



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **Psicología**

“ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN
JÓVENES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE
LIMA - PERÚ, EN EL 2021”.

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autores:

Magaly Magdalena Espinoza Crisostomo

Fiorella Mariorie Guerra Miranda

Asesor:

Dr. Jorge Alberto Flores Morales

<https://orcid.org/0000-0002-3678-5511>

Lima – Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	LIP MARIN DE SALAZAR, TANIA	08179761
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	MENDOZA CANICELA, LADY STHEFANY	46080409
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	ROA MEGGO, YSIS JUDITH	40174394
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

tesis Magaly y Mariorie

INFORME DE ORIGINALIDAD

0%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 5%

Excluir bibliografía

Activo

DEDICATORIA

El presente trabajo se lo dedicamos con todo el amor y cariño a nuestra familia, por brindarnos su confianza y su amor incondicional, mis logros se los debo a ustedes por acompañarnos en alcanzar nuestros anhelos. A las pequeñas Keireline y Arianna, por haber sido un soporte en los momentos más difíciles.

AGRADECIMIENTO

Concluimos una etapa maravillosa en nuestras vidas, extendemos un profundo y sincero agradecimiento a nuestros abuelos, padres y hermanos que hicieron posible este sueño. Muchas gracias a ustedes por demostrarnos que “Son nuestra gran fuerza, han estado acompañándonos en las buenas y en las malas, siempre nos han inspirado para luchar por alcanzar nuestros sueños y gracias a ustedes hemos logrado grandes cosas”

Nuestra gratitud a la Escuela de Psicología, agradecemos a nuestro asesor de tesis el Dr. Walter Abanto Vélez, gracias por la paciencia, apoyo y enseñanzas. A nuestros docentes universitarios quienes nos guiaron y caminaron junto a nosotras en todo momento siendo una fuente de inspiración y apoyo en nuestra vida profesional.

GRACIAS INFINITAS.

TABLA DE CONTENIDOS

JURADO EVALUADOR.....	2
INFORME DE SIMILITUD.....	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDOS	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
ÍNDICE DE FIGURAS	8
RESUMEN	9
ABSTRACT	10
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO II. MÉTODO	20
CAPITULO III: RESULTADOS.....	24
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	27
REFERENCIAS.....	31
ANEXOS	36

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Estadística de correlación entre las variables Estrés Académico y Procrastinación.....	25
Tabla 2 Correlación ente la dimensión Estresores y Procrastinación	25
Tabla 3 Correlación entre la dimensión Síntomas y Procrastinación	26
Tabla 4 Correlación entre la dimensión Estrategias de afrontamiento y Procrastinación	26

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Distribución de niveles según la variable estrés académico.....	24
Figura 2 Distribución de niveles según la variable procrastinación	24

RESUMEN

El objetivo del estudio fue determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021. La metodología fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, alcance descriptivo-correlacional, corte transversal, con un muestreo no probabilístico por conveniencia. La población estuvo conformada por 278 mujeres y 104 hombres de edades entre 17 – 28 años. Los resultados obtenidos indican que existe relación significativa entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú. Además, existe relación débil y estadísticamente significativa entre la dimensión estresores y la procrastinación ($Rho = 0.391$; $p < 0.01$), la dimensión síntomas guarda relación moderada y significativa con la procrastinación ($Rho = 0.457$; $p < 0.01$), mientras que no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación. ($p > 0.05$).

Palabras clave: Estrés académico, procrastinación, estrés, procrastinar, jóvenes universitarios

ABSTRACT

The objective of the study was to determine the relationship between academic stress and procrastination in young university students from the city of Lima- Peru, in 2021. The methodology was of a quantitative approach, non-experimental design, correlational scope, cross-section, with a non-sampling sample. probabilistic for convenience. The population consisted of 278 women and 104 men aged 17 - 28 years. The results obtained indicate that there is a significant relationship between academic stress and procrastination in university students from the city of Lima-Peru. In addition, there is a statistically significant relationship between the stressors dimension and the symptoms dimension with the procrastination variable in university students from the city of Lima. However, there is no statistically significant relationship between the dimension of coping strategies and procrastination. Finally, significant differences have been found according to sex in the variable academic stress in young university students-

Key words: Academic stress, procrastination, stress, to procrastinate, University Students

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

Estudiar el estrés académico y procrastinación, implica conocer varios mecanismos de defensa que actúan frente a variadas situaciones amenazantes o agobiantes. En los últimos años, esta problemática está presentándose con mayor frecuencia en el Perú, afectando a la planificación y organización de actividades académicas de los jóvenes de forma directa, especialmente en la etapa universitaria, donde aparecen diversidad de estímulos en los estudiantes que forman distractores y cuya consecuencia conlleva la acumulación de responsabilidades, generando una sobrecarga negativa y mucho estrés.

Según algunas revisiones alrededor del mundo, la procrastinación académica afecta entre el 10% y 75% de estudiantes universitarios (Burgos & Salas, 2020). En España, la Universidad Miguel de Cervantes (2021) refiere que producto de la pandemia, se ha generado un gran impacto en la salud psicológica, pues el uso de las nuevas tecnologías de aprendizaje ha afectado entre el 33% y el 55% de estudiantes que tienen comportamientos de postergación de actividades académicas. La expansión de la enfermedad ha interrumpido las modalidades presenciales de educación y frente a ello, ha adaptado una modalidad remota, instaurando forzosamente una serie de competencias tecnológicas necesarias para el aprendizaje en estas plataformas. Tanto docentes como estudiantes se han visto afectados desfavorablemente debido a la sobrecarga de trabajos y exposición constante a las herramientas electrónicas (celular o computadora) causando cansancio visual y estrés.

Asimismo, en Latinoamérica, la aparición del estrés se ha convertido en un variable recurrente; ante ello, la necesidad de hacer este tipo de investigaciones se ve reflejado en la actualidad con datos significativos que informan que se ha dado un incremento de la población jóvenes universitarios víctimas del estrés. (Marreros, 2017). Según Barraza (2018) la tensión se experimenta desde los grados escolares iniciales hasta la universidad a lo largo de su proceso de aprendizaje. Este evento en particular, es denominado estrés académico y sucede a nivel

individual como grupal y abarca todas las actividades que involucran el sistema educativo escolar o superior. En ese sentido, Ayala et al. (2020) indican que la postergación de actividades académicas forma parte del conjunto de conductas que provocan una interrupción voluntaria en la entrega en el plazo fijado de las actividades propias del aprendizaje como las tareas, informes o exámenes. Relacionado con la actitud de postergación se encuentran baja autoestima, escasa autoconfianza y autocontrol, déficit en las habilidades de planificación, ansiedad e impulsividad.

En Perú, dicho incremento se puede evidenciar en algunas cifras como las que reportó el Ministerio de Educación (MINEDU, 2019) quienes detectaron que el 79% de universitarios peruanos presentan estrés académico, cifra que aumentó al 2021, pues Cassaretto et al. (2021) reportaron que el 83% de estudiantes peruanos han padecido de estrés académico durante los semestres académicos de ese año. También, un informe en “El Comercio” (2021), resaltó que una de las causas de mayor estrés es la modalidad virtual de las clases, debido a la dificultad que requiere adaptarse a estos medios y al incremento en la asignación de tareas, a lo que se le adiciona los problemas familiares y económicos debido a la crisis mundial por el COVID-19.

