

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“ESTRÉS Y EL COMPROMISO ACADÉMICO, EN  
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA  
UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA  
METROPOLITANA, EN EL AÑO 2021”

Tesis para optar el título profesional de:

**Licenciada en Psicología**

**Autores:**

Yessenia Leisla Vizurraga Romero  
Veruska Alexandra Vargas Granizo

**Asesor:**

Mg. Lic. Eduardo Manuel Yopez Oliva  
<https://orcid.org/0000-0001-6778-9104>

Lima – Perú

**JURADO EVALUADOR**

|               |                              |                 |
|---------------|------------------------------|-----------------|
| Jurado 1      | TALLEDO SANCHEZ, KARIM ELISA | <b>43300453</b> |
| Presidente(a) | Nombre y Apellidos           | Nº DNI          |

|          |                                 |                 |
|----------|---------------------------------|-----------------|
| Jurado 2 | MENDOZA CANICELA, LADY STHEFANY | <b>46080409</b> |
|          | Nombre y Apellidos              | Nº DNI          |

|          |                        |                 |
|----------|------------------------|-----------------|
| Jurado 3 | ROA MEGGO, YSIS JUDITH | <b>40174394</b> |
|          | Nombre y Apellidos     | Nº DNI          |

## Informe de similitud

tesis

---

INFORME DE ORIGINALIDAD

---

0%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

---

FUENTES PRIMARIAS

---

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 100%

Excluir bibliografía

Activo

## **DEDICATORIA**

A Dios, nuestros padres y docentes, cuya dedicación es motivo de orgullo, gratitud y  
fuente de inspiración.

## AGRADECIMIENTO

A nuestros maestros y citando a Marrasé (2013) donde refiere:

“En tiempos como los actuales, en que la complejidad social y educativa son grandes y el desánimo y la impotencia se apoderan de algunos docentes, es reconfortante leer a un profesor de matemáticas que les dice a sus alumnos que lo primero es formarse como personas y después ya vendrá hacer de ellos futuros ingenieros o psicólogos, pero que hay que comenzar por lo más importante. Y lo más importante es que se interesen en primer lugar por lo humano, porque, si no se interesan por lo humano ¿cómo van a interesarse por las matemáticas? Si no les adiestramos en comprender sus propias emociones, en saber interpretar una mirada o un gesto, ¿cómo van a comprender una larga explicación? Que un buen profesor es ante todo un buen educador. Y que de nada sirve ser un buen especialista si no se cultiva paralelamente lo bueno y lo bello “.

Partiendo de esta cita, agradecemos y valoramos cada enseñanza y exigencia profesional puesta en cada aula, que nos permitieron un aprendizaje significativo; a su vez también agradecemos a nuestros compañeros, con quienes compartimos momentos gratos y aleccionadores; a nuestros familiares quienes con su apoyo y comprensión permitieron culminar esta etapa de nuestra vida y asumir nuevos retos y desafíos en el camino de nuestra profesión y por último a nosotras, por esa valentía, persistencia, paciencia y capacidad de resiliencia que hemos podido adquirir y mejorar en estos años.

**Tabla de contenido**

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| JURADO EVALUADOR                      | 2  |
| INFORME DE SIMILITUD                  | 3  |
| DEDICATORIA                           | 4  |
| AGRADECIMIENTO                        | 5  |
| TABLA DE CONTENIDO                    | 6  |
| ÍNDICE DE TABLAS                      | 7  |
| RESUMEN                               | 8  |
| CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN              | 9  |
| <b>1.1. Realidad problemática</b>     | 9  |
| <b>1.2. Formulación del problema</b>  | 23 |
| <b>1.3. Objetivos</b>                 | 23 |
| CAPÍTULO II: METODOLOGÍA              | 25 |
| CAPÍTULO III: RESULTADOS              | 31 |
| CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES | 38 |
| REFERENCIAS                           | 42 |
| ANEXOS                                | 50 |

**ÍNDICE DE TABLAS**

|   |    |
|---|----|
| <b>Tabla 1.</b> <i>Descripción de los niveles de estrés y compromiso académico de los estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.</i> | 30 |
| <b>Tabla 2.</b> <i>Distribución de niveles del estrés</i>   | 30 |
| <b>Tabla 3.</b> <i>Distribución de niveles de la dimensión eustrés</i>  | 31 |
| <b>Tabla 4.</b> <i>Distribución de niveles de la dimensión distrés</i>  | 31 |
| <b>Tabla 5.</b> <i>Distribución de niveles del compromiso académico</i>   | 32 |
| <b>Tabla 6.</b> <i>Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov de las variables y dimensiones</i>  | 33 |
| <b>Tabla 7.</b> <i>Relación del estrés y compromiso académico</i>   | 34 |
| <b>Tabla 8.</b> <i>Relación de la dimensión eustrés y el compromiso académico</i>   | 35 |
| <b>Tabla 9.</b> <i>Relación de la dimensión distrés y el compromiso académico</i>   | 36 |

## RESUMEN

La presente investigación titulada “Estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021”, tiene como objetivo determinar la relación entre el estrés y el compromiso académico en universitarios de la carrera de la Psicología en una Universidad Privada de Lima Metropolitana. La metodología usada es de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, corte transversal y de alcance descriptivo correlacional. La muestra de estudio estuvo conformada por 194 estudiantes de la carrera de Psicología. La técnica usada fue la encuesta y los instrumentos fueron: Escala de Percepción Global de Estrés y la Escala de Compromiso académico. Los resultados encontrados muestran que existe una relación significativa e inversa con fuerza de correlación moderada entre el Estrés y el Compromiso Académico ( $Rho=-0.526$ ;  $p<0.00$ ), esto quiere decir que, a mayor estrés, menor nivel en compromiso académico. Se concluye que existe relación inversa entre el estrés y el compromiso académico, por lo que, un adecuado manejo del estrés, podrá favorecer al compromiso de las actividades académicas.

**PALABRAS CLAVES:** Estrés, compromiso académico, estudiantes universitarios.

## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

La vida universitaria para los jóvenes, a diario pasa por una serie de procesos en donde deben adaptarse como parte de su desarrollo, estos cambios pueden generar un efecto de estrés que el estudiante experimenta; aunque sea solo de manera transitoria, así como a una falta de control y baja adaptación a situaciones nuevas, ya que esto conlleva a que asuman nuevos retos y demandas necesarias que le permitan lidiar con el estrés, denominado como el estrés académico (Pacheco, 2017). Según Barraza (2008) el ingreso, la permanencia y el egreso de un estudiante, es parte del proceso en su formación estudiantil, lo cual representa una carga de estrés en el estudiante. En la adolescencia los jóvenes experimentan y pasan por diversos cambios y estos se manifiestan junto a sus compañeros una situación de estrés y más cuando se hallan en periodos de exposición o evaluación, siendo esta de interés social.

La Organización Mundial de la Salud OMS (2020) decretó de manera oficial que el contagio por el virus del COVID-19 subió a la escala de pandemia mundial, lo cual generó una serie de cambios a nivel global en donde cada nación paso por un proceso de adaptación. Debido a ello, se generaron una serie de medidas como el encierro o aislamiento social, cuyos efectos vienen dejando secuelas en la salud mental de los individuos. Entre las áreas con mayor afección son: la salud, ya se cuentan por miles las defunciones y por millones los contagios en todo el mundo; la economía, donde el daño no ha sido menor: las pérdidas de millones de puestos de trabajo, cierre temporal o definitivo de empresas de todos los tamaños y endeudamiento. Por último, el sector educativo con la afectación de estudiantes de todos los niveles educativos, instituciones y universidades.

En la misma línea, en el ámbito educativo la pandemia ha afectado a más de 17 millones de estudiantes y a 80 millones de docentes, señalado en el informe de Patricia

Aldama; directora de OEI-México, durante la inauguración el 03 de septiembre del año 2020, del Ciclo de Iberoamericano de Encuentros de Especialistas que analizan la situación de la pandemia en el sector educación (Citado en González, 2020). La repentina suspensión de clases presenciales tomó de sorpresa a todos: autoridades educativas, padres de familia, docentes y alumnos quienes, ante el inimaginable escenario y la repentina decisión de llevar a distancia los programas y estudios educativos, comprobaron que la magnitud de la tarea desafiaba los recursos disponibles, físicos, tecnológicos y humanos, generando ansiedad y estrés en un escenario nuevo de incertidumbre, miedo al contagio y preocupación por lo que vendrá en el futuro cercano.

La percepción del estudiante sobre su capacidad para enfrentar favorablemente las demandas y exigencias académicas, pueden alterar sus pensamientos, emociones negativas, afectación física como sueño, dolor de cabeza, ansiedad, desconcentración, desorganización y problemas de adaptación. Se halla una relación proporcional entre el autoconcepto académico y la susceptibilidad al estrés. En esta investigación que se realizó con estudiantes mexicanos, se halló que la fuente más representativa de estrés académico en estudiantes está relacionada con las calificaciones, más que con la obtención del reconocimiento. Es por ello, que en el periodo de exámenes es cuando se registran los índices más altos de inestabilidad emocional y repentinas enfermedades. Por otro lado, se encuentran en menor grado como estresores la habilidad para solucionar problemas, la tolerancia a la frustración o a las exigencias de tiempo y esfuerzo de las asignaturas y de los docentes (Fernández y Luévano, 2018).

