

Carrera de **PSICOLOGÍA**

PERCEPCIÓN GENERAL DEL ESTRÉS Y LA
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA
DURANTE EL 2023

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autores:

Aaron Renato Caparachin Alcalde

Sergio Jose Luis Saucedo Bautista

Asesor:

Mg. Claudia Karina Guevara Cordero

<https://orcid.org/0000-0003-4681-3077>

Lima - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Raul Injante Mendoza	10747556
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Janeth Molina Alvarado	18180610
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Johnny Erick Enciso Rios	40419265
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	www.proyectoetica.org Fuente de Internet	1%
2	repositorio.upt.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	www.lareferencia.info Fuente de Internet	1%

DEDICATORIA

El presente proyecto de investigación está dedicado a cada una de las personas que nos apoyaron este camino de 5 años pues han sido pilares para seguir adelante y lograr ser mejores personas.

Para ambos, es satisfactorio poder tomar en consideración a nuestros docentes y asesora de tesis ya que nos han guiado y aportado valiosos conocimientos en la elaboración del proyecto.

A nuestros padres, por motivarnos en nuestra vida para no rendirnos y luchar por nuestra meta de crecer personal y profesionalmente dando lo mejor de nosotros en nuestra carrera de psicología.

AGRADECIMIENTO

La universidad nos dio la bienvenida en el año 2016. Poco a poco fuimos siendo conscientes de la realidad y lo importante que es formarse personal y profesionalmente. Las oportunidades que nos ha brindado nuestra casa de estudios son incomparables. El sueño de ser grandes profesionales ha perdurado en nuestra mente durante estos años con tal de llegar al día de la graduación.

Agradecemos mucho a nuestros estimados docentes, compañeros y a todo aquel que estuvo en nuestro camino para ser parte de nuestra historia universitaria brindándonos el conocimiento, la motivación y la confianza de creer en nosotros para el día de hoy decir: “Si, podemos”.

Y en general a todos nuestros familiares y amigos por confiar en nosotros siendo el sostén de nuestras vidas y por permitirnos ser parte de su orgullo.

Tabla de contenido

Jurado calificador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria	4
Agradecimiento	5
Índice de tablas	7
Resumen	8
Capítulo I: Introducción	9
Capítulo II: Metodología	31
Capítulo III: Resultados	317
Capítulo IV: Discusión y Conclusiones	444
Referencias	566

Anexos

.....
563

Índice de tablas

Tabla 1 Correlación de la variable Percepción General del Estrés y Procrastinación Académica.
.....39

Tabla 2 Descripción de los niveles de la Percepción General del Estrés.
.....40

Tabla 3 Descripción de los niveles de la Procrastinación Académica.
.....40

Tabla 4 Correlación de la dimensión Eutrés y la variable Procrastinación Académica.
.....40

Tabla 5 Correlación de la dimensión Distrés y la variable Procrastinación Académica
.....41

Tabla 6 Diferenciación entre la Percepción General del Estrés y la Procrastinación Académica según sexo.
.....41

Tabla 7 Diferenciación entre la Percepción General del Estrés y la Procrastinación Académica según edad.
.....42

Tabla 8 Datos sociodemográficos de la muestra 63

Tabla 9 Reporte de las evidencias de procesos de respuestas hacia el ítem de la Escala de Percepción General del Estrés..... 64

Tabla 10 Reporte de las evidencias de procesos de respuestas hacia el ítem de la Escala de Procrastinación Académica..... 66

Tabla 11 Reporte de las evidencias de fiabilidad de los instrumentos empleados..... 67

Tabla 12 Reporte de normalidad de las pruebas para Percepción General del Estrés y Procrastinación Académica..... 68

RESUMEN

Durante la vida universitaria de un estudiante es imposible no sentirse en algún momento afectado por el estrés; como respuesta emocional y física a las demandas y presiones del entorno educativo, y la procrastinación; que se refiere a la tendencia de posponer tareas importantes. Por ello, esta investigación pretende determinar la relación entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023. Dada la naturaleza cuantitativa de nuestra investigación, el diseño es no experimental correlacional a través del método hipotético-deductivo de tipo no probabilístico por conveniencia que se recogieron a través de formularios virtuales. En cuanto a los resultados se encontró correlación entre ambas variables de .308 según la correlación de Spearman (Rho de Spearman). Por los datos hallados en la investigación se destaca la importancia de la educación y la conciencia sobre estos temas en entornos académicos, así como el apoyo a los estudiantes que enfrentan estos desafíos.

PALABRAS CLAVES: Estrés, eutrés, distrés, procrastinación, estudiantes universitarios.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Hoy en día, cuando se habla de educación universitaria se toma en cuenta como la nueva generadora de teorías socioculturales garantizando en la población el desarrollo competitivo y la deseada prosperidad de nuestra sociedad (Meneghel et al., 2021).

El inicio de la vida universitaria trae consigo constantes cambios que pueden provocar reacciones físicas y emocionales que tienen un impacto físico y mental directo en la vida del estudiante. Esta etapa requiere el desarrollo de nuevas habilidades y un mayor rendimiento académico (Barraza y Barraza, 2019). El estudiante se enfrenta a una vida de tareas y responsabilidades académicas, desde sus propias limitaciones, asumiendo con desconcierto y con falta de recursos emocionales suficientes para demostrarse a sí mismo ser una persona resiliente. A consecuencia de ello, el estudiante puede iniciar a sentir la desconfianza e inseguridad, las cuales llevarán a patrones mentales inadecuados de autorechazo (Torres, 2021). Sin embargo, se espera que la adaptación a la educación superior sea de la mejor manera para abrirse camino a una vida rumbo a ser profesional lo que conlleva a expectativas y desafíos en la realización de nuevas habilidades y herramientas en el estudiante que posiblemente no haya desarrollado anteriormente (Vivanco-Vidal et al., 2020).

Por lo general, los jóvenes ingresan a las universidades con la ilusión de obtener un puesto laboral aceptable según su carrera profesional, así como también la esperanza de lograr el reconocimiento social que le permita alcanzar una estabilidad laboral. No

obstante, la mayoría de ellos no tienen los recursos necesarios para hacer frente los retos que llevan al camino del profesional, enfrentándose en gran medida al estrés, como también a diferentes problemáticas que ocurren a lo largo de los 5 a 8 años de estudio. La constancia en este tiempo es fundamental pero la vida universitaria tiene retos que ponen a prueba la vida del mismo estudiante. Estos sucesos o eventos desarrollan una predisposición y/o exaltación ante las situaciones de lucha encontrando eludir responsabilidades, entre ellas las actividades académicas (Caballero y Suarez, 2019).

Durante la educación universitaria existen diferentes factores que afectan directamente la predominancia del estrés académico, como las excesivas cargas de tarea, el tiempo limitado para efectuar las actividades académicas, la personalidad de los profesores, las evaluaciones, así como actividades extracurriculares que toman gran parte del horario de los estudiantes universitarios (Álvarez, et al., 2018).

Por otro lado, el factor de procrastinación académico se presenta en un momento dentro de este camino generando bajo rendimiento académico, debido a que es un indicador de una alta o baja calidad educativa afectando directamente la motivación del estudiante. De esta forma, los estudiantes pueden presentar síntomas fisiológicos de estrés, ansiedad y problemas emocionales dentro del ámbito académico que posiblemente se expanda en sus otras áreas de desarrollo (Moreta, et al., 2018).

Los estudiantes que frecuentemente procrastinan son debido a la presencia de conflictos y desórdenes cuando pretenden regular sus emociones, les resulta complicado, tener controlados sus niveles de motivación generando un cuadro de estrés que de no ser tratado a tiempo desarrolle depresión, extendiéndose a futuro incluyendo su vida adulta, con la predisposición a presentar patrones conductuales crónicos y disfuncionales (Córdova y Alarcón, 2019).

La Organización Mundial de la Salud (2018) presenta que la ansiedad de los estudiantes causa la acción de posponer responsabilidades. Según datos estadísticos se ubica a Brasil con un 7.5% como el primer lugar respecto a los trastornos mentales y el segundo México con el 3.5%. Por consiguiente, América Latina presenta porcentajes significativos de trastornos mentales que generan “la procrastinación” en actividades no solo académicas sino del día a día como las responsabilidades del hogar.

Ante esta problemática, son muchos los estudios que investigaron sobre la relación entre la variable estrés y procrastinación identificando distintos indicadores que se presentan actualmente en estudiantes universitarios. Según Schraw et.al., 2017, refiere que el 70% de estudiantes universitarios confiesan presentar comportamientos procrastinadores relacionados a sus actividades escolares, los cuales repercuten directamente en su aprendizaje y resultados a final de ciclo. Por ello, el estrés tiende a ser un desencadenante de la procrastinación junto a otros factores como malestar emocional, ansiedad y sensación de fracaso (Clariana, 2009; Sirois 2014), menor calidad de vida, menor grado de satisfacción general y de vida académica (Hinsh y Sheldon, 2013). Además, el estrés puede ser generado por el ámbito académico en tiempos de exámenes, planificación de tiempo, organización y la excesiva carga académica que presentan (Feldman, et al., 2008). Asimismo; la alta procrastinación en universitarios influye en diversos factores como el de adaptación ante los cambios y nuevas exigencias, falta de compromiso, constancia y más que se mencionaron anteriormente que, en consecuencia, generan uno de los constructos de la presente investigación que sería el estrés (Bernal, 2019).

Por lo mencionado anteriormente, el presente trabajo de investigación se centrará en el estudio de ambas variables buscando responder a la pregunta general ¿Existe

relación entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023? A continuación, se mostrarán antecedentes de investigación nacionales e internacionales, que nos revelan datos relevantes encontrados hasta la actualidad.

Por esta razón, la procrastinación debería captar la atención de los investigadores y ser considerada para posibles intervenciones, dada su importancia. Este tema impacta a un considerable número de estudiantes universitarios, y con el tiempo, podría dar lugar al desarrollo de condiciones seriamente perjudiciales. Es por ello que la justificación teórica de la investigación radica en la introducción de nuevos descubrimientos al ámbito de estudio sobre el estrés percibido y la procrastinación académica, lo que resultará en una mejora de las prácticas educativas. Los resultados obtenidos también dan lugar a nuevas hipótesis, incentivando la posibilidad de una profundización continua en el tema, ya sea mediante un enfoque cuantitativo o cualitativo, dada la naturaleza dinámica de la realidad. Asimismo, en cuanto a la justificación práctica, la investigación facilita la identificación de los factores que influyen en el estrés percibido y la procrastinación académica, ampliando la comprensión y el análisis del impacto de la interacción entre estas variables. Además, los resultados obtenidos permitirán la implementación de programas destinados a regular la procrastinación académica entre los estudiantes universitarios, con el objetivo de mejorar el estrés asociado a este fenómeno, ya que al explorar ambas variables se abre la posibilidad de examinar minuciosamente la situación de los estudiantes universitarios en relación con estas dos variables a tratar.

En relación con los antecedentes de investigación se debería considerar el interés en los temas de estrés y procrastinación académica en diferentes investigaciones que se presentan a continuación a nivel internacional y nacional.

Desde el plano internacional, Ashraf, et al., (2019) en una investigación realizada de Pakistán, se tuvo como objetivo conocer el efecto de la procrastinación académica en la predicción del estrés académico entre adultos jóvenes. Utilizaron una muestra de 200 hombres y 200 mujeres, con un rango de edad de 18-25, a quienes les aplicó la Escala de Resistencia a la Influencia de los Compañeros (Steinberg y Monahan, 2007, citados por Ashraf y Malik, 2019), la escala de procrastinación de Tuckman (1990, citado en Ashraf y Malik, 2019), y finalmente, la Escala de Estrés Académico desarrollada por Kohn (1986, citado en Ashraf y Malik, 2019). El resultado encontrado fue la correlación positiva significativa ($r = .33$, $p < .01$) entre la Procrastinación Académica y el Estrés Académico. Asimismo, se encontró que la procrastinación académica predijo positivamente el estrés de los adultos jóvenes ($B = 0,52$; $p < 0,01$), lo que sugiere que la procrastinación aumenta el estrés según dicha investigación.

Muliani, et al., (2020) en una investigación realizada en Indonesia, tuvo como objetivo analizar la relación entre el nivel de Estrés y la Procrastinación Académica entre estudiantes de enfermería, con una muestra de 145 estudiantes, a quienes se les administró la Escala de Procrastinación Académica (APS) desarrollado por McCloskey (2011, citado en Muliani, 2020) para medir la procrastinación, y el Inventario de Estrés de la vida estudiantil (SSI) de Gadzella y Masten (1994, citados en Muliani 2020) para investigar el Estrés estudiantil. Encontrando como resultado que la mayoría de los estudiantes tenían como porcentaje de Estrés el 82,5% y una Procrastinación Académica de 81.4% siendo un nivel moderado, y además hubo una relación significativa entre el nivel de Estrés y la Procrastinación Académica ($r_s = 0,442$) más que la puntuación $r=0/162$ y el valor p en torno a $0,000 < \text{puntuación alfa a } 0,05$, lo cual significa que el nivel de estrés se asocia a la procrastinación académica en los nuevos estudiantes de

enfermería de la Escuela de Ciencias de la Salud y puede producir efectos negativos psicológicos como la disminución de la memoria, aumento de ansiedad, tristeza y postergación de su trabajo (Sarafino & Smith, 2011).

