



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL 4°  
GRADO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA PÚBLICA DEL DISTRITO DE NUEVO  
IMPERIAL, CAÑETE, 2020**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL  
GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN  
PSICOLOGÍA**

AUTORA

**HUARI CARRERO, ARACELY LESLIE**

**ORCID: 0000-0002-8671-8050**

ASESOR

**FLORES POVES, JAIME LUIS**

**ORCID ID: 0000-0003-1276-1563**

**AYACUCHO – PERÚ**

**2021**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTORA**

Huari Carrero Aracely Leslie

ORCID: 0000-0002-8671-8050

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de  
Psicología, Cañete, Perú

### **ASESOR**

Flores Poves, Jaime Luis

ORCID ID: 0000-0003-1276-1563

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de  
la Salud, Escuela Profesional de Psicología, Ayacucho Perú.

### **JURADO**

Rodríguez Falla José Rafael

ORCID ID: 0000-0002-6383-3854

Escarcena Mendoza, Karen Inés

ORCID ID: 0000-0002-8605-3060

Monja Odar María Norma

ORCID ID: 0000-0002-0854-2846

## HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

---

Mgr. Escarcena Mendoza,

Karen Inés

Miembro

---

Mgr. Monja Odar María Norma

Miembro

---

Mgr. Rodríguez Falla José Rafael

Presidente

---

Mgr. Flores Poves, Jaime Luis

Asesor

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, agradezco al creador de los cielos, a Dios por todo el camino trazado de mi vida porque gracias a él puedo existir día a día y llenar de felicidad cada día, por culminar cada ciclo satisfactoriamente y tener una buena salud mental.

## **RESUMEN**

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés Académico en estudiantes del 4° de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete – 2020, Fue una investigación de tipo cuantitativa, desde un nivel descriptivo y un diseño no experimental, porque se realizó sin ninguna manipulación deliberadamente de las variables y desde un corte transversal porque los datos fueron recolectados en un solo momento. La población estuvo conformada por 50 alumnos que cursan el 4° en una institución educativa publica, la muestra fue seleccionada desde un muestreo no probabilístico por convivencia propia con 36 alumnos. El instrumento el Inventario de Sisco de Arturo Barraza Macías. Conformado por 35 ítems, la técnica que se utilizo fue la encuesta; obteniendo que el 72.0% de los estudiantes se ubican en un nivel medio, un 25.0 % en un nivel alto y un 2,8% en un nivel bajo de estrés académico. Llegando a la conclusión de que los estudiantes del 4° de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete – 2020, presentan un nivel de estrés académico de nivel medio.

Palabras clave: Estudiantes, Estrés académico y adolescencia.

## **ABSTRACT**

The present research work, entitled “Academic Stress in 4th year high school students of a public educational institution in the district of Nuevo Imperial, Cañete - 2020, had as main objective to determine the level of stress as the variable in each of the dimensions . The sample made up of 50 female students who are in the 4th year at a public educational institution, Nuevo Imperial Cañete-2020. The research design was non-experimental and transactional of a descriptive type. The Sisco Inventory of Arturo Barraza Macías was used as a research instrument. Made up of 35 items and it has three dimensions: Stressors, Symptoms and Coping Strategies. For the analysis and processing of the results, the SSPS program was used. Which is concluded that the students participate in the study that they have a high stress level of the symptom dimension The results obtained were with 72.2% that the majority of students at Secondary level No. 20165 are in a level of stress symptoms.

**Keywords:** Students, Stress, learning strategies, statistics.

## TABLA DE CONTENIDO

EQUIPO DE TRABAJO .....	ii
HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
RESUMEN .....	v
ABSTRACT.....	vi
INTRODUCCIÓN.....	1
II REVISIÓN DE LITERATURA .....	6
III METODOLOGÍA .....	16
3.1 Diseño de investigación .....	17
3.2 Tipo de investigación.....	17
3.3 Nivel de investigación .....	17
3.4 Población y muestra.....	18
3.5 Definición y operacionalización de variables .....	19
3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	21
3.7 Plan de análisis .....	22
3.8 Matriz De Consistencia.....	23
3.9 Principios Éticos .....	25
IV RESULTADOS.....	26
4.1 Resultados .....	27
4.2 Análisis De Resultado.....	30
V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	32

5.1	Conclusiones .....	33
5.2	Recomendaciones .....	34
	REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍA.....	34
	ANEXOS .....	38

## LISTA DE TABLA

Tabla 1 Nivel de Estrés Académico en las estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Lourdes del distrito de Nuevo Imperial de Cañete, 2020.....	27
Tabla 2 Edad de los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Nuestra Señora de Lourdes del distrito de Nuevo Imperial de Cañete, 2020.....	28
Tabla 3 Número de hermanos de las estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Nuestra Señora de Lourdes del distrito de Nuevo Imperial, 2020.....	29

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Nivel de Estrés Académico en las estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Lourdes del distrito de Nuevo Imperial de Cañete, 2020.....	27
---	----

## **INTRODUCCIÓN**

La presente investigación está centrada en la línea de investigación estipulada por la universidad ULADECH católica.