Jerez y Oyarzo (2015) Refieren que las exigencias a las cuales los estudiantes se ven enfrentados, suele ser una experiencia causante de índices de estrés. Mediante su investigación realizada, identificaron que los factores estresores más recurrentes en los estudiantes son las evaluaciones dadas por los docentes, las tareas académicas, la sobrecarga

de actividades, el tiempo limitado para la entrega de estos y el poco tiempo que ellos consideran que pueden dedicar a sus tiempos de actividades sociales y ocio. Donde un 98,4% señala haber presentado estrés académico durante el semestre, señalando la mayoría (85%) niveles altos (3, 4 y 5) de estrés académico, existiendo diferencia entre géneros, debido que el 96,24% de las mujeres presentan niveles elevados de estrés en relación a un 88,57% en los hombres.

En el caso del compromiso académico, autores como Schaufeli y Bakker (2002) quienes definieron el compromiso académico como un estado placentero positivo y satisfactorio que implica parte de los estudios de todo adolescente; cuyo estado es persistente y generalizado, puesto que no se concentra en ningún acontecimiento en particular. Por otro lado, Parra y Pérez (2010) afirman que el compromiso académico y el bienestar que presenta el estudiante, influyen positiva y significativamente en su desempeño académico en general.

Castillo y Cutipé (2019) señalan que la cifra de estrés podría crecer en proporción a la exigencia académica de la Universidad. Según una declaración pública que realizó Orestes Cachay, quien es el rector de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, la población universitaria de dicha institución superior tendría hasta más de 30% de sus estudiantes universitarios con algún tipo de afectación en la salud mental, por lo que también refiere que, si es una Universidad de baja exigencia académica, probablemente el estrés pueda ser leve.

En tanto, el Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI (2017), confirmó que se encontró hallazgos de 1'279,738 estudiantes universitarios matriculados, mientras que la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU, 2017) registro a 1'284,252 universitarios, donde 314,029 se encontraron en universidades públicas y 970,223 en privadas. Cabe mencionar, que actualmente hay 91 universidades con licenciamiento y 2 escuelas de posgrado, de un total de 143 universidades que existen en el país (SUNEDU,

2020). Por lo tanto, esta información, nos lleva a la conclusión de que existen varias universidades que tienen una mala y precaria calidad de enseñanza, por ello la negación del licenciamiento por parte de la SUNEDU. En la presente investigación la recolección de datos fue hecha en un centro de formación superior académica licenciada.

En cuanto a la *justificación de la investigación*, se divide en tres aspectos importantes:

Desde el punto de vista *teórico*, el presente estudio pretende organizar, sistematizar y construir el conocimiento obtenido en los estudios teóricos relacionados con el estrés y su relación con el compromiso académico, buscando información confiable aceptada como fuente primaria de información en libros, artículos científicos y tesis. De este modo, los hallazgos obtenidos podrán contribuir a la comunidad científica en base a los resultados, para que sean de utilidad para futuros estudios similares en la realidad de nuestro país y en base a las interrogantes planteadas (Sabaj y Landea, 2012).

Por consiguiente teniendo en cuenta el punto de vista *práctico*, desde esta perspectiva, se plantea el conocimiento pertinente del problema, a saber, las dos variables ampliamente desarrolladas del estrés y el compromiso académico constituye uno de los problemas más comunes en el ámbito académico universitario durante la vida de los estudiantes. Por esta razón, es importante evaluar el estado psicoemocional de los estudiantes universitarios, pues a partir de los hallazgos es oportuno detectar y fomentar alternativas de solución a esas problemáticas, se pueden realizar seminarios y charlas de promoción preventiva sobre cómo aumentar el compromiso académico y reducir posibles situaciones de alto estrés, en las evaluaciones de los estudiantes (Sabaj y Landea, 2012).

Por otro lado, viéndolo desde el punto de vista *metodológico* es importante considerar la creación de instrumentos que puedan medir estas variables en nuestro medio,

contando con ítems orientados a la realidad peruana. Los hallazgos ponen en foco la importancia de explorar estas variables a favor de solucionar una problemática que se evidencia en los estudiantes, pero que tranquilamente podría verse representada en cualquier otro contexto debido a las exigencias que el mundo educativo actualmente presenta.

Dentro del contexto del estudio, se cruzaron diferentes áreas de investigación en buscadores virtuales y repositorios institucionales para determinar el contexto más adecuado a las preguntas planteadas. En este sentido, se han seleccionado los siguientes contextos a nivel internacional y nacional:

Álvarez, et al. (2021) planteo una investigación con el objetivo de analizar la incidencia que el compromiso académico tiene en las creencias de autoeficacia y en las expectativas de rendimiento en universitarios. El método de estudio corresponde a una investigación de diseño no experimental, alcance correlacional en la cual dicha muestra la constituyen 502 alumnos de primer y segundo curso de los grados ofertados por la Facultad de Educación de la ULL, quienes fueron evaluados mediante la escala de compromiso académico Utrech Work Engagement Scale-UWES-17, con el propósito de valorar las expectativas de rendimiento académico, se preguntó qué calificaciones esperaban obtener al final del primer semestre. Entre los resultados se obtuvo que, los estudiantes que tenían mucha confianza en lograr buenas calificaciones, ellos obtuvieron puntajes más altos en la escala de compromiso académico. La influencia de este parámetro en los logros de los estudiantes universitarios abre importantes direcciones de acción en la educación superior para así poder lograr un mayor nivel de adaptación, resiliencia y éxito en el aprendizaje.

Piovano et. al, (2020) Esta investigación propone determinar la relación que existe entre las competencias socioemocionales, las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de nivel superior. El método de estudio corresponde a una

investigación de diseño no experimental, alcance correlacional, la muestra estuvo conformada por 517 alumnos. Los datos fueron extraídos a través de un cuestionario sociodemográfico, el inventario de competencias socioemocionales para adultos (ICSE), la escala multiaxial de afrontamiento estratégico (SACS) y la escala de autoeficacia para el rendimiento (EAR). Entre los principales resultados, se verifica que las competencias socioemocionales se vinculan con las estrategias de afrontamiento, a su vez también se observaron asociaciones significativas entre el comportamiento agresivo prosocial y antisocial; expresión emocional y búsqueda de apoyo social; y conciencia emocional y evitación. En cuanto al género, se observaron diferencias significativas, siendo las mujeres que puntuaron más alto que los hombres en cuanto a expresión emocional y pro sociales, mientras que los hombres puntuaron más alto que las mujeres en regulación emocional. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, los hombres presentaron niveles más altos de comportamiento antisocial agresivo y comportamiento cauteloso que las mujeres, pero las mujeres puntuaron más alto en la búsqueda de apoyo social. En cuanto al nivel educativo, se observa una mayor conducta de evitación e instintiva en los niveles educativos superiores. Por lo que se puede concluir que los estudiantes presentan asociación entre algunas características socioemocionales en relación a las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico.

Pérez et. al, (2019) quienes investigaron sobre el estrés académico percibido por los estudiantes de las ciencias de la salud, cómo les afecta y qué mecanismos emplean para poder afrontarlos. La muestra estuvo constituida por 73 estudiantes, que representa aproximadamente el 16% de la población total. Para el estudio se aplicó el instrumento validado de Barraza Macías. Los resultados mostraron que el 76,7% de los estudiantes tenían entre 18 y 21 años y eran mujeres; El 82,2% negó alguna enfermedad. Los estresores se dividieron en tres categorías: los relacionados con los cursos teóricos, la práctica clínica y los estresores externos. En los cursos teóricos, los estudiantes se sienten estresados por la carga

de trabajo y por el largo tiempo de estudio. En la práctica clínica, la personalidad y la responsabilidad profesional de los docentes se trasladaron en un 29% y un 42%, respectivamente, a la práctica de la puntualidad, no poder llegar a utilizar el transporte público y el miedo a equivocarse se relacionó con la personalidad de los docentes. Estresores personales: falta de tiempo para descansar, el no poder cumplir con las obligaciones familiares. Las reacciones psicológicas incluyen angustia, ansiedad y desesperanza. Las reacciones físicas más comunes son dolor de cabeza y fatiga crónica. Las respuestas conductuales incluyen aversión y cambios en los hábitos alimenticios. Por lo tanto se puede concluir que los mecanismos de afrontamiento más elegidos son el análisis de problemas, la búsqueda de soluciones y la práctica de creencias religiosas.

Vallejo, et al., (2018), quienes investigaron, el estrés percibido, burnout y engagement. El estudio conto con una muestra de 409 participantes de tres titulaciones diferentes. El método utilizado es de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y alcance correlacional. Los resultados obtenidos mostraron que los encuestados reportaron ineficacia, agotamiento y estrés percibido en el ámbito académico, pero al mismo tiempo se sintieron orgullosos, útiles y mostraron compromiso con sus estudios. Los niveles de estas variables muestran diferencias por sexo (t-Student) y grado de finalización (ANOVA-Tukey). Por otro lado, el análisis de regresión (paso a paso) indicó que el agotamiento, la inadecuación, la vitalidad y el género fueron factores explicativos del estrés percibido por los universitarios, explicando el 35,4% de la varianza. Entre ellos, el agotamiento fue un factor que dio un alto grado de explicación (23,5%). Cabe decir que, los modelos de predicción obtenidos diferían entre hombres y mujeres. Las conclusiones extraídas pueden ser útiles a favor del desarrollo de programas educativos dirigidos a mejorar la salud mental de los estudiantes universitarios.

