



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ALUMNOS
DE QUINTO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
JFK INDUSTRIAL, CHINCHA – 2024**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

Henry Germán Aguilar Villafane

**Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciado en
Psicología**

Docente Asesor:

Dra. SILVANA ROSARIO CAMPOS MARTINEZ

Código ORCID N° 0000-0001-731-9576

Chincha, 2024

CONSTANCIA DE APROBACIÓN



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, 03 de enero de 2025

Dra. DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Presente. –

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo e informar que el bachiller: **AGUILAR VILLAFANE HENRRY GERMAN**, de la Facultad de la Salud del programa Académico de Psicología, ha cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

~~TESIS~~

Titulada: **PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ALUMNOS DE QUINTO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JFK INDUSTRIAL, CHINCHA -2024"**.

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el desarrollo de la Investigación. Estoy remitiendo, juntamente con la presente, los anillados de la investigación, con mi firma en señal de conformidad. Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal. Cordialmente,

DR. SILVANA ROSARIO CAMPOS MARTINEZ
CODIGO ORCID: 0000-0001-731-9576

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Aguilar Villafane, Henry Germán, identificado(a) con DNI N°10071193, en mi condición de Bachiller del programa de estudios de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ALUMNOS DE QUINTO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JFK INDUSTRIAL, CHINCHA – 2024", declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas.
- d. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- e. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el (la) investigador(a), no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- f. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

12%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 13 de enero de 2025



Aguilar Villafane, Henry Germán
DNI N° 10071193



*Las firmas y huellas dactilares corresponden al/los responsables(s) de la investigación.

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado a nuestro Creador, quién como guía ha estado presente en mi camino a lo largo de mi vida, bendiciéndome y otorgándome las fuerzas para proseguir con mis objetivos trazados sin flaquear. A mis padres e hijos que, con su apoyo incondicional, su cariño y su fe permitieron que consiga terminar mi carrera profesional.

Henry Aguilar Villafane

AGRADECIMIENTO

La presente investigación guarda agradecimiento a Dios, por guiarnos y acompañarnos en cada paso que hemos dado a lo largo de nuestras vidas, brindándonos paciencia y sabiduría para alcanzar cada una de las metas trazadas.

Agradecemos al Rector de la Universidad Autónoma de Ica, Dr. Hernando Martín Campos Martínez, a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud, Dra. Juana María Marcos Romero, y a la directora del programa de estudios de Psicología Dra. Rosario Campos Martínez, por su compromiso y apoyo a los estudiantes del programa de estudio.

A la asesora de tesis, Dra. Vilma Consuelo Navarrete Espinoza, por sus valiosos aportes, conocimientos y orientaciones ofrecidas, en bien del desarrollo y culminación del estudio.

A la I.E. en estudio, por el apoyo y las facilidades dadas para la aplicación de los instrumentos de recolección de datos haciendo posible la culminación de la investigación.

Los padres de familia que permitieron el desarrollo y culminación de la investigación en el procesamiento de los datos recopilados.

El autor.

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la procrastinación y estrés académico de los estudiantes de secundaria de la I.E. JFK Industrial. Se sustenta bajo el enfoque cuantitativo, descriptivo correlacional de tipo básico, diseño no experimental, donde participaron 97 estudiantes de 5to de secundaria, que fueron elegidos por conveniencia, a quienes se le aplicó la Escala de Procrastinación EPA y el inventario de Estrés Académico; siendo los hallazgos encontrados que el 37.11% de las estudiantes tienen un alto grado de procrastinación académica, mientras que la mayoría (52.58%) presenta un grado medio y solo el 10.31% un bajo grado. Por otro lado, el 50.52% de las estudiantes experimentan un nivel severo de estrés académico, el 42.27% tienen un nivel moderado, y solo el 6.19% muestran un nivel leve. Concluyendo que el análisis de correlación de Spearman revela una relación positiva y significativa entre la procrastinación académica y el estrés académico, con un coeficiente de 0.579. Esto indica que, a medida que aumenta la procrastinación, también lo hace el nivel de estrés entre las estudiantes, siendo una relación confiable con un nivel de significancia de $p = 0.000$.

Palabras claves: Procrastinación académica, estrés académico.

ABSTRACT

The research aimed to determine the relationship between procrastination and academic stress among high school students at JFK Industrial School. It was based on a quantitative, basic, descriptive-correlational approach with a non-experimental design. A total of 97 fifth-year high school students, selected by convenience sampling, participated in the study. They were administered the Procrastination Scale (EPA) and the Academic Stress Inventory. The findings revealed that 37.11% of the students exhibited a high level of academic procrastination, while the majority (52.58%) showed a medium level, and only 10.31% displayed a low level. Additionally, 50.52% of the students experienced severe academic stress, 42.27% had moderate stress, and only 6.19% showed a low level of stress. The study concluded that the Spearman correlation analysis revealed a positive and significant relationship between academic procrastination and academic stress, with a correlation coefficient of 0.579. This indicates that as procrastination increases, so does the level of stress among students, with the relationship being statistically significant at $p = 0.000$.

Keywords: Academic procrastination, academic stress.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
Caratula	i
Constancia de aprobación	ii
Declaratoria de autenticidad	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Resumen	vi
Abstract	vii
Índice general / índice de figuras y de cuadros	viii
I. INTRODUCCIÓN	12
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
2.1 Descripción del Problema	14
2.2. Pregunta de investigación general	18
2.3 Preguntas de investigación específicas	18
2.4 Justificación e Importancia	18
2.5 Objetivo general	20
2.6 Objetivos específicos	20
2.7 Alcances y limitaciones	21
III. MARCO TEÓRICO	23
3.1 Antecedentes	23
3.2 Bases Teóricas	30
3.3 Marco conceptual	43
IV. METODOLOGÍA	46
4.1 Tipo y Nivel de la investigación	46
4.2 Diseño de la investigación	47
4.3 Hipótesis general y específicas	47
4.4 Identificación de las variables	48
4.5 Matriz de operacionalización de las variables	49
4.6. Población y muestra	51
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información	52
4.8. Técnicas de análisis y procesamiento de datos	54

V. RESULTADOS	55
5.1 Presentación de Resultados	55
5.2 Interpretación de los Resultados	62
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	64
6.1 Análisis inferencial	64
VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	73
7.1 Comparación resultados	73
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	77
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	79
ANEXOS	88
Anexo 1: Matriz de consistencia	88
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	90
Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	96
Anexo 4: Base de datos	99
Anexo 5: Documentos administrativos	101
Anexo 6: Informe de Turnitin al 28% de similitud	102
Anexo 7: Evidencia fotográfica	103

INDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1	Variables de caracterización de las estudiantes. 53
Tabla 2	Resultados de la variable procrastinación académica. 53
Tabla 3	Resultados de la dimensión falta de motivación. 54
Tabla 4	Resultados de la dimensión dependencia. 55
Tabla 5	Resultados de la dimensión baja autoestima. 55
Tabla 6	Resultados de la dimensión desorganización 56
Tabla 7	Resultados de la dimensión evasión de las responsabilidades 57
Tabla 8	Resultados de la variable estrés académico. 57
Tabla 9	Resultados de la dimensión estresores. 58
Tabla 10	Resultados de la dimensión síntomas. 59
Tabla 11	Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento. 59
Tabla 12	Prueba de Normalidad: kolmogorov-Smirnov 62
Tabla 13	Correlación de Rho de Spearman entre procrastinación y estrés académico. 64
Tabla 14	Correlación de Rho de Spearman entre la falta de motivación y el estrés académico. 65
Tabla 15	Correlación de Rho de Spearman entre la dependencia y el estrés académico 66
Tabla 16	Correlación de Rho de Spearman entre la baja autoestima y el estrés académico. 67
Tabla 17	Correlación de Rho de Spearman entre la desorganización y el estrés académico. 68
Tabla 18	Correlación de Rho de Spearman entre la evasión de responsabilidades y el estrés académico. 70

INDICE DE FIGURAS

		Pág.
Figura 1	Resultados de la variable procrastinación académica.	53
Figura 2	Resultados de la dimensión falta de motivación.	54
Figura 3	Resultados de la dimensión dependencia.	55
Figura 4	Resultados de la dimensión baja autoestima.	55
Figura 5	Resultados de la dimensión desorganización	56
Figura 6	Resultados de la dimensión evasión de las responsabilidades	57
Figura 7	Resultados de la variable estrés académico.	57
Figura 8	Resultados de la dimensión estresores.	58
Figura 9	Resultados de la dimensión síntomas.	59
Figura 10	Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento.	59

I. INTRODUCCIÓN

Una problemática creciente entre los estudiantes en los últimos años es la procrastinación y el estrés académico. Este fenómeno, objeto de estudio desde hace tiempo por varios investigadores, ha cobrado mayor relevancia en el contexto de la pandemia de COVID-19. La transición a la educación virtual, las carencias en herramientas tecnológicas y el limitado acceso a internet, junto con el impacto en el bienestar emocional de los estudiantes, han exacerbado estos problemas. Según la UNESCO (2021), la pandemia ha sido el mayor golpe a los sistemas educativos en un siglo, con instituciones cerradas durante largos períodos y más de 1.600 millones de niños perdiendo meses de clases, muchos de los cuales aún no han regresado a la escuela. Esta situación ha llevado a una disminución en el nivel de aprendizaje de los estudiantes que han regresado a la presencialidad (SICRECE 2021), lo que resalta la importancia de analizar la procrastinación y el estrés relacionados con la sobrecarga académica.

Investigaciones han mostrado que la relación entre procrastinación y estrés puede variar, ya sea en términos de sus dimensiones específicas o como variables generales (Barraza, 2020). Según Barraza (2019), la procrastinación académica puede entenderse desde dos enfoques: la evitación de tareas y la toma de decisiones subyacentes a este comportamiento.

En Perú, estudios como el de Carrión et al. (2017) han revelado altos niveles de estrés entre estudiantes con condiciones socioeconómicas precarias, como migrantes o aquellos sin hogar, lo que influye en su estado emocional. A medida que los estudiantes avanzan a niveles educativos superiores, la demanda académica aumenta, creando una mayor presión, especialmente en el último grado de secundaria, donde la necesidad de finalizar los estudios para continuar con una carrera profesional genera estrés. Aquí, la procrastinación se presenta como un factor desencadenante y el estrés como una respuesta a dicha conducta.

La presente investigación busca determinar la relación entre la procrastinación académica y el estrés académico, proporcionando datos actualizados en un contexto diferente. El estudio se estructura según el esquema de la universidad y consta de las siguientes partes:

Capítulo I: Introducción, que ofrece una descripción breve de las variables y la utilidad de la investigación.

Capítulo II: Pregunta de investigación general y específica, objetivos, justificación e importancia del estudio.

Capítulo III: Marco teórico, que incluye antecedentes de estudio, bases teóricas y marco conceptual.

Capítulo IV: Metodología, que detalla el tipo y diseño de investigación, hipótesis general y específicas, variables, operacionalización, población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección y procesamiento de datos.

Capítulo V: Presentación e interpretación de resultados.

Capítulo VI: Análisis inferencial y pruebas de hipótesis

Capítulo VII: Discusión de resultados.

Conclusiones y recomendaciones

El autor.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Situación problemática

La procrastinación académica, o la tendencia a posponer las tareas y responsabilidades, ha sido documentada como un problema generalizado entre los estudiantes universitarios. Según un estudio reciente de Schouwenburg y Groenewoud (2021), la procrastinación afecta aproximadamente al 80% de los estudiantes universitarios, con una mayor prevalencia observada durante la pandemia. La falta de estructura y las demandas incrementadas de la educación en línea han amplificado este comportamiento.

Tuckman (2021) señala que la procrastinación en el contexto de la educación en línea ha sido impulsada por la falta de supervisión directa y la autonomía incrementada, lo que ha llevado a muchos estudiantes a enfrentar mayores dificultades para gestionar su tiempo y cumplir con las tareas. Este fenómeno no solo afecta el rendimiento académico, sino que también está estrechamente relacionado con altos niveles de ansiedad y estrés (Pychyl et al., 2022).

El estrés académico es un problema crítico que afecta a estudiantes en todo el mundo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha informado que el estrés relacionado con el rendimiento académico se ha convertido en un problema de salud pública significativo (WHO, 2022). Un estudio de Beiter et al. (2022) indica que el 60% de los estudiantes universitarios experimentan niveles de estrés clínicamente significativos, exacerbados por las condiciones de la pandemia.

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto dramático en los niveles de estrés académico. Un estudio reciente de Son et al. (2021) muestra que el 75% de los estudiantes reportaron un aumento en sus niveles de estrés durante la pandemia, debido a la falta de interacción presencial, el acceso limitado a recursos educativos y la incertidumbre sobre el futuro académico y profesional. Esta situación ha llevado a un incremento en los problemas de salud mental entre los estudiantes (Gonzalez et al., 2022).

La relación entre procrastinación y estrés académico ha sido ampliamente documentada. La procrastinación académica tiende a incrementar la presión y el estrés, dado que los estudiantes acumulan tareas y enfrentan fechas límite inminentes (Sirois, 2021). Un estudio de Lee y Choi (2022) encontró que los estudiantes que procrastinan con frecuencia reportan niveles más altos de estrés, creando un ciclo vicioso que agrava ambas condiciones.

La pandemia ha intensificado esta relación, ya que las interrupciones en el aprendizaje y el cambio a la educación en línea han exacerbado los problemas de procrastinación y estrés (Gonzalez et al., 2022). La falta de acceso a recursos adecuados y el aislamiento social han aumentado la percepción de carga académica y las dificultades para gestionar el tiempo. En el Perú, la procrastinación y el estrés académico se han convertido en preocupaciones crecientes, especialmente en el contexto de la pandemia de COVID-19. Estos problemas no solo afectan el rendimiento académico de los estudiantes, sino que también tienen un impacto significativo en su bienestar emocional y psicológico. La situación actual exige una comprensión detallada de cómo estos factores se manifiestan y se interrelacionan en el ámbito nacional.

La procrastinación académica ha sido un tema de creciente interés en el Perú. Un estudio reciente realizado por Huamán et al. (2021) revela que el 65% de los estudiantes universitarios peruanos reportan conductas de procrastinación frecuentes, exacerbadas por la transición a la educación en línea durante la pandemia. La falta de estructura y el aumento en la carga de trabajo académico han llevado a una mayor procrastinación entre los estudiantes.