Adams (1975) plantea que el estrés está inmerso en todos los estudiantes de los diferentes niveles académicos tanto a nivel inicial, primaria, secundaria y superior, es una realidad que sucede en las diferentes instituciones educativas tanto públicas y privadas, cuando un alumno se encuentra en un proceso de aprendizaje por naturaleza experimenta tensión, a este fenómeno se le denomina estrés académico que se suele experimentar en todos los estudiantes. Siguiendo a este mismo autor en la actualidad el estrés es un tema de mucha relevancia, que a causa de la pandemia está muy introducida en la vida diaria de los alumnos y padres de familia, este fenómeno influye directamente al bienestar físico, psicológico y social del alumno, experimentando diferentes patologías que afectan el nivel familiar, social, escolar y laboral. Desde el inicio de la pandemia y las clases virtuales los alumnos y padres de familia han experimentado diferentes dificultades para adaptarse al aprendizaje remoto lo cual en la mayoría de las instituciones educativas públicas se ha observado mayor déficit, lo cual ha generado que los alumnos experimenten síntomas de estrés académico.

En el plano internacional el estrés en estudiantes es un tema muy estudiado y muestran que están expuestos a incrementarse el índice de estrés en los estudiantes ya que como se observa que cada vez se desempeñan más roles y hábitos académicos diariamente, lo cual pertenecen a las actividades regidas caracterizado por altos niveles de exigencia y eficacia los cuales son evaluados por ciertos estándares de calidad para el adecuado aprendizaje a nivel académico. Se han publicado investigaciones donde reportan que más del 25 % de personas experimentan ciertos

cuadros elevados de estrés, se calcula que en las diferentes localidades más del 50% de las personas sufren de alguna dificultad emocional y fisiológico dependiendo del nivel de estrés que experimentan (Caldera, Pulido , & Martínez, 2007).

En el contexto nacional los diferentes estudios realizados muestran que gran porcentaje de los alumnos revelaron que sufrieron de estrés académico en diferentes situaciones durante su desarrollo escolar en la institución educativa, en la mayoría de ellos especificando que en el tercer año de educación secundaria se suele experimentar mayor que estrés que en los demás grados. Además, se han encontrado que las mujeres son más vulnerables a experimentar mayor ansiedad y estrés escolar ya que las alumnas presentaban mayores responsabilidades en actividades escolares y el tiempo de dedicación a las actividades de cada curso y su desempeño escolar de la misma (Puecas, Castro, Callirgos , Falloc, & Díaz, 2011).

En la institución educativa donde se realizó la investigación se ha observado a los estudiantes de cuarto grado de secundaria que no gestionan de manera adecuada los tiempos para la rutina de aprendizaje de los diferentes cursos, suelen presentar muchas distracciones en los horarios de clases, según los reportes de las tutoras de las aulas del cuarto grado han reportado que existe gran porcentaje de alumnos que realizan sus tareas a ultima hora y una parte de ella no las cumple y no suelen tener un habito estricto de estudio para los exámenes, dichos hábitos generan que los alumnos del grado estudiado presenten dificultades para desarrollarse de manera adecuada en sus actividades académicas y cumplir con los objetivos plantados por el ministerio de educación.

por lo mencionado a anteriormente se ha plantado la siguiente problemática ¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes del 4to de Nivel Secundaria de la Institución Educativa Pública, Nuevo Imperial-Cañete, 2020?; para responder a la siguiente problemática se ha planteado los siguientes objetivos, como objetivo general se ha planteado describir el nivel estrés académico en los estudiantes del 4to de Nivel Secundaria de la Institución Educativa Pública, Nuevo Imperial-Cañete, 2020; como objetivos específicos se ha plantado describir la edad y el número de hermanos de los estudiantes de la Institución Educativa Pública, Nuevo Imperial, Cañete-2020.

El presente trabajo encuentra su justificación a nivel teórico ya que hará una contribución a las teorías ya existentes en relación al estrés académico, ya que se revisó diferentes teorías que fundamentan la variable de estudios, además en su justificación practica proporcionara a la institución educativa los datos encontrados en la investigación para que las autoridades pertinentes puedan hacer uso de los datos proporcionados para futuros proyectos académicos con los alumnos de la institución educativa ya que no se encontraron investigaciones sobre el estrés académico en el distrito de nuevo imperial.

La presente investigación utilizo una metodología de diseño no experimental y transversal de tipo cuantitativo y un nivel descriptivo. Se utilizó como instrumento de investigación el Inventario de Sisco de Arturo Barraza Macías. Conformado por 35 ítems, se aplicó el instrumento a 50 alumnas de sexo femenino que cursaban el cuarto de secundaria.

Los principales resultados que se encontraron fue que el 72.5% de las alumnas participantes se ubican en un nivel de estrés académico medio, llegando a la conclusión de que los estudiantes de la Institución Educativa Pública, Nuevo Imperial, Cañete-2020, presentan un nivel de estrés académico de nivel medio.