Pantoja (2022), planteo en su estudio con el objetivo de determinar la relación entre el bienestar general, el compromiso académico y el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima metropolitana en el año 2021. La muestra se conformó por 344 estudiantes universitarios de distintas carreras. La investigación es de diseño no experimental de tipo correlacional-causal. Se empleó la ficha de datos sociodemográficos, el índice de bienestar general (who-5), la Escala de engagement académico (uwes-9s) y el Inventario SISCO de estrés académico. Dentro de sus principales hallazgos obtenidos concluyo que existe relación estadísticamente significativa entre el bienestar general, el compromiso académico y el estrés académico, a su vez se reporta diferencia entre las variables de estudio y el año de estudios. Finalmente se concluye que el compromiso académico es el que más influye en el bienestar general.

Vigo y Chávez (2019) mediante su investigación en universitarios de Chachapoyas- Amazonas, lograron determinar los niveles de estrés académico, dicha muestra estuvo conformada por 92 estudiantes de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, se aplicó una encuesta para medir el nivel de estrés académico. Los resultados obtenidos mostraron que el 44.56%, tiene estrategias de afrontamiento de estrés medianamente bajo, mientras que el 4.34% medianamente alto. También se halló que el 36.95%, presenta síntomas de estrés medianamente bajo y el 1.08% presenta alta sintomatología de estrés. Además, el 35.86%, presenta dimensiones de estresores medianamente bajo y el 2.17% presenta altos índices de estresores. Concluyendo que el estrés académico en la dimensión afrontamiento y síntomas tiene un nivel medianamente bajo y en la dimensión estresores tiene un nivel medio.

Alcántara (2019), quien desarrollo su estudio con el propósito de explorar la relación que existe entre el Compromiso Académico con Estrés Académico y Bienestar, en una

muestra de 50 estudiantes de nacionalidad peruana de alto rendimiento de una universidad privada de Lima Metropolitana. Para medir el Compromiso académico se utilizó la escala UWESS-9, para el Estrés Académico el cuestionario SISCO y para el Bienestar las escalas SPANE y Florecimiento (Diener, et al., 2010). La selección de los participantes se realizó a través del método bola de nieve y la aplicación fue individual. Los resultados mostraron una alta correlación positiva entre el Compromiso Académico y el Florecimiento ( $r=.59$ ,  $p<.01$ ) y una alta correlación negativa entre intensidad del Estrés y el Compromiso ( $r=-.51$ ,  $p<.01$ ). De los síntomas, solo se encontraron correlaciones negativas con los síntomas físicos y comportamentales. Por otro lado, el análisis de regresión indicó que niveles más altos de florecimiento y niveles más bajos estrés predice un mayor nivel de compromiso académico. Asimismo, el 100% de los participantes reportaron haber experimentado estrés con una intensidad medianamente alta durante el ciclo académico, pero también mostraron una tendencia a experimentar altos niveles de bienestar. Con base en los hallazgos del estudio se concluyó que los estudiantes que participaron se sienten realizados y que a pesar de sus altos niveles de estrés se sienten comprometidos y pueden mantener su rendimiento académico. Además, el compromiso está fuertemente determinado por el florecimiento y por la intensidad del estrés.

Fernández (2018), quien hizo su estudio con el objetivo de la presente investigación la cual fue conocer la relación que existe entre el estrés académico y compromiso académico, en un grupo de estudiantes universitarios de la carrera de psicología del tercer y duodécimo ciclo. En esta investigación se contó con la participación de un total de 200 estudiantes (Hombres =37%, Mujeres =63%), cuyas edades fluctuaron entre los 18 y 42 años ( $M= 21.40$ ;  $DE = .484$ ). Para la recopilación de datos e información se utilizó una ficha sociodemográfica, el Inventario SISCO del estrés académico y Utrecht Work Engagement Student – Scale. En cuanto a los resultados, se encontró que a mayor frecuencia con que se presentan los síntomas

o reacciones al estímulo estresor, menor serán los niveles en los tres factores de la escala de Compromiso Académico. Por otro lado, se halló que a mayor frecuencia en la que las demandas del aula de clase son valoradas como estímulos estresores, menor será los niveles en cuanto a los factores de vigor y dedicación, mientras que a mayor frecuencia en la que las demandas del ambiente fuera del aula de clase son valoradas como estímulos estresores, menor serán los factores de vigor y absorción. Por último, referente la escala de compromiso académico, se encontró que, a mayor vigor, existe una mayor absorción.

En relación a las *bases teóricas* del trabajo, se puede establecer a través de la búsqueda de información los principales conceptos y teorías representativas de las variables de estudio, los cuales son:

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) define el estrés como un conjunto de respuestas corporales que anticipan y preparan al organismo para la acción. Asimismo, el estrés también se define y conoce como una respuesta fisiológica a un estímulo físico o emocional complejo experimentado debido a la respuesta de defensa del cuerpo. A medida que continúa la respuesta de defensa, el organismo se siente estresado y con el tiempo puede desencadenar una determinada enfermedad o problema de salud (Ávila, 2014).

Además, el estrés significa reaccionar ante demandas, oportunidades u limitaciones, y experimentarlas no es tan agradable. El estrés puede darse cuando pasamos por cambios inesperados e inusuales y están en un nivel alto, cuando el cambio y una crisis importante de la vida se suscita al mismo tiempo, o cuando comienza un período crítico de crecimiento, como la adolescencia (Sarason y Sarason, 2006).

Sandín (2003) por su parte menciona que el estrés está relacionado con las amenazas sociales, que son más simbólicas que físicas y muchas veces derivan en una reacción física. En este sentido, argumenta que, desde el punto de vista social, el organismo no cuenta con los

recursos para combatir la amenaza, por lo que debe estar fisiológicamente preparado para atender sus demandas, pero en un estado de vigilancia que se mantiene durante mucho tiempo sin tomar acción, puede causar problemas para el cuerpo. Como resultado, las personas que no pueden controlar el estrés social y psicológico desarrollan diversos problemas que pueden perjudicar su salud.

Cabe mencionar que el estrés no siempre es dañino y sobrevivir al estrés de estímulos ambientales, físicos o psicológicos es importante y necesario, ya que permiten a que el cuerpo utilice mecanismos de autorregulación y de esa forma mantener la energía interna y el equilibrio emocional (Herrera et al., 2017).

Los estudiantes también experimentan estrés en el ambiente académico y más aquellos relacionados con las actividades académicas. Las exigencias internas y externas en las actividades académicas generan estrés (Alfonso et al., 2015).

Los factores que generan estrés entre los estudiantes universitarios son multifacéticos e incluyen nuevos retos y desafíos académicos, condiciones sociales, económicas, familiares, culturales e institucionales. Asimismo, las experiencias suelen provocar problemas físicos (tensión muscular, trastornos del sueño, fatiga, problemas digestivos, etc.) conductuales (aislamiento, desgana, consumo de sustancias psicoactivas, ausentismo, etc.) y psicológicos (ansiedad, depresión, trastornos, negatividad reiterada) pensamientos, etc) (Suárez y Díaz, 2015).

Además, para enfatizar las clasificaciones del estrés dadas por algunos autores, son eustrés (estrés positivo) y distrés (estrés negativo): el distrés se define como un estrés intenso debido a una estimulación excesiva que provoca y lleva a la ansiedad. Se elimina la armonía física y mental, lo cual esto dificulta responder adecuadamente a los acontecimientos cotidianos. Asimismo, Eustrés se refiere a las condiciones en las que la salud física y la salud

mental óptimas favorecen el desarrollo físico y el logro de todo el potencial. El eustrés se asocia a la paz mental y al buen estado físico (Naranjo, 2009).

Naranjo (2009) menciona que cuando el cuerpo reacciona de manera armónica, natural y sin consecuencias, es por las correctas adaptaciones fisiológicas de la persona. Esto se llama estrés virtuoso. Por el contrario, la angustia se experimenta cuando las necesidades son fuertes y persistentes, agradables o desagradables, excesivas y más allá de la capacidad de respuesta, resistencia y adaptación de la persona.

Además, los autores explican que el estrés virtuoso crea felicidad y es todo lo que un individuo puede y quiere hacer de acuerdo a sí mismo, el entorno, sus habilidades y recursos adaptativos, y es el estrés de la satisfacción (por ejemplo, felicidad, éxito percibido, emocional, social, pacífico, creador, etc.), motivación, estímulo, generador de bienestar, prosperidad o equilibrio. Por otro lado, el asco, el dolor, lidiar con el arrepentimiento, se contradice a sí mismo, contradice el contexto y la adaptabilidad. Algunos ejemplos son fracaso, tristeza, malas noticias, enfermedad, etc. Todo crea desequilibrios y problemas de ajuste. Pero la forma en que se perciben e interpretan los hechos es sumamente importante, porque para uno significa que el estrés es malo, para otro significa que el estrés es bueno, es decir, no es importante lo que sucede, lo que importa es lo que se percibe (Naranjo, 2009).