Morales, et al., (2021) en una investigación de México, con el propósito de determinar la conexión entre el estrés académico y la tendencia a procrastinar, con una muestra de 102 estudiantes de la FESI de 12 a 20 años, utilizaron instrumentos como la EPA de Buskos (1998), de SISCO de Barraza (2007,2018), encontrando como resultado que existe una correlación positiva entre el estrés académico y la procrastinación ($p < 0.05$). Además, se muestra que del total de mujeres el 47.7% presenta un nivel moderado de estrés y el 52.3 % restante se encuentra con un nivel severo. Mientras que del total de hombres el 56.76% presenta un nivel moderado de estrés y el restante 43.24% presenta un nivel severo de estrés. Por ello, se decide realizar una comparación de frecuencias con chi cuadrada de 2×2 , dando el resultado obtenido ($\chi^2 = 0.775$; $gl(2) = 1$; $P = 0.379$), por lo que se determina que no existen diferencias significativas por lo que el sexo no influye en el nivel de estrés. Además, en la variable procrastinación se encuentra que del total de mujeres un 72.30% presenta un nivel medio de procrastinación y el 15.40% un nivel bajo. Y de los hombres el 75.40% presenta un nivel medio y el 16.20% un nivel alto de procrastinación. Al realizar la comparación de frecuencias con chi cuadrada dando el resultado de ($\chi^2 = 2.375$; $gl(2)$; $p = 0.305$) encontrando que las diferencias no son estadísticamente significativas por lo que el sexo no influye en el nivel de la variable de estudio procrastinación.

Dardara y Makhallid (2022) en una investigación realizada en Arabia Saudita, cuyo objetivo primordial consistió en investigar la relación entre: procrastinación, emociones negativas y bienestar mental. Con una muestra de 886 personas (mujeres 344, 38.8% y

542 hombres, 61.2%), quienes completaron de forma online la Escala de procrastinación irracional (IPS), las Escalas que son de estrés por depresión, ansiedad (DASS-21) y el Formulario corto continuo de salud mental (MHC-SF). Los hallazgos revelaron que la edad, el género, la depresión, el estrés, la ansiedad y el bienestar son factores predictivos de la tendencia a procrastinar. Asimismo, que la procrastinación esta relacionada positivamente con el estrés ($r=0,21$ $p< 0,01$). Además, los hombres procrastinan más que las mujeres con una diferencia de media de 0.86.

Espín y Vargas (2023) en una investigación de Ecuador, con el objetivo de determinar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes universitarios, con una muestra de 432 participantes seleccionados con un muestreo no probabilístico por conveniencia. Aplicándose la Escala de Procrastinación Académica de Busko (EPA) y el Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Determinando que no hay correlación entre la procrastinación y el estrés académico ($Rho=0.062$; $p=0.197>0.05$) en lo que respecta a la procrastinación académica, se observó que en la dimensión de autorregulación académica, predominó un nivel bajo. 96,1% y en postergación de actividades el nivel alto 85,9%; en cuanto al estrés académico prevaleció el nivel severo 41.9 %, existiendo diferencias significativas según el sexo ($\chi^2= 9.96$; $p=0.007$). Donde se determina que los hombres presentan un nivel de estrés académico de 6.9%, el 6.0% un nivel moderado y de las mujeres un 15.3% tienen estrés académico leve, un 29,9% presenta un nivel moderado y un 35,0% un nivel severo.

En naciones vecinas a Perú, los estudiantes universitarios muestran un rendimiento académico satisfactorio, aunque no se destaca una mejora significativa. En Argentina el 18% al 20% finalizan sus estudios con éxito, 14% a 15 % en Bolivia, 12% a 14% Brasil y 10% a 11% en Colombia junto a Ecuador, como se ha señalado, varios

factores, entre ellos el estrés económico, pueden influir en que los estudiantes no alcancen un desempeño satisfactorio en sus estudios académicos (Unesco-Iesalc, 2020).

A nivel nacional, en el Perú, en 2019, el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM) llevó a cabo una investigación de tipo exploratorio, en el cual se obtuvo como evidencia que el 52% de la población en la ciudad de Lima, de 17 y 35 años Mostraba trastornos psicossomáticos causados por niveles moderados y severos de estrés, como efectos secundarios por el encierro debido a la pandemia (Instituto Nacional de Salud Mental [INSM], 2019).

Lescano (2021) utilizó una muestra de 61 estudiantes en un estudio peruano destinado a examinar la relación entre la procrastinación y el estrés académico entre los estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad San Martín de Porres en Lima, Perú. Uso del Inventario de Estrés Académico y Escala de Procrastinación Académica SISCO – EPA. Encontramos que la mayoría de los estudiantes (95,1%) informaron haber experimentado episodios de angustia, preocupación, inquietud o irritabilidad durante su séptimo año de estudio. Los estudiantes que demostraron niveles más altos de autorregulación académica fueron aquellos que confiaron continuamente en habilidades de gestión para afrontar el estrés. También se ha descubierto que los estudiantes que utilizan estrategias de manejo del estrés tienen menos probabilidades de posponer las cosas al estudiar. Por lo tanto, según este estudio, no existe una relación significativa entre: intensidad del estrés y procrastinación académica entre los estudiantes del 6to ciclo de la FO-USMP (Lima-Perú) en el semestre 2019-II.

En una investigación a nivel nacional, un estudio de Aguilar (2021) realizado en el Perú, tuvo como propósito determinar la relación entre la procrastinación y el estrés académicos en estudiantes de una universidad privada de Lima, en 219 estudiantes

universitarios (muestra). Aplicando la Escala de Procrastinación Académica por Busko y el Inventario SISICO del estrés académico de Barraza. Teniendo como resultado que no se encontró una relación significativa entre la procrastinación académica y el estrés académico, lo que llevó a la aceptación de la hipótesis nula (H_0) y al rechazo de la hipótesis alternativa (H_1). En lo que respecta a las dimensiones de estas variables, se observó que no existe correlación, excepto en el caso de la dimensión de autorregulación académica de la procrastinación académica y la dimensión de estrategias de afrontamiento del estrés académico, donde se identificó una relación inversa de intensidad muy débil ($r = -0.134$). Solo en este caso se rechazó la hipótesis nula (H_0) y se aceptó la hipótesis alterna (H_1). En la investigación, no se encontró evidencia estadística que respalde la presencia de una relación entre la procrastinación y el estrés académico.

Reusche (2022) realizó un estudio peruano cuyo objetivo fue determinar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes en la especialidad de atención integral a la salud y desarrollo infantil de una universidad privada del área de Lima metropolitana, se les realizó crecimiento, desarrollo y vacunaciones. , en una muestra de 80 estudiantes se utilizó como técnica de recolección de datos una encuesta, como medida de procrastinación se utilizó la Escala de Procrastinación Juvenil y como medida de estrés académico el Inventario SISICO. Se encontraron asociaciones positivas entre la procrastinación y los factores estresantes ($\rho = 0,531$; $p = 0,004 < 0,05$) y los síntomas de estrés ($\rho = 0,206$; $p = 0,017 < 0,05$). Por otro lado, la asociación con las estrategias de afrontamiento fue negativa ($\rho = -0,210$; $p = 0,025 < 0,05$). Finalmente, se concluyó que existe una relación positiva moderada entre procrastinación y estrés laboral ($\rho = 0,424$; $p = 0,002 < 0,05$)

Vargas (2022) en una investigación de Perú, con el objetivo de determinar la relación entre la variable procrastinación y el estrés académico de los estudiantes de 1° y 2° ciclo de la escuela profesional de Derecho de la Universidad Privada de Tacna, de finalidad tipo básica o pura, utilizando instrumentos como Escala de Procrastinación Académica (EPA); y el Inventario SISCO - Estrés Académico (IEA), en una muestra de 91 estudiantes. Encontrando que el 92.31% de los estudiantes presentan niveles de alta o muy alta procrastinación, un 67.03% no presenta altos niveles de estrés, sin embargo, encontramos que un 32.97% si lo presenta, no se encontró una relación significativa entre la variable procrastinación y del estrés académico, dado un valor $p=0.353$ y no existe relación entre sus dimensiones.

MARCO TEÓRICO

Luego de conocer el estado actual de ambas variables y las distintas investigaciones que se han realizado, tanto a nivel internacional como nacional, sobre el vínculo de las mismas, es importante conocer a fondo cada una de ellas, por lo que, el dominio del marco teórico para cada una de las variables ayudará a comprender el comportamiento de las mismas. A continuación, en el marco teórico se fundamenta los conceptos de ambas variables desde una mirada científica a la percepción general del estrés y la procrastinación.

Con respecto al estrés uno de los autores refiere que es una respuesta física o mental como resultado de la relación entre el individuo y los eventos externos, los cuales son considerados como amenazantes para el sujeto, ya que ponen en riesgo su bienestar (Escobar et al., 2018). No obstante, la definición principal que se abordará para el presente estudio es de que el estrés es un fenómeno común que aparece por las altas demandas y expectativas académicas (Niazov et al., 2021). Se subdivide en dos tipos: el estrés positivo (eutrés) y negativo (distrés) (Wani et al., 2018). Además, el estrés académico es un tipo de estrés en el cual se presenta una activación a nivel cognitivo, emocional, fisiológico y conductual cuando el estudiante percibe de manera negativa las exigencias relacionadas con el proceso educativo, se angustia por situaciones académicas y pierde el control para afrontarlas (Barraza-Macías, 2018).

Aunque varios modelos explicativos han intentado profundizar en esta variable, la teoría basada en la interacción que fue propuesta por autores como Lazarus y Folkman en el año 1986 sugiere existen factores cognitivos que median los estímulos y respuesta de estrés, siendo uno de los más adecuados. En esta teoría, los individuos evalúan si una situación amenaza su relación con su entorno. Hay tres tipos de evaluaciones.

Evaluación Primaria: El proceso de determinar si una situación estresante es causada por el entorno o por el individuo.

Valoración secundaria: Se realiza una valoración subjetiva de si la situación requiere una respuesta funcional basada en recursos personales.

Reevaluación: El paso final para evaluar si una situación es estresante. Se planifica un proceso de retroalimentación personal (Berrio & Mazo, 2011).

Los factores de evaluación mencionados por Lazarus y Folkman en 1986 están relacionados con el manejo del estrés. Este elemento ocurre después de los tres elementos anteriores y corresponde a la forma en que un individuo se prepara para afrontar situaciones estresantes, independientemente de si los procesos que lleva a cabo son funcionales o no. Además, identificaron ocho estrategias: confrontación, distanciamiento, autocontrol, búsqueda del apoyo social, asunción de responsabilidad, escape y evitación, planificación logrando resolver problemas y reevaluación positiva.

De manera similar, la teoría basada en el estímulo se encarga de la interpretación y comprensión del estrés en términos de características asociadas con los estímulos ambientales. Esto se debe a que se supone que los estímulos ambientales mencionados por Holmes y Rahe, citados por Vogel (2005), pueden alterar o cambiar el funcionamiento de los organismos vivos. Además, en 2011, los autores Berrio y Marzo señalaron que debido a cambios en el desarrollo evolutivo humano, existen situaciones críticas que favorecen la aparición del estrés. De igual forma, se trata de situaciones adaptativas, por el contrario, el estrés es producido y encontrado en el entorno de la persona. Por lo tanto, esta teoría proporciona un margen más amplio para la especificidad general.

Un modelo cognitivo basado en la interpretación humana de la realidad como factor mediador en el desarrollo de variables de estrés (Berrio & Mazo, 2011). Cabe señalar que, en este aspecto, se llama distrés a la respuesta de forma negativa de un individuo, debido a una reacción insuficiente del individuo o al exceso de energía requerida necesaria en diversas tareas para adaptarse al medio. Sin embargo, el estrés adaptativo, llamado eutrés, permite que un individuo se adapte o logre afrontar lo que se considera una situación estresante.