La procrastinación académica está asociada a una baja adaptación del estudiante a la vida universitaria, en otras palabras, a mayor nivel de procrastinación, menor será la adaptación (Morales & Chávez, 2017). mientras que en Perú, al menos el 14.1% de universitarios postergan las actividades académicas Además, el comportamiento procrastinador es considerado una desventaja por su relación con la baja autoestima, baja autoconfianza, escaso autocontrol, depresión, perfeccionismo, impulsividad y ansiedad (Burgos & Salas, 2020).

Tomando en cuenta todo lo recopilado, el estrés académico y procrastinación son variables que denotan la problemática que se encuentran los jóvenes estudiantes en el ámbito educativo, ya que, está ligado a las exigencias de clases remotas, problemas familiares y su inadecuada gestión del tiempo, que cabe mencionar, que el cumulo de tareas no realizadas generan un estrés abrumador por realizarlas a último momento o en el sentido de la aglomeración

de tareas por un efecto estresor. Ante ello surge una relación fuerte en las dos variables de la presente investigación. Frente a ello, se formula las siguientes preguntas de investigación:

1.1. Formulación del problema

¿Existe relación entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?

¿Cuáles son los niveles de estrés académico en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?

¿Cuáles son los niveles de procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?

¿Existe relación entre la dimensión estresores y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?

¿Existe relación entre la dimensión síntomas y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?

¿Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?

Asimismo, frente a la problemática abordada en el presente estudio, es importante explicar cómo se relacionan las variables estrés académico y procrastinación en una población de universitarios, ya que proveerá de herramientas que permitan intervenir en dicha población para la mejora de su calidad de vida. En esa misma línea, se procedió a realizar la revisión de los antecedentes de estudio encontrando lo siguiente:

A nivel internacional, Barraza & Barraza (2019) realizaron en México un estudio de enfoque cuantitativo, alcance correlacional, diseño no experimental y corte transversal, con el objetivo principal de determinar la relación entre la procrastinación y estrés académico en una muestra de 300 universitarios, a quienes evaluaron con la Escala de Procrastinación Académica de Busko y el Inventario SISCO de estrés académico. Sus resultados mostraron que no existe

relación significativa ($p > 0.05$) entre ambas variables, mencionando que la presencia de estrés no ejerce influencia alguna en la presencia de procrastinación; por lo que es importante ampliar las líneas de investigación a otras variables que repercutan significativamente.

Magnín (2021) publicó en Argentina una investigación cuyo objetivo general fue evaluar la relación existente la procrastinación y el estrés académico en una muestra de 64 universitarios de ambos sexos, a quienes se les aplicó la Escala de Procrastinación de Tuckman y el Inventario SISCO de estrés académico. Sus resultados mostraron que entre las variables existe una relación muy significativa, directa y de grado moderado ($r = 0.55$; $p < 0.01$) concluyendo que, a mayor grado de estrés, mayor presencia de estrés académico.

Camarillo et al. (2021) realizaron en México un estudio en el ámbito de la educación en línea, con el objetivo principal de evaluar la relación existente entre la procrastinación y el estrés académico en una muestra de 102 universitarios, a quienes se les aplicó la Escala de Procrastinación Académica de Busko y el Inventario SISCO de estrés académico. Reportaron que entre ambas variables existe una correlación directa y significativa ($p < 0.05$) concluyendo que ambas variables están ampliamente relacionadas y aparecen en la comunidad estudiantil, aun cuando la modalidad sea en línea.

A nivel nacional, Medrano (2017) realizó una investigación cuantitativa y alcance correlacional para evaluar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en una muestra de 112 estudiantes de pregrado. Los instrumentos utilizados fueron Procrastination Assessment Scale-Students (PASS) y el Cuestionario de Estrés Académico en la Universidad (CEAU) modificado. El estudio concluyó la presencia de correlación débil y significativa entre las variables anteriormente mencionadas ($r = 0.340$).

En tanto, Hidalgo (2019) realizó su investigación cuantitativa de alcance correlacional, donde tuvo por objetivo principal determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en una muestra de 608 de estudiantes universitarios. Se empleó como instrumentos el Inventario

de Estrés Académico SISCO y la Escala de Procrastinación Académica de Tuckman. Los resultados, indicaron que existe correlación directa débil y significativa entre las variables de estudio ($r = 0.380$, $p < 0.01$); asimismo, la dimensión estresores y la procrastinación demostraron una relación débil ($r = 0.290$), una relación moderada con la dimensión síntomas ($r = 0.420$) y una relación inversa y débil con la dimensión estrategias de afrontamiento ($r = -0.220$).

Además, Bernal (2019) realizó en Lima una investigación con el objetivo de identificar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en una muestra de 156 universitarios evaluados con la Escala de Procrastinación Académica de Busko y el Inventario SISCO de estrés académico. Sus resultados demostraron que existe correlación positiva débil y significativa entre ambas variables ($r = 0.264$; $p < 0.01$) de modo que se concluye que a mayor procrastinación mayor presencia de estrés.

Asimismo, Díaz (2020) desarrolló una investigación cuantitativa y correlacional con el propósito de analizar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en una muestra de 106 estudiantes de una universidad chiclayana a quienes evaluaron con la Escala de procrastinación en Adolescentes (EPA) de Arévalo y el Inventario SISCO del Estrés Académico de Barraza. Los resultados muestran que existe una correlación débil y significativa ($r = 0.373$; $p < 0.01$) entre la dimensión de la procrastinación falta de motivación y las dimensiones de estrés académico: además, existe correlación significativa y de grado débil ($r = .266$; $p < .01$) entre la dimensión dependencia y las dimensiones de estrés académico.

Finalmente, Quispe (2020) en su estudio buscó determinar si existe una relación entre el estrés académico y la procrastinación en una muestra de 98 universitarios, que se encontraban estudiando el primer año en la universidad. Se utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico (SISCO) y la Escala de Procrastinación Académica (PASS). Los resultados evidenciaron una relación positiva débil y significativa ($r = 0.240$; $p < 0.05$) entre las variables mencionadas. La dimensión estresores guarda una relación débil con la procrastinación ($r = 0.300$; $p < 0.05$), la

dimensión síntomas mantiene una relación débil y significativa ($r = 0.260$; $p < 0.05$), y por último, la dimensión de afrontamiento posee una relación negativa débil y significativa ($r = -0.200$; $p < 0.05$) con la variable procrastinación.

En esa línea, las bases teóricas de la variable Estrés Académico hace referencia a la aparición de signos y síntomas que tienen los alumnos para realizar de manera efectiva y adecuada sus tareas asignadas dentro del campo académico. Sánchez (2018) afirma que el estrés académico persiste más en estudiantes universitarios debido a que se encuentran en un contexto de mayor demanda y requerimientos que provocan una sobrecarga, afectando al estudiante a nivel cognitivo, motor y fisiológico y, como consecuencia, al proceso de aprendizaje que se evidencia en deserción académica, bajo rendimiento y escasa motivación por las responsabilidades.

Caldera et al. (2007) reiteran que el estrés es causado por un entorno altamente demandante y referidos al ámbito académico, se traduce en estudiantes y profesores con una alta percepción de estrés. Es ese sentido, Barraza (2007) lo conceptualiza desde el enfoque cognitivo como un proceso psicológico cuya función es adaptativa y manifestado cuando un estudiante atribuye como estresores a una serie de demandas del entorno escolar (input); cuando los estresores causan un desequilibrio a nivel sistémico (situación estresante) y que acarrea un conjunto de síntomas (indicadores del desequilibrio) y, por tanto, el estudiante debe ejecutar acciones para restaurar el equilibrio (output).