El estrés puede provenir de varios factores diferentes, pero hay dos fuentes principales. Primero identifique las fuentes de estrés de situaciones externas como el entorno social, la familia, el trabajo y la escuela. En segundo lugar, la misma persona crea estrés debido a su personalidad y la singularidad de su enfoque y soluciones a los problemas (Naranjo, 2009).

El estrés según Luceño et al. (2004), es causada por factores psicosociales que aseguran altas exigencias sobre eventos y circunstancias, pobre procesamiento de eventos,

falta de libertad en la toma de decisiones, bajo apoyo social y alto esfuerzo sin resultados significativos. También mencionan que la depresión y el abuso de sustancias, así como otros trastornos mentales, pueden provocar estrés crónico.

En relación a la teoría del Estrés percibido, se puede señalar que el instrumento a utilizar será la escala PSS (Perceived Stress Scale) mide la evaluación de una persona sobre el estrés experimentado en diversas situaciones de la vida durante el último mes (Cohen et al., 1993).

Según Larzabal y Ramos (2019), La Escala de Estrés Percibido fue creada con base en el Modelo Transaccional de Lazarus y Folkman para medir el grado en que las personas perciben eventos de la vida o eventos como estresantes. De igual forma, Remor (2006) afirma que la escala evalúa en qué medida las personas perciben situaciones de la vida como impredecibles, amenazantes o fuera de su control, que constituyen aspectos de estrés.

El estrés como producto de la inhibición de relaciones sociales, según Sandín (2002) Menciona que lidiar con diversas situaciones en la sociedad puede generar altos niveles de estrés que perjudican la salud, las condiciones óptimas de vida y la longevidad. Además, hace hincapié en que las capacidades y habilidades de los individuos para hacer frente a los eventos sociales son diferentes, pero no todos son capaces de controlar las emociones y comportamientos que generan, ni están motivados o involucrados personalmente en una situación determinada de manera similar. Por lo tanto, es primordial e importante entender el estrés a nivel colectivo, ya que los individuos también pueden enfrentar y atravesar problemas por la influencia de organizaciones como la sociedad, la familia, la academia, etc., que desarrollan y fortalecen las habilidades y competencias básicas relacionadas con ellos demandas sociales.

En relación al estrés como producto de situaciones de incertidumbre, se define como un estado de incredulidad de que se producirán los resultados esperados, lo cual esto afecta la motivación para alcanzar las metas. También se define como la duda basada en la introspección sobre si el conocimiento es verdadero. Por otro lado, se ha comprobado que vivir en situaciones de alta incertidumbre puede acarrear consecuencias fisiológicas y psicológicas negativas, como estrés, depresión, ansiedad, que a la larga reducen la calidad de vida (Taberner et al., 2014).

En cuanto a la variable Compromiso académico o engagement es parte del desempeño de un estudiante en un ambiente académico, por lo que el engagement se caracteriza por la energía, el compromiso y la eficacia, es decir, se refiere a la conexión, la pasión, el compromiso, el entusiasmo, el esfuerzo y la energía asociados a lo que es la persona (Casuso, 2011).

Además, Schaufeli, et al, (2002), refiere que el compromiso académico se refiere a un estado mental sostenido positivo y emocionalmente cognitivo que no está preocupado por un objeto, situación o evento específico y se caracteriza por tres dimensiones: Vitalidad caracterizada por altos niveles de energía y un estado mental flexible, mientras aprende y la disposición y capacidad de invertir o usar energía, tiempo y persistencia en el aprendizaje a pesar de los obstáculos; Dedicación caracterizada por emociones significativas, entusiasmo, inspiración, orgullo y desafío relacionados con el campo académico; y Absorción caracterizada por estudiantes completamente enfocados y felizmente inmersos en lo que están haciendo, el tiempo pasa rápidamente y uno se siente realizado en lo que está haciendo. Por ello, el compromiso académico es un constructo motivacional porque tiene componentes de activación, energía, esfuerzo y persistencia dirigidos al logro de metas.

De manera similar, el compromiso académico está relacionado con el tiempo y el esfuerzo que los estudiantes le dedican a las actividades educativas dentro y fuera del aula, así como con las políticas y prácticas institucionales que alientan a los estudiantes a participar en los diversos programas y servicios que se ofrecen para mantener a los estudiantes conectados socialmente con su entorno (contexto universitario) y la integración académica afecta el nivel de compromiso académico que desarrollan durante la universidad y la probabilidad de graduarse (Braxton, et al, 2000).

## **1.2. Formulación del problema**

### **Pregunta general**

¿Qué relación existe entre el estrés y el compromiso académico, en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, en el año 2021?

### **Preguntas Específicas:**

1. ¿Qué relación existe entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021?
2. ¿Qué relación existe entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1 Objetivo General**

Determinar la relación existente entre el estrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

### 1.3.2 Objetivos Específicos

1. Determinar la relación existente entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.
2. Determinar la relación existente entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

## 1.4. Hipótesis

### 1.4.1. Hipótesis general

**H1:** Existe relación entre el estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

**H0:** No existe relación entre el estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

### 1.4.2. Hipótesis específicas

1. Existe relación entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.
2. Existe relación entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

## CAPÍTULO II: METODOLOGIA

### 2.1. Tipo de investigación

El enfoque fue cuantitativo, en donde a través del uso de cuestionarios se evaluaron las variables y se tomó la prueba de hipótesis. Para Hernández et al., (2014) los estudios de características cuantitativas están basados en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teoría.

El diseño fue el no experimental, puesto que no se realizó ningún tipo de manipulación de muestra, sólo se hizo el recojo de la información y observación del fenómeno para un posterior análisis (Hernández, et al., 2014).

El corte de investigación fue transaccional, debido a que se recogió los datos en un momento en el tiempo y no se volverán a realizar ninguna otra toma de muestra posterior (Hernández, et al., 2014).

El alcance del estudio fue correlacional, debido a que se tiene como objetivo determinar la evidencia de relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular (Hernández, et al., 2014).

### 2.1. Población y muestra

#### 2.2.1. Población

Según Hernández et al. (2014) una población es el conjunto de casos tomados para un estudio que se encuentran dentro de un mismo contexto. Se contó con una población aproximada de 388 estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana.

### 2.2.2. Muestra

La muestra es un subconjunto de una población determinada, puesto que simboliza las características propias de la población de estudio (Valderrama, 2014). La muestra estuvo compuesta por 194 estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. Para calcular el tamaño muestral se usó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{NZ^2 P (1 - P)}{(N - 1)E^2 + Z^2 P (1 - P)}$$

**Dónde:**

Tamaño de la muestra (n) = 194

Total, de la población (N) = 388

Error máximo permitido (E) = 0.05

Margen de confiabilidad (Z) = 1.96

### 2.2.3. Muestreo

La técnica desarrollada en la presente investigación es la del muestreo probabilístico aleatorio, esto quiere decir que todos los elementos de la población tuvieron la misma probabilidad de ser elegidos (Hernández et al., 2014).

## 2.3 Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

### 2.3.1. Técnica de recolección de datos

Se hizo uso de la técnica de la encuesta, según Hernández et al., (2014) afirman que la encuesta representa un método de recolección de información a través de preguntas previamente establecidas, conforma a la problemática o tema de investigación abordado.

### **2.3.2. Instrumentos de recolección de datos**

Para el estudio se hizo uso de instrumentos de medición, los cuales fueron denominados cuestionarios, quien Tamayo (2008) menciona que son instrumentos que permiten obtener información relevante acerca del fenómeno, elementos esenciales que ayudan a precisar e indagar sobre el objetivo de investigación.

#### **Escala de Percepción Global de Estrés**

##### **Características de la prueba**

Sera medida a través de la Escala Perceived Stress Scale (PSS), la cual lleva por autoría a Cohen et al., (1983), adaptada a nuestra realidad nacional por Guzmán y Reyes (2018). La prueba tiene como propósito evaluar los niveles de estrés percibido en una población estudiantil de 18 a 30 años. La prueba está compuesta por 13 ítems y es de naturaleza ordinal, la cual es una escala tipo Likert, la escala presenta la siguiente forma de respuesta: Nunca = 0, Casi nunca = 1, Casi siempre = 2, Siempre = 3.

##### **Confiabilidad y validez**

La prueba fue adaptada al contexto peruano por Guzmán-Yacaman y Reyes (2018), quienes aplicaron el método de consistencia interna utilizando un coeficiente Alfa Cronbach, la EPGE que el modelo de 13 ítems poseía cargas factoriales estandarizadas para el factor de estrés positivo y que fluctuaron entre 0.45 y 0.75; mientras que, las del estrés negativo fluctuaron entre 0.36 y 0.72 siendo adecuada para una estructura bifactorial, con respecto a la validez de la prueba. En tanto, en la confiabilidad se obtuvieron valores oscilantes a 0.81, lo cual hace de la prueba fiable para su réplica en otras investigaciones.