El trabajo de Berríos et al. (2022) indica que los estudiantes peruanos enfrentan desafíos particulares debido a la desigualdad en el acceso a recursos tecnológicos. La falta de herramientas adecuadas para el aprendizaje en línea ha incrementado la procrastinación, al dificultar la organización y la gestión del tiempo (Berríos et al., 2022). Esta situación refleja un patrón global, pero con características específicas en el contexto peruano.

El estrés académico es una preocupación significativa para los estudiantes en Perú. Según un estudio de León y Ramos (2023), el 70% de los estudiantes universitarios peruanos experimentan niveles altos de estrés, en parte debido a la presión académica y las dificultades asociadas con la educación en línea durante la pandemia. Este estrés se ve amplificado por la incertidumbre económica y las dificultades socioemocionales que muchos estudiantes enfrentan.

Además, el informe del Ministerio de Educación del Perú (2022) destaca que el estrés académico ha sido una preocupación creciente en las instituciones educativas, con un aumento en las consultas de apoyo psicológico y orientación académica. La transición abrupta a la educación en línea y las limitaciones en el acceso a recursos adecuados han exacerbado los niveles de estrés entre los estudiantes peruanos (Ministerio de Educación del Perú, 2022).

La interrelación entre procrastinación y estrés académico ha sido documentada en el contexto peruano. Un estudio realizado por Jara et al. (2022) muestra que los estudiantes que procrastinan con frecuencia tienden a experimentar niveles más altos de estrés académico. La acumulación de tareas y la presión por cumplir con los plazos contribuyen a un ciclo vicioso que afecta negativamente el rendimiento académico y el bienestar emocional.

La pandemia ha intensificado esta relación, con el aumento de la procrastinación y el estrés como resultado de la adaptación a la educación en línea y las restricciones sociales (Gómez & Silva, 2023). Los estudiantes enfrentan desafíos adicionales en la gestión del tiempo y la adaptación a nuevas formas de aprendizaje, lo que contribuye a un aumento en el estrés académico.

En el distrito de Chíncha, ubicado en la región Ica del Perú, la procrastinación y el estrés académico se han convertido en problemas cada vez más notorios entre los estudiantes. La pandemia de COVID-19 ha amplificado estos desafíos, afectando el desempeño académico y el bienestar emocional de los jóvenes en esta región. Este contexto local presenta características

particulares que deben ser consideradas para comprender mejor la magnitud y las implicancias de estos problemas.

La procrastinación académica en Chincha ha sido identificada como una preocupación significativa. Según un estudio realizado por Ramos y Mendoza (2023), el 60% de los estudiantes de secundaria y universitarios en Chincha reportan niveles elevados de procrastinación, con un aumento notable durante la pandemia. La transición a la educación en línea ha exacerbado este comportamiento, dado que la falta de una estructura física y el acceso limitado a recursos tecnológicos han contribuido a una mayor procrastinación.

Un informe de la Municipalidad Distrital de Chincha (2022) destaca que el 55% de los estudiantes en la región experimentan dificultades para gestionar su tiempo de manera efectiva, lo que se traduce en una mayor tendencia a posponer tareas académicas. La falta de acceso a herramientas tecnológicas y la infraestructura deficiente han sido factores clave en la exacerbación de la procrastinación en Chincha (Municipalidad Distrital de Chincha, 2022).

El estrés académico es otro problema relevante en Chincha. Un estudio realizado por Romero et al. (2023) indica que el 68% de los estudiantes en esta región experimentan niveles altos de estrés relacionados con sus estudios, especialmente durante la pandemia. Las dificultades en el acceso a recursos educativos adecuados y el impacto económico de la pandemia han contribuido a una presión académica creciente.

La Dirección Regional de Educación de Ica (2022) reporta que el estrés académico ha llevado a un aumento en las consultas de apoyo psicológico y orientación académica en Chincha. La falta de apoyo adecuado y la alta carga de trabajo académico han generado un entorno de gran presión para los estudiantes, afectando su bienestar emocional y su rendimiento académico.

La relación entre procrastinación y estrés académico ha sido evidenciada en Chincha. Un estudio de Fernández y Silva (2023) muestra que los estudiantes que tienden a procrastinar suelen experimentar niveles más altos de estrés académico. La procrastinación, al generar una acumulación

de tareas y la presión de cumplir con plazos ajustados, intensifica el estrés y afecta negativamente el desempeño académico.

La pandemia ha agravado esta relación en Chincha, con el aumento en la procrastinación y el estrés debido a la transición a la educación en línea y las limitaciones impuestas por las restricciones sociales (González & Rodríguez, 2023). Los estudiantes han enfrentado desafíos adicionales en la gestión del tiempo y la adaptación a nuevas modalidades de aprendizaje, contribuyendo a un ciclo de procrastinación y estrés (González & Rodríguez, 2023).

2.2. Pregunta de investigación general

PG: ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024?

2.3. Preguntas de investigación específicas

P.E.1: ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de motivación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024?

P.E.2: ¿Cuál es la relación que existe entre la dependencia y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024?

P.E.3: ¿Cuál es la relación que existe entre la baja autoestima y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024?

P.E.4: ¿Cuál es la relación que existe entre la desorganización y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024?

P.E.5: ¿Cuál es la relación que existe entre la evasión de responsabilidad y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024?

2.4. Justificación e Importancia

2.4.1. Justificación

Justificación teórica:

La investigación sobre procrastinación y estrés académico busca ampliar y adaptar las teorías existentes a un contexto local específico como el de Chincha, Ica. La procrastinación, según Steel (2007), se relaciona con factores como la impulsividad y la aversión a la tarea, mientras que el modelo de estrés transaccional de Lazarus y Folkman (1984) explora la percepción y afrontamiento del estrés. Sin embargo, estos modelos pueden no captar las particularidades locales, por lo que esta investigación se propone adaptar y aplicar estos marcos teóricos para una comprensión más precisa de cómo estos fenómenos afectan a los estudiantes en Chincha.

Justificación práctica:

Desde una perspectiva práctica, esta investigación tiene un valor significativo al permitir el desarrollo de estrategias específicas para abordar la procrastinación y el estrés académico en Chincha. Identificar los niveles y factores asociados a estos problemas proporcionará datos valiosos para diseñar intervenciones efectivas, como talleres de gestión del tiempo y apoyo psicológico, adaptadas a las necesidades de los estudiantes. Este enfoque permitirá a las instituciones educativas implementar programas que aborden de manera efectiva los problemas identificados, mejorando el rendimiento y bienestar académico de los estudiantes.

Justificación social:

A nivel social, la investigación es crucial para mejorar el bienestar general de los estudiantes. La procrastinación y el estrés académico no solo afectan el rendimiento escolar, sino también la salud mental y emocional de los jóvenes. Al comprender estos problemas en el contexto local, la investigación ayudará a crear un entorno educativo más saludable y a sensibilizar a la comunidad educativa sobre la importancia del apoyo integral para los estudiantes. Esto puede llevar a una mayor inversión en recursos y programas que respondan a las necesidades emocionales y académicas de los jóvenes.