## **II REVISIÓN DE LITERATURA**

## **2.1 Antecedentes**

### **2.1.1 Antecedentes Internacionales.**

Mendoza ( 2015) en su investigación titulada *Estrés académico de la universidad de los lagos, Chile –Lagos Osorno,2018*; tuvo como propósito conocer la prevalencia de estrés en estudiantes de la Universidades. La muestra estuvo compuesta por 314 alumnos de las carreras de Enfermería, Fonoaudiología, Kinesiología y Nutrición, a los que se les aplicó el inventario SISCO del estrés académico que mide nivel de estrés, factores estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. El estudio fue cuantitativo, de carácter descriptivo. La técnica para la recolección de datos fue la encuesta y para la variable de Estrés Académico. Los resultados mostraron que un 98% de los estudiantes han presentado estrés académico, señalando estar más estresadas las mujeres (96,24%) que los hombres (88,57%).

Peinado (2018) Realizo una investigacion titulada “El estrés académico en los estudiantes del último año, estudio realizado con estudiantes del último año del ciclo diversificado del Instituto Nacional de Educación Diversificada, San Pedro Sacatepéquez”, usando una metodologia tipo descriptiva, utilizando el método inductivo, para recolectar la información se aplicó el inventario sisco de estrés académico y test de habilidades a 69 estudiantes de quinto bachillerato en ciencias y letras. Además, se utilizó el cuadro de revisión de las calificaciones. Entre los resultados más importantes que se obtuvieron fueron que el 4% de los estudiantes de quinto bachillerato no fue promovido y el 30% debe realizar sus exámenes de recuperación, enfatizando que les genera mayor estrés académico la sobrecarga y el tiempo limitado para hacer las tareas y trabajos escolares, las evaluaciones de los

profesores, presentan los síntomas la somnolencia, la ansiedad, angustia, inquietud y aumento o reducción del consumo de alimentos. Por lo tanto, se concluye, que el estrés académico ocasiona que las habilidades se encuentren afectadas y no funciones en su totalidad, debido a las manifestaciones de los estresores y a la falta de la práctica de las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico

### **2.1.2 Antecedentes Nacionales**

Quispe (2019) realizó una investigación que tuvo como objetivo de describir el nivel de estrés académico en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Independencia Nacional de la ciudad de Puno. Esta investigación se realizó durante el año escolar 2018, El método de investigación que se utilizó fue el descriptivo de tipo diagnóstico. La técnica de investigación considerada para recoger los datos fue la escala de actitudes, siendo su instrumento la Escala de Likert. La población de estudio estuvo constituida por los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa señalada y, de esta población, se tomó una muestra representativa, haciéndose uso de la fórmula estadística correspondiente. La conclusión principal a la que se arriba, después del análisis y discusión de datos, es la siguiente: El nivel de estrés académico de los estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria es alto. Esta conclusión general se sustenta con el 72% de estudiantes que evidenciaron el nivel de estrés señalado.

Alejos (2018) realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés académico predominante en los estudiantes de secundaria en una institución educativa privada de San Juan de Lurigancho. utilizando una metodología de diseño no experimental – transeccional o transversal apoyándose en un enfoque cuantitativo a nivel descriptivo. El instrumento utilizado fue el Inventario SISCO de

estrés académico de Barraza adaptado a la población peruana (Puescas 2010). La información fue procesada mediante el programa SPSS 22. La muestra estuvo 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. En los resultados se obtuvo que el 81.4% de los estudiantes tuvieron un nivel moderado de estrés académico, donde los principales estresores son la sobrecarga de tareas y evaluaciones de los profesores, los síntomas más resaltantes son la somnolencia, los problemas de concentración y el desgano para hacer las labores escolares.

### **2.1.3 Antecedentes Locales**

Quinto (2015) menciona que en su presente trabajo de investigación tuvo como problema general: Qué relación existe entre el estrés y el desempeño docente en las Instituciones Educativas públicas del nivel secundaria del distrito de Quilmaná – Cañete, 2014 y el objetivo general fue: Determinar la relación que existe entre el estrés y el desempeño docente en las Instituciones Educativas públicas del nivel secundaria del distrito de Quilmaná – Cañete, 2014. El tipo de investigación fue básica de naturaleza descriptiva – correlacional, el diseño fue no experimental de corte transversal-correlacional. La muestra estuvo conformada por 81 docentes del nivel secundaria. Se aplicó la técnica de la encuesta con cuestionario tipo escala de Likert para ambas variables. Existe una correlación moderada y significativa entre el estrés y el desempeño docente en las Instituciones Educativas públicas del nivel secundaria del distrito de Quilmaná – Cañete, 2014, con un nivel de significancia de .05, Rho de Spearman = .435 y  $p = .000 < .05$ .

## **2.2 Bases Teórica**

### **2.2.1 Estrés**

Según Crespo (2008, citado en Labrador, 2020 ) menciona que es una reacción inmediata e intensa, que el mismo organismo lo conforma, los adolescentes lo viven en situaciones importantes, ya sea porque implica una pérdida de un ser querido o una amenaza, también es reflejada en los juegos deportivos de competencia.

Asimismo, las respuestas fisiológicas (la tensión, el sudoramiento), cognitivas (la rapidez de pensamiento) y motoras (huir o luchar con el peligro) todo esto sirve para facilitar el procesamiento de afrontamiento de las situaciones que se trascurre en la vida.