## **Escala de Compromiso académico**

### **Características de la prueba**

El constructo, fue medido a través de la Escala de compromiso académico (Utrecht Word engagementScale – Student), creada por Schaufeli y Bakker (2003), adaptada en nuestra realidad nacional por Alcántara López, Keytha (2019). Esta prueba tiene por objetivo, evaluar el compromiso académico en una población estudiantil de 18 a 27 años. La prueba está compuesta por 9 ítems, en cuanto a la naturaleza esta es de tipo ordinal y es una escala tipo Likert, para la forma de cómo responder a la prueba esta presento los siguientes indicadores: Nunca = 0, Casi nunca= 1, Algunas veces = 2, Regularmente = 3, Bastantes veces=4, Casi siempre=5, Siempre=6.

### **Confiabilidad y validez**

En cuanto a la variable Compromiso Académico, analizada por Alcántara (2019), en la cual evaluaron una muestra conformada por 50 universitarios de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en donde se obtuvieron los siguientes resultados y determinando la confiabilidad de las puntuaciones obtenidas a través de la prueba de alfa crombach, en donde se obtuvo un valor general de 0.82, para la escala general de la prueba y para las subescalas vigor- absorción (0.83) y dedicación (0,73), valores que lo hacen fiable al constructo. En tanto, la validez fue evaluado a través del método ítem-retest, en donde se apreció una validez de constructo con valores oscilantes entre 0.75 al 0.85, los cuales hacen aceptables al instrumento de evaluación

### **2.4. Procedimiento**

Para la recopilación de los datos se realizó el contacto necesario con los estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, a través de

grupos de estudio en Facebook y whatsapp, en donde se les contacto y llevaron a cabo las evaluaciones.

Luego de recibir la autorización por parte de los estudiantes, se procedió a enviar a Enlace de Google Forms, en donde se encontraron los cuestionarios de manera virtual. En la se halló el objetivo principal del estudio y los cuestionarios: la Escala de Percepción Global de Estrés, Instrumento de Compromiso académico y una ficha de datos sociodemográficos.

Por último, se realizaron las correcciones de las pruebas, depurando aquellas que no cumplan con las normas de calificación estipuladas por los manuales respectivos. Con ello, se procedió al traslado de la información a una base de datos en Excel, para su posterior análisis.

## **2.5. Procedimiento del análisis de datos**

El análisis estadístico fue a través del programa SPSS v.24, en donde se realizó el análisis descriptivo e inferencial de las variables estrés y compromiso académico. En el análisis descriptivo de las variables, fue según su naturaleza, en donde se hizo uso de frecuencias, porcentajes, así como el análisis de normalidad mediante la prueba de kolmogorov Smirnov. El análisis inferencial, para determinar la relación entre el estrés y compromiso académico, se usó la prueba de Rho Spearman.

## **2.6. Aspectos éticos**

Se contó con la aprobación del comité de ética universitario de la Universidad Privada del Norte, se cumplió con las indicaciones y normativas APA 7ma edición. Se cumplió con el respeto de la confidencialidad y política de protección de datos. Se explicó a los participantes sobre la finalidad y del uso que se dará a la información resultante. Asimismo, los datos de los participantes serán accesibles sólo para el investigador. Se brindó el consentimiento informado para la participación del estudio. Se respetó la privacidad y derecho de los sujetos, que participan en el estudio, a elegir el tiempo, las circunstancias y la

cantidad de información a compartir. No existieron formas de discriminación en el grupo de participantes al estudio en cuanto a sexo, grupo étnico o por condición social, en sintonía con los criterios de elegibilidad desarrollados en la investigación.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

En este capítulo se da a conocer los resultados obtenidos de la presente investigación, analizado de forma descriptiva e inferencial, las variables estrés y compromiso académico en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

#### 3.1. Análisis descriptivo

**Tabla 1**

*Descripción de los niveles de estrés y compromiso académico de los estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.*

|                      | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------|------------|------------|
| Estrés               |            |            |
| Bajo                 | 91         | 46,9       |
| Moderado             | 73         | 37,6       |
| Alto                 | 30         | 15,5       |
| Compromiso académico |            |            |
| Bajo                 | 18         | 9,3        |
| Moderado             | 63         | 32,5       |
| Alto                 | 113        | 58,2       |

*Elaboración propia*

En la tabla 1, se aprecia que el 46,9% de los estudiantes evaluados presenta un nivel de estrés bajo, seguido del 37,6% con un nivel moderado y un 15,5% con un nivel alto. En tanto, para el compromiso académico, se aprecia que el 58,2% presenta un nivel alto, el 32,5 un nivel moderado y por último el 9,3% un nivel bajo.

**Tabla 2**

*Distribución de niveles del estrés*

|          | Frecuencia | Porcentaje |
|----------|------------|------------|
| Bajo     | 91         | 46,9       |
| Moderado | 73         | 37,6       |
| Alto     | 30         | 15,5       |

*Elaboración propia*

Como se observa en la tabla 2, se mide el nivel del estrés en los estudiantes evaluados, donde se observa que de los 194 estudiantes 46,9% posee un nivel bajo, el 37,7% un nivel moderado, el 15,5% un nivel alto. Por lo que se puede apreciar que los estudiantes evaluados poseen un nivel bajo en un mayor porcentaje.

**Tabla 3**

*Distribución de niveles de la dimensión eustrés*

|          | Frecuencia | Porcentaje |
|----------|------------|------------|
| Bajo     | 8          | 4          |
| Moderado | 89         | 46         |
| Alto     | 97         | 50         |

*Elaboración propia*

Como se observa en la tabla 3, se mide el nivel de la dimensión eustrés en los estudiantes evaluados, donde se observa que de los 194 estudiantes el 50% posee un nivel alto, el 46% un nivel moderado y el 8% un nivel bajo. Por lo que se puede apreciar que los estudiantes evaluados poseen un nivel alto en un mayor porcentaje.

**Tabla 4**

*Distribución de niveles de la dimensión distrés*

|          | Frecuencia | Porcentaje |
|----------|------------|------------|
| Bajo     | 114        | 58,8       |
| Moderado | 59         | 30,4       |
| Alto     | 21         | 10,8       |

*Elaboración propia*

Como se observa en la tabla 4, se mide el nivel de la dimensión distrés en los estudiantes evaluados, donde se observa que de los 194 estudiantes el 58,8% posee un nivel bajo, el 30,4% un nivel moderado y el 10,8% un nivel alto. Por lo que se puede apreciar que los estudiantes evaluados poseen un nivel bajo en un mayor porcentaje.

**Tabla 5***Distribución de niveles del compromiso académico*

|          | Frecuencia | Porcentaje |
|----------|------------|------------|
| Bajo     | 18         | 9,3        |
| Moderado | 63         | 32,5       |
| Alto     | 113        | 58,2       |

*Elaboración propia*

Como se observa en la tabla 5, se mide el nivel del compromiso académico en los estudiantes evaluados, donde se observa que de los 194 estudiantes el 58,2% posee un nivel alto, el 32,5% un nivel moderado, el 9,3% un nivel bajo. Por lo que se puede apreciar que los estudiantes evaluados poseen un nivel alto en un mayor porcentaje.

## Análisis de Normalidad

- **Planteamiento de la hipótesis**

H0: La distribución de las variables no es distinta a la distribución normal.

H1: La distribución de las variables y/o dimensiones es distinta a la distribución normal.

- **Prueba estadística:** Kolmogorov Smirnov

- **Nivel de significación:**  $\alpha = 0.05 = 5\%$  de margen máximo de error.

- **Cálculo del p-valor:** Significancia = 0.000 = 0.0%

**Tabla 6**

*Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov de las variables y dimensiones*

| Variables y dimensiones   | N   | Estadísticos | Sig. |
|---------------------------|-----|--------------|------|
| Estrés                    | 194 | ,182         | ,000 |
| Eutrés (Estrés positivo)  | 194 | ,121         | ,000 |
| Distrés (Estrés negativo) | 194 | ,261         | ,000 |
| Compromiso académico      | 194 | ,219         | ,000 |

Fuente: Elaboración propia

- **Regla de decisión:** Si p-valor  $< 0.05 \rightarrow$  se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_1$ .

- **Interpretación:** Las variables y/o dimensiones Sig. son menores del nivel de significancia  $\alpha = 0.05$ . Es distinta a la distribución normal.

## 3.2 Análisis inferencial

### 3.2.1. Hipótesis general

**HI:** Existe relación entre el estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

**H0:** No existe relación entre el estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

**Tabla 7**

*Relación del estrés y compromiso académico.*

|          |        | Compromiso académico        |         |
|----------|--------|-----------------------------|---------|
| Rho de   | Estrés | Coefficiente de correlación | -, 526* |
| Spearman |        | Sig. (bilateral)            | ,000    |
|          |        | N                           | 194     |

Fuente: Elaboración propia en base al análisis de correlación mediante el uso de la prueba no paramétrica de Rho Spearman analizado a través del programa estadístico SPSS v. 26, 2020. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Como se puede apreciar en la tabla 7, existe una relación significativa de ( $P=0,000$ ) y una fuerza de correlación negativa inversa en un nivel moderado ( $Rho: - 0,526$ ) entre el estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021. Por tal motivo, se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ), existe relación entre el estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana.