Barraza (2007) indica que el estrés académico se compone de tres dimensiones: , estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, las cuales se desarrollan a continuación:

Estresores: García y Muñoz (citado por Rosales, 2016) identifican una serie de estímulos en el entorno académico de los estudiantes y cuyas demandas superan las capacidades de respuesta del individuo, y por tanto, desencadenan dificultades en el proceso de aprendizaje como ira, miedo, ansiedad, impaciencia, irritabilidad, entre otras.

Síntomas: Barraza (2018) refiere tres tipos de reacciones ante el estrés académico:

Síntomas físicos consisten en una reacción del cuerpo como morderse las uñas, migrañas, tensión muscular, temblores, cefaleas, dificultades en el sueño, problemas gástricos, dolor en la espalda, en el cuello, entre otros; *síntomas psicológicos* referidos a las emociones, pensamientos o motivación como la depresión, ansiedad, dificultad en la toma de decisiones, escasa autoconfianza, entre otros; y por último, *síntomas comportamentales* que involucran acciones como discutir, aislamiento, fumar, conflictos con los demás, aumento o reducción en la ingesta de alimentos, ausentismo, entre otros.

Estrategias de afrontamiento: Lazarus y Folkman (1986) entienden estas estrategias como la forma para poder gestionar directamente con la fuente que provoca el estrés y para regular las emociones negativas producto del estrés.

Por otro lado, las bases teóricas de la variable Procrastinación indican que es el retardo voluntario a ejecutar las responsabilidades académicas en el plazo dado, debido a una baja motivación o a que no sienten el deseo de realizarlo por la sensación aversiva que conlleva desarrollar la tarea; además de detectarse en ellos una escasa autorregulación y alto nivel de ansiedad. Adicionalmente, es la acción de evitar o justificar retrasos frente a una tarea académica (Burgos & Salas, 2020). Además, Ayala et al. (2020) mencionan que, la postergación de actividades se refiere cuando el estudiante aplaza alguna actividad por otra, es decir, se dejan las obligaciones importantes para otro momento, sin gestionar el manejo de la responsabilidad y la organización. De acuerdo al modelo cognitivo, la procrastinación consiste en un procesamiento desadaptativo de la información basados en el miedo al castigo social y a pensamientos aversivos referidos a sentirse incapaz. Ante una actividad, esta se va posponiendo, mientras surgen más pensamientos autoculposos que se vuelven automáticos y solo incrementan la sensación de baja autoeficacia (Ayala et al., 2020).

En ese sentido, de acuerdo a Burgos y Salas (2020), existen tres tipos de procrastinación,

las cuales son: Procrastinación por activación que es cuando un individuo está constantemente en la búsqueda de estímulos desafiantes, dado que considera que trabaja de forma más eficiente cuando se encuentra bajo presión; procrastinación por indecisión que es durante la realización de la tarea, la persona pasa mucho tiempo tomando la decisión de como realizar la tarea de la mejor manera posible, llevando a postergarla muchas veces; y por último, procrastinación por evasión de la realización de la tarea por el efecto aversivo que supone como el miedo al fracaso.

El presente estudio se justifica teóricamente porque busca facilitar la adquisición de nuevos conocimientos acerca de las variables de estudio en una población de universitarios de Lima, dado que forma una de las problemáticas de mayor afectación en esta población por el cambio de modalidad presencial al virtual y que ha creado mayores preocupaciones en el desempeño y el bienestar del estudiante. Además, esta investigación busca establecer la relación en las variables de estudio con el fin de aportar conocimiento sobre un problema social y, de esa manera, la justificación práctica recae en la promoción de información que permita diseñar estrategias de promoción y prevención ante el estrés y la procrastinación que presentan los jóvenes universitarios que acumulan actividades debido a una mala adaptación y organización en la educación virtual.

1.2. Objetivos

Determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

Determinar los niveles de estrés académico en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

Determinar los niveles de procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

Determinar la relación entre la dimensión estresores con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

Determinar la relación entre la dimensión síntomas con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

Determinar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

1.3. Hipótesis

Existe relación entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

Existe relación significativa entre la dimensión estresores con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

Existe relación significativa entre la dimensión síntomas con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

Existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

CAPÍTULO II. MÉTODO

El presente corresponde a un enfoque cuantitativo, puesto que se rige bajo criterios lógicos y datos estadísticos, con el fin de generar conocimiento objetivo (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). El alcance fue descriptivo-correlacional, ya que sostiene el propósito de brindar las características de la muestra de estudio y determinar la relación entre dos variables, El diseño es no experimental ya que las variables son medidas, pero sin ser manipuladas (Hernández et al., 2018). Es de corte transversal, dado que recolecta datos en una instancia única de tiempo (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

La población estuvo constituida por todos los jóvenes universitarios de la ciudad de Lima-Perú, en el 2021, de acuerdo al Instituto nacional de estadística e informática (INEI, 2021) en el periodo 2021 hubo un total de 1,375,101 estudiantes universitarios. El cálculo de la muestra final fue de 382 participantes con un nivel de confianza de 95% y un margen de error del 5%, la técnica de muestreo fue no probabilístico, puesto que la selección de unidades de estudio no dependió de la probabilidad sino del contexto en el que se planteó la investigación (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Asimismo, se estableció un criterio de muestreo por conveniencia debido a que producto de la coyuntura pandémica, se evaluó la pertinencia de casos de rápido acceso y sin repercusiones económicas, a riesgo de obtener resultados inexactos (Sánchez & Reyes, 2021).

Se utilizó la técnica de la encuesta con el fin de recolectar información respecto a las características de la muestra (Hernández et al, 2018). Se utilizaron dos instrumentos para la recolección de datos: Inventario SISCO del Estrés Académico de Barraza de 2007, adaptada por Alania et al. (2020) y la Escala de Procrastinación de Tuckman (ATPS) de Tuckman, de 1990, adaptado por Rodríguez (2020).

Para medir la variable estrés académico, se utilizó el Inventario SISCO - SV, de Barraza (2007, 2018) que está conformado por 45 ítems que se dividen en tres dimensiones: estresores,

síntomas y estrategias de afrontamiento y cuentan con respuestas escala Likert de 5 puntos. En cuanto a la validación del instrumento, se realizó la validación de contenido a través del coeficiente de concordancia V de Aiken contando con 22 expertos que corroboraron la validez genérica de contenido (indicadores superiores a 0.8) y la validez específica de contenido (ítems superiores a 0.75) con un nivel de significancia $p < 0.01$. La validez de constructo hallando coeficientes de correlación r de Pearson corregida entre muy buena, de 0.45 a 0.54, y excelente, entre 0.55 a 1 (Alania, et al., 2020). Para la confiabilidad del instrumento se propuso hallar el coeficiente alfa de Cronbach obteniendo valores de $\alpha = 0.92$ para la dimensión estresores, $\alpha = 0.9518$ en la dimensión síntomas y $\alpha = 0.8837$ para la dimensión estrategias de afrontamiento, lo que demuestra una confiabilidad excelente para su aplicación en el ámbito de la investigación (Alania, et al., 2020).

Para medir la variable procrastinación, se empleó la Adaptación de la Escala de Procrastinación de Tuckman (TPS) cuya característica principal es que lo conforma un solo factor o dimensión. Las respuestas con de tipo escala Likert de 5 puntos. En cuanto a la validez, se realizó validación de contenido bajo el criterio de 9 expertos, obteniendo un coeficiente de concordancia V de Aiken adecuado y significancia ($p < 0.01$). En cuanto a la confiabilidad, se encontró el coeficiente Alfa de Cronbach con un valor $\alpha = 0,77$, denotando adecuada confiabilidad del instrumento para su utilización en la presente investigación (Rodríguez, 2020).