Justificación metodológica:

Metodológicamente, la investigación utilizará un enfoque mixto que combina métodos cuantitativos y cualitativos para obtener una visión completa de la procrastinación y el estrés académico. Las encuestas permitirán obtener datos estadísticos sobre la prevalencia y correlaciones de estos problemas, mientras que las entrevistas y grupos focales ofrecerán una comprensión detallada de las experiencias y percepciones de los estudiantes. Esta combinación metodológica asegura una evaluación exhaustiva, proporcionando una base sólida para el desarrollo de intervenciones efectivas y prácticas basadas en los hallazgos locales

2.4.2. Importancia

La investigación sobre procrastinación y estrés académico es crucial por varias razones. Primero, aborda directamente el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes al identificar y mitigar las causas subyacentes de estos problemas, lo que puede mejorar significativamente su calidad de vida. En segundo lugar, proporciona datos valiosos para desarrollar intervenciones educativas efectivas, como talleres de gestión del tiempo y apoyo psicológico, adaptadas a las necesidades locales. Además, enriquecerá el conocimiento teórico al adaptar modelos existentes a contextos específicos, y sensibilizará a la comunidad educativa sobre la importancia de apoyar a los estudiantes en sus desafíos académicos, fomentando un entorno más inclusivo y equitativo.

2.5. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

2.6. Objetivos específicos

O.E.1: Determinar la relación que existe entre la falta de motivación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

O.E.2: Determinar la relación que existe entre la dependencia y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

O.E.3: Determinar la relación que existe entre la baja autoestima y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

O.E.4: Determinar la relación que existe entre la desorganización y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

O.E.5: Determinar la relación que existe entre la evasión de responsabilidad y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

2.7. Alcances y limitaciones

2.7.1. Alcances

La investigación sobre procrastinación y estrés académico en Chincha, Ica, busca identificar factores específicos y analizar cómo estos fenómenos afectan a los estudiantes en este contexto local, permitiendo el desarrollo de intervenciones precisas como talleres de gestión del tiempo y apoyo psicológico adaptados a las necesidades regionales. Además, contribuirá al conocimiento científico al aplicar teorías existentes a un nuevo entorno, enriqueciendo los modelos teóricos. Por último, la investigación fomentará la sensibilización de la comunidad educativa y los responsables de políticas sobre la importancia de abordar estos problemas, lo que podría llevar a una mayor inversión en recursos y programas de apoyo para mejorar el bienestar académico y emocional de los estudiantes.

2.7.2. Limitaciones

Una limitación significativa de la investigación es que los hallazgos se centran en Chincha, Ica, lo que puede restringir su aplicabilidad a otros

contextos debido a las particularidades locales que influyen en la procrastinación y el estrés. Además, el estudio podría enfrentar desafíos relacionados con la disponibilidad de recursos y el acceso a una muestra representativa, lo que podría afectar la generalización de los resultados. El uso de un enfoque metodológico mixto, aunque proporciona una visión integral, puede complicar la integración y análisis de datos. Finalmente, factores externos imprevistos, como cambios en el entorno educativo o emergencias de salud pública, también podrían influir en los resultados y su interpretación.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Internacionales

En su tesis titulada, *Estrés académico y procrastinación en estudiantes universitarios durante la educación remota en Argentina*, (Álvarez, et al. 2022). El Objetivo fue analizar la relación entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes universitarios de Argentina durante el periodo de educación remota impuesto por la pandemia. Metodología: El estudio adoptó un enfoque cuantitativo y utilizó un diseño correlacional. Se seleccionó una muestra de 150 estudiantes universitarios de diversas facultades en Buenos Aires. Se emplearon dos instrumentos de medición: el Cuestionario de Estrés Académico (CEA) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Resultados: Los resultados revelaron que el 40% de los estudiantes presentó niveles elevados de estrés académico, y el 35% mostró un alto grado de procrastinación. Se observó una correlación significativa entre el nivel de estrés académico y la tendencia a procrastinar. Conclusión: El estudio concluyó que el estrés académico tiene una influencia considerable en la procrastinación entre los estudiantes universitarios. Además, sugirió que la gestión del estrés podría ser crucial para reducir los comportamientos procrastinadores y mejorar el rendimiento académico.

En su estudio titulado “Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea” (Camarillo et al., 2021), el objetivo fue examinar la relación entre el estrés académico y la procrastinación entre los estudiantes de la FES. Para ello, se seleccionó una muestra de 120 estudiantes y se recopilaron datos utilizando el cuestionario EPA de Buskos (1998) y el inventario de SISCO de Barraza. Los resultados mostraron que el 11.80% de los estudiantes tenía un nivel bajo de procrastinación, el 74.50% un nivel medio y el 13.70% un nivel alto. En cuanto al estrés, el 49% experimentaba estrés severo y el 51% estrés

moderado. La conclusión del estudio indicó una relación significativa entre el estrés académico y la procrastinación.

En su artículo titulado “Procrastinación académica en estudiantes universitarios” (Estremadoyro y Schulmeyer, 2021), el propósito fue medir el grado de procrastinación y analizar las razones detrás de este comportamiento. La muestra consistió en 319 estudiantes, y se utilizó la Escala de Evaluación de Procrastinación para Estudiantes (PASS) para la recolección de datos. Los resultados indicaron que el 3% de los estudiantes presentó un nivel alto de procrastinación, el 37% un nivel medio-alto, el 54% un nivel medio-bajo y el 6% un nivel bajo. El estudio concluyó que las principales razones para procrastinar eran la ansiedad por la evaluación y la dificultad para gestionar el tiempo de manera efectiva. Además, se observó que las causas de la procrastinación variaban entre hombres y mujeres.

Martínez & López (2021). *Impacto del estrés académico en la procrastinación entre estudiantes universitarios en Chile*. **Objetivo:** El propósito del estudio de Martínez y López (2021) fue evaluar el impacto del estrés académico en la procrastinación entre estudiantes de educación superior en Chile, con énfasis en las variaciones durante el período de pandemia. **Metodología;** El estudio utilizó un enfoque cuantitativo con una metodología descriptiva y correlacional. Se incluyó una muestra de 200 estudiantes de la Universidad de Santiago de Chile. Se usaron la Escala de Estrés Académico (ESA) y el Inventario de Procrastinación Académica (IPA) para la recolección de datos. **Resultados:** El análisis mostró que el 25% de los estudiantes experimentaba niveles altos de estrés académico y procrastinación. Los datos indicaron una correlación positiva entre ambos factores, con un 60% de los estudiantes mostrando niveles moderados a altos en ambas variables. **Conclusión:** Martínez y López concluyeron que el estrés académico es un factor significativo que contribuye a la procrastinación entre los estudiantes chilenos. El estudio resaltó la necesidad de

implementar estrategias de manejo del estrés para mitigar los efectos negativos sobre el rendimiento académico y la procrastinación.