### **Hipótesis específica 1**

**HI:** 1. Existe relación entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

**H0:** No existe relación entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

**Tabla 8**
*Relación de la dimensión eustrés y el compromiso académico*

|                 |                           |                             | Compromiso<br>académico |
|-----------------|---------------------------|-----------------------------|-------------------------|
| Rho de Spearman | Eustrés (estrés positivo) | Coefficiente de correlación | ,451*                   |
|                 |                           | Sig. (bilateral)            | <b>,001</b>             |
|                 |                           | N                           | 194                     |

Fuente: Elaboración propia en base al análisis de correlación mediante el uso de la prueba no paramétrica de Rho Spearman analizado a través del programa estadístico SPSS v. 26, 2020. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Como se puede apreciar en la tabla 8, existe una relación significativa ( $P=0,000$ ) y una fuerza de correlación directa y moderada entre la dimensión eustrés del estrés y el compromiso académico (Rho: 0,451) en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021. Por tal motivo, se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ), existe relación entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana.

### Hipótesis específica 2

**HI:** 2. Existe relación entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

**H0:** No existe relación entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.

**Tabla 9**

*Relación de la dimensión distrés y el compromiso académico.*

|          |         |                             | Compromiso<br>académico |
|----------|---------|-----------------------------|-------------------------|
| Rho de   | Distrés | Coefficiente de correlación | -,413*                  |
| Spearman |         | Sig. (bilateral)            | <b>,000</b>             |
|          |         | N                           | 194                     |

Fuente: Elaboración propia en base al análisis de correlación mediante el uso de la prueba no paramétrica de Rho Spearman analizado a través del programa estadístico SPSS v. 26, 2020. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Como se puede apreciar en la tabla 9, existe una relación significativa de ( $P=0,000$ ) y una fuerza de correlación negativa inversa en un nivel moderado (Rho: - 0,413) entre la dimensión distrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021. Por tal motivo, se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ), existe relación entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1. Discusión

El presente estudio, planteó como objetivo general, determinar la relación entre estrés y compromiso académico en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. Tras el análisis respectivo a través del coeficiente de correlación de Spearman, se alcanzó un p-valor de 0.00 y un valor del Rho de -0,526, se halló que la variable estrés presenta una correlación indirecta, de nivel moderado y muy significativo, con la variable compromiso académico, es decir, a mayor estrés general, menor presencia de compromiso académico en los estudiantes. Debido al resultado, se acepta la hipótesis general de investigación, la cual afirma que si existe relación entre estrés y compromiso académico. Este resultado coincide con Vallejo et al. (2018), quienes en su estudio tuvieron como objetivo determinar la relación entre estrés percibido y el compromiso académico en estudiantes universitarios, en donde encontró que, en cuanto al estrés percibido, los resultados muestran correlación entre el estrés y el compromiso académico. Además, Alcántara (2019) quien investigó la relación entre compromiso académico, estrés académico y bienestar en universitarios de Lima, encontrando que existe correlación entre compromiso académico y el estrés.

Por consiguiente, las investigaciones mencionadas coinciden con el resultado, lo cual podría explicarse también por lo expuesto por numerosos estresores ajenos al estudiante y fuera de su control, como los horarios, los exámenes, las calificaciones, entre otros (Peñacoba y Moreno, 1999). Estos indicadores podrían ser un obstáculo (Extremera, et al., 2007), los cuales, podrían ser superados por el esfuerzo que haga el estudiante en relación con las actividades que realice, así como, su perseverancia en los estudios, la motivación, el involucramiento y compenetración que tenga con las actividades académicas (Schaufeli et al.,

2002). Además de ello, también será óptimo y necesario que el estudiante se sienta comprometido e implicado con su propio proceso académico; es decir, altos niveles de compromiso académico generarán que el estudiante se relacione con sus estudios (Casuso, 2011). Por ello, al tener un adecuado manejo del estrés, podrá favorecer al compromiso de las actividades académicas (Muñoz, 2004).

En relación al primer objetivo específico, el cual fue determinar la relación existente entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, se halló una correlación muy significativa, positivo moderado entre la dimensión eustrés y compromiso académico ( $Rho=0.451$ ;  $p<0.00$ ), por ende esto quiere decir que a mayor eustrés mayor presencia de compromiso académico y tomando en cuenta este resultado se acepta la primera hipótesis específica a cual afirma la relación de la dimensión de eustrés y la variable de compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021. Resultado que coincide con lo hallado por Fernández (2018), en donde encontró que la dimensión eustrés es relacionada de manera directa con el compromiso académico, lo cual podría establecerse como un efecto positivo en los estudiantes universitarios, en situaciones en donde se experimenta angustia cuando las necesidades son fuertes y persistentes, agradables o desagradables, generando la capacidad de respuesta, resistencia y adaptación en los estudiantes universitarios como parte del compromiso académico.

Con respecto al segundo objetivo específico, el cual fue determinar la relación existente entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021, se halló una correlación muy significativa, negativa moderada entre la dimensión distrés y compromiso académico ( $\rho=-0.413$ ;  $p<0.00$ ), esto quiere decir que a mayor distrés menor compromiso académico. De tal

manera cabe mencionar que los resultados encontrados coinciden con la investigación realizada por (Fernández, 2018), quien concluye que a mayor estímulos estresores menor es el compromiso académico en el estudiante. Así mismo, mencionar a Alcántara (2019) quien identificó que la existencia de necesidades negativas (angustia), éstas fueron percibidas como factores estresantes que dificultarían y reducirían su desarrollo, desempeño, desequilibrios emocionales y psicológicos en el desempeño de actividades, funciones y roles.

### **Limitaciones**

Como la recolección de datos se realizó en el contexto de la pandemia de Covid-19 y el aislamiento social, el uso de la herramienta se realizó de manera virtual, lo que generó algunas dificultades en la obtención de datos, ya que no fue posible responder y gestionar adecuadamente las inquietudes de los participantes. Además, los participantes pueden estar sujetos al sesgo de deseabilidad social porque pueden completar cuestionarios que pretenden mostrar rasgos positivos, pero no necesariamente los poseen. En consecuencia, estos factores pueden afectar los resultados. Finalmente, la selección de estudiantes no fue representativa a nivel nacional, por lo que los resultados no pueden generalizarse a otras universidades.

### **Implicancias**

Como parte del diseño teórico del estudio, en relación a la indagación y búsqueda de información, resulta relevante debido a la carencia de datos relacionados al objeto de investigación. Es decir, a través de la literatura recopilada no se pudo tener una claridad de la problemática de estudio. Por ende, el presente trabajo pudo llenar el vacío empírico, teniendo como resultado la trascendencia de la investigación y que permita ser antecedente para futuras investigaciones.

Con relación a las implicancias a nivel práctico, en relación a los hallazgos obtenidos, es importante señalar que, debido a las características de esta población en particular, se deben tomar medidas preventivas que permitan a los estudiantes de psicología hacer frente a estas manifestaciones psicológicas. Debido a que, se encuentran en una etapa de alta demanda y obligaciones académicas, lo cual podría generar efectos arbitrarios en la salud mental de los estudiantes, teniendo como consecuencia afectaciones a nivel psicofisiológico o en su rendimiento académico.

#### **4.2. Conclusiones**

La investigación tuvo como objetivo general determinar la relación existente entre el estrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021. En donde se concluye, en relación al objetivo general, que existe una correlación muy significativa, negativa y de nivel moderado entre las variables de estrés y compromiso académico.

En relación al primer objetivo específico, sobre determinar la relación existente entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021. Se halló una correlación muy significativa, positivo y de nivel moderado entre la dimensión eustrés y compromiso académico.

En relación al segundo objetivo específico, acerca de determinar la relación existente entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021. Se halló una correlación muy significativa, negativa y de nivel moderado entre la dimensión distrés y compromiso académico.