Sobre el proceso de recolección de datos, se partió por establecer contacto con los participantes de diferentes universidades privadas y públicas de la ciudad lima, a través de grupos de Facebook, para pedir su colaboración en la resolución de las encuestas. En tanto, el llenado de encuestas fue acorde a la disponibilidad voluntaria de los participantes. Líneas abajo, se redactó el objetivo principal del estudio junto al consentimiento informado que resaltó el respeto por el anonimato y los fines estrictamente. Se continuó en el formulario Google con la ficha sociodemográfica y los dos instrumentos que para medir las variables estudiadas: el Inventario

SISCO del Estrés Académico y la Escala de Procrastinación de Tuckman (TPS). Seguidamente, se recolectó los datos enviando el link del formulario Google a través de redes sociales, correos electrónicos y apps de mensajería instantánea. El mencionado proceso demoró alrededor de tres semanas para conseguir los datos pertenecientes a la muestra de estudio. Por último, se colocó todos los datos en un archivo Excel para después ser analizados por un software estadístico.

Para el análisis de datos, se empleó el recurso del software estadístico SPSS versión 26, para analizar la aplicación de fórmulas estadísticas descriptivas e inferencial. Así mismo, los resultados descriptivos y correlacionales se representan en tablas, en las cuales se ven las frecuencias y porcentajes de los niveles identificados. (Hernández et al, 2018). Para el análisis de normalidad de ambas variables se usó la prueba de Kolgomovov – Smirnov esto debido a que la población es mayor a 50 (Romero, 2016). Al determinar mediante el nivel de significancia el valor de normalidad de las variables, se procedió a emplear la prueba no paramétrica Rho de Spearman debido a la obtención de una distribución no normal, para así poder aceptar o rechazar las hipótesis del presente estudio. En ese sentido, se ha establecido como punto de significancia $p < 0.05$ para la aprobación o el rechazo de las hipótesis de investigación. Si el valor encontrado sobrepasa el valor de significancia se selecciona la alternativa que marque la nulidad de la hipótesis. Criterios de decisión: Si $p < \alpha$ (0.05): Se rechaza la H_0 ; Si $p > \alpha$ (0.05): Se acepta la H_0 . (Hernández et al, 2018).

De acuerdo a las consideraciones éticas, el Artículo 22 del código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú enfatiza el apego a la normativa internacional a cuanto a regulación de las investigaciones en seres humanos. También, el Artículo 24 indica el requisito fundamental del cometimiento informado para la aplicación de cualquier tipo de investigación. En el presente estudio, se ha respetado la identidad de los participantes que voluntariamente aceptaron pertenecer a la muestra, esto con el objetivo de resguardar la información obtenida. En primera instancia, la investigación a información confiable con el fin de preservar, respetar y considerar

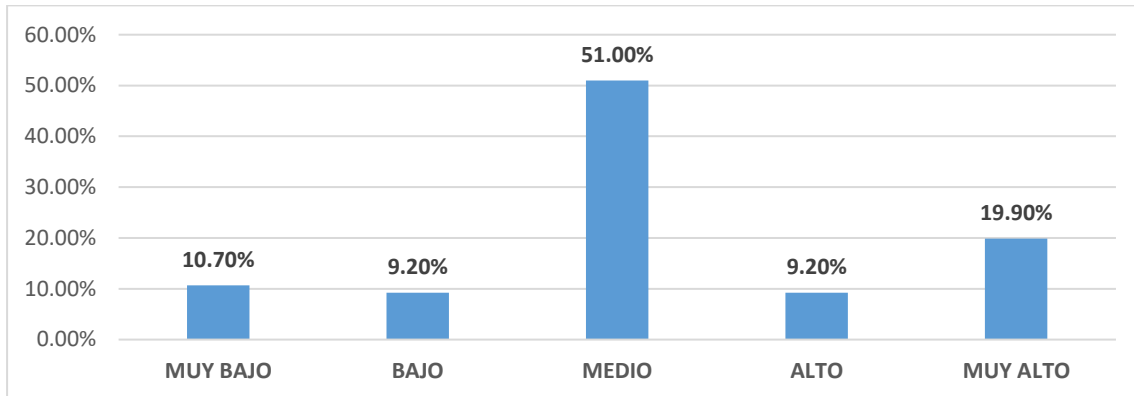
la ética del presente estudio. Para ello, se hará el conocimiento a los participantes que se tratara de información confidencial y reservada de los nombres, por ello los cuestionarios son anónimos y fiables; así mismo, cabe decir que todas las citas de los autores o bibliografías presentada se consultó respetando así los derechos intelectuales de sus autores citándolos de forma correcta según el manual de redacción (APA).

CAPITULO III: RESULTADOS

Resultados descriptivos

Figura 1

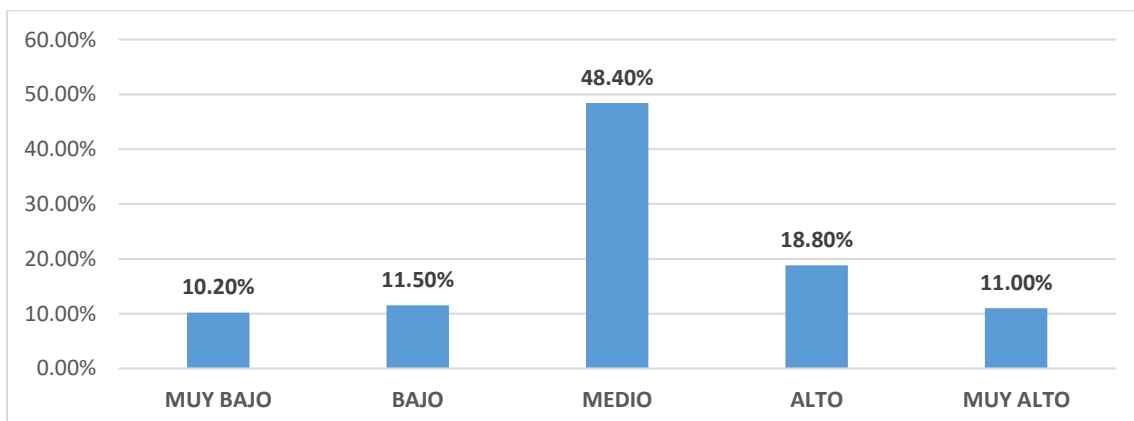
Distribución de niveles según la variable Estrés Académico



De acuerdo a la lectura en la *figura 1*, se muestra que el nivel medio de estrés académico prevalece en la muestra de jóvenes universitarios con un 51 %, mientras que el nivel bajo y alto se mantienen al mismo tiempo con un 9.20% cada uno.

Figura 2

Distribución de niveles según la variable Procrastinación



De acuerdo a la lectura en la *figura 2*, se observa que el nivel medio prevalece con un 48.40% en la muestra de jóvenes universitarios, en tanto, el nivel muy bajo muestra solo un 10.20% de estudiantes que se encuentran en dicho nivel de procrastinación.

Resultados inferenciales

Tabla 1

Estadística de correlación entre las variables Estrés Académico y Procrastinación

	Correlaciones	Procrastinación
Estrés Académico	Coeficiente de correlación Rho de Spearman	,391**
	Sig. (bilateral)	,000

Nota. N = 382; ** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

De acuerdo a la lectura en la *tabla 3*, se obtuvo una correlación $Rho = 0,391$, débil positiva y significativa $p < 0,01$ con un nivel de confianza del 99%. Por tanto, se acepta la hipótesis que sí existe relación entre el estrés académico y la procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima – Perú, en el 2021.