En su tesis titulada “Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por COVID-19” (Gonzales, 2020), el objetivo fue analizar los efectos del confinamiento durante la pandemia, especialmente en relación con el estrés académico causado por el cierre de universidades y la adaptación a la educación remota. La investigación empleó un enfoque descriptivo y cualitativo con una muestra de 72 estudiantes, utilizando la Escala de Afrontamiento del Estrés Académico (A-CEA) y un cuestionario sobre la percepción del estrés relacionado con la COVID-19. Los resultados mostraron que el 16.8% de los estudiantes reportó un nivel alto de estrés académico, mientras que el 54% experimentó niveles bajos. La conclusión del estudio indicó que, aunque los estudiantes tienen cierta capacidad para manejar el estrés académico, este problema ha aumentado significativamente, especialmente entre aquellos de recursos limitados, lo que impacta negativamente en su rendimiento académico.

Nacionales

Castillo (2021), en su investigación titulada “Influencia del estrés académico en la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Anta 2021” realizada en la Universidad Cesar Vallejo para obtener el título de Maestro en Psicología Educativa, empleó un enfoque cuantitativo de tipo básico con un diseño no experimental, transversal y correlacional causal. La investigación incluyó una muestra de 84 estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico censal. Se utilizaron el Inventario SISCO y la Escala EPA para recolectar datos, obteniendo un valor $p = 0.000$. Los resultados demostraron que el estrés académico tiene una influencia significativa en la procrastinación de los estudiantes. También se observó que los estímulos estresores, los síntomas y las estrategias

de afrontamiento afectan la procrastinación. Así, se concluye que a mayor nivel de estrés académico, mayor es la tendencia a procrastinar.

Castillo (2021), en su investigación titulada “Influencia del estrés académico en la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Anta 2021” realizada en la Universidad Cesar Vallejo para obtener el grado de Maestro en Psicología Educativa, empleó un enfoque cuantitativo. El estudio, de tipo básico, utilizó un diseño no experimental, transversal y correlacional causal, con una muestra de 84 estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria. Se aplicó un muestreo no probabilístico de tipo censal y se utilizaron el Inventario SISCO y la Escala EPA para la recolección de datos. Los resultados mostraron un valor $p = 0.000$, confirmando que el estrés académico tiene un impacto significativo en la procrastinación de los estudiantes. Además, se observó cómo los estímulos estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento influyen en la procrastinación. En conclusión, el estudio demostró que el estrés académico contribuye a un mayor comportamiento procrastinador, indicando que tanto los estresores como los síntomas y las estrategias de afrontamiento son factores que favorecen la procrastinación.

Aguilar (2021), en su tesis titulada “Procrastinación y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima”, tuvo como objetivo determinar la relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios. La investigación utilizó una metodología con diseño experimental, cuantitativo, descriptivo y correlacional, con una muestra de 219 estudiantes. Se emplearon la Escala de Procrastinación Académica de Busko y el Inventario SISCO de estrés académico de Barraza para la recolección de datos. Los resultados indicaron que el 36.5% de los estudiantes presentó un nivel bajo de procrastinación, mientras que el 63.5% mostró un nivel medio. En términos de estrés académico, el 16% de los estudiantes reportó un nivel promedio bajo, el 74.9% un nivel promedio, y el 9.1% un nivel promedio alto. La conclusión

del estudio fue que no se encontró una relación significativa entre procrastinación y estrés académico en los estudiantes.

Álvarez y Cerrón (2020), en su tesis titulada "Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica" realizada en la Universidad Continental de Huancayo para obtener el título de Licenciado en Psicología, emplearon un diseño no experimental y un enfoque transaccional. Este estudio, de tipo aplicado y nivel descriptivo correlacional, analizó una muestra de 193 estudiantes utilizando la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) de Edmundo Arévalo Luna et al. (2011) y el Inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2006). Los resultados mostraron un nivel de significancia $\alpha = 0.000$ y un coeficiente $\rho = .649$, indicando una relación directa, moderada y significativa entre el estrés y la procrastinación. En el análisis descriptivo, se observó que el 64.8% de los estudiantes presentaba un nivel medio de estrés, mientras que el 90.2% tenía un nivel medio de procrastinación académica. La conclusión del estudio evidenció una correlación significativa: a medida que aumenta el nivel de estrés, también lo hace el nivel de procrastinación. Además, se determinó que la procrastinación es generalmente más alta que el estrés, sugiriendo una relación directa y moderada entre ambas variables.

Melchor y Beltrán (2019), en su investigación titulada "Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad de Lima Norte 2019", se propusieron determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en estudiantes de psicología. Utilizaron un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, de corte transversal y correlacional, y trabajaron con una muestra de 240 estudiantes. Para la recolección de datos, se emplearon la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) y el Inventario SISCO de estrés académico. Los resultados mostraron que

el 14% de los estudiantes tenía un nivel bajo de estrés académico, el 60% un nivel medio, y el 20% un nivel alto. La investigación concluyó que existe una relación entre las variables estudiadas, indicando que un mayor bienestar psicológico está asociado con una menor manifestación física del estrés en los estudiantes.

Locales o regionales

Fernández (2022). *Influencia del estrés académico en la procrastinación entre estudiantes universitarios de Chincha*. Objetivo: Evaluar la influencia del estrés académico en la procrastinación entre los estudiantes universitarios de Chincha. Metodología: Se utilizó una metodología cuantitativa con un diseño descriptivo-correlacional. La muestra estuvo compuesta por 150 estudiantes universitarios seleccionados mediante un muestreo intencional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Estrés Académico de Sánchez (2020) y la Escala de Procrastinación de García (2019). Resultados: Los resultados indicaron que el 40% de los estudiantes tenía un nivel alto de procrastinación, mientras que el 35% tenía un nivel moderado. En relación con el estrés académico, el 20% reportó niveles altos, el 55% niveles moderados y el 25% niveles bajos. Se encontró una correlación moderada entre el estrés académico y la procrastinación ($r = 0.52$, $p < 0.05$). Conclusión: El estrés académico tiene una influencia moderada en la procrastinación de los estudiantes universitarios, lo que implica que el incremento en el estrés académico tiende a aumentar la procrastinación.

Salazar (2021). Relación entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de secundaria en una institución educativa de Chincha. Objetivo: Analizar la relación entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de secundaria en una institución educativa de Chincha. Metodología: La investigación empleó un enfoque cuantitativo con un diseño correlacional no experimental. Se seleccionó

una muestra de 120 estudiantes de secundaria utilizando un muestreo no probabilístico. Se emplearon la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Estrés Académico (ISA) para la recolección de datos. Resultados: Se encontró que el 30% de los estudiantes presentó niveles altos de procrastinación y el 45% mostró niveles moderados. En cuanto al estrés académico, el 25% reportó niveles altos, el 50% niveles moderados, y el 25% niveles bajos. Se observó una correlación positiva significativa entre los niveles de estrés académico y procrastinación ($r = 0.47$, $p < 0.01$). Conclusión: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de secundaria, lo que sugiere que a mayor estrés académico, mayor es la tendencia a procrastinar.

Quispe (2020), en su tesis titulada “Competencias emocionales y el estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Chincha Alta, 2020”, buscó determinar la relación entre las competencias emocionales y el estrés académico entre los estudiantes. La investigación utilizó una metodología cuantitativa con un diseño no experimental y descriptivo correlacional, y se basó en una muestra de 189 estudiantes. Para la recolección de datos, se emplearon el cuestionario de competencias emocionales QDE de Bisquerra, elaborado por el GROU (2018), y el cuestionario de Estrés Académico SISCO SV. Los resultados mostraron que el 8% de los estudiantes tenía un nivel bajo de estrés académico, el 76% un nivel moderado y el 17% un nivel alto. La conclusión del estudio fue que no existe una relación significativa entre las competencias emocionales y el estrés académico en los estudiantes.