### **2.2.2 Estrés Académico**

Barraza (2007) conceptualizó al estrés académico como un proceso sistemático que se presenta mediante los aspectos psicológicos que ayudan a adoptarse en determinados momentos que el estudiante está expuesta a un abanico de actividades académicas y extra escolares que le hacen vulnerable a experimentar estrés.

El mismo autor explica que el adolescente presenta factores que involucra los aspectos físicos, emocionales de diversos caracteres para afrontar su rendimiento académico, tenemos también las habilidades metacognitivas que se encarga de la resolución de problemas, una pérdida amorosa, la presentación de exposiciones, la relación con los compañeros y profesores.

### 2.2.3 Tipos

Macías (2004, citado en Barraza, 2020) nos menciona que tiene diferentes tipos basándose en el estrés

Tenemos:

**El estrés amoroso y marital:** Surge por la rutina de la misma pareja.

**Estrés Sexual:** Se relaciona con la falta de libido, ya no hay intereses en los adolescentes.

**Estrés por duelo:** Al terminar una relación amorosa o de algún familiar cercano, eso se evidencia desde la niñez.

**Estrés Médico:** se relaciona de médico-paciente, el sufrimiento de tiene el paciente, la falta de apoyo social, la escasez de tiempo

**Estrés Académico:** actualmente se refleja en todos los niveles de etapas de vida desde los primeros años

#### Causas

Martin (2019) nos refiere que en un estudio se halló que hay distintas causas como las siguientes:

-Los Factores Económicos, es cuando no hay un buen ingreso no se puede sobrevivir.

-La sobrecarga de trabajo, se refleja cuando si eres jefe de una empresa aprende a delegar.

-Falta de satisfacción laboral, es cuando los mismos estudiantes no se sienten a gusto en el lugar que se encuentran.

-Relaciones personales, esto ocurre cuando no nos socializamos con las personas de nuestro entorno.

-Atención a la familia, esto pasa siempre y casi en toda nuestra vida, pero sobre todo cuando nuestros abuelo y padres están mayores porque tratamos de protegerle, cuidarle, apacharles.

#### **2.2.4 Distrès y Eustrès**

Stepanian (2016) nos menciona que hay otro estrés muy común que está lejos de ser bueno, esto genera mucha disconformidad porque es muy dañino y ocasiona que afecta la parte mental y física de la persona, en ocasiona dura periodos prolongados, tal vez no sea intenso, pero que si excede la capacidad del individuo y es muy notorio es sus actitudes como la ira, angustia y agresión. Por el otro lado, el eustrès se enfoca en la preocupación y el bienestar de la salud, lo cual se caracteriza por ser positivo.

#### **2.2.5 Consecuencias del Estrés**

Algunas de las que mencionaremos a continuacion son de mucha impotancia:

Esta la falta de concentracion que el alumno tiene hacia su maestro, despues esta la fatiga intelectual, tambien esta el descuido que se realiza. Asimismo, el agotamiento, entre otras cosas mas que surge en el estudiante. Esto tambien tiene reacciones fisica como tristeza, se aislan, se sufre de ansiedad, hay escaza confianza en si mismo (Alacio, 2017).

## **2.2.6 Teorías del estrés académico.**

### **2.2.6.1 Teoría basada en el estímulo**

García y Mazo (2011) hace énfasis a las teorías del estrés centradas en el estímulo, como aquella relación de los diferentes estímulos del contexto y los eventos que los desencadenan, lo cual indica que el estrés es determinado por factores externos. Los diferentes eventos que está expuesto el adolescente en su vida cotidiana como la educación, y todo el proceso de formación académica son una fuente de estrés constante ya que generan cierta alerta y amenaza generando cambios en la manera de adaptarse a un examen a una tarea a un concurso etc. esta teoría también sostiene que no todas las personas o alumnos están expuesto al mismo ambiente o condiciones de educación ya que muchos alumnos asisten a instituciones educativas más equipadas y con mejores condiciones de infraestructura y calidad de docentes.

Barraza (2006) Sostiene que la teoría sistémica cognoscitivista del estrés académico tiene como fundamento las teorías de los sistemas y el modelo de transacción los cuales fueron planteados para poder entender la naturaleza del estrés académico. Esta teoría resalta dos postulados relevantes.

**Postulado Sistémico:** Este postulado sostiene que una persona se ve vinculada con su contexto en un estable proceso de bidireccional de entrada y escape con el objetivo de conseguir un equilibrio necesario que permita a la persona realizar sus actividades de manera adecuada.

**Postulado cognoscitivo:** Este postulado sostiene que la interacción de un individuo y su contexto se ve influida por el criterio de cómo se gestiona lo que un

contexto particular demanda y las herramientas se deben de ejecutar para poder hacer frente a las demandas que le generan los estímulos ambientales. Por lo cual la postura sistemática se da cuando la persona esta expuesta a un contexto particular que le generan estímulos de estrés y como la persona afronta aquellos estímulos.

### **2.2.7 Covid-19 y Estrés Académico**

Aliana (2020) menciona que tras la pandemia del covid-19 el mundo realizó cambios extremos que la población se vio obligada a asumir. El que cambió más fue el sistema educativo ya que se realiza virtualmente. Esto surgió varios imprevistos tanto a los docentes como alumnos. Por ejemplo, los docentes tenían que adecuarse a la tecnología para así poder interactuar con sus educandos. Entre otras afecciones también tenemos las complicaciones con la red ya que por ello algunos del educando no reciben una buena información de su docente hacia ellos.