Por otro lado, un modelo importante y relevante para el estudio es el modelo transaccional, que se deriva del enfoque de Lazarus y Folkman (1984) quienes definen el estrés como la totalidad de una relación específica entre una persona y una situación. Se puede considerar que la persona complica o excede sus propios recursos y pone en peligro su bienestar personal. Desde dicha perspectiva, la atención se centra en una evaluación cognitiva, el proceso mediante el cual las personas evalúan lo que está sucediendo en relación con su bienestar. Es decir, dos personas pueden enfrentar la misma situación, pero experimentan niveles de estrés distintos debido a sus percepciones y recursos individuales. Este modelo ha sido fundamental para comprender y abordar el estrés en una amplia variedad de contextos, que va desde la salud mental hasta la gestión del trabajo y toma decisiones. Además, en la presente teoría se distinguen tres tipos de evaluación:

La evaluación primaria se genera cuando existe un encuentro o transacción con alguna demanda externa o interna. Considerando al estrés como primer mediador psicológico se brinda 4 diferentes modalidades de evaluación: la amenaza, el daño y/o la pérdida, el desafío y beneficio. De este grupo la amenaza se refiere a la previsión de un daño que aún no se ha dado, sin embargo, que puede suceder de forma inmediata. El daño y/o pérdida siendo un perjuicio de naturaleza psicológica producido anteriormente, como

una pérdida que no se puede sanar o recuperar. Lo desafiante es una apreciación que se le atribuye a una situación implicando una posible ganancia positiva o una amenaza. Presentándose como el resultado ante demandas complicadas en las cuales el individuo debe utilizar sus propias capacidades de afrontamiento adecuadamente movilizándolo sus recursos. En la última modalidad “beneficio” que no inducirá a reacciones de estrés.

El segundo tipo de evaluación se enfoca en la valoración, es decir, la reacción del estrés depende de cómo la persona evalúa sus propias habilidades de afrontamiento. Dicha valoración de sus recursos repercute en cómo el individuo pueda sentirse asustado, desaseado y optimista.

Por último, la re-evaluación que implica procesos de feedback presentes como resultado de la interacción entre el individuo y las presiones tanto internas como externas. Debido al proceso de transacción no es lineal, sino que implica una retroalimentación continua. Además, la re-evaluación permite la apertura a correcciones de valoraciones previas pues se adaptan según las respuestas y cambios en la situación. Entonces, significa que una situación de estrés puede ser experimentado de manera distinta en momentos diferentes.

De manera similar, Cohen et al. (1983) consideró necesario desarrollar un instrumento de medición especial sobre el estrés específico. Este instrumento se encarga de medir el estrés específico (distrés) y el manejo del estrés. Existe una versión adaptada al Perú que se divide en distrés (estrés negativo) y eustrés (estrés positivo). El primer componente (distrés) tiene como objetivo evaluar el grado o la frecuencia de exposición a situaciones estresantes. El segundo factor (eustrés) mide si tienes los recursos necesarios para afrontar situaciones estresantes.

En cuanto a la segunda variable de procrastinación académica, es considerada polisémico, puesto que no hay una teoría que respalde dicha variable. Sino se trataría de un fenómeno que es estudiado por diversos autores que generaron sus propias definiciones, entre las cuales sería el hecho de aplazar deberes y/o tareas. El principal significado considerado en el estudio es el de procrastinación, definido como el concepto de aplazar voluntariamente un curso de acción planeado, que se espera que se vea exacerbado por el retraso. Al mismo tiempo, la procrastinación es el acto no racional de retrasar la ejecución de una actividad. La procrastinación es tomada como un fracaso de la autorregulación. Y los diferentes intentos que realizan las personas para controlar sus emociones mediante la procrastinación siendo al final contraproducentes (Wang et al., 2022).

La procrastinación tiene componentes cognitivos, conductuales y emocionales. Por lo tanto, esta naturaleza hace que las personas quieran hacer algo o intenten hacer algo, pero no son capaces de hacerlo de la manera que pensaban inicialmente. De manera similar, los estudiantes universitarios tienen más probabilidades de posponer las cosas (Popoola, 2005). Un procrastinador puede crear un programa completo de actividades, pero nunca lo completa porque siempre retrasa la acción. Dedicar su tiempo a actividades que les generan más placer. Es decir, están dispuestos a trabajar, pero lo evitan (Hussain y Sultan, 2010).

De manera similar, algunos investigadores han propuesto reconsiderar la definición de procrastinación y dividirla en procrastinación activa y procrastinación pasiva. La procrastinación pasiva es procrastinación en el sentido tradicional, mientras que la procrastinación activa se refiere a una acción planificada. Los procrastinadores activos tienen más probabilidades de trabajar bajo presión y tomar decisiones de

procrastinación después de haber deliberado (Chun Chu y Choi, 2005, citado en Wang et al., 2022).

Para Ellis y Knaus (2002), calificaron la variable a tratar como “posponer algo para el futuro”; tratando de posponer acciones o actividades que se decidió hacer. No obstante, los mismos actores identificaron que las personas procrastinadoras pasan por diferentes fases como las siguientes:

1. Quieres hacer algo que no sabes si te gusta o no, pero quieres obtener algún tipo de beneficio.
2. Decisión de emprender una acción.
3. Esto no sucederá y se retrasará innecesariamente.
4. Se analizan los inconvenientes y ventajas de aplazar la actuación.
5. Se continúan posponiendo actividades.
6. Se culpa por dudar.
7. Continúa procrastinando.
8. Las actividades se ejecutan en el último momento, demasiado tarde o no se ejecutan en absoluto.
9. Los retrasos provocan insatisfacción y disminución de la motivación.
10. Llegar a la conclusión de que no volverá a suceder.
11. Cuando se enfrenta a una nueva tarea, vuelvo a posponer las cosas.

Entre los modelos explicativos para la procrastinación se encuentra el motivacional señalando que la procrastinación se genera por la desaparición de una correcta motivación o expectativa del futuro, por otro lado, aún puede darse por el susto

al fracaso; sensación, que supera la expectativa del éxito; optando por último el individuo, por actividades que jamás van a representar un riesgo; es entonces que decide voluntariamente retrasar y postergar sus actividades (Rothblum, 1990).

Otro modelo es el psicodinámico, refiriendo; que la procrastinación se origina por la fragilidad emocional y el temor a fracasar, incluso cuando se tiene capacidades y competencias para llevar a cabo sus actividades, mayormente esto es por la existencia de diferentes factores como: patrones patológicos en la unión familiar, el agobio de los padres y madres ante la necesidad académica de sus hijos (Alvares, 2010). Para el presente modelo teórico, procrastinar es no cumplir con las tareas académicas, que se sabe; que son importantes, por lo que generan angustia, estrés y malestar (Ramírez, et. al, 2020).

El modelo cognitivo indica que la procrastinación supone, el crecimiento de una transformación de alineamiento del pensamiento, con características catalogadas como disfuncionales. Desde la neuropsicología, dicho suceso, se explica, por la implantación de patrones desadaptativos en el individuo, los mismos que provienen del miedo de los individuos al ser descubiertos en su incapacidad, marco que los puede transportar a una escases de oportunidades de un grupo social, generalmente, estos individuos tienden a sentir rechazo a asumir responsabilidades, planean estrategias en su mente y, formas de evadir sus obligaciones, estos sentimentalismo y pensamientos están vinculados a construcciones mentales automatizadas (Álvarez, 2010)

El modelo conductual que es una perspectiva dentro de la psicología que se basa en el estudio del comportamiento observable y medible, así como los procesos de aprendizaje que influyen en los comportamientos. Además, presenta la idea de que los comportamientos humanos (tanto la cognición y la emoción) pueden ser entendidos y

modificados por el análisis de las relaciones entre estímulo, respuesta y consecuencias. Asimismo, dicho enfoque aborda la procrastinación como un comportamiento observable que el individuo realiza y dado que esa opción conduce a patrones de comportamiento que tienen pocas posibilidades de obtener resultados positivos y son de naturaleza evitable, se prefieren los resultados inmediatos que logran resultados a corto plazo a la posibilidad de tareas con resultados inciertos. y Rothblum, 1986). Los mecanismos de recompensa establecidos mantienen ese comportamiento en el tiempo, más aún si supone una gratificación inmediata. Según Skinner (1977, citado por Atalaya y García, 2020), la conducta de procrastinación se refuerza al recibir una recompensa.. Este enfoque analiza las variables ambientales y consecuencias del comportamiento de procrastinación para comprender y abordar la problemática. Los aspectos claves desde el enfoque conductual sobre la procrastinación son:

1. Comportamiento observado: La procrastinación académica sería la secuencia de comportamientos observables, como el de evitar estudiar, postergar las tareas, distracciones con actividades no académicas y posponer la preparación para presentar tareas y/o exámenes. Estos comportamientos se caracterizan por ser medibles y registrados objetivamente.
2. Análisis funcional: Busca comprender la función que cumple la variable procrastinación en la vida universitaria del estudiante. Esto significa explorar la causa de la posposición de las tareas, como la evitación de la ansiedad, el aburrimiento o búsqueda de gratificaciones inmediatas a través de actividades placenteras.
3. Refuerzo positivo o corto plazo: La procrastinación se relaciona frecuentemente con la búsqueda de recompensas inmediatas. Por ejemplo: ver

televisión, navegar en redes sociales o simplemente descansar, en lugar de hacer otras actividades como las académicas o laborales. Dichas actividades proporcionan gratificación instantánea, lo que hace que la conducta de procrastinación se refuerce.

4. Refuerzo negativo: La procrastinación puede ser reforzada de forma negativa cuando se pospone una asignación académica que genera ansiedad o malestar en el estudiante. La demora en la actividad o tarea alivia temporalmente estos sentimientos desagradables, lo cual refuerza el comportamiento procrastinador.
5. Aprendizaje y patrones de comportamiento: La procrastinación puede ser un comportamiento aprendido a lo largo del tiempo. Si un estudiante siente que el posponer reduce la ansiedad o la obtención inmediata de gratificaciones, entonces es más probable que ocurra en situaciones similares futuras.
6. Intervención conductual: Para abordar la procrastinación se utilizan estrategias de modificación conductual que incluye establecer metas específicas, programar recompensas a corto plazo por completar una etapa de la tarea y utilizar técnicas de gestión de tiempo.
7. Autocontrol: Este punto es esencial para la intervención de la procrastinación, puesto que, implica ayudar a los estudiantes a ser resilientes y no caer en procrastinar. Asimismo, fortalecer la toma de decisiones que favorezcan el logro de sus metas académicas a largo plazo.

Sin embargo, para el presente estudio se utilizó el modelo de Watson y Skinner quienes proponen la teoría cognitiva-conductual intentando explicar la forma en que la persona logra comprender la presencia de los seres y objetos presentes en su entorno,

mediante los procesos mentales complejos, dándose así, circuitos de afectación en el pensamiento y sentimiento (Duran, 2017).

1.2. Formulación del problema

¿Existe relación entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

1.3.1. Objetivos específicos

OE1 Describir los niveles de la percepción general del estrés en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

OE2 Describir los niveles de la procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

OE3 Determinar la relación entre la dimensión eutrés de la variable percepción general del estrés con la variable procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

OE4 Determinar la relación entre la dimensión distrés de la variable percepción general del estrés con la variable procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

OE5 Diferenciar la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, según sexo.

OE6 Diferenciar la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023 según edad.

1.4. Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

HG Si existirá relación entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

1.4.2. Hipótesis específica

Feyerabend (1986) menciona que las hipótesis descriptivas no son necesarias. Para Feyerabend el núcleo o base del racionalismo es la tesis de que existe algo importante conocido como método científico que hace ciencia de la buena capaz de producir conocimiento científico.

HE3: Sí existirá relación entre la dimensión eutrés de la variable percepción general del estrés con la variable procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

HE4: Sí existirá relación entre la dimensión distrés de la variable percepción general del estrés con la variable procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

HE5: Sí existirán diferencias estadísticamente significativas de la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023 según sexo.

HE6: Sí existirán diferencias estadísticamente significativas de la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, según edad.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

En cuanto a la metodología de trabajo, esta investigación es básica porque busca analizar fenómenos que ocurren en la vida académica de los estudiantes y necesitan encontrar soluciones o explicaciones (Hernández & Mendoza, 2018).

El enfoque utilizado en esta investigación es cuantitativo; por ser una investigación relacionada con la obtención de información, para diferenciar hipótesis, basada en la cuantificación y evaluación de datos, tiene un proceso de análisis estadístico, con el objetivo de poder mostrar la posibilidad de correlación entre los constructos que se estudian. y comportamiento en una muestra particular. Este tipo de estudio parte de una idea que, una vez delimitada, fija sus objetivos en base a argumentos teóricos, luego surge una hipótesis y la determinación de variables, terminando diseñando un plan, mediante el cual es posible poner a prueba las hipótesis que fueron establecidas. (Ñaupas, 2018).

El diseño es no experimental porque las variables no fueron manipuladas de forma deliberada. Desarrollando conocimiento para realizar la comprobación de la hipótesis y generar teorías. Es un estudio correlacional ya que su propósito fue determinar el grado de relación entre las variables propuestas (Hernández y Mendoza, 2018). El método fue hipotético-deductivo, ya que, a partir de una hipótesis de correlación, debidamente sustentada en fundamentos teóricos y siguiendo las reglas de la lógica deductiva, se extrajeron conclusiones que pueden representar aportes importantes para el objeto de estudio (Sánchez et al., 2018).

En cuanto a la técnica establecida de recogida de datos de la muestra, será no probabilística por conveniencia (Bolonia 2011). El procedimiento tiene en cuenta la

solicitud de participación del individuo, siendo su decisión determinante para la conformación de la muestra hasta alcanzar el número requerido de participantes (Otzen & Manterola, 2017).

En lo que respecta a la población de estudio, esta se enfoca en estudiantes universitarios de una institución de educación superior en Lima Metropolitana. Todos ellos guardan algunas características en común.

En el presente estudio fue utilizada una muestra no-probabilística (por conveniencia), guiada por las características de la investigación; En el muestreo no probabilístico la muestra es escogida por el investigador en base a un juicio subjetivo (Otzen y Manterola, 2017). Es así como la muestra a la cual se llegó en esta investigación fue de 336 personas de las cuales se obtuvo 254 mujeres y 82 varones.

Los criterios de inclusión que se tomaron consistieron en obtener el consentimiento y confirmar su participación a través del consentimiento informado, en estudiantes con edades entre 18 y 30 años., solo estudiantes de pregrado, aquellos estudiantes que se encuentren matriculados en el semestre 2023-1, encontrarse en la mitad del ciclo académico (novena semana) y ser de nacionalidad peruana. Mientras que, por otro lado, los criterios de exclusión fueron: no haber completado correctamente los protocolos de evaluación, tener menos de 18 años o más de 30 años, no encontrarse matriculado en el semestre 2023-1, ser evaluado durante las primeras semanas del ciclo y no ser de nacionalidad peruana.

Con relación a los instrumentos de investigación, se hizo uso de dos pruebas psicométricas, las cuales se mencionan a continuación:

El primer test para usar fue la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE), cuyos autores de la versión original fueron Cohen et al. (1983). Este instrumento originalmente está constituido por 14 ítems, repartidos en las dimensiones de eutrés y distrés, cuyas opciones de respuesta van del 1 al 5, es decir en escala tipo Likert, siendo 1=Muy en desacuerdo y 5=Muy de acuerdo.

En el marco de este estudio, se empleó la versión que fue adaptada al contexto peruano desarrollada por Guzmán y Reyes en 2018. Dicho instrumento cuenta con 13 ítems, repartidos en 2 dimensiones. En cuanto a su confiabilidad, se puede decir que en esta escala se empleó el método de consistencia interna, calculado por medio del estadístico Alfa de Cronbach. En el caso de los ítems que componen el factor de eutrés, el índice de consistencia interna de alfa de Cronbach fue de .799, con la correlación ítem-total corregida fluctúa entre .41 y .60. Para el factor de distrés, se obtuvo un índice de consistencia interna de alfa de Cronbach de 0.770, y la correlación ítem-total corregida varió entre 0.32 y 0.59, según el estudio realizado por Guzmán y Reyes en 2018. En cuanto a su validez, se puede decir que contó con la validez de contenido, que permitió el análisis de los ítems por un grupo de 9 a 11 jueces consultados, así mismo contó con la validez de estructura interna, el cual se realizó por medio del estadístico del Análisis Factorial Confirmatorio, En la versión adaptada al contexto peruano, Guzmán y Reyes (2018) demostraron que la versión con 13 ítems exhibió índices de ajuste adecuados, con un RMSEA (Error Estándar de Aproximación de la Raíz Cuadrada) menor a .08 y valores de TLI (Índice Tucker-Lewis) y CFI (Índice de Ajuste Comparativo) superiores a .94. también se realizó las evidencias de validez divergente y convergente de la EPGE utilizando la prueba SPANAS, además de la evidencia de validez derivada de la estructura interna, se adquirió evidencia de validez a través de la relación con otras variables

(convergencia). Este resultado mostró correlaciones estables con un instrumento que mide un constructo similar. De esta forma, la prueba EPGE reporta tener buenos niveles de confiabilidad y de validez.

Por otro lado, el segundo test a usarse fue Linguistic Adaptation and Validation of the Academic Procrastination Scale – Short Version (APS-S), cuyo autor de la versión original fue McClosky, 2011 Esta herramienta se desarrolló originalmente como un constructo de evaluación de cinco alternativas de respuestas que tiene en cuenta seis áreas de procrastinación académica: creencias psicológicas sobre la propia capacidad, distracciones, factores sociales, manejo del tiempo, iniciativa y pereza. Consta de 25 ítems. Sin embargo, el autor creía que la escala general (25 ítems) era larga y el contenido similar. Por lo tanto, se propuso una versión de cinco ítems (APS-S). Siguiendo la propuesta de McClosky (2011) de una versión de cinco ítems (APS-S), Yockey (2016) la administró a 284 estudiantes universitarios estadounidense. El análisis de componentes principales (ACP) identificó una solución que se basa en un solo componente, y esta solución resultó ser estadísticamente significativa.

En un estudio realizado por McClosky (2011), la versión completa original de la APS mostró propiedades psicométricas prometedoras, pero la versión corta de 5 ítems (APS-S) mostró convergencia y se demostró la validez de su estructura interna unidimensional. (Yockey, 2016), ambas versiones solo reportan resultados en el idioma original (inglés) y en población universitaria estadounidense.

Para fines del presente estudio, se usó la versión adaptada al contexto peruano realizado por Alegre et. al. (2022). Dicho instrumento cuenta con 5 ítems, siendo unidimensional. En cuanto a la confiabilidad, dada la naturaleza ordinal de los ítems de la APS-S, la confiabilidad de la puntuación se cuantificó utilizando el coeficiente alfa

ordinal y el coeficiente omega ordinal (Zinbarg et al., 2005; Zumbo et al., 2007).), los índices obtenidos son .867 y .849, respectivamente, los cuales se consideran excelentes (Ponterotto y Ruckdeschel, 2007).

En términos de su validez, se puede afirmar que la evidencia de validez en relación al contenido de la versión traducida (según el criterio de jueces) involucró a ocho expertos con un título de Doctor en Psicología y experiencia en investigaciones sobre el constructo de la procrastinación académica. Estos expertos evaluaron la pertinencia de la traducción y la representatividad de cada ítem, así mismo cuenta con un análisis factorial confirmatorio (el cual está basado en la validez de estructura interna) Por lo tanto, según el modelo no lineal, se obtuvieron cargas factoriales estandarizadas de los ítems de la escala entre .65 (APS-S 5) y .76 (APS-S 4), todas las cuales fueron estadísticamente significativas. AFC mostró el mejor ajuste entre el modelo de medición hipotético y los datos, de modo que los índices de ajuste comparativo CFI y TLI fueron mayores que .95, y los índices de ajuste absoluto RMSEA y SRMR fueron menores que .06 y .05, respectivamente (Abad et al. , 2011; Hu y Bentler, 2009; Ruiz et al., 2010).

Como evidencia de validez divergente (es decir, la validez de relación con otras variables), las puntuaciones de la APS-S se correlacionaron con las puntuaciones de la Escala de Autoeficacia Percibida para la Situación Académica y también se correlacionaron con promedios ponderado de tiempo, lo que produjo un coeficiente de Pearson negativo y significativo estadísticamente, pero con un tamaño del efecto grande y pequeño respectivamente (Gignac y Szodorai, 2016).

Por otro lado, el procedimiento que se llevó a cabo para la recogida de datos se organizó de la siguiente forma: Antes de la recogida de datos, los investigadores hicieron algunas coordinaciones con los docentes, búsqueda de los horarios de los docentes, elegir

la semana adecuada para el recojo de datos que tendría que ser después de una semana de evaluaciones. Durante la recogida de datos, se tuvo que llegar a tiempo al aula en el horario acordado con el o la docente, realizar la presentación ante los alumnos, aplicar el consentimiento informado, concientizar y captar la atención de los alumnos para que reconozcan la importancia del tema, enviar el link del cuestionario por el grupo de grupo de WhatsApp del aula, esperar a que completen y apoyar con algunas dudas que puedan surgir, agradecer su participación y despedirse con una reflexión. Finalmente, después de la recogida de datos, se construyó la base de datos, se hizo depuración de datos, creación de la base de datos a través del programa Excel y Statistical Package for Social Sciences (SPSS).

Además, en el presente trabajo de investigación se usarán algunos criterios éticos recogidos en documentos tales como, el Código de Ética del Investigador UPN, en el cual se menciona que es importante el respeto a la autonomía y derechos fundamentales de las personas, así como proteger la de aquellos que son vulnerables, también el poder asegurar el bienestar personal que sean partícipes de la investigación, preservando los derechos de los involucrados en la investigación, debidamente informados y en ningún caso se debe poner en riesgo su salud o causar daño, así mismo respetando el principio intelectual o propiedad de datos de otros investigadores e instituciones, en ningún caso se debe tomar información o datos de otras investigaciones sin citar la fuente.

Así también, las Directrices Internacionales del Uso de los Test indican que quienes utilizan el test de investigación deben actuar de forma ética y profesional, ser competentes en el uso de los test, ser responsable de su uso, y garantizar la seguridad de los materiales utilizados y la confiabilidad de los resultados, teniendo en cuenta que la responsabilidad de un profesional cualificado abarca todos los procesos de evaluación

incluyendo la recogida de datos, codificación, análisis, realización de informes y la aplicación de los datos en sus distintas formas,

De igual manera, el código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú recalca que cuando se hace una investigación, como señala el artículo 25, los psicólogos deben garantizar que las investigaciones con seres humanos requieran necesariamente el consentimiento informado del sujeto, el consentimiento alternativo en caso de incapacidad o invalidez y el consentimiento para niños y adolescentes (8 a 18 años). Así mismo el artículo 27, indica que el psicólogo debe presentar la información proveniente de una investigación psicológica para su publicación, independientemente de los resultados, sin incurrir en falsificación ni plagio y declarando si tiene conflictos de interés.

Para finalizar, el código de ética de la APA, quien reporta que los psicólogos se esfuerzan por reducir a aquellos con quienes interactúan profesionalmente y el de asumir y/o pensar que no se hará daño. En sus prácticas profesionales, procuran proteger tanto el bienestar como los derechos de las personas involucradas, incluyendo a terceros, y también velan por el bienestar de los animales utilizados en investigaciones. Cuando surgen conflictos entre las responsabilidades y los intereses de los psicólogos, buscan abordarlos de manera ética para minimizar cualquier perjuicio. Dado que las decisiones y acciones científicas y profesionales de los psicólogos pueden afectar a otros, son sensibles y se protegen de influencias personales, financieras, sociales, institucionales o políticas que podrían comprometer la integridad de su trabajo. Los psicólogos también se esfuerzan por ser conscientes de los posibles efectos o repercusiones de su salud física y mental en su capacidad para ayudar a las personas con las que trabajan. Así también, los psicólogos buscan promover la exactitud, honestidad y veracidad en la ciencia, docencia, y práctica de la psicología. En estas actividades, los psicólogos no roban, ni engañan, ni

se involucran en fraude, subterfugio, o tergiversación intencional de hechos. Los psicólogos se esfuerzan por mantener sus promesas y evitan asumir compromisos poco claros o imprudentes. En situaciones en las cuales el engaño pueda ser éticamente justificable para maximizar los beneficios y minimizar el daño, los psicólogos tienen la obligación sería de considerar la necesidad, las posibles consecuencias y la responsabilidad de corregir cualquier pérdida de confianza resultante u otros efectos nocivos que surjan por el uso de tales técnicas.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

1. . Evaluación y contraste de las hipótesis del estudio

El objetivo general de la investigación presente fue determinar la relación entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023. De esta forma, la tabla 6 manifiesta la relación existente entre las dos variables seleccionadas.

Tal como se aprecia en la tabla 6, no se encontraron correlaciones entre las dos variables de estudio, debido a que la significación estuvo por encima de .05 lo que indica que se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula, por lo que no se llega a concluir que exista dicha relación.

Tabla 1

Correlación de la variable Percepción General del Estrés y Procrastinación Académica

Variables	Procrastinación	
	rs	p
Percepción General del Estrés	.308	.001

Nota: rs = coeficiente de correlación; p = significancia

En la tabla 1 se observa; que el Rho de Spearman asciende a .308 de manera que se encuentra una correlación positiva de intensidad baja entre la variable procrastinación académica y la percepción general del estrés. Además, la significancia fue de .001 (Sig. <0,05). En donde existe una relación significativa entre la Percepción General del Estrés y la Procrastinación Académica en la muestra de estudio.

Tabla 2

Descripción de los niveles de la Percepción General del Estrés

Variables y Dimensiones	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Estrés Percibido	Nivel Bajo	66	19.6%
	Nivel Moderado	175	52.1%
	Nivel Alto	95	28.3%

En la tabla 2 se observa que en relación a la variable percepción global del estrés, el nivel moderado es el más significativo con 52.1%. Se observa que la dimensión estrés; el nivel moderado obtiene un mayor porcentaje con 46.1%. De igual manera el estrés con un nivel moderado obtiene el 42%.

Tabla 3

Descripción de los niveles de la Procrastinación Académica

Variable	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Procrastinación académica	Nivel Bajo	8	2.4%
	Nivel Moderado	236	70.2%
	Nivel Alto	92	27.4%

En la tabla 3 se observa que el nivel moderado obtuvo un porcentaje significativo de 70.2%, seguidamente del nivel alto con 27.4% y un nivel bajo con 2.4%.

Tabla 4

Correlación de la dimensión Estrés y la variable Procrastinación Académica

Variables	Procrastinación	
	R_s	P

Eutrés .222 .001

Nota: rs = coeficiente de correlación; p = significancia

En la tabla 4 se aprecia que el coeficiente de correlación de Spearman asciende a .222, lo que indica una correlación positiva de intensidad baja entre eutrés y la procrastinación académica. Además, el valor de significancia fue de .001 ($p < .05$). Esto sugiere que existe relación significativa entre el eutrés y la procrastinación académica en la muestra de estudio.

Tabla 5

Correlación de la dimensión Distrés y la variable Procrastinación Académica

Variables	Procrastinación	
	Rs	P
Distres	.278	.001

Nota: rs = coeficiente de correlación; p = significancia

En la tabla 5 se puede observar; que el Rho de Spearman es mayor a .278 de manera que se identifica una correlación positiva con intensidad baja entre la variable distrés y procrastinación académica. Asimismo, el valor de la significancia fue de .001 ($\text{Sig.} < 0.05$). De manera que existe una relación significativa entre distrés y procrastinación académica en la muestra materia de estudio.

Tabla 6

Diferenciación entre la Percepción General del Estrés y la Procrastinación Académica según sexo

Sexo	Frecuencia	Media	T de Studen	Z	P
------	------------	-------	-------------	---	---

Percepción	Femenino	254	26.3	2.94	.004
General del	Masculino	82	23.9		
Estrés					

Nota. P = Significancia; Z = puntaje Z

	Sexo	Frecuencia	Media	U de Mann- Whitney	Z	P
Procrastinación	Femenino	254	15	10303	-.146	.884
Académica	Masculino	82	14			

Nota. P = Significancia; Z = puntaje Z

En la tabla 6, se observa que en relación a la variable Percepción general del estrés, el p-valor(sig.) para los puntajes entre sexo femenino y masculino es menor a .05, lo que significa que existe diferencias estadísticamente significativas en los puntajes de la Percepción General del Estrés según sexo, donde las mujeres tuvieron mayor puntaje de estrés

Por otro lado, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas de la variable procrastinación académica según sexo, lo cual indica que tanto los varones y las mujeres presentan niveles similares en cuanto a la variable indicada.

Tabla 7

Diferenciación entre la Percepción General del Estrés y la Procrastinación Académica según edad

	Rangos edad	N	Rango promedio	P
Procrastinación	18 – 20	167	172.26	
	21 – 25	134	168.38	.498

26 – 35	35	151.00
Total	336	

Nota. P=Significancia

	Rangos edad	N	Rango promedio	P
Percepción General del Estrés	18 – 20	167	180.86	.009
	21 – 25	134	164.03	
	26 – 35	35	126.64	
	Total	336		

Nota. P=Significancia

En la tabla 7, se observa que en relación a la variable procrastinación según edad, el p-valor(sig.) para los puntajes entre los rangos de edad de 18-20, 21-25 y 26-35 es mayor a .05, lo que significa que no existen diferencias significativas entre los rangos de edad de la variable procrastinación. Asimismo, para la variable percepción general del estrés, la cual también presenta los mismos rangos de edad, el p-valor es de .009, siendo menor a .05. Es decir, existe diferencias significativas entre los rangos de edad en la variable percepción de estrés.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En las siguientes líneas después de los resultados se presenta la discusión y conclusión respectivamente.

Como discusión se presenta que el objetivo general de la investigación fue el de determinar la relación entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, en donde se encontró que existe una correlación positiva (intensidad baja) entre ambas variables en donde el Rho de Spearman es de 0.308 y la significancia fue de .001 demostrando que existe relación significativa entre la procrastinación académica y la percepción general del estrés. Estos resultados encontrados, son similares a los de Muliani, et al., (2020), quien encontró para su objetivo de analizar la relación entre el nivel de estrés y procrastinación académica que la mayoría de los estudiantes tenían 82.5% de estrés y 81.4% de procrastinación siendo moderado. Es decir, hubo una relación significativa entre ambas variables ($r_s = 0.442$) más que la puntuación $r=0/162$ y el valor p (significancia) en torno a 0,000, lo cual significa que el nivel de estrés se asocia a la procrastinación académica. Por el contrario, Espín y Vargas (2023), encontraron en su objetivo era el de determinar la relación entre procrastinación y el estrés académico que no existe una relación significativa entre ambas variables ($Rho=0.062$; $p=0.197>0.05$). Los resultados hallados, se sustentan bajo el modelo transaccional basándose en la interacción de cada persona con su realidad como mediador del desarrollo de la variable estrés. Además, desde el modelo conductual la procrastinación consiste en tendencias de aplazar el inicio y finalización de actividades en un tiempo determinado. Dicha postergación se acompaña de un malestar debido a la forma en cómo la persona afronta esta situación. Estas acciones realizadas por la persona determinan si cuenta con

herramientas para actuar de forma resiliente o falta de las mismas que no le permiten completar o realizar la asignatura pendiente. Desde este enfoque, se considera que la procrastinación es un comportamiento aprendido que puede entenderse y ser modificado según los cambios en los factores conductuales y ambientales que influyen.

En otro aspecto, el primer objetivo específico fue describir la percepción general del estrés en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023. Los resultados encontrados fueron que la variable percepción global del estrés obtuvo un puntaje significativo de 52.1% en el nivel moderado, en el distrés un puntaje de 46.1% nuevamente en el nivel moderado y en cuanto al eutrés un 42% en el nivel moderado. Estos resultados son similares a los de Muliani, et al., (2020) cuyo objetivo fue el de analizar la relación entre el nivel de Estrés y la Procrastinación Académica entre estudiantes de enfermería, en una muestra de 145 estudiantes. Se administró el inventario de Estrés de la vida Estudiantil (SSI) de Gadzella y Masten. Se encontró que la mayoría de los estudiantes tenían como porcentaje de estrés el 82,5% siendo un nivel moderado. Por el contrario, la investigación de Mamani (2022) con el objetivo de determinar la relación entre la variable procrastinación y el estrés académico de los estudiantes de 1° y 2° ciclo de la escuela profesional de Derecho de la Universidad Privada de Tacna, utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico (IEA) en una muestra de 91 estudiantes. Encontró que solo el 32.97% presenta niveles altos de estrés. Estos resultados hallados, se sustentan bajo el enfoque transaccional que sostiene que el estrés se centra en cómo las personas evalúan y responden al estrés. Es decir, una idea subjetiva a la percepción de que los recursos personales no son suficientes para hacer frente a las demandas de una situación (Lazarus y Folkman, 1986; citado por Berrio & Mazo, 2011). Asimismo, señalan que el distrés se presenta cuando el individuo muestra respuesta negativa. Es

decir, incapacidad de respuesta de la persona o exceso de energía por las tareas del día a día que desde el enfoque transaccional ocurre cuando la persona siente que la situación estresante supera sus recursos personales. Sin embargo, el eutrés es el estrés adaptativo. Es decir, el individuo se ajusta o maneja positivamente para abordar la situación. Según el enfoque transaccional, el eutrés ocurre cuando el individuo define la situación estresante como importante para el logro de sus objetivos y valores y en una segunda evaluación define los recursos que usará para afrontarla.

En cuanto el segundo objetivo específico consiste en describir la procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023. Según los hallazgos sobre la variable procrastinación se encontró un puntaje significativo; en el nivel moderado con 70.2%, el nivel alto con 27.4% y un 2.4% de nivel bajo. Dichos resultados son similares a los de Miliani, et al., (2020) quien en un estudio cuyo objetivo fue analizar la correlación entre el nivel del Estrés y la Procrastinación Académica entre estudiantes de la carrera de enfermería, encontró que el 81.4% presentaba Procrastinación Académica a nivel moderado. El presente resultado se sustenta bajo el modelo conductual que entiende la procrastinación como una alternativa que el individuo tiende a elegir o asumir, prefiriendo la rapidez de obtener resultados a corto plazo, frente a tareas con resultados inciertos, resultados positivos escasos, lo cual termina por originar patrones conductuales de carácter evitativo (Rothblum, 1986). Desde este enfoque, se considera que la procrastinación es una respuesta que se aprende y mantiene por consecuencias que siguen la conducta. Lucila, 2021 refiere que Arévalo (citado por Alfaro, 2018) indica que Skinner cuenta que la conducta se prolonga por el reforzamiento, dichas conductas se mantienen por sus resultados. Por tal motivo, la procrastinación es continua y persistente como consecuencia de las conductas reforzadas y abierto el camino a resultados positivos

por medio de circunstancias del ambiente o entorno que habilitan el replicar las mismas acciones. Además según el resultado y el sustento teórico presentado se despierta una alerta por tener un nivel alto moderado, asimismo, preocupación porque las primeras experiencias de procrastinación de una persona son aprendidas desde temprana edad (niñez), esta acción va volviéndose más frecuente en tiempo, puesto que han sido condicionados a aplazar la finalización de un pendiente por un refuerzo a menos tiempo (corto plazo), como consecuencia se presenta el retardar los esfuerzos para realizar una actividad (Ellis y Knaus (citado por Stalaya y García, 2020)). Por tal motivo, según los antecedentes se observa una prevalencia de la procrastinación en estudiantes de la universidad.

Otro de los objetivos específicos fue el de diferenciar la percepción general del estrés y la procrastinación académica; en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, durante el 2023 según sexo, en donde se encontró que en la variable percepción general del estrés una significancia de .004 (menor a .05). Es decir, existe diferencias significativas en dicha variable según sexo, lo cual indica que las mujeres obtuvieron mayor puntaje de estrés. No obstante, en cuanto a la variable procrastinación académica según sexo, la significancia fue de .884 (mayor a .05) indicando que tanto varones como mujeres presentan niveles similares de procrastinación académica (no existe diferencias significativas). En una investigación que realizó Morales, et al., (2021) cuyo objetivo fue el de identificar una correlación entre el estrés académico y procrastinación, obtuvo que, de la muestra total que es de hombres y mujeres; las mujeres ocupan un 47.7% presentando un nivel moderado de estrés y el 52.3% se encuentra a un nivel severo. Y de los hombres el 56.76% presenta un nivel moderado de estrés y el 43.24% un nivel severo. Por ello, se determina que no existen diferencias significativas

por lo que el sexo no influye en los niveles de la variable estrés. No obstante, se obtuvo un hallazgo similar al de la investigación relacionado a la procrastinación pues se encontró que el 72.30% de mujeres se encuentran en un nivel medio de procrastinación, el 15.40% en un nivel bajo y el 12.30% en el nivel alto. Y del total de hombres el 78.40% presenta nivel medio de procrastinación, el 16.20% nivel alto y el 5.40% nivel bajo. Teniendo como resultado una significancia de 0.305 se encontró que las diferencias no son estadísticamente significativas por que el sexo no influye en la variable procrastinación. El modelo conductual para la procrastinación refiere que es una elección que el individuo asume y que puede mantenerse en el tiempo porque prefiere la inmediatez y generar resultados a corto plazo (Solomon y Rothblum, 1986). Desde el enfoque conductual no se suele abordar la procrastinación desde una perspectiva diferenciadora de sexo según la literatura científica, puesto que se centra en los comportamientos observables y las consecuencias de esos comportamientos, independientemente del sexo. Por otro lado, el modelo transaccional señala la idea de que el estrés es el resultado de la interacción entre el individuo y el entorno. Esta interacción involucra la evaluación y el manejo de las demandas y los recursos percibidos. No obstante, el modelo transaccional no se diferencia necesariamente por sexo, sino que se aplica a individuos de independientemente de su sexo. La persona comienza a tener patrones desadaptativos y prefieren utilizar su tiempo en lo que les genere más placer, es decir, se encuentran listos para trabajar, pero prefieren evitar (Hussain y Sultan, 2010). Asimismo, existen diferencias en cómo las personas pueden experimentar y responder al estrés académico que va más allá del sexo de la persona, sino que es causado en mayor parte por factores sociales, culturales y contextuales.

Finalmente, el último objetivo fue el de diferenciar la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad particular de Lima Metropolitana en el año 2023, según edad. Encontrando que entre los rangos de edad de la variable procrastinación se obtuvo $p=.49$ demostrando que no existen diferencias significativas y en la segunda variable de estudio que es percepción general del estrés fue de $.009$ evidenciando que existe diferencias significativas entre los rangos de edad. Dichos resultados son distintos a los encontrados por Ticona, Paucar y Llerena (2010) presentando en la mayor parte de la población estudiada, con rangos de edad entre 19 a 20 años, que se encuentran en primer año tienen mayor nivel de estrés, seguido de, segundo, tercer y cuarto año. Godino (2016) en su investigación muestra que, entre 27 y 30 años, obtuvieron menos nivel de estrés académico. Dando como conclusión que, en los estudiantes a mayores ciclos académicos, menos estrés. Dichos resultados se sustentan desde el enfoque transaccional que desde su aplicación a estudiantes universitarios muestra que puede variar de acuerdo a la edad y etapa de vida. Por ejemplo: los estudiantes más jóvenes de 18 a 20 años, pueden ser más propensos a ver amenazantes las demandas o exigencias académicas, debido a que están experimentando una etapa de transición. Las creencias irracionales pueden dominarlos por la necesidad de ser alumnos modelo o perfectos en sus estudios lo que conlleva a un estrés excesivo. Entre las edades de 20 a 25 años, afrontan situaciones académicas más enfocadas en su área de estudio por la especialización académica, en dicho rango de edad se puede desarrollar mejores habilidades de afrontamiento cognitivo, como capacidad para desafiar los pensamientos negativos. En cuando al rango de 25 años a más, existen responsabilidades adicionales (familiares, laborales, etc.) lo que puede aumentar la presión y el estrés, su enfoque en metas a largo plazo como un título universitario para mejorar la situación laboral

influyendo en su percepción del estrés académico. Además, en entre el último rango de edad existe la posibilidad de tener mayor capacidad para lidiar con el estrés. El estrés académico varía a lo largo de las etapas de la vida académica de cada estudiante puesto que cada etapa presenta sus propios desafíos y/o exigencias que influye directamente con la percepción del estrés. Desde una observación general basada en la experiencia y la investigación en psicología educativa y salud mental existen autores como Grogan K., Dainty A. y Stuart, Wood J. y Katzenmeyer J. quienes han estudiado como los estudiantes pueden experimentar el estrés en diferentes edades, llegando a la conclusión que no hay una “edad” específica en la que todos los estudiantes universitarios sientan mayor o menor estrés académico, puesto que varía ampliamente de un individuo a otro dependiendo de factores personales, académicos y situacionales. Asimismo, es importante considerar que el estrés académico puede variar según la edad de los estudiantes universitarios desde la base biológica, debido a que la respuesta ante dicha variable es universal en todos los grupos de edad, pero las diferencias en el desarrollo cerebral, madurez emocional y estrategias de afrontamiento pueden influir en cómo los universitarios de diferentes edades experimentan y gestionan el estrés académico. Por otro lado, para la procrastinación desde el modelo conductual señala que, en estudiantes de 18 a 20 años, pueden estar más impulsados por reforzadores inmediatos como actividades sociales o el entretenimiento en lugar de tareas académicas. Falta de habilidades de autorregulación e influencia de los compañeros. En cuanto al rango de 20 a 25 años existen mayores responsabilidades, mayor conciencia de las consecuencias lo cual está directamente relacionado con la motivación. Y en estudiantes de 25 en adelante, existe la autonomía y control sobre su educación influyendo en su motivación, responsabilidades adicionales como el trabajo o padres de familia, enfrentando un mayor desafío personal

y laboral, tal como lo considera Steel P., Pychyl T., Ferrari, J. y Flett G. y Hewitt P. ensus investigaciones sobre procrastinación académica ofreciendo una perspectiva de cómo los estudiantes pueden superar este comportamiento en universidades con estudiantes relacionados a la búsqueda de la perfección académica y preocupaciones por el rendimiento, lo que puede ser importante en el contexto de distintos grupos de edad. En la presente investigación resaltamos que la procrastinación académica es un reto para todas las edades, que abordándolo desde un enfoque conductual puede ayudar a los estudiantes universitarios a desarrollar hábitos de trabajo más efectivo y productivos. Sin embargo, la experiencia individual de cada estudiante puede variar ampliamente al igual que ocurre con el estrés.

Por otro lado, las implicancias teóricas del presente estudio podrían contribuir a la comprensión de cómo se relacionan el estrés y la procrastinación afectando el desarrollo de un estudiante en su etapa universitaria teóricamente. Por tal motivo, el modelo transaccional (para el estrés de Lazarus y Folkman) y del enfoque conductual (para la procrastinación de McClosky) respaldan los resultados hallados validando y fortaleciendo estas teorías en el contexto de la educación superior. Sin embargo, el modelo cognitivo-conductual podría ser una fuente alterna y valiosa para entender ambas variables desde un solo enfoque para intervenciones individuales. No obstante, dentro de los hallazgos; de la investigación, ayudan a identificar no solo la correlación y niveles entre las variables sino cómo afecta cada una al estudiante en las diferentes etapas de vida teniendo como información específica rangos de edad y sexo de la muestra.

Además; en lo que refiere a las implicancias prácticas, estos resultados descritos anteriormente ayudarán a la creación de nuevos planes de intervención más efectivos cuidando la continuidad del estudiante universitario aumentando habilidades y

herramientas psicológicas que permitan construir nuevos pensamientos y conductas para proteger su salud mental de forma consciente. Por tal razón; de realizarse este tipo de investigaciones, cuando los estudiantes rinden un examen parcial se pueden identificar indicadores relevantes y/o latentes de cada variable en la población universitaria para crear y aplicar una estrategia más clara, precisa y directa según los resultados específicos. Además, dichos resultados podrían respaldar la psicoeducación y sensibilización sobre las variables de estrés y procrastinación; y como repercute en el rendimiento académico. De esta forma, los estudiantes se beneficiarían de estrategias prácticas que reduzcan los niveles de procrastinación y estrés como el manejo del tiempo, planificación, etc. Además; al ser un trabajo en conjunto y teniendo en cuenta que es tanto el alumno como su entorno; las universidades podrían capacitar a sus profesores con estrategias psicológicas para detectar o identificar indicadores de estrés y/o procrastinación que dificulte el progreso del estudiante o un asesoramiento psicológico al docente después de una evaluación para establecer un seguimiento a los estudiantes que presenten un nivel moderado. De esta forma el docente; con apoyo del área psicológica de la universidad, se podría implementar programas psicológicos sobre resiliencia y bienestar estudiantil con herramientas de afrontamiento ante las variables según los resultados encontrados. Asimismo, el apoyo de forma individual con asesoramiento y orientación personalizada respaldado con los hallazgos para estudiantes que presentan estrés y procrastinación.

En cuanto a las limitaciones del estudio sería conveniente analizar las variables de la investigación en muestras más representativas de la población objeto de estudio, así como en más de una ubicación geográfica para hacer una comparación teniendo en cuenta ambos contextos. Además, la dificultad para establecer relaciones causales entre estrés y procrastinación puesto que, si bien existe correlación positiva, el presente estudio no

puede establecer una relación causal definitiva por lo que se sugiere para futuras investigaciones especificar los factores que generan estrés y procrastinación a través de un cuestionario adicional. Es importante mencionar que durante el estudio no se controlaron variables que pueden repercutir con el estrés y procrastinación como factores estacionales, eventos de la vida misma o cambios en la rutina. Asimismo, la selección de participantes se realizó mediante muestreo no aleatorio por conveniencia lo que podría existir sesgos en la muestra. La muestra podría haber sido más propensa a participar en el estudio debido a su interés en el tema, lo que podría afectar la generalización de los resultados.

Por último, se puede concluir que la percepción general del estrés y procrastinación están relacionados; tal como en la presente investigación, al hallar una correlación positiva entre ambas variables con resultados diferenciados por factores sociales, culturales y contextuales en los cuales la población se desarrolla. Además, la edad y el sexo son factores diferenciales entre ambas variables que dependen de la madurez mental (expectativas sociales, estereotipos, estrategias de afrontamiento, contexto educativo y resiliencia de la persona, así como el ambiente en donde se desarrolla, tal como lo propone el enfoque conductual y modelo transaccional utilizados en la investigación. Estos resultados encontrados según la edad y el sexo serán importantes para el desarrollo de un plan de intervención específicas tanto personales como grupales para ayudar a los estudiantes a superar comportamientos; con o el uso de reforzadores positivos (recompensas) para el cumplimiento de tareas académicas dependiendo del sexo de la persona debido a que los intereses varía según el sexo teniendo en cuenta los resultados de la presente y próximas investigaciones para prevenir o reducir los niveles de procrastinación, y pensamiento; porque es necesario conocer los factores

que lo generan diferenciados por la etapa de vida que el estudiante universitario atraviesa, rangos de edad y sexo.

Se halló relación positiva y significativa entre la variable percepción general del estrés y procrastinación académica ($r_s=.308$) en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, debido a que existe una correlación positiva de intensidad baja.

Se halló que un 52.1% de estudiantes se encuentran en el nivel moderado en la percepción general del estrés de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

Se halló que un 70.2% de estudiantes se encuentran en el nivel moderado en la procrastinación de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.

Se halló una relación positiva y significativa entre la el eutrés y la procrastinación académica ($r_s=.222$) en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, debido a que existe una correlación positiva de intensidad baja.

Se halló una relación positiva significativa entre distrés y la procrastinación académica ($r_s=.278$) en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, debido a que existe una correlación positiva de intensidad baja.

Se halló una diferenciación estadísticamente significativa en el puntaje de la percepción general del estrés según sexo ($p=.004$), debido a que las mujeres presentaron mayor puntaje. Por el contrario, no se encontró diferencias significativas en el puntaje de la procrastinación académica según sexo ($p=.884$), debido a que tanto los varones y las mujeres presentan niveles similares.

Se halló una diferenciación estadísticamente significativa en el puntaje de la percepción general del estrés según edad ($p=.009$). Por el contrario, no se encontró diferencias significativas en el puntaje de la procrastinación académica según edad ($p=.498$).

REFERENCIAS

Aguilar, K., (2021). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima [Universidad Nacional Federico Villarreal]. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/4905>

Alegre Bravo, A., Benavente Dongo, D., & Guevara Rabanal, D. (2022). Adaptación lingüística y validación de la Escala de Procrastinación Académica – versión reducida (APS-S). *Propósitos y representaciones*, 10(3). <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1708>

Álvarez, L., Gallegos, R. & Herrera, P. Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Universitas, Revista de Ciencias Sociales y Humanas*. 2018. 28:193-209. <https://doi.org/10.17163/uni.n28.2018.10>

Ashraf M., Malik, J.A., & Musharraf, S. Academic Stress Predicted by Academic Procrastination among Young Adults: Moderating Role of Peer Influence Resistance. *J Liaquat Uni Med Health Sci*, 2019;18(01):65-70. <https://doi.org/10.22442/jlumhs.191810603>

Aspeé, J., González, J., & Herrera, Y. (2021). Relación funcional entre procrastinación académica y compromiso en estudiantes de educación superior: una propuesta de análisis. *Perspectiva educacional*, 60(1). <https://doi.org/10.4151/07189729-vol.60-iss.1-art.1116>

Ayala Ramírez, A. S., Rodríguez Díaz, R. Y., Villanueva Quispe, W., Hernández Garcia, M., & Campos Ramirez, 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>

Barraza, A. & Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 28,132-151. Recuperado <http://cpue.uv.mx/index.php/cpue/article/view/2602/4486>

Caballero-Domínguez, C., & Suarez-Colorado, Y. (2019). Tipologías distintivas de respuestas ante el estrés académico en universitarios: un análisis de clasificación. *Duazary*, 16(2), 245–257. <https://doi.org/10.21676/2389783x.2748>

Córdova-Torres, P., & Alarcón-Arias, A. (2019). Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. *CASUS. Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(1). <https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.161>

Dardara, E., & Al-Makhalid, K. A. (2022). Procrastination, Negative Emotional Symptoms, and Mental Well-Being among college students in Saudi Arabia. *Anales de psicología*, 38(1), 17–24. <https://doi.org/10.6018/analesps.462041>

Escobar, E., Soria, B., López, G., & Peñafiel, D. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*, agosto 2018. <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>

Espín, J. & Vargas, A. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios: Procrastination and Academic Stress in College Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 551–563.
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.272>

Guzmán, J. & Reyes, M. (2018). Adaptación de la escala de percepción global de estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*. 36, (2), pp. 719 – 750. <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/20033/20036>

Guzmán, J., & Reyes, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de psicología*, 36(2), 719–750. <https://doi.org/10.18800/psico.201802.012>

Guzmán, R., & Cisneros, B. (2023). *Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica*. Tise.cl. Recuperado el 10 de octubre de 2023, de http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf

Hernández, R. & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. (s/f). *Unam.mx*. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. *Ciudad de México, México: Editorial Mc GrawHill Education*, Año de edición: 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

Instituto Nacional de Salud Mental (INSM). (2019). Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Lima Metropolitana y Callao. Informe General. *Anales de Salud Mental* Vol. XXIX. Año 2019, Suplemento 1. Lima <http://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2012%20asm%20-eesm%20-lm.pdf>

Lescano, S. (2019). Relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres. Lima – Perú, 2019. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/8901>

Meneghel, I., Boix, Q., & Salanova, M. (2021). Resiliencia y Autoeficacia como mecanismos psicológicos que favorecen el éxito académico. *DEDiCA Revista de Educação e Humanidades (dreh)*, 18, 153–171. <https://doi.org/10.30827/dreh.vi18.18022>

Morales, J., Escobar, A., Jerónimo, D., & Granados, B. (2021). Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 7(14), 28–41. <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/136>

Morales, M. & Chávez, J. (2018). Variantes de la conducta procrastinante en universitarios: impacto de rasgos personales. *Revista electrónica sobre cuerpos académicos y grupos de investigación*. 5, (10), pp. 40-52. <http://cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/175/346>

Moreta, R., Durán, T., & Villegas, N. (2018). Regulación Emocional y Rendimiento como predictores de la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Educación*, 13(2), 155-166. <https://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/166.pdf>

Muliani, R., Imam, H., & Dendiawan, E. (2020). Relationship between stress level and academic procrastination among new nursing students. *Malaysian Journal of Nursing*, 11(03), 63–67. <https://doi.org/10.31674/mjn.2020.v11i03.010>

Niazov, Z., Hen, M., & Ferrari, J. R. (2022). Online and academic procrastination in students with learning disabilities: The impact of academic stress and self-efficacy. *Psychological Reports, 125*(2), 890–912.
<https://doi.org/10.1177/0033294120988113>

Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J. & Romero (2018). Metodología de la investigación cuantitativa –cualitativa y redacción de tesis. *Bogotá:Ediciones de la U.*
http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf

Olivas. L., Morales. S., & Solano, M. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones, 9*(2), 647. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>

Organización Mundial de la Salud. Plan de acción integral de la OMS sobre salud mental 2013-2020-2030. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA/A72_76-sp.pdf

Organización Panamericana de la Salud. (2018). La carga de los trastornos mentales en la Región de las Américas. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49578/9789275320280_spa.pdf?sequence=9

Otzen, T., & Manterola, C. (s/f). Sampling Techniques on a Population Study. *Conicyt.cl. Int. J. Morphol, 35*(1), 227 – 232.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

Real Academia Española (RAE). (2021). Diccionario de la lengua española (23. ed.). <https://www.rae.es/>

Reusche, E, (2022). Procrastinación y estrés académico en estudiantes de segunda especialidad de enfermería de una universidad privada de Lima, 2022. Repositorio Universidad Norbert Wiener. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/7738>

Sánchez, H.; Reyes, C. & Mejía, K. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Lima: Universidad Ricardo Palma Departamento de Investigación. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

Scerpella, L., & Anduaga, S. (2021). Relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes de Odontología de la Universidad de San Martín de Porres. Lima – Perú, 2019. Universidad de San Martín de Porres.

Trias, D., & Carbajal, M. (2020). Adaptación de una escala de procrastinación académica para adolescentes de educación secundaria. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 38(3). <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7906>

Unesco-Iesalc. (2020). Covid 19 y educación superior: de los efectos inmediatos al día después. *Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones*. <http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>.

Vargas, S., & Ayca, C. (2022). Estrés académico y procrastinación en estudiantes de 1 y 2 ciclo de la Carrera Profesional de Derecho de la Universidad Privada de Tacna. *DERECHO*, 11(11), 134–150. <https://revistas.upt.edu.pe/ojs/index.php/derecho/article/view/699>

Vivanco. A., Saroli. D., Caycho. T., Carbajal. C., & Noé, M. (2020). Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 23(2), 197–215. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19241>

Wang, Q., Kou, Z., Du, Y., Wang, K., & Xu, Y. (2022). Academic procrastination and negative emotions among adolescents during the COVID-19 pandemic: The mediating and buffering effects of online-shopping addiction. *Frontiers in psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.789505>

Weber, R. A., & Elizabeth, E. (2022). Procrastinación y estrés académico en estudiantes de segunda especialidad de enfermería de una universidad privada de Lima, 2022. Universidad Privada Norbert Wiener. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/7738>

ANEXOS

1. Características sociodemográficas de la muestra

En este apartado se analizarán las características sociodemográficas de la muestra, es importante considerar esto para contextualizar las variables intervinientes en la investigación. El presente estudio estuvo compuesto por 336 universitarios de la facultad de psicología, en una universidad privada de Lima.

Tabla 8

Características sociodemográficas de la muestra

Variable	Grupos	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Femenino	254	75.6%
	Masculino	82	24.4%
Edad	18 – 20	167	49.7%
	21 – 25	134	39.9%
	26 – 35	35	10.4%
Ciclo	I	4	1.2%
	II	3	0.9%
	III	60	17.9%
	IV	96	28.6%
	V	85	25.3%
	VI	35	10.4%
	VII	36	10.7%

VIII	10	3.0%
IX	3	0.9%
X	4	1.2%

La tabla 8 reporta la distribución de las características sociodemográficas identificadas en la muestra. En este sentido, observamos que la muestra tuvo un mayor porcentaje de mujeres (75.6%), con edad de 18 a 30 años (89%), del IV ciclo de la carrera universitaria (28.6%).

2. Evidencias psicométricas de los instrumentos del estudio

Tabla 9

Reporte de las evidencias de procesos de respuestas hacia el ítem de la Escala de Percepción General del Estrés

Dimensiones	Ítems	M	DE	Ritc	ω	Asimetría	Curtosis
	D1	2.15	0.89	0.52	.80	0.181	-0.542
	D2	2.08	1.03	0.53	.80	-0.101	-0.536
Distres	D3	2.53	0.97	0.44	.81	-0.265	-0.588
	D8	2.13	0.91	0.26	.82	0.0548	-0.385
	D11	2.29	0.96	0.48	.80	-0.0307	-0.431
	D13	2.35	0.99	0.58	.79	-0.0480	-0.610
	E4	1.63	0.86	0.42	.81	0.0359	-0.0580
	E5	1.60	0.82	0.37	.81	0.0869	0.0407

	E6	1.52	0.89	0.49	.80	0.134	-0.267
Eutres	E7	1.82	0.88	0.49	.80	0.0169	0.0725
	E9	1.70	0.79	0.49	.80	0.0487	-0.0617
	E10	2.02	0.91	0.45	.80	0.0944	-0.149
	E12	1.86	0.83	0.33	.81	0.324	0.0987

La tabla 9 muestra el análisis del comportamiento que los ítems presentaron en la Escala de Percepción General del Estrés al ser expuestos a la muestra de estudiantes universitarios de psicología.

Para el caso del test de Percepción General del Estrés la media fluctuó entre los valores de 1.52 y 2.53, es decir, que estuvo entre los valores medios-bajos. Así también, los ítems presentaron una desviación estándar (DE) que va desde .79 hasta 1.03. Además, los ítems se presentaron dentro del rango +/- 1.5 en curtosis y asimetría (Pérez y Medrano, 2010-9). En cuanto a la validez que se basa en el constructo se refiere a la recogida de evidencia empírica garantizando que existe un constructo psicológico en condiciones exigibles a cualquier otro modelo o teoría científica (Muñiz, 2018), en esta oportunidad la validez de los 13 ítems va desde .79 hasta .82 utilizando McDonald's. Asimismo; para garantizar una estructura interna del test es empleando los indicadores estadísticos de correlación item-test (r_{itc}), por este criterio, todos los ítems que obtengan un puntaje mayor a .20 se considera aceptable (Kline, 1995). Por otro lado, según la homogeneidad del test, se observa que, de los 13 ítems analizados, obtuvieron la correlación item-test mayor de .20 (Kline, 1995).

Tabla 10

Reporte de las evidencias de procesos de respuesta hacia el ítem del Inventario de Procrastinación Académica

Dimensiones	Ítems	M	DE	Ritc	Ω	Asimetría	Curtosis
	APS-1	3.01	1.12	0.64	.68	-0.107	-0.902
	APS-2	3.32	1.09	0.54	.72	-0.371	-0.589
Procrastinación	APS-3	2.60	1.12	0.60	.70	0.351	-0.606
	APS-4	3.00	1.15	0.59	.70	-0.0120	-0.962
	APS-5	2.85	0.98	0.27	.79	0.106	-0.667

Para el caso de la Escala de Procrastinación Académica, la media de los ítems osciló entre 2.60 y 3.32, lo cual indicaría una tendencia hacia las puntuaciones media y bajas. Así también, los ítems presentaron una desviación estándar (DE) que va desde 0.98 hasta 1.15. Asimismo; en curtosis y asimetría se encuentran los ítems dentro del rango de +/- 1.5 (Pérez y Medrano, 2010). La validez que se basa en el constructo se refiere a la recogida de evidencia empírica garantizando que existe un constructo psicológico en condiciones exigibles a cualquier otro modelo o teoría científica (Muñiz, 2018), por ello la validez de los 5 ítems va desde .68 hasta .79 utilizando McDonald's. Además; para garantizar una estructura interna del test es empleando los indicadores estadísticos de correlación ítem-test (r_{itc}), por este criterio, todos los ítems que obtengan un puntaje mayor a .20 se considera aceptable (Kline, 1995). Asimismo, la homogeneidad del test, se observa que, de los 5 ítems analizados, obtuvieron la correlación ítem-test mayor de .20 (Kline, 1995).

Tabla 11

Reporte de las evidencias de fiabilidad de los instrumentos empleados

Variables	Dimensiones	Media	(DE)	ω
	Distrés	12.16	4.09	.826
Estrés	Eutrés	13.53	4.17	.810
	General	25.69	6.54	.815
Procrastinación	Unidimensional	14.78	3.89	.765

Cuando se menciona a la estabilidad de las mediciones se hace referencia a la confiabilidad, al no existir razones teóricas empíricas para suponer que la variable a medir haya sido modificada de forma diferencial para los sujetos (Muñiz, 2000).

Además, en la actualidad es muy importante para la práctica profesional e investigación del psicólogo contar con instrumentos que presenten correctas medidas de validez y confiabilidad. La confiabilidad puede ser entendida como la propiedad de las puntuaciones de un test (Muñiz, 1996), el cual tiene un impacto significativo sobre la precisión de los resultados obtenidos por un instrumento (Domínguez & Merino, 2015). En este sentido el coeficiente omega de McDonald's nos sirve para considerar un valor aceptable de confiabilidad. Mediante el coeficiente omega se considera aceptable si se encuentra entre .70 y .90 (Campo & Oviedo, 2008), aunque en algunas circunstancias pueden aceptarse valores superiores a .65 (Katz, 2006).

La tabla 11 muestra el análisis del coeficiente omega de McDonald's para los instrumentos y sus dimensiones respectivas. Por tal razón, se encuentra en los resultados que en ambos casos los instrumentos son fiables, los mismos que se demuestran en la tabla.

3. Evaluación de la normalidad

Tabla 12

Reporte de normalidad de las pruebas para Percepción General del Estrés y Procrastinación Académica

Variab	Media	(DE)	p	K-S
Percepción	25.7	6.54	.055	.992
General del Estrés				
Procrastinación	14.8	3.89	.001	.985
Académica				

La tabla 12 muestra a las variables de la presente investigación de percepción global de estrés y procrastinación académica en relación con la distribución en la curva normal. Observamos que, en la variable Estrés Percibido con 0.06, no presenta una diferencia significativa (distribución normal). Mientras que, en la variable Procrastinación con .00, si existe una diferencia significativa por ser menor a .05 (distribución no normal).

Variable percepción global de estrés se ajusta a la curva normal por tener una significación mayor a .05, así que de esta forma la variable se junta a la curva normal, en este sentido el estadístico a utilizar será un estadístico paramétrico. Sin embargo, en la variable procrastinación tiene una distribución no normal, es así que la variable no se

ajusta a la curva normal. En este sentido, es necesario asumir debido al análisis de la variable que el comportamiento de la muestra no se ajusta a la curva normal, es decir, que el estadístico a utilizar estará destinado a recurrir a los estadísticos no paramétricos, que hace referencia a un poder de inferencia limitado.

ANEXO N° 1. Formulario virtual del Test EPGE y APS-S y resultados.

TEST EPGE YAPS-S
AARON CAPARACHIN / SERGIO SAUCEDO
922 412 708 | Lima - Perú

Sección 1 de 4

TEST EPGE Y APS-S

Estimado (a) participante:
La presente investigación es realizada por Aaron Caparachin y Sergio Saucedo bachilleres en psicología de la Universidad Privada del Norte.
El objetivo de este estudio es determinar la relación entre estrés y procrastinación con la vida en estudiantes universitarios de Lima metropolitana, **trabajo de investigación** para optar al título profesional de **Licenciados en Psicología**.

Requisitos:
- 18 a 35 años de edad.
- Ser estudiante pre grado de una universidad privada de Lima Metropolitana.


Finalmente, la participación es **voluntaria** y la información recolectada **será utilizada con fines académicos**; por ende, **se garantiza la confidencialidad y protección de los datos**.

Procrastinación académica y estrés percibido **XLSX** ☆

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Ayuda

ID	SEXO	EDAD	SEDE	CICLO	APS-1	APS-2	APS-3	APS-4	APS-5	Procrastinación	D1	D2	D3	D8
1	1	21	2	10	3	4	4	4	3	18	2	1	3	1
2	1	31	1	10	5	4	4	4	4	21	1	2	3	2
4	3	22	2	8	3	2	2	3	2	12	2	1	3	2
5	4	24	2	10	4	4	3	4	3	18	3	2	2	2
6	5	23	1	4	2	5	1	3	2	13	4	3	4	2
7	6	20	1	5	4	3	4	3	4	18	2	2	3	3
8	7	21	1	5	2	3	2	1	3	11	1	0	2	1
9	8	22	1	5	4	3	3	4	2	16	1	1	2	1
10	9	22	1	7	4	4	4	3	3	18	1	1	3	2
11	10	18	1	4	4	5	4	3	3	19	2	2	4	3
12	11	22	1	7	4	2	2	3	2	13	1	2	2	3
13	12	22	1	4	2	2	2	3	3	12	1	2	3	1
14	13	21	1	4	2	1	1	3	5	12	2	2	1	0
15	14	22	1	4	3	4	3	2	4	16	3	3	4	3
16	15	20	1	4	4	4	2	5	4	19	1	1	1	1
17	16	21	1	4	2	3	3	2	4	14	2	1	2	3
18	17	20	1	4	4	4	3	4	4	19	4	2	3	2
19	18	22	1	6	3	5	3	2	3	16	3	3	3	2
20	19	19	1	4	2	2	2	4	4	14	2	1	2	3
21	20	19	1	4	2	3	1	4	2	12	3	3	2	3
22	21	23	1	5	1	4	3	3	2	13	1	1	2	2
23	22	21	1	6	3	4	3	4	4	18	2	1	2	3
24	23	22	1	5	3	3	3	4	3	14	2	2	2	2

ANEXO N° 2. Formulario virtual del Test EPGE (100 participantes adicionales) y resultados.



TEST EPGE

Estimado (a) participante:
Te saluda Aaron Caparachin y Sergio Saucedo bachiller de la Universidad Privada del Norte.

El presente formulario tiene como objetivo de este estudio, determinar el nivel de procrastinación en estudiantes universitarios de Lima metropolitana.

Requisitos:

- 18 a 35 años de edad.
- Ser estudiante pre grado de una universidad de Lima Metropolitana.

Finalmente, la participación es **voluntaria** y la información recolectada **será utilizada con fines académicos**; por ende, **se garantiza la confidencialidad y protección de los datos**.

aaroncaparachinalcalde@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)

No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

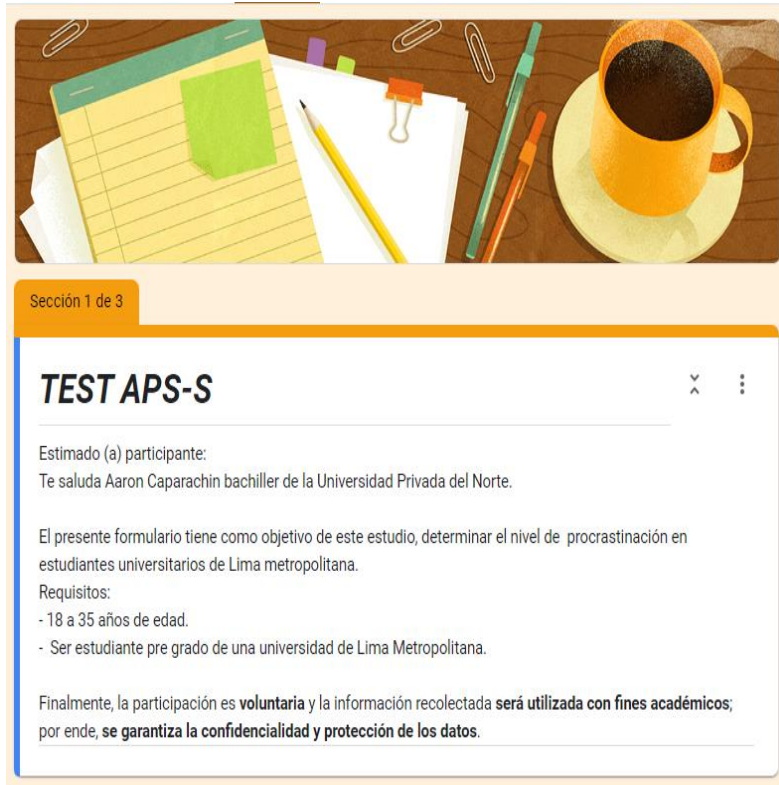
TEST EPGE RESPUESTAS .XLSX

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Ayuda

100% Arial 10

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
1	SEXO	EDAD	CICLO	D1	D2	D3	D8	D11	D13	Distrés	E4	E5	E6	E7
2	1	20	5	3	3	4	3	1	3	17	2	1	2	2
3	2	20	5	1	1	3	3	3	2	13	2	2	2	2
4	1	18	4	2	0	3	3	2	1	11	1	1	0	1
5	2	18	4	2	2	1	3	1	2	11	1	0	1	1
6	1	19	4	1	2	3	2	2	2	12	3	2	2	3
7	1	21	4	1	0	3	1	2	1	8	0	1	0	1
8	2	27	6	1	1	2	2	1	1	8	1	3	1	2
9	1	19	4	3	3	4	2	2	3	17	2	2	1	3
10	1	20	6	2	3	3	2	3	2	15	1	1	1	2
11	1	28	4	3	3	3	3	2	3	17	2	3	2	2
12	2	26	6	2	2	1	3	1	1	10	2	2	1	2
13	1	19	4	2	2	4	2	2	3	15	1	1	0	1
14	1	19	4	3	3	3	1	3	2	15	3	2	2	3
15	1	19	1	0	1	2	2	1	1	7	1	0	0	0
16	1	19	1	3	4	4	1	2	1	15	2	1	1	3
17	1	18	3	2	2	3	2	3	3	15	2	2	1	1
18	1	21	6	1	3	3	3	4	3	17	2	1	2	2
19	1	25	5	3	2	2	3	3	2	15	2	2	0	3
20	1	21	5	1	2	3	2	2	2	12	1	2	2	1
21	2	33	5	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1
22	1	21	5	3	2	2	2	2	2	13	2	2	2	2
23	1	20	5	2	1	4	2	3	2	14	2	1	2	2

ANEXO N° 3. Formulario virtual del Test EPGE (100 participantes adicionales) y resultados.



TEST APS-S

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Extensiones Ayuda

Menús 100% Predet...

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1	Marca temporal	En base a lo presentado	SEXO	EDAD	CARRERA	CICLO	1 Demoro inmensariam	2. Pospongo comenzar c	3. Cuando tengo una fec	4. Sigo posponiendo el m	5. Empiezo a trabajar de inmediato, incluso en actividades	
2	19/07/2023 10:32:14	SI	MASCULINO		26 Psicología	IX	De acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo	
3	20/07/2023 11:33:37	SI	FEMENINO		29 Terapia Fisica y Rehabili	X	De acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	
4	20/07/2023 11:38:36	SI	FEMENINO		19 Obstetricia	V	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni desacu	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
5	20/07/2023 11:41:25	SI	MASCULINO		20 Terapia Fisica y Rehabili	III	Muy de acuerdo	Muy en desacuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy en desacuerdo	
6	20/07/2023 12:05:12	SI	FEMENINO		19 Enfermeria	IV	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
7	20/07/2023 13:34:57	SI	MASCULINO		20 Ingenieria	VII	Ni en acuerdo ni desacu	De acuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni desacu	De acuerdo	
8	21/07/2023 12:23:31	SI	MASCULINO		27 Psicología	X	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	En desacuerdo	
9	21/07/2023 12:24:08	SI	FEMENINO		25 Nutrición	V	Muy en desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
10	21/07/2023 12:24:45	SI	FEMENINO		25 Enfermeria	VI	Ni en acuerdo ni desacu	De acuerdo	Ni en acuerdo ni desacu	De acuerdo	Ni en acuerdo ni desacuerdo	
11	21/07/2023 12:25:18	SI	MASCULINO		28 Psicología	XI	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
12	21/07/2023 12:26:00	SI	MASCULINO		31 Psicología	VI	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
13	21/07/2023 12:26:35	SI	FEMENINO		22 Nutrición	IV	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
14	21/07/2023 12:27:24	SI	FEMENINO		23 Nutrición	VI	Muy en desacuerdo	Muy en desacuerdo	Muy en desacuerdo	Muy en desacuerdo	Muy de acuerdo	
15	21/07/2023 12:28:04	SI	FEMENINO		18 Enfermeria	II	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
16	21/07/2023 12:28:46	SI	FEMENINO		28 Nutrición	V	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
17	21/07/2023 12:34:14	SI	MASCULINO		26 Terapia Fisica y Rehabili	VII	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	
18	21/07/2023 12:34:59	SI	FEMENINO		22 Nutrición	IV	En desacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo	
19	21/07/2023 12:37:52	SI	FEMENINO		22 Ingenieria	VI	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni desacu	En desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni desacuerdo	
20	21/07/2023 12:41:34	SI	FEMENINO		22 Psicología	II	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	En desacuerdo	
21	21/07/2023 12:42:12	SI	FEMENINO		22 Psicología	II	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	
22	21/07/2023 12:53:10	SI	MASCULINO		24 Derecho	X	Ni en acuerdo ni desacu	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni desacuerdo	

<p>¿Qué diferencia existe entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, según edad?</p>	<p>Diferenciar la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, según edad.</p>	<p>Existe Diferenciar entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023, según edad.</p>	<p>Procrastinación académica</p>	<p>Unidimensional</p>	<p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE), Escala de procrastinación académica versión reducida (APS-S)</p>
<p>¿Qué diferencia existe entre la Diferenciar la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023 según sexo?</p>	<p>Diferenciar la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023 según sexo.</p>	<p>Existe Diferenciar entre la percepción general del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023 según sexo.</p>			
	<p>Describir la percepción general del estrés en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.</p>				
	<p>Describir la procrastinación, en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2023.</p>				

ANEXO N° 5. Operacionalización de la variable

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS
Percepción general del estrés	Según los autores Lazarus y Folkman definen el estrés desde el modelo transaccional como el conjunto de relaciones particulares entre el individuo y la situación, siendo entendida o valorada por la persona como algo que agrava o excede sus propios recursos y pone en peligro o riesgo su bienestar personal.	La Percepción general del estrés se midió con un instrumento compuesto por 13 ítems en su versión adaptada al contexto peruano por Guzman y Reyes (2018), con formato de respuesta de tipo Likert de cinco opciones.	Distrés	Puntajes obtenidos en los ítems 1, 2, 3, 8, 11, 13	<p>1. En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?</p> <p>2. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?</p> <p>3. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?</p> <p>8. En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?</p> <p>11. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?</p> <p>13. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?</p>
			Eutrés	Puntajes obtenidos en los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12	<p>4. En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?</p> <p>5. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?</p>

					<p>6. En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?</p> <p>7. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?</p> <p>9. En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?</p> <p>10. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?</p> <p>12. En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?</p>
Procrastinación académica	<p>La procrastinación es considerada comúnmente como una tendencia conductual a posponer irracional y voluntariamente un curso planificado a pesar de anticipar las consecuencias adversas de este retraso (Steel & Konig, 2006; Steel, 2007; Steel & Klingsieck, 2016)</p> <p>La procrastinación académica, es la tendencia a posponer o retrasar las actividades y comportamientos relacionados con la escuela, la formación y los estudios (McClosky, 2011)</p>	<p>La procrastinación académica se midió con un instrumento compuesto por 5 ítems, con formato de respuesta de tipo Likert de cinco puntos.</p>	Unidimensional	<p>Puntajes obtenidos en los ítems 1, 2, 3, 4, 5</p>	<p>1. Demoro innecesariamente en terminar trabajos, incluso cuando son importantes.</p> <p>2. Pospongo comenzar con cosas que no me gusta hacer.</p> <p>3. Cuando tengo una fecha límite, espero hasta el último minuto.</p> <p>4. Sigo posponiendo el mejorar mis hábitos de trabajo.</p> <p>5. Empiezo a trabajar de inmediato, incluso en actividades que me resultan displacenteras.</p>