and the level of academic procrastination is  $r = 0.056$ ; which means that there is no indirect and significant correlation between the variables under study; and it is statistically evidenced that the null hypothesis not rejected, because  $p = 0.343 \geq 0.05$ .

**Keywords:** stress coping styles and academic procrastination.



## RESUMO

O presente estudo foi desenvolvido com o objetivo de alcançar o objetivo central: Determinar a relação entre o estilo predominante de enfrentamento ao estresse e o nível de procrastinação acadêmica em estudantes universitários do EAP de Psicologia da Universidade Continental de Huancayo - 2019, para o qual a hipótese foi formulada: Existe uma relação indireta e significativa entre o estilo predominante de enfrentamento ao estresse e o nível de procrastinação acadêmica em estudantes universitários do EAP de Psicologia da Universidade Continental Huancayo - 2019.

Foi realizada uma investigação com delineamento transversal não-experimental correlacional, utilizando o método científico e o método dedutivo hipotético, aplicado “Cuestionario Modos de Afrontamiento de Estrés (COPE)” and “Cuestionario de Procrastinación Académica”, aplicado a uma amostra de 292 estudantes de psicologia, obtida através da técnica de amostragem probabilística do tipo aleatório estratificado.

Concluindo, o valor do coeficiente de correlação de Spearman Rho entre o estilo predominante de enfrentamento ao estresse (neste caso o problema centrado) e o nível de procrastinação acadêmica é  $r = 0,056$ ; o que significa que não há indireta e significativa entre as variáveis estudadas e é estatisticamente comprovado que a hipótese nula não é rejeitada, uma vez que  $p = 0,343 \geq 0,05$ .

**Palavras-chave:** lidar com o stress e procrastinação acadêmica.