### **2.2.8 Test de Sisco Estrés académico**

El Test de Sisco consta de 20 ítems, lo cual tiene tres dimensiones fundamentales: Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento menciona que en el mundo existen más problemas de estrés y cada persona lo sufre de forma diferente que influye mucho en la salud mental.

Mendoza (2015) explica que presenta dos dimensiones fundamentales: Cohesión y Adaptabilidad. Menciona que se evalúa mucho a las personas de forma externa lo cual, tiende por ser muy importante en la vida diaria, cada ser humano tiene a tener diferentes reacciones que hay problemas en la salud de las personas, porque hay alumnos que se estresan por las tareas como por ejemplo, disminuye su autoestima porque a veces la frustración de las cosas que no le sale bien tienen a

alterarlos, e incluso se altera en sus comportamientos, lo cual esto afecta mucho en sus actitudes también se puede evidenciar en sus aptitudes. El entorno también es un conjunto en el cual se puede tener un control muy estresante.

Martínez (2019) Explica que los estudiantes cada día se enfrentan a grandes retos uno más duros que otros; acá las necesidades que tiene el estudiante en sus cambios de comportamiento deben mucho a como él se siente aglomerado con las cosas que le sucede a diario. Ellos se adaptan a los horarios de clases, incluso, al mundo que tiene que desempeñarse como alumno, todo esto es nuevo para ellos tienen alegría, fracasos, pero aun así sabes sobrellevarlos cada uno con diferentes objetivos concretos a pesar de la adversidad.

### **III METODOLOGIA**

### **3.1 Diseño de investigación**

La presente investigación sigue un diseño no experimental, transaccional, descriptivo. No experimental porque la investigación se realizará sin manipular deliberadamente la variable, trasversal porque que se recolectaron los datos en un solo momento y en un mismo tiempo y descriptivo ya que solo se busca describir las características de la variable de estudio en la población seleccionada como se grafica en el siguiente diseño. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010).

El siguiente gráfico simboliza el diseño de la investigación:

M ..... O

Donde:

M: Muestra de la población que consta de 36 estudiantes

O: Observación de la variable Estrés académico.

### **3.2 Tipo de investigación**

La presente investigación utilizo un tipo de investigación cuantitativo Hernández, Fernández y Baptista (2014) refiere que la investigación cuantitativa consiste en ofrecer la posibilidad de generalizar los resultados de las variables que se relacionan, enfocada en el análisis estadístico.

### **3.3 Nivel de investigación**

La presente investigación se desarrolló a través de un nivel de investigación descriptivo que brinda una gran posibilidad de repetición y se centra en puntos específicos de tales fenómenos. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

### **3.4 Población y muestra**

#### **3.4.1 Población:**

La población estuvo constituida por 50 estudiantes de 4to grado de nivel secundaria de una institución educativa pública del distrito de Nuevo Imperial, Cañete- 2020.

#### **3.4.2 Muestra**

La muestra fue seleccionada desde un muestreo no probabilístico por conveniencia propia, estuvo constituida por 36 estudiantes de 4to grado de nivel secundaria del colegio de una Institución Educativa Pública del distrito de Nuevo Imperial, Cañete- 2020.

#### **3.4.3 Los criterios de Inclusión**

Estudiantes matriculadas en el 4to grado de secundaria, también los estudiantes que deseen participar voluntariamente en la investigación.

#### **3.4.4 Criterios de Exclusión**

Los estudiantes que no asistieron a clases.

Estudiantes que omitan las preguntas del instrumento de evaluación

### 3.5 Definición y operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS
<b>ESTRÉS ACADEMICO</b>	Los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar esta problemática. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control; por	Es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores (Macias,2006)	Estresores académicos (1)	-Reacciones Físicas	3.1,
			-Síntomas del Estrés Académico (2)	-Trastornos de sueño  -Problemas de digestión  -Reacciones Psicológicas  -Fatiga Crónica  -Somnolencia o mayor necesidad de dormir	3.2.; 3.3; 3.4; 3.5; 3.6; 3.7; 3.8; 3.9; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.5; 4.6; 4.7; 4.8; 4.9; 4.10; 4.11; 4.12; 4.13; 4.14; 4.15; 4.16; 4.17; 4.18; 5.1.; 5.2; 5.3; 5.4; 5.5; 5.6; 5.7; 5.8.

---

ello requieren del  
reconocimiento y ayuda  
del personal docente.

-Estrategias de  
Afrontamiento (3)

-Reacciones  
Conductuales

-Aislamiento de los  
demás

-Aumento o  
reducción del consumo de  
alimentos.

---

### **3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.6.1 Técnicas de recolección de datos**

#### **3.6.2 Técnica de encuesta**

Aplicar las encuestas es un buen propósito porque nos brinda obtener información de nuestra muestra de cada estudiante, porque podemos recolectar dicha información con las características de las opiniones, incluso eso puede variar con el tiempo. (Castro, 2014)

#### **4.4.2. Instrumentos de recolección de datos**

Este instrumento se refiere a los instrumentos que son medios materiales ya que nos facilita el almacenamiento y recopilación de información.

