



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“ESTRÉS ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE 5° DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN CAJAMARCA, 2024”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Maria Belen Reyes Otiniano

Asesora:

Mg. Claudett Mercedes Angeles Donayre

Código ORCID 0000-0002-0225-8393

Cajamarca - Perú

2025

Jurado Evaluador

Jurado 1	Dr. William Moisés Cruzado Pérez
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	Mg. Carlos Fernando García Godos Salazar
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	Mg. Claudett Mercedes Angeles Donayre
	Nombre y Apellidos

Informe de similitud



Página 2 de 69 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3421192586




19% 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)

Fuentes principales

- 18%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 14%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
ÍNDICE DE TABLAS	7
ÍNDICE DE FIGURAS	8
RESUMEN	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	30
CAPÍTULO III: RESULTADOS	38
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	42
REFERENCIAS	49
ANEXOS	56

Índice de tablas

Tabla 1 Correlación del estrés académico y la ansiedad	38
Tabla 2 Resultado descriptivo del nivel de estrés académico	38
Tabla 3 Resultado descriptivo del nivel de ansiedad	39
Tabla 4 Correlación de los estresores y la ansiedad	39
Tabla 5 Correlación de los síntomas y la ansiedad	40
Tabla 6 Correlación de las estrategias de afrontamiento y la ansiedad	40
Tabla 7 Matriz de consistencia interna	56
Tabla 8 Operacionalización de variables de la investigación	57
Tabla 9 Alfa de Cronbach de la investigación	64
Tabla 10 Estadísticas de normalidad para los datos paramétricos	65
Tabla 11 Intensidad de correlación Spearman	68

Índice de figuras

Figura 1 Esquema de investigación	31
-----------------------------------	----

Resumen

En este estudio de investigación el objetivo general es determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa pública de Cajamarca en 2024, la metodología fue de enfoque cuantitativo, tipo básico, nivel correlacional, y diseño no experimental de alcance transversal, utilizando el Inventario Sistemático Cognoscitivista y la Escala de Autoevaluación de Ansiedad Zung, la muestra se realizó, a través de muestreo no probabilístico por conveniencias trabajando con los 167 estudiantes de quinto año de la institución, las respuestas fueron procesadas para crear una base de datos. Los resultados revelaron que el nivel de las variables estrés académico y ansiedad es alto, con un 94 % y un 65.2 % respectivamente. Además, se encontró una relación directa muy fuerte significativa entre las dos primeras dimensiones que conforman la variable estrés académico con la variable ansiedad, y en la última una correlación inversa. Finalmente, por la prueba estadística de Spearman, se concluye que existe relación directa muy fuerte significativa de ($r=0.831$) y ($p=0.000$) entre las variables en estudiantes de secundaria durante el año 2024 en Cajamarca.

Palabras clave: Estrés, académico, estresores, estudiantes, ansiedad

NOTA

El contenido de la investigación no se encuentra disponible en **acceso abierto** por determinación de los propios autores, en concordancia con 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

- American Psychological Association [APA]. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association*. American Psychological Association. <https://normas-apa.org/wp-content/uploads/Guia-Normas-APA-7ma-edicion.pdf>
- Alberca, F. (2020). *Educa Sin Estrés*: Ediciones Toromítico.
- Alfaro, N., & Castro, N. (2020). *Estrés académico en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción, Arequipa - 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín]. UNSA-Institucional. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/11949>
- Alvarado, L. (2020). *Estrés Académico en estudiantes de secundaria de un colegio público del Distrito de Imperial, Cañete, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/27221>
- Álvarez, J. L., & Leiva, R. M. (2022). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/30846>
- Ardila, R. (2022). *El mundo de la psicología: El Manual Moderno*.
- Arévalo, Pineda, & Murcia. (2023). *Niveles de estrés académico en estudiantes de once de una Institución Educativa Pública de Villavicencio en el 2023*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio de la Universidad Cooperativa de Colombia. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/52154>