## REFERENCIAS

- Abouserie, R. (1994). Abouserie Sources and levels of stress in relation to locus of control and self-esteem in university students *Educational Psychology*, 14 (3) (1994), pp. 323-330, 10.1080/0144341940140306
- Alarcón, R. (2013). *Métodos y diseños de investigación del comportamiento*. Lima, Universidad Ricardo Palma. Editorial: Universitaria.
- Alcantara, K. (2019). *Estudiantes de Alto Rendimiento: Compromiso Académico, Estrés Académico y Bienestar*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad PUCP. [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14613/Alc% c3 %a1ntara\\_L%c3%b3pez\\_Estudiantes\\_alto\\_rendimiento1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14613/Alc%c3%a1ntara_L%c3%b3pez_Estudiantes_alto_rendimiento1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo de la Guardia, R., y Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EduMeCentro*, 7(2), 163-178. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf>
- Álvarez, P., López, D., y Garcés, Y. (2021). Estudio sobre compromiso y expectativas de autoeficacia académica en estudiantes universitarios de grado. *Educar*. 57 (2), 481-499. [https://ddd.uab.cat/pub/educar/educar\\_a2021v57n2/educar\\_a2021v57n2p481.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/educar/educar_a2021v57n2/educar_a2021v57n2p481.pdf)
- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *REVISTA CONCIENCIA*, 1(2),115-124. [http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1\\_a13.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf)

- Castillo-Martell, Humberto, & Cutipé-Cárdenas, Yuri. (2019). Implementación, resultados iniciales y sostenibilidad de la reforma de servicios de salud mental en el Perú, 2013-2018. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 36(2), 326-333. <https://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2019.362.4624>
- Caballero, C. C., Hederich, C., & García, A. (2015). Relación entre burnout y engagement académicos con variables sociodemográficas y académicas. *Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte.*, Vol. 32 (2), 254-267.
- Casuso, J. (2011). Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4926/TD%20Maria%20Jesus%20Casuso%20Holgado.pdf;sequence=1>
- Collas, D. y Cuzcano, S. (2019). Estrategias de afrontamiento ante el estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una institución privada de Lima este, 2018. (Tesis para optar el título profesional de psicología). Universidad Peruana Unión, Perú. Disponible en [http://www.unileon.es/estudiantes/atencion\\_universitario/articulo.pdf](http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf).
- Cohen, S., Kamarck, T., y Mermelstein, R. (1993). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24 (4), 385-396. <http://www.jstor.org/stable/2136404>
- Fernández, A. (2018). Estrés y compromiso académico en estudiantes de una universidad privada de Lima. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio institucional UPC. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/625153/Fern%c3>

%a1ndez\_ca.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Fierro, C, Alfredo, S, Tobón, Sergio (2019). Estudio del Eustrés académico desde el enfoque socioformativo mediante la cartografía conceptual

González, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por covid-19 <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/782>

González Cabanach, Ramón; Souto-Gestal, Antonio; Fernández Cervantes, Ramón Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia European Journal of Education and Psychology, vol. 10, núm. 2, diciembre, 2017, pp. 57- 67

Guzmán, J. y Reyes, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. Revista de psicología Vol. 36 (2).

Halgin, R. P. y Whitbourne, S. K. (2009). Psicología de la anormalidad. Perspectivas clínicas en los trastornos psicológicos (5a ed.). Mexico: McGraw-Hill, pp. 627.

Recuperado desde:

[https://www.thefreelibrary.com/Halgin%2c+R.+P.+y+Whitbourne%2c+S.+K.+\(2009\).+Psicologia+de+la...-a0225791950](https://www.thefreelibrary.com/Halgin%2c+R.+P.+y+Whitbourne%2c+S.+K.+(2009).+Psicologia+de+la...-a0225791950)

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ª ed.). México: McGraw Hill Education.

Hernández, R., Méndez, S. y Mendoza, C. (2014). Capítulo 1. En Metodología de la investigación, página web de Online Learning Center. Consultado en la red mundial el 29 de abril de 2015 <https://goo.gl/wDW6Ce>

Herrera, D., Coria, G., Muñoz, D., Graillet, O., Aranda, G., Rojas, F., Hernández, M., y Nafissa, I. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. Revista e

Neurobiología, 8(17).

[https://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2017/17/Herrera/Herrera-Covarrubias8\(17\)220617.pdf](https://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2017/17/Herrera/Herrera-Covarrubias8(17)220617.pdf)

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI): Perú: Perfil sociodemográfico, Censo nacional XII de Población, Perú 2017

Iwasaki, Y., MacKay, K. J., & Ristock, J. (2004). Gender-Based analyses of stress among professional managers: An exploratory qualitative study. *International Journal of Stress Management*, 11(1), 56-79

Jaime Enrique Guzmán-Yacaman<sup>1</sup>, Mario Reyes-Bossio<sup>2</sup> Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas – UPC, Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos, *Revista de Psicología* Vol. 36 (2), 2018 (ISSN 0254-9247)

Jerez-Mendoza, M.; Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272015000300002&lang=es](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002&lang=es)

Jessica, L. (2017). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. Universidad Argentina de la Empresa, Buenos Aires, Argentina.

Larzabal, A., y Ramos, M. (2019) Propiedades psicométricas de la escala de Estrés Percibido (PSS-14) en estudiantes de bachillerato de la provincia de Tungurahua (Ecuador). *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UC BSP*. 17(2). 269-282.

[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2077-](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2077-)

21612019000200003&lng=en&nrm=iso

Luceño-Moreno, L., Martín-García, J., Rubio-Valdehita, S., y Díaz Ramiro, E. M. (2004).

Factores psicosociales en el entorno laboral, estrés y enfermedad. *Edupsykhé.*

*Revista De Psicología Y Educación*, 3(1).

<https://journals.ucjc.edu/EDU/article/view/3753>

Naranjo-Pereira, M.L. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos

relevantes de este en el ámbito educativo. *Educación*, 33(2), 171-190.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>

Organización Mundial de la Salud (2023). Estrés. [https://www.who.int/es/news-](https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress)

[room/questions-and-answers/item/stress](https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress)

Organización Mundial de la Salud (2020). La OMS caracteriza a COVID-19 como una

pandemia. Recuperado desde: [https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-](https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia)

[caracteriza-covid-19-como-pandemia](https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia)

Pacheco, J. (2017). Estrés académico de los estudiantes de enfermería en una universidad

privada de Puerto Rico y su asociación con el Rendimiento Académico.

[https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/15903/TD\\_PACHECO\\_CASTI](https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/15903/TD_PACHECO_CASTI)

[LLO\\_Josue.pdf](https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/15903/TD_PACHECO_CASTI)

Parra, P.; Pérez C. (2010). Propiedades psicométricas de la escala de compromiso

académico, UWES-S (versión abreviada), en estudiantes de psicología.

<http://www2.udec.cl/ofem/recs/antiores/vol722010/artinv7210c.pdf>

Pantoja, R. (2022). Bienestar general, compromiso académico y estrés académico en

estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2021. [Tesis doctoral,

Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional de la Universidad  
UIGV.[http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/6747/caratula%  
20Pantoja%20Cuervo%20Rafael.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/6747/caratula%20Pantoja%20Cuervo%20Rafael.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Pérez, M., Vanela, Y., y Smith, A. (2019). Caracterización del estrés académico percibido  
por estudiantes de las ciencias de la salud y los mecanismos que utilizan para  
afrontarlo. *Veraguas*, 2018. *Visión Antataura*. 3 (1), 79-97.  
<https://revistas.up.ac.pa/index.php/antataura/article/view/502/412>

Pierceall y Keim, 2007 E.A. Pierceall, M.C. Keim Stress and coping strategies among  
community college students *Community College Journal of Research and Practice*,  
31 (9) (2007), pp. 703-712, 10.1080/10668920600866579

Piovano, N., Solodovsky, M., y Pascuali, G. (2020). Competencias socioemocionales y  
estrés. Cómo se relacionan con el rendimiento académico en estudiantes de  
educación superior. *Revista de Investigaciones Científicas de la Universidad de  
Morón*. 3 (6), 69-80.  
[https://repositorio.unimoron.edu.ar/bitstream/10.34073/218/1/5%20Competencias%  
20socioemocionales%20y%20estr%C3%A9s.%20C%C3%B3mo%20se%20relaciona  
n%20con%20el.pdf](https://repositorio.unimoron.edu.ar/bitstream/10.34073/218/1/5%20Competencias%20socioemocionales%20y%20estr%C3%A9s.%20C%C3%B3mo%20se%20relaciona%20con%20el.pdf)

Portalanza, C., Grueso, M. y Duque, E. (2017). Propiedades de la Utrecht Work Engagement  
Scale (UWES-S 9): análisis exploratorio con estudiantes en Ecuador. *Innovar*,  
27(64), 145-156.

Remor, E., (2006). Psychometric Properties of a European Spanish Version of the Perceived  
Stress Scale (PSS). *The Spanish Journal of Psychology*. 9(1), 86-93.  
<https://www.redalyc.org/pdf/172/17290110.pdf>

- Sabaj Meruane, O., & Landea Balin, D. (2012). Descripción de las formas de justificación de los objetivos en artículos de investigación en español de seis áreas científicas. *Onomázein*, (25), 315-344. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134524361015>
- Schaufeli, W; Martínez, I.; Márques, A.; Salonova, M.; Bakker. A. (2002). Burnout and engagement in university students. <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/185.pdf>
- Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf>
- Sarason, I.G., y Sarason, B.R. (2006). *Psicopatología*. Prentice Hall. <https://tuvntana.files.wordpress.com/2019/08/texto-psicopatologic3ada-psicologic3ada-anormal-el-problema-de-la-conducta-indaptada.pdf>
- Sax, 1997 L.J. Sax Health trends among college freshmen *Journal of American College Health*, 45 (1997), pp. 252-262, 10.1080/07448481.1997.9936895 CrossRefView Record in ScopusGoogle Scholar
- Sax, 2003 L.J. Sax Our incoming students: What are they like? *About Campus*, 8 (2003), pp. 15-20
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). *Psicología positiva: una introducción*. *Psicología estadounidense. Interuniversitaria de formación del profesorado*, 55 (1), 5-14.
- Suárez, N., Díaz, L. (2015). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Rev. Salud pública*, 17(2), 300- 313.