#### **3.6.3 Inventario sisco del estrés académico**

El nombre que de la ficha técnica es Inventario Sisco de Estrés Académico, el autor es Arturo Barraza Macías, México; pero es aplicada acá en Perú y adaptada por Puentes, 2010. La administración es individual y colectiva, la duración es sin tiempo límite, entre 10 a 15 min aproximadamente. Su objetivo es que se trata de una escala independiente que evalúa las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales. El tipo de respuesta son que los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre). La puntuación es que se obtiene mediante la suma total de los puntos obtenidos en cada uno de los 5, 4 o 3 elementos que consigna una escala o estrategia de afrontamiento, luego el puntaje se multiplica por 4,5 o 7 items de acuerdo al número de elementos de cada escala. Asimismo, en la **validez** se realizaron 3 análisis factoriales encontrando que las 18 escalas eran válidas (Frydenberg y Lewis, 1997), luego se estudiaron las propiedades estadísticas de cada escala. En cuanto a la

confiabilidad, se encontró que las respuestas tenían suficiente estabilidad. Alcanzó coeficientes de consistencia interna que oscilan entre 0.62 y 0.87, con un promedio de 0.73 para la forma específica y entre 0.54 y 0.84 con un promedio de 0.71 para la forma general, solo en 2 escalas de la forma específica y tres de la general, los coeficientes fueron menores a 0.65. Se encontró suficiente estabilidad de los ítems, reportándose coeficientes test-re-test mayores a 0.32, estos coeficientes para las sub escalas obtuvieron entre 0.49 y 0.82 para la forma específica y entre 0.44 y 0.84 para la forma general (Frydenberg y Lewis, 1997). Posteriormente, en la **confiabilidad** se calcularon las correlaciones test-re-test (producto momento de Pearson) y se consideró un elemento como fiable si el coeficiente de correlación era 0.32 o mayor. Cuando la correlación fue menor, se tomó en cuenta que por lo menos el 70% de los sujetos hayan dado respuestas en las dos ocasiones que no se alejen más de un punto entre sí

### **3.7 Plan de análisis**

Luego se recolectarán los datos, y serán codificados e ingresados a una base de datos creada en el programa estadístico SPSS versión 24 (programa estadístico para las ciencias sociales) para su análisis. Los resultados serán representados en tablas y cuadros estadísticos de acuerdo a cada ítem del instrumento.

### 3.8 Matriz De Consistencia

<b>Problema</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables Indicadores</b>	<b>Metodología</b>
¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes del 4to de Nivel Secundaria de la Institución Educativa Pública, Nuevo Imperial-Cañete, 2020?	<p><b>Objetivo General</b></p> <p>Describir el estrés académico en los estudiantes del 4to de Nivel Secundaria de la Institución Educativa Pública, Nuevo Imperial-Cañete, 2020.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b></p> <p>Describir la edad de las estudiantes de la Institución Educativa Pública, Nuevo Imperial, Cañete-2020.</p> <p>Describir el número de hermanos de los estudiantes de la Institución</p>	<p><b>Hipótesis General</b></p> <p>No tiene hipótesis por el tipo de investigación.</p>	<p><b>VARIABLE:</b></p> <p>Estrés académico</p> <p>*Físico</p> <p>*Psicológico</p> <p>*Comportamiento</p>	<p><b>TIPO DE INVESTIGACIÓN</b></p> <p>Cuantitativo</p> <p><b>DISEÑO DE INVESTIGACION</b></p> <p>No experimental. Hernández (2015)</p> <p><b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b></p> <p><b>POBLACIÓN</b></p> <p>Estuvo constituido por 50 estudiantes de 4to grado de nivel secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora De Lourdes 20165 en Nuevo Imperial 2020.</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>Estuvo constituida por 36 estudiantes de una institución educativa del distrito Nuevo Imperial, Cañete- 2020.</p> <p><b>INSTRUMENTO</b></p> <p>Escala de Sisco</p>

---

Educativa Pública, Nuevo Imperial,

Cañete-2020.

---

### **3.9 Principios Éticos**

La presente investigación se ajusta al código de ética para la investigación Aprobado por acuerdo del Consejo Universitario con Resolución N° 0973-2019-CU-ULADECH católica, de fecha 16 de agosto del 2019, en lo cual se determina que algunas bases legales, se estable los principios éticos como:

**La Protección a las personas:** Es muy importante poderlo en aplica la protección ya que se determinan los hechos de acuerdo al riesgo sin descuidar la integridad de cada persona. En nuestra investigación será anónima nuestras encuestas o sino solamente con abreviaturas de su nombre completo para que todo sea fluido.

**Justicia:** Cada investigador debe estar muy asociado al tema que desarrollada que permita que cada persona pueda dar sus conceptos y que sean equitativos. En nuestra investigación lo utilizamos desde el principio a fin, que vamos a buscar que cada estudiante tengo una opinión sobre el tema y que será de mucha ayuda, sin minimizar ninguna opinión.