Tabla 2

Correlación ente la dimensión Estresores y Procrastinación

	Correlaciones	Procrastinación
Estresores	Coeficiente de correlación Rho de Spearman	,391**
	Sig. (bilateral)	,000

Nota. N = 382; ** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

De acuerdo a la lectura en la *tabla 4*, se obtuvo una correlación $Rho = 0,391$, débil positiva y significativa $p < 0,01$ con un nivel de confianza del 99%. Por tanto, se acepta la hipótesis que sí existe relación entre la dimensión estresores y la procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima – Perú, en el 2021.

Tabla 3

Correlación entre la dimensión Síntomas y Procrastinación

	Correlaciones	Procrastinación
Síntomas	Coefficiente de correlación Rho de Spearman	,457**
	Sig. (bilateral)	,000

Nota. N = 382; ** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

De acuerdo a la lectura en la *tabla 5*, se obtuvo una correlación $Rho = 0,457$, moderada positiva y significativa $p < 0,01$ con un nivel de confianza del 99%. Por tanto, se acepta la hipótesis que sí existe relación entre la dimensión síntomas y la procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima – Perú, en el 2021.

Tabla 4

Correlación entre la dimensión Estrategias de afrontamiento y Procrastinación

	Correlaciones	Procrastinación
Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación Rho de Spearman	-,038**
	Sig. (bilateral)	,458

Nota. N = 382; ** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

De acuerdo a la lectura en la *tabla 6*, se evidencia una correlación estadísticamente no significativa $p > 0,01$. Por tanto, se rechaza la hipótesis del investigador y se acepta la hipótesis nula que indica que no existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima – Perú, en el 2021.

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En el presente estudio se presentaron limitaciones. En primer lugar, la investigación se ejecutó en medio de la pandemia del COVID-19, por ello, se dificultó la recopilación de datos y accesibilidad en la muestra, ya que, los participantes fueron grupos de universidades de Lima contactados a través de la red social Facebook. En segundo lugar, se tuvo que recurrir a dos pruebas psicológicas adaptadas a Perú que contaron con gran cantidad de ítems, por lo que el proceso de recolección de datos fue más tardío y muchas veces inacabados. En tercer lugar, existió gran probabilidad de sesgo debido a que los participantes pueden haber contestado las encuestas sin leer bien las preguntas dado el contexto online, lo cual repercutiría negativamente a nivel metodológico en la presente investigación.

Al determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, se pudo hallar el valor del coeficiente de correlación ($Rho = 0,395$; $p < 0.01$) indicando que sí existe correlación débil y estadísticamente significativa entre las variables. En ese sentido, se acepta la hipótesis de investigación, indicando que existe relación entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima-Perú, en el 2021. Los resultados coinciden con los hallados por Córdova y Villada (2015) que manifiestan que la procrastinación es un modo de afrontamiento desadaptativo basado en la evitación de estímulos que han sido identificados como estresores. También Díaz (2020) afirma que los elevados niveles de estrés se ven incrementados por utilizar la procrastinación como escape inmediato al malestar. Después del minucioso análisis, se puede concluir que mientras más estrés académico manifieste el estudiante, más será la utilización de la procrastinación como estrategia para evitar el malestar a corto plazo, generando a largo plazo mayor malestar debido al impacto negativo en el rendimiento académico.

Al determinar la relación entre la dimensión estresores y procrastinación, se pudo hallar el valor de correlación ($Rho = 0,391$; $p < 0.01$) indicando que existe correlación positiva débil y

estadísticamente significativa $p = 0.000$ entre la dimensión estresores y procrastinación. Frente a ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, en donde se indica que existe relación entre la dimensión estresores y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021. Estos resultados coinciden con los de Quispe (2020) quien señala que debido a la incapacidad de los estudiantes para manejar los elementos estresores, acuden a la procrastinación; sin embargo, dado el aplazamiento de la tarea, se intensifica el estrés padecido. Se concluye que los estresores son elementos ambientales cuya abundancia en la situación del estudiante está relacionada con una mayor tendencia a utilizar la procrastinación como vía de escape del estrés.

Al determinar la relación entre la dimensión síntomas y procrastinación, se pudo hallar un valor ($Rho = 0,457$; $p < 0.01$) indicando una correlación moderada positiva y estadísticamente significativa $p = 0.000$. Frente a ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, en donde se indica que existe relación entre la dimensión síntomas y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú. Presenta coincidencia con los hallazgos de Hidalgo (2019) que establece que a mayor intensidad en la sintomatología producto del estrés académico, los estudiantes mostrarán mayor dificultad para tolerarlo por lo que postergarán cualquier actividad o tarea encargada. Por tanto, se afirma que los síntomas del estrés académico son los principales predictores de la utilización de la procrastinación para paliar el efecto negativo de dicha sintomatología.

Al determinar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación, se pudo hallar que no existe correlación estadísticamente significativa dado el valor $p = 0.000$. Frente a ello, se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula en donde se indica que no existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú. Bajo esa premisa, hay coincidencia con el estudio de Quispe (2020) que explica que no hay relación debido a que la

procrastinación es una estrategia de afrontamiento cuya acción, a diferencia de las demás, se basa en la evitación. En contraste con lo hallado por Hidalgo (2019), que indica que el estudiante que utilice estrategias de afrontamiento adaptativas, tiende a no recurrir a procrastinar; sin embargo, la relación es pequeña y despreciable. Por último, se afirma que las estrategias de afrontamiento funcionales y adaptativas presentan escasa o nula relación con el estrés experimentado por los estudiantes.

Con respecto a las implicancias prácticas de la investigación, se reafirma la utilización de los resultados para poder elaborar y diseñar planes de intervención en la comunidad universitaria para atenuar o reducir el estrés académico y la procrastinación. Entre las implicancias teóricas del presente estudio, se resalta la relevancia en cuanto al abordaje, tratamiento y actualización teórica de los constructos psicológicos de estrés académico y procrastinación adaptadas a un contexto peruano, específicamente, a la población universitaria de Lima, proporcionando así una extensión a la teoría ya existente sobre los constructos.

Realizado el análisis de los resultados obtenidos sobre la relación entre el estrés académico y la procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima, se pudo concluir lo siguiente:

Primero: Al determinar los niveles de estrés académico, se concluye que un 51% de jóvenes universitarios de la ciudad de Lima-Perú, en el 2021, se encuentran en el nivel medio de estrés académico.

Segundo: Al determinar los niveles de procrastinación, se concluye que un 48.40% de jóvenes universitarios de la ciudad de Lima-Perú, en el 2021, se encuentran en el nivel medio de procrastinación.

Tercero: Se concluyó que existe relación significativa entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú.

Cuarto: Se concluyó que existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión

estresores y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú.

Quinto: Se concluyó existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión síntomas y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú.

Sexto: Se concluyó que no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú.