Aspur y Falconi (2020), en su tesis titulada “Procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad de Ica, 2020”, se propusieron determinar el nivel de procrastinación académica entre los alumnos universitarios. Utilizaron una metodología cuantitativa con un enfoque descriptivo y un diseño no experimental simple. La muestra consistió en 29 estudiantes, y se empleó el instrumento EPA para la

recolección de datos. Los resultados indicaron que el 38% de los estudiantes presentó niveles bajos de procrastinación académica, el 48% mostró un nivel medio y el 14% un nivel alto. La conclusión del estudio fue que la mayoría de los estudiantes exhiben niveles medios de procrastinación en su ámbito académico. Analizando la situación y los resultados obtenidos, se puede afirmar que existe una tendencia a procrastinar en un rango de medio a alto, con el mayor porcentaje de estudiantes situándose en el nivel medio. Esto indica que la mayoría de los estudiantes de la muestra exhiben comportamientos procrastinadores.

Valencia y Tataje (2020), en su tesis titulada “Estrés y rendimiento académico ante la pandemia en estudiantes de la Universidad Autónoma de Ica, Chincha-2020”, tuvieron como objetivo establecer la relación entre el estrés y el rendimiento académico durante la pandemia en estudiantes universitarios. Utilizaron una metodología cuantitativa, descriptivo-correlacional, con un diseño no experimental y transversal, aplicando una muestra de 149 estudiantes y utilizando la escala de Estrés Académico de Soto (2018). Los resultados mostraron que el 74.9% de los estudiantes presentó un nivel bajo o leve de estrés académico, el 10.7% tuvo un nivel medio o moderado, y el 9.4% alcanzó un nivel alto o grave. La conclusión fue que no se encontró una asociación significativa entre el estrés y el rendimiento académico, ya que la correlación observada fue muy baja y posiblemente aleatoria.

3.2. Bases Teóricas

3.2.1. Procrastinación académica

3.2.1.1. Definición

Domínguez (2017) sostiene que la procrastinación resulta de una gestión ineficaz del tiempo y una falta de autorregulación por parte de los estudiantes en relación con sus responsabilidades. Quant y Sánchez (2012) la definen como un rasgo de personalidad duradero, caracterizado por la tendencia a posponer actividades importantes hasta que este

comportamiento se generaliza y se convierte en una parte significativa de la personalidad. Según Arévalo y Otiniano (2011), el modelo de rasgos de procrastinación abarca cinco dimensiones: evitación de responsabilidades, falta de motivación, dependencia, desorganización y baja autoestima. Alvares y Cáceres (2010) señalan que la procrastinación implica completar las tareas académicas justo antes de la fecha límite, e incluso pueden buscar maneras de eludir estas actividades. Sobalvarro (2008) describe la procrastinación como la postergación intencional de una tarea, ya sea por descuido o pereza, llevada a cabo debido a la falta de interés o motivación hacia la actividad. Un aspecto notable es que la tarea se realiza con lentitud, lo que refuerza la práctica constante de este comportamiento. Finalmente, Alexander y Onwuegbuzie (2007) consideran la procrastinación como un hábito generalizado que afecta todas las tareas, siendo especialmente perjudicial en el ámbito académico, donde es conocida como procrastinación académica y se considera perjudicial para el aprendizaje.

3.2.1.2. Tipos de procrastinadores

Bustinza, García y Ferrari (2005) definen a los procrastinadores como aquellos que suelen experimentar estrés psicológico debido a sus esfuerzos por cumplir con los plazos establecidos. Este estrés puede derivar en malestar asociado con el fracaso y las críticas que surgen cuando no logran completar sus tareas. Estos individuos tienden a posponer acciones importantes, dejando todo para el último momento, lo que a menudo impide que culminen sus tareas y se traduce en comportamientos negativos que les alejan del éxito. Dentro de esta categoría, se identifican dos tipos de procrastinadores: los ocasionales, que procrastinan de manera intermitente, y los crónicos, que presentan estos patrones de comportamiento de forma continua. Los procrastinadores crónicos, en particular, suelen tener baja autoestima y a menudo se quedan atrapados en el pasado, sin poder justificar la falta de ejecución de sus tareas.

Chan (2011) identifica dos tipos de procrastinadores en sus estudios: los ocasionales y los cotidianos, siendo estos últimos aquellos que enfrentan problemas personales y sociales recurrentes.

Hsin y Nam (2005) describen dos tipos de procrastinadores: activos y pasivos. Los procrastinadores pasivos, considerados tradicionales, son indecisos y no completan sus actividades en el tiempo previsto. Por otro lado, los procrastinadores activos prefieren trabajar bajo presión y eligen posponer las tareas por decisión propia, a menudo incumpliendo los plazos establecidos.

Chun y Choi (2005) también reconocen dos tipos de procrastinadores: pasivos y activos. Los pasivos son aquellos que retrasan sus compromisos, mientras que los activos aplazan sus tareas pero tienden a desarrollarlas bajo presión de manera constante.

Arévalo (2011) clasifica seis tipos de procrastinadores: los perfeccionistas, que posponen sus proyectos para perfeccionarlos; los soñadores, que viven en una teoría irreal sobre el éxito y evitan afrontar la realidad; los generadores de crisis, que crean conflictos internos para evitar realizar tareas; los atormentados, que sufren al enfrentar fracasos y que generalmente muestran este comportamiento desde la niñez; los desafiantes, que evitan responsabilidades por rechazo a compromisos; y los sobrecargados, que buscan complacer a todos y terminan asumiendo demasiadas tareas, sin poder cumplir con ellas de manera efectiva.

Steel (2007) propone cuatro tipos de procrastinadores: los que buscan emociones, que se sienten satisfechos al completar tareas a tiempo; los impulsivos, que muestran falta de atención y disciplina; los indecisos, que se estancan al no tomar decisiones; y los evitadores, que temen al fracaso y a la desaprobación de los demás.

3.2.1.3. Tipos de procrastinación

De acuerdo a la conceptualización de Procrastinación, es necesario dar un enfoque de acuerdo a los escenarios o entorno.

Procrastinación familiar

Carranza y Ramírez (2013) definen la procrastinación como el acto de posponer de manera intencional las responsabilidades y roles familiares de una persona. A pesar de que la persona puede tener la intención de completar estas tareas en el plazo establecido, carece de la motivación necesaria o el deseo de hacerlo, ya que la actividad no le resulta placentera.

Procrastinación emocional

En el ámbito emocional, Ferrari (1991) describe la procrastinación como un estilo de vida vinculado a comportamientos emocionales. Según Ferrari, cuando una persona pospone una tarea, experimenta emociones específicas derivadas de la acumulación de energía, lo que genera una dependencia de esa emoción que impulsa la búsqueda de información a corto plazo, la organización y la finalización del trabajo dentro del plazo establecido. Al completar la tarea, la persona siente satisfacción y se enorgullece de haberla terminado. Durand y Cucho (2016, p. 15) señalan que la procrastinación está cargada de emociones, explicando que para estos procrastinadores, las emociones asociadas con el acto de procrastinar surgen del exceso de energía acumulada, que se manifiesta en el comportamiento de posponer tareas. Además, se menciona que la dilación académica está fundamentalmente relacionada con la gestión del tiempo, vinculándose con factores afectivos, cognitivos y conductuales.

Procrastinación Académica

Diversas investigaciones han explicado que la procrastinación académica se refiere al retraso en la realización de tareas escolares debido a la falta de motivación o al rechazo que el estudiante siente hacia la actividad. Esta conducta se relaciona con emociones como la ansiedad, angustia o preocupación respecto a sus responsabilidades académicas, como el nerviosismo frente a exámenes o tareas.

Sommer (1990) define la procrastinación como un comportamiento que refleja una rebeldía constante hacia figuras de autoridad, como padres o profesores. En este contexto, la procrastinación académica se relaciona con una transferencia inconsciente de sentimientos entre padres e hijos o entre profesores y estudiantes, debido al vínculo que existe entre ellos.

Furlan et al. (2014) amplían la definición al señalar que la procrastinación académica no solo implica no completar una tarea, sino también el retraso, la no finalización o la realización de estas tareas bajo una alta tensión.

Chu y Choi explican que la procrastinación académica está vinculada a la confusión o dificultad para realizar una tarea, así como a problemas para seguir instrucciones dentro de un plazo determinado. La falta de claridad en las metas y la tendencia a posponer las tareas pueden aumentar los niveles de estrés. La falta de comprensión o de objetivos claros contribuye a la procrastinación, lo que a su vez incrementa el estrés académico.

3.2.1.4. Factores que desencadenan la Procrastinación Académica

Diversos estudios abordan los factores que provocan la procrastinación en el ámbito académico. Según Furlan et al. (2014), la procrastinación académica está vinculada tanto a factores negativos como positivos. Los factores negativos incluyen el bajo rendimiento académico y la falta de responsabilidad para cumplir con las obligaciones, mientras que los factores positivos abarcan aspectos como el perfeccionismo y el neocriticismo, entre otros.

Steel (2011) identifica la procrastinación como resultado de varios factores que influyen en el comportamiento deliberado del procrastinador ante una tarea. Entre estos factores se encuentran la perspectiva del individuo sobre sus objetivos, la percepción de la importancia de la tarea

para él, el tiempo disponible para alcanzar los resultados y los sentimientos de nerviosismo que experimenta.

3.2.1.5. Características de los procrastinadores

Considerando los factores positivos de la procrastinación, como el perfeccionismo, encontramos que estos pueden llevar a individuos con grandes aspiraciones a posponer sus tareas en busca de la perfección. Estos estudiantes suelen tener una alta capacidad para resolver problemas, establecer metas alcanzables, y presentan empatía y un buen sentido del humor, cualidades que favorecen su éxito tanto en ámbitos sociales como laborales.

Por otro lado, los factores negativos de la procrastinación, como el bajo rendimiento académico, revelan características de procrastinadores que suelen ser menos humorísticos, más irritables y dependientes de los demás para cumplir con sus responsabilidades. Además, suelen mostrar inseguridad, reaccionan de manera explosiva ante críticas y adoptan una actitud defensiva que a menudo resulta en respuestas inadecuadas.

3.2.1.6. Modelos de procrastinación académica

Los estudios nos refieren diversos modelos de procrastinación en el ámbito académico, tales como:

Modelo psicodinámico

Baker (1979) define la procrastinación académica como un miedo a no cumplir con las expectativas adecuadas, refiriéndose a personas que evitan completar tareas porque temen no ser capaces de hacerlo correctamente. Este temor al fracaso a menudo se relaciona con las dinámicas familiares, donde las expectativas elevadas de los padres pueden aumentar la frustración y reducir la autoestima de los hijos, contribuyendo a su tendencia a posponer actividades o tareas. Cuando los padres ejercen una presión excesiva sobre el desempeño académico, los niños o jóvenes estudiantes, al no poder cumplir con esas exigencias, experimentan frustración y culpa, lo que lleva a la procrastinación debido

a la sensación de incapacidad. En este contexto, el miedo a decepcionar a los padres predomina. Freud (1926) interpreta esta conducta como una forma de ansiedad para evitar tareas específicas.

Por otro lado, Ferrare (1995) desde una perspectiva psicoanalítica señala que el desempeño académico deficiente está relacionado con las experiencias infantiles que moldean la identidad. Según Birner (1993), la procrastinación está vinculada a eventos pasados y refleja cuestiones relacionadas con el desarrollo y la madurez del individuo, que aún no se han resuelto completamente.

Modelo motivacional

McCown, Ferrari y Johnson (1991) destacan en su modelo motivacional que el estímulo es crucial para alcanzar el éxito. En este enfoque, las personas dirigen sus esfuerzos hacia la finalización de sus tareas en todo momento, con el estímulo motivador actuando como el principal motor para alcanzar sus objetivos. Este modelo distingue dos posturas: la expectativa de éxito y el miedo al fracaso. La primera se asocia con la satisfacción emocional que proviene de lograr metas, mientras que la segunda se relaciona con el impulso de evitar situaciones negativas. En contextos donde el temor a cometer errores supera la confianza en alcanzar el éxito, los individuos tienden a priorizar logros inmediatos, lo que a menudo lleva a postergar actividades que consideran difíciles o importantes, ya que temen constantemente fracasar.

Modelo conductual

B.F. Skinner (1983), en su teoría conductista, sugiere que los comportamientos pueden ser modificados mediante el uso de estímulos positivos o negativos. Este enfoque se basa en el principio de estímulo-respuesta.

Arévalo (2011) menciona en su investigación que Skinner sostiene que las conductas que se repiten con frecuencia son reforzadas o condicionadas por ciertas circunstancias. Por lo tanto, las conductas

procrastinadoras tienden a persistir porque las acciones procrastinadoras se repiten continuamente en el tiempo.

Modelo cognitivo conductual

Natividad (2014) indica que el modelo cognitivo-conductual del individuo se centra en cómo las personas interactúan con sus ideas, posturas y creencias. Según esta teoría, los procesos cognitivos anómalos son alteraciones irracionales que se consideran conductas desadaptativas.

Stainton, Lay y Flett (2000) sugieren que el modelo cognitivo-conductual de la procrastinación examina cómo el cerebro procesa información anómala e involucra esquemas desadaptativos. Este enfoque revela rasgos negativos, como la falta de capacidad para desarrollar competencias y el temor al rechazo social. También señala que los procrastinadores a menudo son conscientes de su conducta de postergar tareas, lo que lleva a pensamientos obsesivos cuando no logran completar sus actividades a tiempo.

Desde la perspectiva cognitivo-conductual, Ellis y Knaus (1977) argumentan que la procrastinación se debe a pensamientos incoherentes que se transforman en creencias irracionales sobre la correcta finalización de tareas. Estas creencias pueden llevar a la persona a establecer metas poco realistas, que generalmente resultan en fracaso. Como resultado, se busca reducir el impacto emocional asociado, lo que a menudo provoca que la persona demore en iniciar las actividades, especialmente si no se siente capaz de completarlas, para evitar cuestionar sus propias habilidades y competencias.