**Integridad científica:** esta función es algo muy relevante que se evalúa mucho ya que es muy capacitada en las normas de la profesión, y que ayuda a mantener los conflictos de interés que afecta a la comunicación de los resultados de lo que se va a plantear. En la investigación lo necesitaremos ya que podemos recopilar mucha información para tener suficiente aportación de diferentes autores que nos ayuden más en nuestro desarrollo.

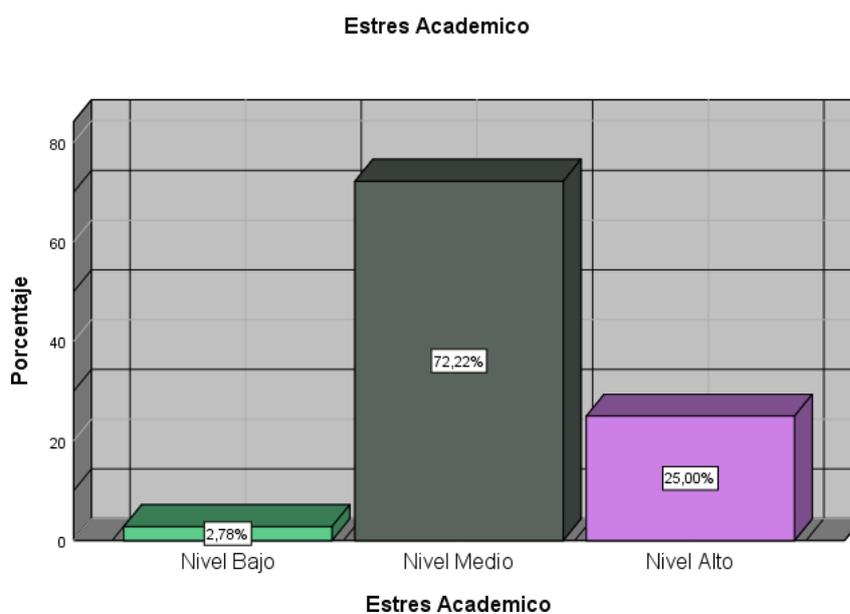
## **IV RESULTADOS**

## 4.1 Resultados

*Tabla 1 Nivel de Estrés Académico en los estudiantes del 4° grado de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete, 2020*

Estrés Académico	n	%
Bajo	1	2.8
Medio	26	72.2
Alto	09	25.0
Total	36	100.0

Fuente: Escala de Estrés Académico (SISCO) de Arturo B.



*Figura 1 Nivel de Estrés Académico en los estudiantes del 4° grado de una institución educativa del distrito de Nuevo Imperial de Cañete, 2020.*

**Interpretación:** De la población estudiada se observa que, el 26 (72.2%) presenta un nivel medio en estrés académico.

*Tabla 2 Edad de los estudiantes del 4° grado de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete, 2020*

<b>Media.</b>	
<b>Edad.</b>	15,33

Fuente: Instrumento de recolección de datos

**Interpretación:** La edad media de la población estudiada es de 15 años.

*Tabla 3 Número de hermanos de las estudiantes del 4° grado de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete, 2020*

<b>Media.</b>	
<b>Numero de hermanos</b>	2,37

Fuente: Instrumento de recolección datos

**Interpretación:** De la población estudiada se observa que, la mayoría tiene más de 2 hermanos.

## 4.2 Análisis De Resultado

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo general describir el estrés académico de los estudiantes del 4° grado de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete, 2020 en el que se halló que, la mayoría (72.2%) presenta el nivel medio lo que indica que en la población estudiada hay mucho problema de este tipo que son ocasionados con cosas que aglomeran al ser humano, en ocasiones las consecuencias se vuelven más tormentosas que hasta tienen que acudir a un especialista y en ocasiones toman terapia, esto ocurre porque la gran mayoría tiene dolores de cabeza frecuente en los trabajos, acá los estudiantes se exhausta por tareas que los docentes dejan y muchas veces dejan a la ultima hora todo y pues es ahí donde sufren este tipo de estrés , para que esto no llegue a ocurrir hay que tomar precauciones anticipadas. Lau (2012, citado en Bedoya, 2020) . Por otro lado, Godoy (2014, citado en Quilmana, 2020) en su trabajo de investigacion “estrés academico prevalente en estudiantes de secundaria de Quilmana, 2014. En su trabajo de investigación prevalente en estudiantes de secundaria del colegio nuestra Señora del Carmen, Cañete, 2019, obtuvo distintos resultados de los estudiantes con un nivel bajo. Mientras que en cañete en la I.E.P mencionado tiene un nivel bajo por lo que solamente es recomendables algunas estrategias; mientras en la institución 20165, tienen un nivel medio. Mendoza ( 2015) en su investigación titulada *Estrés académico de la universidad de los lagos, Chile – Lagos Osorno,2018*; tuvo como propósito conocer la prevalencia de estrés en estudiantes de la Universidades. Los resultados mostraron que un 98% de los estudiantes han presentado estrés académico, señalando estar más estresadas las

mujeres (96,24%) que los hombres (88,57%). Lo cual se refleja que las mujeres tienen más estrés por muchos motivos del entorno.