REFERENCIAS

- Alania, R., Llancari, R., De la Cruz, R. y Ortega, D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Revista de ciencias sociales SOSIALIUM*, 4(2).
<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/876>.
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Persona*, (13), 159-177.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3646976>.
- Araujo, G. (2020). *El Estrés. ¿Qué es y cómo manejarlo?* Cuidando tu salud
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363 - 378.
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>.
- Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038 – 1059.
doi:10.6018/analesps.29.3.178511.
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M. & Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la Investigación*, 5(2), 40-52. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>.
- Bairero, M. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Revista Médica Granma*, 21(6), 971-982.
- Barraza, A. y Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *Revista de Investigación Educativa*, 28, 132-151
- Bernal, M. (2019). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura. Universidad San Ignacio de Loyola]

- Burgos, K. y Salas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y representaciones*, 8(3).
<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.790>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. [Tesis de maestría no publicada. University of Guelph].
- Caldera, J.; Pulido, B. y Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 1(7), 77-82.
- Camarillo, J., Morales, A., Rangel, D. y Urbina, B. (2021). Procrastinación y estrés académico en universitario de educación en línea. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 7(14), 28-41
- Díaz, J. (2020). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de una universidad particular de la ciudad de Chiclayo*. [Tesis de licenciatura. Universidad Señor de Sipán].
- Espinosa, F., Hernández, J. Rodríguez, J. Chacín, M., Bermúdez, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *AVFT: Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1), 63-69.
http://www.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft_1_2020/14_influencia.pdf.
- Ferrari, J., Johnson, J., y McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance*. Plenum Press.
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. McGraw- Hill.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2018). *Metodología de la Investigación*. McGraw- Hill Interamericana Editores.

- Herrera, D., Coria, G., Muñoz, D., Graillet, O., Aranda, G., Rojas, F., Hernández, M. y Ismail, N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Revista eNeurobiología*, 8(17), 1-23.
- Hidalgo, L. N. (2019). *Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. [Tesis de licenciatura. Universidad Privada del Norte]. <http://hdl.handle.net/11537/23175>.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), 2021. *Educación universitaria*. Recuperado de: <https://www.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/university-tuition/>
- Kinnear, C.T. y Taylor, R.J. (1998). *Investigación de mercados*. McGraw Hill.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. (M. Zaplana, Trad.). Ediciones Martínez Roca.
- Magnín, L. (2021). *Relación entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná* [Tesis de licenciatura. Pontificia Universidad Católica Argentina].
- Manrique, D., Millones, R. y Manrique, O. (2019). El Inventario de Estrés Académico SISCO: análisis de sus propiedades psicométricas en una muestra peruana. *Ansiedad y estrés*, 25(1). <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.03.001>
- Marreros, L. (2017). *Afrontamiento al estrés en los estudiantes de Estomatología de los niveles pre clínica y clínica de la Universidad Privada Anterior Orrego*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Privada Anterior Orrego]
- Medrano, M. (2017). *Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una universidad pública de Lima, 2017*. [Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo].
- Ministerio de Educación (2019). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental*. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741->

[minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental](#)

Ministerio de Educación (2020). *Política Nacional de Educación Superior y Técnico-Productiva*. Decreto Supremo N° 012-2012-MINEDU.

Morales, M., & Chávez, J. (2017). Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología. *Revista Electrónica del Desarrollo Humano para la Innovación Social*, 8(4), 1-16.

Nieto, J., & Nieto, L., (2006). *Cómo evitar o superar el estrés*. Educar.

Peña, R. (2018). *Procrastinación y rendimiento académico en los cursos de diagnóstico y psicofarmacología de la Universidad Andina del Cusco*. [Tesis de Maestría.

Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]

[https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2477/TM%20CE-](https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2477/TM%20CE-Du%204081%20P1%20-%20Pe%20C3%B1a%20Farfan.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[Du%204081%20P1%20-%20Pe%20C3%B1a%20Farfan.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2477/TM%20CE-Du%204081%20P1%20-%20Pe%20C3%B1a%20Farfan.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 3(1), 45-59.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Quispe, C (2020). *Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura. Pontificia Universidad

Católica del Perú]

Rosales, J. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la Carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima-Sur*. [Tesis de

Licenciatura. Universidad Autónoma del Perú]

Rodríguez, K. (2020). *Propiedades psicométricas de la adaptación de la escala de procrastinación de Tuckman (ATPS) en estudiantes de secundaria de un colegio,*

Carabayllo, 2019. [Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo].

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/42643/Rodr%C3%ADguez_LKJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Romero, M. (2016). Pruebas de bondad de ajuste a una distribución normal. *Revista Enfermería del Trabajo*, 6(3), 105-114

Sánchez, A. (2018). Relación entre estrés académico e ideación suicida en estudiantes universitarios. *Eureka*, 15(1), 27–38

https://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-15-1-9_0.pdf

Sánchez, H. y Reyes, C. (2021). *Metodología y diseños de la investigación científica* (6ta ed.). Universidad Ricardo Palma

Selye, H. (1936). Syndrome produced by Diverse Nocuous Agents. *Nature* 138, 32.

<https://doi.org/10.1038/138032a0>

Skinner, B. (1977). *Ciencia y Conducta Humana*. Barcelona: Fontanella.

Universidad Miguel de Cervantes (2021). Procrastinación en tiempos de pandemia. *Boletín de opiniones iberoamericanas en educación*, (20), 1-2.

<http://ojs.umc.cl/index.php/bolibero/issue/view/25/29>

Venancio, G. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de lima metropolitana*. [Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Federico Villareal]

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Consistencia Interna

TÍTULO: Estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL ¿Existe relación entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?</p> <p>PROBLEMAS ESPECIFICOS ¿Cuáles son los niveles de estrés académico en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021? ¿Cuáles son los niveles de procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021? ¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.</p> <p>OBJETIVO ESPECIFICO Determinar los niveles de estrés académico en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021. Determinar los niveles de procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021. Determinar la relación entre la dimensión</p>	<p>HIPÓTESEIS GENERAL Existe relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Norte en el 2021.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECIFICO Existe relación entre la dimensión estresores con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021. Existe relación entre la dimensión síntomas con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.</p>	<p>ESTRÉS ACADÉMICO: Según Sánchez (2018) menciona que, el estrés académico es mayor en estudiantes de educación superior debido a la mayor cantidad de requerimientos académicos, ya que las actividades que se pueden realizar en el ámbito universitario pueden ser: exámenes, trabajos, practicas, exposiciones, parciales finales y reuniones que cuando todo esto se une generan una sobrecarga para el cuerpo, también logran generar efectos secundarios en el individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico en las cuales se ve afectado el proceso educativo, en el que se evidencia abandonos de carreras, bajas notas y bajo interés por sus responsabilidades académicas. Dado así, que ello, afecta de manera significativa en la conducta pensamiento y estado de ánimo del estudiante en la realización de sus actividades o lo que al principio solía ser placentero.</p>	<p>Tipo de investigación: Cuantitativo. Nivel: Descriptivo. Diseño: Correlacional Corte: transversal POBLACION Y MUESTRA Población: Consiste en un aproximado de 1 007 766 estudiantes universitarios de la ciudad de Lima. Muestra: Se tomó como muestra a 382 jóvenes universitarios de la ciudad de lima.</p>

<p>ciudad de Lima- Perú, en el 2021?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión síntomas con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021?</p>	<p>estresores con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión síntomas con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.</p>	<p>Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento con la variable procrastinación en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima- Perú, en el 2021.</p>	<p>PROCRASTINACIÓN:</p> <p>La postergación de actividades se refiere cuando el estudiante aplaza alguna actividad por otra; por otro lado, la autorregulación académica es un proceso activo y constructivo, donde el alumno establece objetivos, controla su comportamiento, su motivación y cognición; es por ello que la autorregulación académica es una acción que el estudiante realiza durante su aprendizaje (Ayala, Rodríguez, Villanueva, Hernández & Campos, 2020).</p>	<p>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</p> <p>Técnicas: Cuestionarios</p> <p>Instrumentos: - Inventario SISCO para el estrés académico adaptada a Perú. -Escala de Procrastinación de Tuckman (TPS) adaptada a Perú..</p>
--	---	--	---	--

Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las Variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSION	TOPICOS	ITEM	ESCALA DE MEDICION
ESTRÉS ACADEMICO	Alfonso et al. (2015), define al estrés como la manera de reaccionar de una persona tanto en forma física como emocional, cognitiva y conductual frente a ciertos estímulos, en este caso de carácter académico, la importancia de su análisis radica en las posibles consecuencias negativas de este, como el alcoholismo u otras adicciones, que arriesgan el éxito académico de los estudiantes.	Este inventario se divide en tres dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.	Estresores: Aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Síntomas: Reacción orgánicas de cuando se está estresado. Estrategias de afrontamiento: Serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés.	Item E1 al E15 Item: S1 al S15 Item: EA1 al EA17	Ordinal
PROCRASTINACION	Furlan Piemontesi, Heredia y Sánchez, (2010), Utilizando la teoría Tuckman, definen que la procrastinación es la ausencia del aprendizaje autorregulado. Es exactamente la acción de dejar de lado de forma parcial o total, así como extender el tiempo en iniciar una tarea, que podría estar bajo su control, la causa es la unión de incredulidad en cuanto a la propia capacidad, no poder aplazar la gratificación y culpas a los demás de su propio problema (párr. 11).	Procrastinación: Autorregulación académica y postergación de actividades.	Procrastinación: es la tendencia a retrasar o postergar las cosas. Evitación de lo desagradable: tendencia a evitar lo desagradable buscando atajos. Culpar a los del propio problema: se tiene la idea de que no es responsabilidad de uno mismo del no hacer un deber.	13, 14, 4, 3, 10 y 1 15, 2, 12, y 7 13, 6, 11, 8 y 9	Ordinal

Anexo 3. Ficha técnica del Inventario SISCO del Estrés Académico adaptada por

Alania, et al., (2020).

Ficha técnica

NOMBRE DE LA ESCALA: Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19

AUTOR: Barraza Macías, Arturo

AÑO: 2018

PROCEDENCIA: México

AUTORES DE LA ADAPTACIÓN (ESPAÑOL): Rubén Darío Alania Contreras, Rosario Ana Llancari Morales, Mauro Rafele de la Cruz, Daniela Isabel Dayan Ortega Révolo

ÁMBITO DE APLICACIÓN: Mayores de 18 años.

ADMINISTRACIÓN: El cuestionario fue diseñado para ser autoadministrado y puede ser aplicado de manera individual o grupal.

DURACIÓN: 20 a 25 min. Aprox.

FINALIDAD: Conocer el nivel de estrés académico de los estudiantes

ESTRUCTURA: Dimensión de estresores, dimensión de síntomas (reacciones), estrategias de afrontamiento. Escala tipo Likert de (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre.

CALIFICACIÓN: Para su interpretación es necesario obtener la media general; se recomiendan los siguientes pasos:

- Se toman para el análisis únicamente los ítems de las preguntas tres, cuatro y cinco.
- A cada respuesta de la escala se le asigna los valores ya recomendados para su codificación (vidsupra).

- Se obtiene la media por cada ítem, de cada sección y posteriormente se obtiene la media general.
- Se transforma la media en porcentaje, sea a través de regla de tres simple o multiplicando la media obtenida por 20.
- Una vez obtenido el porcentaje se puede interpretar con dos baremos: uno normativo u otro indicativo; el investigador decide cual utilizar y lo reporta.

Baremos normativos centrado en la población en que se validó:

- De 0 a 48% nivel leve del estrés
- De 49% a 60% nivel moderado del estrés
- Del 61% al 100% nivel severo de estrés

Baremo indicativo centrado en el valor teórico de la variable:

- De 0 a 33% nivel leve del estrés
- De 34% a 66% nivel moderado del estrés
- Del 67% al 100% nivel severo de estrés

Propiedades Psicométricas: Este instrumento reporta las siguientes propiedades psicométricas:

- Confiabilidad: el inventario en su totalidad presenta una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0.85. La dimensión de estresores presenta una confiabilidad de .83; la de síntomas presenta una confiabilidad de .87; y la de estrategias de afrontamiento una de .85. Todas ellas también en alfa de Cronbach. Todos estos niveles de confiabilidad pueden ser considerados muy buenos de acuerdo a la escala de valores propuesta por DeVellis (2011) y al ser el alfa de Cronbach un procedimiento basado en la consistencia interna se puede afirmar la homogeneidad de los ítems con relación al constructo “estrés académico” que los integra.
- Análisis de consistencia interna: los resultados muestran que todos los ítems correlacionaron positivamente ($p < .01$) con el puntaje global obtenido por cada encuestado, siendo el valor r de Pearson menor de .280 y el mayor de .671; así mismo, cada ítem correlaciona de manera positiva ($p < .01$) con el puntaje obtenido, en su dimensión correspondiente, por cada

encuestado, siendo el valor r de Pearson menor de .662 y el mayor de .801 Este resultado confirma la homogeneidad de los ítems alrededor del constructo “estrés académico” y la direccionalidad única de los ítems. 31

- Análisis de grupos contrastados: los resultados muestran que todos los ítems permiten discriminar ($p < .01$) entre los alumnos que presentan un nivel bajo de estrés de los que presentan un nivel alto; así mismo permiten discriminar ($p < .01$) entre una baja y alta presencia de cada uno de los componentes sistémico procesuales del estrés.

- El Análisis Factorial Exploratorio permitió identificar tres factores que explican el 47% de la varianza total; estos tres factores se corresponden con los componentes sistémico procesuales que establece el Modelo Sistémico Cognoscitivista: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

Anexo 4. Instrumento de recolección de datos

Inventario SISCO del Estrés Académico

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1.- ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso de la carrera?

- SI
- NO

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se dé 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 del último semestre. En la escala propuesta (1) es poco y (5) mucho.

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:

	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros de grupo.					
Sobre carga de tarea y trabajos escolares.					

La personalidad y el carácter del profesor.					
Las evaluaciones de los profesores que incluyen porcentaje sobre la nota final (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc).					
El tipo de trabajo que te ponen los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc).					
No entender los temas que se abordan en clase.					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones. Etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra _____					
(Especifique)					

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.

Reacciones físicas					
	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					

Fatiga crónica (cansancio permanente).					
Dolor de cabeza o migrañas.					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
Rascarse, morderse las uñas, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Reacciones psicológicas					
	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
Sentimientos de depresión y tristeza(decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de la irritabilidad.					
Reacciones comportamentales					

	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Asilamiento de los demás					
Desgano para realizar labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
Otras (Especifique):					

Anexo 5. Ficha técnica de la Escala de Procrastinación de Tuckman adaptado por Rodríguez (2020).

Ficha técnica

NOMBRE DE LA ESCALA: Escala de Procrastinación de Tuckman (TPS)

AUTOR: Tuckman, Bruce

AÑO: 1990

PROCEDENCIA: Estados Unidos

AUTORES DE LA ADAPTACIÓN (ESPAÑOL): Furlan Luis, Piemontesi, Eduardo, Heredia,
Daniel y Sanchez, J (2010)

ÁMBITO DE APLICACIÓN: Personas mayores de 18 años.

ADMINISTRACIÓN: De modo Individual o colectivo

VALIDADO: Lima metropolitana – Perú

DURACIÓN: 10 a 15 minutos

FINALIDAD: Identificar el nivel de procrastinación

ESTRUCTURA: La escala está constituida por 16 ítems con respuestas de tipo Likert de 1 a 5
(desde Nunca hasta Siempre)

CALIFICACIÓN: No tiene valores normativos sólo se usan los puntajes totales

El proceso de adaptación de la Escala de Procrastinación de Tuckman realizado por Furlan et al. (2010), se llevó a cabo a través de un proceso de traducción directa al español de los 35 ítems que conformaban la escala original en inglés, una prueba piloto ($N = 5$) para análisis del proceso de respuesta y la aplicación a 227 estudiantes de la Carrera de Psicología de la Universidad Nacional de Córdova. Sobre las respuestas de la muestra se realizó el análisis de la estructura interna, a través del análisis factorial exploratorio, quedando conformada por 15

ítems, los cuales presentaron cargas factoriales mayores a .40, agrupados en un solo factor que explicaba un 33.2% de la varianza y evidenciando una consistencia interna elevada ($\alpha = 0.87$).

Validez y confiabilidad Original

La Escala de Procrastinación inició con 75 ítems. Tuvo una población inicial de 50 estudiantes y luego en un segundo análisis fue de 183 sujetos de últimos ciclos de universidad de la Universidad de Boston. No obstante, debido a que en su resultado de Comunalidades se obtuvo un factor de 2.5 el cual refería que los datos recogidos estaban siendo falseados por los participantes, por lo que se utilizó un factor de carga de .45 como requisito mínimo para la inclusión, en base a ello se creó una nueva escala de 35 ítems basados en los 75 ítems iniciales. Según el análisis psicométrico se determinó que la Escala de Procrastinación es unidimensional ya que su valor propio es de 5.32 y su varianza representaba casi el 30%. De igual manera se tuvo un coeficiente de Alfa de Cronbach de .90. 16

Validez y confiabilidad en español

Furlan, Piemontesi, Heredia y Sanchez (2010) realizaron la adaptación de la Escala de Procrastinación, donde inicialmente se realizó una traducción directa por los mismos autores, analizándolo y mejorando en un lenguaje coloquial. Se realizó una prueba piloto donde se descartaron 8 ítems por resultar ambiguos y poco comprensibles quedando 27 como ítems finales. Se realizó un Análisis Factorial con métodos de extracción de ejes principales, donde se descartó 9 ítems con un factor menor a .40. La regla de Kaiser – Guttman de autovalores mayores de 1 sugería la extracción de 4 factores, no obstante, la interpretación de Scree Test y el Análisis Paralelo sugería un solo factor significativo de 33.2% de la varianza. En la extracción de un solo factor se eliminaron los ítems 12, 13 y 15 y, por último, se obtuvo un Alfa de Cronbach de .87 (párr. 18). Evidencia cualitativa de contenido se presentó a 9 jueces la Adaptación del Escala de Procrastinación de Tuckman, donde se realizaron cambios en algunas palabras sin alterar los ítems. La validez de contenido (tabla 8), se puede apreciar que los ítems de la escala presentan un nivel de significancia de .08, lo que indica que es aceptable según Aiken (1985). Por lo tanto, se consideraron todos los ítems. En el análisis descriptivo de los ítems se observa que, en la media, presentan puntuaciones que se encuentran sobre el promedio, el cual es de 1, por lo que se puede evidenciar que los ítems se encuentran muy dispersos. En el análisis de asimetría no se descartó ningún ítem puesto que se encontraban dentro del rango de -1.5 y 1.5. Por otro lado, en el análisis de Curtosis también se mantuvieron

todos los ítems, puesto que se encontraban dentro de los valores de entre -3 y 3. Así mismo, en el índice de Homogeneidad si existieron ítems que se debieron eliminarse, puesto que no se encuentran en el rango mayor a .20 (Kline, 1995), por lo que los ítems que se mantendrían fueron: p5, p7, p11 y p 12. De igual manera en la Comunalidades se descartaron la mayoría de los ítems por no presentar un valor igual o mayor a .40 (Detrinidad, 2016, p.22), los ítems que permanecieron fueron: p8, p9, p10 y p15 17 Para su confiabilidad se realizó un análisis de Alfa de Cronbach de la prueba total, donde se obtuvo una significancia mayor a .61, lo que significa que es confiable (Cronbach y Shavelson, 2004, p 412).

Anexo 6. Instrumento de recolección de datos

Escala de Procrastinación de Tuckman.

ATPS

Las siguientes frases describen cosas que les ocurren a algunos estudiantes cuando deben realizar actividades como leer textos, resolver ejercicios, prepararse para rendir, redactar y presentar trabajos, etc. Indica con qué frecuencia esto te pasa, usando la escala de 1 “Nunca me ocurre” a 5 “Siempre me ocurre”. Los valores intermedios son tentativos y es necesario que elijas aquella respuesta que más se adecue a lo que vos efectivamente haces. Considera que no hay respuestas correctas o incorrectas y responde lo más sinceramente posible.

	NUNCA	POCO	A VECES	SIEMPRE
1.- Demoro innecesariamente en terminar trabajos, incluso cuando son importantes.				
2.- Pospongo el comenzar con cosas que no me gusta hacer.				
3.- Cuando tengo una fecha límite, espero hasta el último minuto.				
4.- Sigo posponiendo el mejorar mis hábitos de trabajo.				
5.- Empiezo a trabajar de inmediato, incluso en actividades que me resultan displacenteras.				
6.- Me las arreglo para encontrar excusas para no hacer algunas cosas.				
7.- Destino el tiempo necesario a las actividades, aunque me resulten aburridas.				
8.- Derrocho mucho tiempo y me parece que no puedo hacer nada al respecto.				

9.- Cuando algo me resulta muy difícil de abordar, pienso en postergarlo.				
10.- Me propongo que haré algo y luego no logro comenzar o terminarlo.				
11.- Siempre que hago un plan de acción, lo sigo.				
12.- Desearía encontrar una forma fácil de ponerme en movimiento.				
13.- Aunque me enoje conmigo cuando no hago las cosas, no logro motivarme.				
14.- Siempre termino las actividades importantes con tiempo de sobra.				
15.- Aunque sé que es importante comenzar con una actividad, me cuesta arrancar.				

ANEXO 7. Prueba de normalidad de las variables de estudio

Prueba de normalidad de las variables Estrés Académico y Procrastinación

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Estrés Académico	,039	382	,200*
Procrastinación	,091	382	,000

Los resultados evidenciaron un nivel de significancia en la variable estrés académico de $p = 0.200$, por lo que la distribución es normal. En tanto, la variable procrastinación arrojó un nivel de significancia de $p = 0.000$, siendo una distribución que no se ajusta a la normalidad. Debido a ello, para realizar el análisis correlacional se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman.

ANEXO 8. Distribución de la muestra en función a edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
17-20	131	34,3
21-23	202	52,9
24-28	49	12,8
Total	382	100

De acuerdo a la lectura en la *tabla 1*, se muestran las edades divididas en rangos de 24 - 28 años de edad con 49 participantes equivalente a un 12,8%, 17-20 años de edad con 131 participantes equivalente a un 34, 3%, finalmente el rango más predominante fue 21-23 años de edad con un total de 202 participantes con un porcentaje equivalente a 52.9% con un total de muestra de 382 colaboradores.

ANEXO 8. Distribución de la muestra en función a sexo

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	104	27,2
Mujer	278	72,8
Total	382	100

De acuerdo a la lectura en la *tabla 2*, se muestra la distribución en función a sexo, donde las variables hombres, obtuvo un total de 104 participantes con un porcentaje de 27,2%, siendo mujeres la variable con mayor predominancia con un total de 278 participantes obteniendo el 72,8% con un total de muestra de 382 participantes.