- Bardales, G. (2023). *Influencia de la ansiedad en el bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria de un CEBA de Cajamarca*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/138458>
- Barraza, A. (2007, 26 de febrero). Inventario SISCO estrés académico. Propiedades psicométricas. *Revista Psicología Científica*. 9(13). <https://pscient.net/8vd5j>
- Boyes, A. (2023). *Las cinco trampas de la ansiedad*. Los Angeles: Zenith.
- Calleri, Barionuevo, & Ricaldi. (2020). *Ansiedad en estudiantes de secundario y estrés, Jujuy-2020*. [Tesis de bachiller, Universidad Nacional de Jujuy]. Repositorio de la Universidad Nacional de Jujuy. https://ies7-juj.infod.edu.ar/aula/archivos/repositorio/3000/3145/012_IEEN5-Callieri_Barrionuevo_Ricaldi.pdf
- Candia, Y. (2020). *Cómo Vencer La Ansiedad: estrategias para superar la ansiedad, fobias, miedos y lograr la vida que desea libro de trabajo*: Amazon Digital Services LLC - Kdp.
- Carrasco, M. N., & Mendoza, S. A. (2023). *Depresión y estrés académico en el entorno educativo presencial en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de un colegio privado de Cajamarca en el año 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/36305>
- Clark, D., Boutros, N., & Mendez, N. (2019). *El cerebro y la conducta: Neuroanatomía para psicólogos*: El Manual Moderno.
- Cotrina, F. C. (2024). *Ansiedad y depresión en adolescentes de una institución educativa, Cajamarca - 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/37710>

Colegio de Psicólogos del Perú (2017). *Código de Ética Profesional del Psicólogo*.

<https://www.cpsp.pe/codigo-de-etica-y-deontologia>

De San Vicente, N., & Rodríguez, J. (2021). *Psicología siglo XXI: una mirada amplia e integradora. volumen 1*: Editorial Dykinson, S.L.

Diena, Y. (2025). *57 Student Stress Statistics (High School/College): According to a recent survey conducted by the American Psychological Association, more than 60% of students report feeling stressed on a daily basis*. Denver: Ambitions.

https://www.ambitionsaba.com/resources/student-stress-statistics?utm_source

Escalante, K. G. (2022). *Estrés académico en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria en una institución educativa de la provincia de Celendín - Cajamarca en el contexto COVID-19, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte].

Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/33467>

Estela, S. V. (2022). *Ansiedad y sobrepeso en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública, de la ciudad de Cajamarca, en el año 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte].

Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/31259>

Eysenck, M. W. (2019). *Psicología básica*. Londres: Editorial El Manual Moderno.

Fernández, P. (2023). *El arte de razonar mejor: Psicología del pensamiento*: Shackleton Books.

Flood, H. (2020). *La psicóloga*. Oslo: Editorial Planeta.

Galindo, C. (2021). *Ansiedad manifiesta y Estrés académico en estudiantes de tercero a cuarto de secundaria de la I.E. Nuestra Señora del Perpetuo Socorro, Puquio - 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica].

Autónoma

de

Ica.

<https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/1748/1/Crsytel%20Abigaeil%20Galindo%20Contreras.pdf>

Gladwell, M. (2020). *Inteligencia Intuitiva*. Ottawa: Taurus.

Hernández, & Mendoza, P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*: McGraw-Hill Education.

Herrera, C. (2024). *Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Cajamarca, 2023*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la Universidad Señor de Sipán. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/13637>

Hinostroza, C. (2023). *Estrés académico y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Vitarte - 2023*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/3508>

Kleinman. (2022). *Introducción a la Psicología*: Editorial Sirio S.a.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company. ISBN: 978-0-8261-4191-0

Leyva, T. A. (2022). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de una institución educativa secundaria de Moche, 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/117382>

Magariño, M. M. (2022). *Estrés y ansiedad en estudiantes de 5to de secundaria víctimas de violencia intrafamiliar de una institución educativa pública de Villa María del Triunfo* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1653>

Martin, L. (2022). *Psicología Del Cambio*: Editorial Renuevo.

Montt, A. (2023). *Ansiedad (Edición española)*: Ediciones Temas de Hoy.