En relación a los objetivos específicos se encontró que la edad media de los estudiantes fue de 15 años de edad y la media del número de hermanos fue de 3 hermanos, el cual indica que la mayoría de los alumnos cuentan con tres hermanos los cuales por motivos de la pandemia las clases se han realizado de manera virtual en el cual en muchos hogares se comparte un mismo celular para realizar las clases y enviar las tareas lo cual generaría que el estrés académica sea mayor en aquellos que cuentan con mas hermanos de edad escolar.

## **V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## **5.1 Conclusiones**

Al finalizar la presente investigación se llegaron a las siguientes conclusiones.

Los estudiantes del 4° grado de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete, 2020, presentaron un nivel de estrés académico de nivel medio, el cual indica que las diferentes actividades académicas le generan cierto grado de estrés.

Se halló que la edad media Los estudiantes del 4° grado de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete, 2020, es 15 años.

Se halló que el promedio del número de hermanos de los estudiantes del 4° grado de secundaria de una institución educativa pública del distrito de nuevo imperial, cañete, 2020, es de 2 hermanos.

## 5.2 Recomendaciones

- ✓ Se recomienda al director de la Institución educativa poder implementar programas preventivos promocionales en relación a la importancia de adecuado manejo del estrés en los padres y alumnos.
- ✓ A los tutores de cada aula se le recomienda ejecutar talleres y charlas dirigidos a las estudiantes y a sus padres, con el objetivo de desarrollar estrategias de manejo de estrés académico.
- ✓ A los padres de familia que puedan participar en las reuniones y charlas organizadas por la institución educativa para poder orientar mejor en el manejo del estrés académico.
- ✓ A los próximos investigadores se le recomienda poder realizar investigaciones tomando en cuenta las variables de Académico relacionados con otras variables psicológicas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍA

- Águila, A. (2015). Estrés académico. *Educemecentro*, 7(2), 163-178. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742015000200013](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013)
- Alacio, O. M. (2017). estres academico: causas y consecuencias. *Multired*, 17(3), 185-196. Obtenido de <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302>
- Aliana Contreras, R. D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111-130. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Castillo, L. L. (2020). *Estrés académico. institución educativa nacional, Casma, 2018, Casma.Peru*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote] Repositorio Institucional de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17489>
- Godoy, S. (2015). *El estrés y el desempeño. instituciones educativas públicas del nivel secundaria del distrito de Quilmaná – Cañete, 2014*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote] <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/7936>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico: 6a. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

- Losada, A. V. (2019). Familia y Abuso Infantil. *Difundiendo el Conocimiento*,5(2).2422-5193.  
<http://eduneuro.com/revista/index.php/revistaneuronum/article/view/192>
- Macías, A. B. (2014). Estresores académicos y su relación con seis indicadores. *Boletín de Psicología*, 45-55.No.111.<https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N11113.pdf>
- Mendoza, M. (2015). *Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Chilena de Neuro-psiquiatria*,53(3),149-157. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272015000300002](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002)
- Martin, R. (2019). Causas del estres. *Forbes*, 54.<https://forbes.es/lifestyle/5454/cuales-son-las-principales-causas-del-estres/>
- Mori, J. L. (2015). *cybertesis repositorio*. Estrés en adolescentes de dos instituciones educativas estatales de Lima. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/585>
- Pérez, M. E. (2017). La familia: Desde lo tradicional a lo discutible. *Novedades en Población*.13(26).  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S181740782017000200005](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S181740782017000200005)
- Rojas, B. J. (2017). *estrés académico y expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de Coishco*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote] repositorio digital institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/405>

- Quinto, G. (2014). *El estrés y el desempeño*. Instituciones educativas públicas del nivel secundaria del distrito de Quilmaná – Cañete, 2014, Quilmana-cañete. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote] repositorio digital institucional. <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/7936>
- Sánchez, R. J. (2019). *estres academico*. Instituciones educativas públicas del nivel secundaria del distrito de Chimbote – Cañete, 2016. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote] repositorio digital. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/15336>
- Stepanian, A. O. (2016). *estres academico*. Bogota. Instituciones educativas públicas del nivel superior [Tesis de pregrado, Universidad Científica] repositorio digital. <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/3161/4/TESIS%20DE%20MAESTR%C3%8DA%20%20Andr%C3%A9s%20Ospina%20Stepanian.pdf>
- Xuyá, A. L. (2018). *Metodologia de la investigacion*. Guatemala: 6a. [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29\\_0548.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29_0548.pdf)

## **ANEXOS**

## Anexo 1: Consentimiento informado (plantilla)

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA



### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### Estimado participante:

La Escuela Profesional de Psicología la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote comprometida con el respeto a la dignidad de las personas y el desarrollo de la ciencia, le informa que estamos realizando un estudio científico sobre la comunicación familiar en el personal policial de la división de investigación criminal, y para ello se requiere que conteste al presente instrumento. Así mismo le comunicamos que la evaluación será anónima.

Muy agradecidos, investigador.

---

Firma

## Anexo 2: Instrumento de Evaluación

Reacciones Físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadilla)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud					
Sentimientos de depresión y tristeza					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					

# TURNITIN

---

## INFORME DE ORIGINALIDAD

---

0%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

---

## FUENTES PRIMARIAS

---

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo