



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD DE SAN
JUAN DE LURIGANCHO, 2025.”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autor:

Fiorela Eugenia Vicente Tapia

Asesor:

Mg. Víctor Valentín Bravo Alarcón

<https://orcid.org/0000-0002-5029-2895>

Lima - Perú

2025

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Raquel Tello Cabello
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	Claudett Mercedes Angeles Donayre
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	Enrique Giovanni Perez Flores
	Nombre y Apellidos

Informe de Similitud



Página 1 de 57 - Portada



Página 2 de 57 - Descripción general de integridad

15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca.




Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 14%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 12%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alerta de integridad para revisión

-  **Texto oculto**
82 caracteres sospechosos en N.º de página
El texto es alterado para mezclarse con el fondo blanco del documento.

Los al
busca
advert

Una m
recom

Tabla de contenidos

Índice de tablas	7
Resumen	8
Abstract.....	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
1.1 Realidad problemática	10
1.2 Formulación del problema.....	19
1.3 Objetivos.....	20
1.4 Hipótesis	21
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	23
CAPÍTULO III: RESULTADOS	29
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	32
REFERENCIAS	38
ANEXOS.....	44

Índice de tablas

Tabla 1	Relación entre estrés académico y la ansiedad	29
Tabla 2	Relación entre estrés académico y la dimensión preocupación y aprensión	29
Tabla 3	Relación entre estrés académico y la dimensión tensión física	30
Tabla 4	Relación entre estrés académico y la dimensión dificultades cognitivas	30
Tabla 5	Relación entre estrés académico y la dimensión dificultades cognitivas	31

Resumen

El estudio analizó la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de una universidad de San Juan de Lurigancho, 2025. Se justificó por la alta prevalencia problemas de salud mental en universitarios y la necesidad de comprender cómo las demandas académicas influyen en respuestas emocionales afectando el rendimiento y el bienestar. El diseño fue cuantitativo y correlacional. Se aplicaron el Inventario SISCO SV de Estrés Académico y el cuestionario GAD-7 a una muestra censal de 162 estudiantes, analizándose datos con estadística descriptiva y la correlación rho de Spearman. Los resultados mostraron que no existe una relación significativa entre el estrés académico y la ansiedad global ($\rho = .081$; $p = .306$). Tampoco se hallaron asociaciones con preocupación y aprensión ni con tensión física. No obstante, se identificó una relación significativa débil con dificultades cognitivas ($\rho = .174$; $p = .027$) y una asociación marginal con irritabilidad y agitación ($\rho = .154$; $p = .050$). En conclusión, el estrés académico no predice la ansiedad general, aunque sí se vincula levemente con manifestaciones cognitivas y emocionales específicas, evidenciándose la importancia de promover intervenciones preventivas y fortalecer las estrategias de afrontamiento estudiantil.

Palabras Claves: estrés psicológico, ansiedad, salud mental

Abstract

This study analyzed the relationship between academic stress and anxiety in students at a university in San Juan de Lurigancho, 2025. It was justified by the high prevalence of mental health problems among university students and the need to understand how academic demands influence emotional responses that can affect performance and well-being. The study employed a quantitative, correlational design. The SISCO SV Academic Stress Inventory and the GAD-7 questionnaire were administered to a census sample of 162 students. Data were analyzed using descriptive statistics and Spearman's rho correlation. The results showed no significant relationship between academic stress and overall anxiety ($\rho = .081$; $p = .306$). No associations were found with worry and apprehension, nor with physical tension. However, a weak but significant relationship was identified with cognitive difficulties ($\rho = .174$; $p = .027$), and a marginal association with irritability and agitation ($\rho = .154$; $p = .050$). In conclusion, academic stress does not predict general anxiety, although it is weakly linked to specific cognitive and emotional manifestations, highlighting the importance of promoting preventive interventions and strengthening student coping strategies.

Keywords: psychological stress, anxiety, mental health

NOTA

El contenido de la investigación no se encuentra disponible en **acceso abierto** por determinación de los propios autores, en concordancia con en el Texto Integrado del Reglamento RENATI (artículo 12), la Directiva N°048-2020-CONCYTEC-P que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto (ALICIA) administrado por el pliego Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica - CONCYTEC y la Ley N° 29733, Ley de Protección de Datos Personales.