<https://www.scielosp.org/pdf/rsap/2015.v17n2/300-313/es>

SUNEDU (2020). Información estadística de universidades, Licenciamiento de universidades. Recuperado desde: <https://www.sunedu.gob.pe/sibe/>

SUNEDU (2018). I informe bienal sobre realidad universitaria. Recuperado desde: <https://www.gob.pe/sunedu?s=+informe+bienal+sobre+realidad+universitaria>

SUNEDU (2017). Información estadística de universidades. Recuperado desde: <https://www.sunedu.gob.pe/sibe/>

Taberero, C., Arenas, A., Cuadrado, E., y Luque, B. (2014). Incertidumbre y orientación hacia los errores en tiempos de crisis. La importancia de generar confianza fomentando la eficacia colectiva Papeles del Psicólogo, 35 (2), 107-114. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77831095009.pdf>

Trujillo, P. y Gonzales, N. (2019). Nivel de estrés académico en estudiantes de postgrado de la facultad de educación en la universidad Cooperativa de Colombia. (Trabajo final de especialización). Universidad Cooperativa de Colombia, Bogotá, Colombia.

Vallejo-Martín, M., Aja, J. & Plaza, J. J. (2018). Estrés percibido en estudiantes universitarios: influencia del burnout y del engagement académico. International Journal of Educational Research and Innovation (IJERI), 9, 220-236

Vigo Llanos, Y., & Chávez Milla, J. (2020). Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019. Revista Científica UNTRM: Ciencias Sociales Y Humanidades, 3(2), 61-65. doi:<http://dx.doi.org/10.25127/rcsh.20203.584>

## ANEXOS

### Anexo N° 1

#### Hoja de consentimiento informado

Reciban un cordial saludo, usted está siendo invitado a participar en una investigación sobre temas asociados al campo de la psicología de la salud. Esta investigación es realizada por Yessenia Leisla Vizurraga Romero y Veruska Alexandra Vargas Granizo, estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte, con el objetivo de determinar si existe relación entre el estrés y compromiso académico en estudiantes universitarios.

La participación de este estudio es voluntaria, si accedes a participar, sólo te tomará a responder las preguntas un aproximado de 15 minutos de tu tiempo. Las respuestas del cuestionario son totalmente anónimas.

Si usted decide aceptar, se le solicitará contestar una pequeña encuesta sobre datos sociodemográficos y pruebas relacionadas con el tema. Los derechos con los que cuenta incluyen: Anonimato: Todos los datos que usted ofrezca son absolutamente anónimos, por lo tanto, no habrá manera de identificarlo individualmente.

Se le solicita los siguientes requisitos:

- Ser estudiantes de la carrera de Psicología
- Encontrarse matriculados dentro del periodo 2021-1

De presentarse alguna duda, inquietud o sugerencia sobre el estudio, podrá escribir al siguiente correo:

[Yessleislavr@gmail.com](mailto:Yessleislavr@gmail.com)

En base a lo presentado anteriormente, ¿deseas participar voluntariamente de esta investigación?

Acepto participar en la investigación

No acepto participar en la investigación

**Anexo N° 2****FICHA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS**

Edad: \_\_\_\_ Sexo M F

¿En qué ciclo se encuentra matriculado actualmente?

- 1er Ciclo
- 2do ciclo
- 3er ciclo
- 4to ciclo
- 5to ciclo
- 6to ciclo
- 7mo ciclo
- 8vo ciclo
- 9no ciclo
- 10mo ciclo

Estado civil: Soltero  Casado Trabajar actualmente: SI  NO 

|            |  |
|------------|--|
| LIMA       |  |
| PROVINCIA  |  |
| EXTRANJERO |  |

**Lugar de Nacimiento:**

¿Con qué personas vives?

Padres y/o hermanos Parientes Solo Otros

**Anexo N° 4**  
**Matriz de consistencia Interna:**

| Problema   | Objetivos   | Hipótesis   | Variables   | Dimensiones   | Metodología  |
|--|---|---|---|---|--|
| <p><b>PROBLEMA GENERAL:</b></p> <p>¿Qué relación existe entre el estrés y el compromiso académico, en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, en el año 2021?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS:</b></p> <p>1. ¿Qué relación existe entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021?</p> <p>2. ¿Qué relación existe entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021?</p> | <p><b>OBJETIVO GENERAL:</b></p> <p>Determinar la relación existente entre el estrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.</p> <p><b>OBJETIVO ESPECÍFICOS:</b></p> <p>1. Determinar la relación existente entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.</p> <p>2. Determinar la relación existente entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.</p> | <p><b>HIPOTESIS GENERAL:</b></p> <p>H1: Existe relación entre el estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.</p> <p>H0: No existe relación entre el estrés y el compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.</p> <p><b>HIPOTESIS ESPECÍFICOS</b></p> <p>1. Existe relación entre el eustrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.</p> <p>2. Existe relación entre el distrés y el compromiso académico, en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.</p> | <p><b>VARIABLE 1</b></p> <p>(Estrés)</p> <p><b>VARIABLE 2</b></p> <p>(Compromiso Académico)</p> | <p><b>Eustrés:</b> Se interpreta como al estrés positivo con la capacidad de confrontar las situaciones.</p> <p><b>Distrés:</b> Se interpreta como el estrés de manera negativa que contrae desorden fisiológico</p> <p><b>Vigor:</b> Se interpreta como el esfuerzo al trabajo, persistencia ante las dificultades, altos niveles de energía y capacidad de recuperación mental mientras se estudia.</p> <p><b>Dedicación:</b> Se caracteriza por ávida sensación al entusiasmo, inspiración, orgullo y reto.</p> <p><b>Absorción:</b> Se interpreta como la completa concentración dentro de la actividad y no sentir el transcurso del tiempo.</p> | <p><b>Enfoque:</b> Investigación cuantitativa.</p> <p><b>Alcance:</b> Descriptivo Correlacional.</p> <p><b>Diseño:</b> Diseño no experimental, transversal</p> <p><b>Población:</b> Todos los estudiantes de una universidad privada.</p> <p><b>Muestra:</b> Estudiantes de una universidad Privada.</p> <p><b>Técnica:</b></p> <p><b>Instrumento:</b></p> <p>Utrecht Work Engagement Scale (uwes-s 9)</p> <p>Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos</p> |

**Anexo N° 5**  
**Operacionalización de las variables de estudio**

| <b>VARIABLES</b>            | <b>DIMENSIONES</b> | <b>INDICADORES</b>  | <b>ÍTEMS</b>           | <b>TIPO DE RESPUESTA</b>   | <b>ESCALA DE MEDICIÓN</b>       |
|-----------------------------|--------------------|---|------------------------|--|---------------------------------|
| <b>Estrés</b>               | Eustrés            | <ul style="list-style-type: none"> <li>Refiere al estrés positivo con la capacidad de confrontar las situaciones</li> </ul>   | 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 12 | 0=Nunca<br>1=Casi Nunca<br>2=Casi siempre<br>3=Siempre   | Ordinal<br><br>Escala de Likert |
|                             | Distrés            | <ul style="list-style-type: none"> <li>Refiere el estrés de manera negativa que contrae desorden fisiológico</li> </ul>   | 1, 2, 3, 8, 11 y 13    |  |                                 |
| <b>Compromiso Académico</b> | Vigor              | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se caracteriza por el esfuerzo al trabajo, persistencia ante las dificultades, altos niveles de energía y capacidad de recuperación mental mientras se estudia.</li> </ul> | 1, 2, 3                | 1= Nunca<br>2= Casi nunca<br>3=Pocas veces<br>4 = Bastantes veces<br>5=Casi siempre<br>6=Siempre | Ordinal<br><br>Escala de Likert |
|                             | Dedicación         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se caracteriza por fuerte sensación al entusiasmo, inspiración, orgullo y reto.</li> </ul>   | 4, 5, 6                |  |                                 |
|                             | Absorción          | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se caracteriza en la completa concentración dentro de la actividad y no sentir el transcurso del tiempo.</li> </ul>  | 7, 8 y 9               |  |                                 |

### Anexo N° 6

*Descripción demográfica de los estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Lima Metropolitana, en el año 2021.*

|                       | Frecuencia      | Porcentaje |
|-----------------------|-----------------|------------|
| Edad (Media $\pm$ DE) | 22.9 $\pm$ 3.41 |            |
| Sexo                  |                 |            |
| Femenino              | 168             | 86,6       |
| Masculino             | 26              | 13,4       |
| Estado civil          |                 |            |
| Soltero(a)            | 178             | 91,8       |
| Conviviente           | 11              | 5,7        |
| Casado(a)             | 5               | 2,5        |
| Trabaja               |                 |            |
| Si                    | 76              | 39,2       |
| No                    | 118             | 60,8       |
| Lugar de Nacimiento   |                 |            |
| Lima                  | 149             | 76,8       |
| Provincia             | 43              | 22,2       |
| Extranjero            | 2               | 1,0        |
| Con quien vive        |                 |            |
| Solo                  | 7               | 3,6        |
| Padres/hermanos       | 159             | 82,0       |
| Parientes             | 19              | 9,8        |
| Otros                 | 9               | 4,6        |

*Elaboración propia*