Ministerio de Educacion [MINEDU]. (2023). Estrés académico adolescente y su relación con la habilidad socioemocional de toma de decisiones en 2.º grado de secundaria. *Ministerio de Educación. Oficina de Medición de la Calidad de los Aprendizajes*.
<https://hdl.handle.net/20.500.12799/10804>

Muñoz, Muñoz, P., Osorio, & Marín. (2019). *Relación entre la ansiedad y el estrés académico en estudiantes de octavo semestre que se encuentran desarrollando trabajo de grado y prácticas profesionales en una institución de educación superior del Valle de Aburrá*. [Tesis de licenciatura, Tecnológico de Antioquia - Institución Universitaria]. Repositorio del Tecnológico de Antioquia - Institución Universitaria.
<https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tda/478/Trabajo%20de%20Grado%20%20-%20Estres%20Academico%20Ansiedad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Obregón, G. E. (2021). *Estrés académico en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Nacional de Lima Metropolitana 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio de la Universidad Peruana Los Andes.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPLA_d74aabf20bcb35afc8e7189f15a8667f

Organización mundial de la Salud [OMS]. (2024). La creciente presión escolar y la disminución del apoyo familiar, especialmente entre las niñas, según un nuevo informe de la OMS/Europa. Copenhague: *Organizacion Mundial De la Salud*.
https://www.who.int/europe/news/item/13-11-2024-rising-school-pressure-and-declining-family-support-especially-among-girls--finds-new-who-europe-report?utm_source

- Parales, C. J. (2020). *Psicología social: Un acercamiento histórico al estudio de las relaciones sociales*: GEDISA.
- Peinado, A. L. (2019). *El Estrés Académico en los estudiantes del último año, estudio realizado con estudiantes del último año del ciclo diversificado del Instituto Nacional de Educación Diversificada, San Pedro Sacatepéquez*. [Tesis de bachiller, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Universidad de San Carlos de Guatemala.
http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29_0548.pdf
- Pereyra, L. (2020). *Metodología de la Investigación*. Mallorca: Klik.
- Pérez, M. (2021). *Ciencia y pseudociencia en psicología y psiquiatría: Más allá de la corriente principal*: Alianza Editorial.
- Reyes, E. (2022). *Metodología de la Investigación Científica*: Page Publishing Incorporated.
- Rodríguez, J., & Bojórquez, C. (2021). *Educación siglo XXI: nuevos retos, nuevas soluciones. Volumen 1*: Editorial Dykinson, S.L.
- Rufi, S. (2020). *Una psicología real*: Libros Cúpula.
- Ruiz, K. C. (2023). *Estrés Encubierto: El síndrome silencioso que amenaza sin darnos cuenta*: Instituto del Estrés.
- Saavedra, & Ugaz, J. (2022). *Niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria en el retorno a la presencialidad en Colegio Nacional de JLO–Chiclayo, 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. <https://hdl.handle.net/20.500.12893/11335>
- Seth, A. (2023). *La Creación del Yo*: Sexto Piso Editorial.
- Supo, J., & Zacarías, H. (2020). *Metodología de la Investigación Científica: Para Las Ciencias de la Salud y Las Ciencias Sociales*. Ciudad De México: Amazon Digital Services LLC.

- Tesen, J. (2020). *Ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Chiclayo, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/18721>
- Töpf, J. (2020). *Psicología: La Conducta Humana*: Eudeba.
- Universidad Privada del Norte [UPN] (2024). *Código de ética para la investigación científica en UPN*. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/codigo-de-etica-para-la-investigacion-cientifica-en-upn.pdf>
- Zararri, G. (2022). *El fin de la ansiedad en niños y adolescentes: Cómo ayudar a tus hijos a gestionar los miedos, el estrés y la ansiedad*: VERGARA.
- Zung, W. W. K. (1971). A rating instrument for anxiety disorders. *Psychosomatics*, 12(6), 371–379. [https://doi.org/10.1016/S0033-3182\(71\)71479-0](https://doi.org/10.1016/S0033-3182(71)71479-0)