REFERENCIAS

- Ahmed, I., Hazell, C., Edwards, B., Glazebrook, C., & Davies, E. (2023). A systematic review and meta-analysis of studies exploring prevalence of non-specific anxiety in undergraduate university students. *BMC Psychiatry*, 23, 240. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04645-8>
- Al-Garni, A., Shati, A., Almonawar, N., Alamri, G., Alasmre, L., Saad, T., & Ghazy, R. (2025). Prevalence of depression, anxiety, and stress among students enrolled at King Khalid University: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 25, 354. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21277-7>
- Al-Shahrani, M., Alasmri, B., Al-Shahrani, R., Al-Moalwi, N., Al-Qahtani, A., & Siddiqui, A. (2023). The prevalence and associated factors of academic stress among medical students of King Khalid University: An analytical cross-sectional study. *Healthcare*, 11(14), 2029. <https://doi.org/10.3390/healthcare11142029>
- Amanvermez, Y., Zhao, R., Cuijpers, P., de Wit, L. M., Ebert, D. D., Kessler, R. C., & Bruffaerts, R. (2022). Effects of self-guided stress management interventions in college students: A systematic review and meta-analysis. *Internet Interventions*, 28, 100503. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2022.100503>
- Anicama Gómez, J., A., et al. (2021). Escala del Trastorno de Ansiedad Generalizada: GAD-7 en universitarios de Lima, Perú. *Revista de Psicología (Universidad Autónoma del Perú)*. <https://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/361>
- Cjuno, J., et al. (2024). Evidencias de confiabilidad y validez del GAD-2, GAD-7 y GAD-Mini en estudiantes universitarios peruanos. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 41(2), e14161. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2024.412.14161>
- Clabaugh, A., Duque, J., & Fields, L. (2021). Academic stress and emotional well-being in

- United States college students following onset of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, *12*, 628787. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.628787>
- Domínguez-Lara, S. A. & Medrano, L. (2016). Propiedades psicométricas del Cuestionario de Regulación Cognitiva de las Emociones (*CERQ*) en estudiantes universitarios de Lima. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, *10*(1), 53–67. <https://doi.org/10.21500/19002386.2466>
- Duche-Pérez, A., Casali-Turpo, J., & Pari-Flores, R. (2024). Academic stress and study habits in Peruvian university students. *Journal of Digital Learning and Distance Education*, *2*(8), 682–697. <https://doi.org/10.56778/jdlde.v2i8.204>
- Espinoza García, D. A., y Ñaupay García, L. J. (2022). Propiedades psicométricas del inventario de estrés académico SISCO en universitarios de San Juan de Lurigancho, 2022 [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/103691>
- Farfán-Latorre, M., Estrada-Araoz, E., Lavilla-Condori, W., Ulloa-Gallardo, N., Calcina-Álvarez, D. A., Meza-Orue, L. A., Yancachajlla-Quispe, L. I., & Rengifo Ramírez, S. S. (2023). Mental health in the post-pandemic period: Depression, anxiety and stress in Peruvian university students upon return to face-to-face classes. *Sustainability*, *15*(15), 11924. <https://doi.org/10.3390/su151511924>
- Franco-Jiménez, G., y Núñez-Magallanes, A. (2022). Evidencias psicométricas del GAD-2, GAD-7 y GAD-Mini en estudiantes universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, *10*(1), e1437. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1437>
- Frontiers Peru. (2025). Mental health in Peruvian university students in crisis: stress, anxiety and depression levels. *Frontiers in Public Health*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1522132>

- Green, K., Syed, M., Clabaugh, A., & Nelson, L. (2022). Academic stress and mental well-being in college students. *Frontiers in Psychology, 13*, 886344. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (3.^a ed.). McGraw-Hill.
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education. <https://aulavirtual.sld.cu/mod/url/view.php?id=117632>
- Herr, R., Deyerl, V., Rathmann, K., & Diehl, K. (2024). Perceived unfairness in university settings: Findings from a qualitative study among students in Germany. *Education Sciences, 14*(8), 827. <https://doi.org/10.3390/educsci14080827>
- Jabel Camacuari, M. G. (2017). Estandarización del inventario de estrés académico SISCO en estudiantes de dos universidades de Villa El Salvador [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/417>
- Kristensen, S., Danielsen, A., Jenø, L., Larsen, T., & Urke, H. (2023). Academic stress, academic self-efficacy and psychological distress: moderated mediation of within-person effects. *Journal of Research on Adolescence, 33*(2), 342–358. <https://doi.org/10.1111/jora.12789>
- Lasheras, I., Gracia-García, P., Lipnicki, D., Bueno-Notivol, J., López-Antón, R., de la Cámara, C., Lobo, A., & Santabárbara, J. (2020). Prevalence of anxiety in medical students during the COVID-19 pandemic: A rapid systematic review with meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(18), 6603. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186603>
- Lizarte, E., Gijón, J., Galván, M., & Khaled, M. (2024). Influence of self-efficacy, anxiety and psychological well-being on academic engagement during university education.

Education Sciences, 14(12), 1367. <https://doi.org/10.3390/educsci14121367>

Mila Maldonado, F. L., Yáñez Yáñez, K. A., & Mantilla Salgado, J. D. (2021). Una aproximación a la metodología de la investigación jurídica. *Revista Pedagogía Universitaria y Didáctica del Derecho*, 8(2), 81–96. <https://doi.org/10.5354/0719-5885.2021.60341>

Margraf, J., Schneider, S., & Lavallee, K. (2020). Correlates of academic stress and mental well-being in university students during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 273, 116–121. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.020>

Moya-Salazar, J. M., Goicochea-Palomino, E., Rojas-Zumaran, V., Cruz-Gonzales, G., & Contreras-Pulache, H. (2025). Peruvian university students' mental health in crisis: Assessing anxiety, depression, fear and stress during the Russia-Ukraine conflict. *Frontiers in Public Health*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1522132>

Oliveira Carvalho, P.; Hülsdünker, T.; Carson, F. “The Impact of the COVID-19 Lockdown on European Students’ Negative Emotional Symptoms: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *Behavioral Sciences* 2022, 12(1), 3. <https://doi.org/10.3390/bs12010003>

Pérez-Jorge, D., Boutaba-Alyehan, M., González-Contreras, A. I., & Pérez-Pérez, I. (2025). Examining the effects of academic stress on student well-being in higher education. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11, 177. <https://doi.org/10.1038/s41599-025-04698-y>

Razavi, M., McDonald, A., Mehta, R., & Farzan, S. (2023). Evaluating mental stress among college students using heart rate and hand acceleration data collected from wearable sensors. *JMIR Mental Health*. <https://doi.org/10.2196/mental.16684>

Ren, X., Sotardi, V. A., & Brown, C. (2025). Exploring academic stress and coping experiences among university students during the COVID-19 pandemic. *Education*

Sciences, 15(3), 314. <https://doi.org/10.3390/educsci15030314>

Saravia-Bartra, M., Cazorla-Saravia, P., & Cedillo-Ramírez, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina en tiempos de COVID-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20, 568–573. <https://doi.org/10.3390/su142315515>

Scielosp. (2020). Stress, anxiety and depression in social work students from Peru. *Revista de Salud Pública*, 22(6), 601–608. <https://doi.org/10.1590/s1695-33322020000600001>

Stirparo, G. (2024). Effects of academic stress on learning motivation and student digital addiction. *Addictive Behaviors Reports*, 10, 100354. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2024.100354>

Tan, X., [autores por completar]. (2023). Global prevalence of anxiety among college and university students: Umbrella review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14, 100658. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100658>

Tang, Y., & He, W. (2023). Relationship between university students' anxiety and academic performance during the COVID-19 pandemic: meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 14, 1018558. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1018558>

Torre, L., & Chávez, R. (2021). Aplicación del enfoque cuantitativo en estudios educativos universitarios. *Revista Científica de Educación*, 7(1), 33–41.

Vásquez-Alfaro, R., Carranza-Esteban, R., & Mamani-Benito, O. (2022). Examining academic self-efficacy and perceived social support as predictors for coping with stress in Peruvian university students. *Frontiers in Education*, 7, Article 881455. <https://doi.org/10.3389/educ.2022.881455>

Vásquez-Huamaní, A., & Calloapaza-Cueva, M. (2024). Depression, anxiety and stress among students of a Peruvian public university: A cross-sectional study. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 4, 1070. <https://doi.org/10.56294/saludcyt20241070>

- Wang, X., & Liu, X. (2022). Prevalence of anxiety among university students: systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*, 3124. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043124>
- Yen-Ko, L., Saragih, I., Lin, C., Liu, H., Chen, C., & Yeh, S. (2024). Global prevalence of anxiety and depression among medical students during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, *12*, 338. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01838-y>
- Zhang, X., Liu, Y., Chen, R., & Zhou, J. (2025). Perceived academic stress and anxiety about employment among college students: The mediating role of psychological resilience. *Frontiers in Psychiatry*, *16*, 1602808. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1602808>