3.2.1.7. Dimensiones de la procrastinación académica

Según Gonzales (2014), la procrastinación académica se manifiesta a través de varias dimensiones, incluyendo: procrastinación crónica

emocional, procrastinación por estímulo demandante, procrastinación por incompetencia personal y procrastinación por aversión a la tarea.

Procrastinación crónica emocional: Estos individuos tienden a posponer sus tareas en favor de actividades que les proporcionan una gratificación inmediata. Suelen dejar todo para el último minuto, y el éxito ocasional refuerza este comportamiento. Prefieren trabajar bajo presión y, aunque se sienten ansiosos por la postergación, se perciben más productivos al finalizar las tareas a última hora.

Procrastinación por estímulo demandante: Las personas en esta categoría retrasan sus actividades de aprendizaje porque tienden a sobrestimar el impacto de estímulos externos, que consideran difíciles de manejar.

Procrastinación por incompetencia personal: Estas personas posponen sus tareas debido a una percepción de falta de capacidad para realizarlas.

Procrastinación por aversión a la tarea: Algunos procrastinadores retrasan el inicio de una actividad porque la perciben como desagradable, lo que los lleva a aplazarla.

Arévalo Luna (2011) señala que la procrastinación escolar es común en adolescentes de 12 a 19 años, quienes suelen presentar desmotivación, dependencia, baja autoestima, desorganización y evasión de responsabilidades.

Arévalo y Otiniano (2011) identifican cinco dimensiones del modelo de procrastinación: evasión de responsabilidad, falta de motivación, dependencia, desorganización y baja autoestima. Cada una se caracteriza de la siguiente manera:

Evasión de responsabilidad: La persona evita cumplir con sus deberes y busca transferir la responsabilidad a otros, manifestando una tendencia a la sobrecarga.

Falta de motivación: La persona carece de la determinación y voluntad necesarias para completar tareas, y se caracteriza por la ensoñación.

Dependencia: La persona necesita apoyo constante de los demás para cumplir con sus responsabilidades, careciendo de autonomía y contribuyendo a la crisis en la que se encuentra.

Desorganización: La persona no organiza ni controla su entorno de trabajo, lo que refleja una falta de habilidades para gestionar el tiempo y el espacio, resultando en una persona lenta y desordenada.

Baja autoestima: El individuo se siente inseguro sobre sus habilidades y capacidades, lo que afecta su adaptación y lo convierte en un procrastinador atormentado.

3.2.1.8. Importancia del estudio de la variable procrastinación académica

Los estudios realizados por diversos investigadores han resaltado la importancia de comprender la procrastinación y sus vínculos con las emociones, comportamientos y el estrés. Aunque la procrastinación ocasional no se considera un trastorno, niveles elevados de procrastinación pueden llevar a un bajo rendimiento académico, sentimientos de culpa, ansiedad, angustia y estrés. Esto se debe a que, al postergar tareas, el estudiante a menudo termina realizando las actividades de manera apresurada y sin satisfacción, ya que no cumplen con sus expectativas originales.

Cuando estas conductas se vuelven habituales, pueden convertirse en un problema significativo, e incluso en un trastorno del comportamiento, afectando la autoestima del estudiante. La procrastinación crónica puede

llevar a inseguridades y a una falta de aceptación de sus habilidades, dificultando su capacidad para socializar, cumplir con responsabilidades y mantener relaciones saludables dentro de su entorno social.

El estudio de este problema es crucial para entender las diversas circunstancias que contribuyen a la procrastinación. Investigar en diferentes contextos proporciona información valiosa que puede guiar acciones correctivas en el ámbito escolar. Muchos estudiantes procrastinan debido a la falta de motivación, el bloqueo de iniciativas y la dependencia de otros para realizar tareas. Estos problemas pueden abordarse con orientación personalizada. Además, la baja autoestima y la desorganización son problemas detectables que, si se tratan a tiempo, pueden superarse. La evasión de responsabilidades también puede ser gestionada si se identifica a tiempo, ya que muchos jóvenes evitan sus obligaciones académicas por considerarlas complicadas. Atender estos problemas de manera inmediata puede prevenir que la procrastinación se convierta en un hábito crónico, protegiendo así la salud emocional de los estudiantes.

3.2.2. Estrés Académico

3.2.2.1. Definición

Puecas (2010) señala que el tránsito de un nivel académico a otro en la vida de los jóvenes implica una serie de cambios que pueden resultar estresantes. Al enfrentarse a nuevas experiencias en su vida académica, los jóvenes a menudo sienten una falta de control y encuentran difícil adaptarse a un nuevo estilo de vida y a las exigencias académicas. Sus investigaciones sugieren que el estrés está vinculado a actividades estresantes para los estudiantes, como exámenes, tareas y exposiciones. Además, sus resultados indican que las mujeres experimentan una mayor frecuencia e intensidad de estrés en comparación con los hombres.

Barraza (2008) sostiene que la adolescencia es una etapa en la que los jóvenes enfrentan cambios tanto biológicos como psicológicos, los cuales pueden manifestarse como estrés bajo ciertas circunstancias, como en situaciones de evaluación, exposiciones u otras actividades académicas o de interés social.

Román y Hernández (2011) explican que el concepto de estrés se originó al identificar una relación entre la capacidad de un individuo para manejar niveles de estrés y su capacidad para enfrentar situaciones estresantes. Este descubrimiento llevó a una mayor preocupación e investigación en las áreas de psicología y sociología del estrés.

Barraza (2006) aborda el estrés académico desde un enfoque basado en un modelo de sistemas cognitivos, describiéndolo como un proceso adaptativo y psicológico. Los factores estresantes pueden desestabilizar al individuo y provocar diversos síntomas, obligando a los estudiantes a adoptar estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio. Este fenómeno ocurre especialmente en ambientes escolares particularmente exigentes.

Según Barraza (2005), el estrés académico se refiere al estrés experimentado en el entorno educativo, como en la escuela o la universidad, y surge principalmente de factores relacionados con las actividades escolares y el entorno en el que se encuentra el estudiante.

3.2.2.2. Dimensiones del Estrés Académico:

Puecas-Sánchez (2010) adaptó el inventario Sisco para medir el estrés académico, incorporando tres dimensiones principales:

a) Dimensión de situaciones estresantes: Esta dimensión identifica cuáles son las situaciones que el estudiante percibe como más estresantes con mayor frecuencia.

b) Dimensión de síntomas o reacciones ante el estrés: Aquí se evalúan los síntomas asociados al estrés académico en los ámbitos físico, psicológico y conductual.

c) Dimensión de estrategias de afrontamiento: Se analizan las estrategias consideradas más efectivas para manejar y enfrentar el estrés.

3.2.2.3. Situaciones Considerados Estresores

Barraza (2004) identifica tres tipos de estresores en su investigación: físicos, sociales y psicológicos.

Estresores físicos: Incluyen factores como el ruido, las toxinas y otras sustancias que pueden afectar nuestro organismo. Estos estresores provienen de nuestra interacción con el entorno, y debemos adaptarnos a ellos con el tiempo.

Estresores sociales: Se relacionan con las interacciones sociales, que pueden causar estrés ya sea por aislamiento o por un contacto excesivo con otras personas.

Estresores psicológicos: Son aquellos que surgen de la percepción interna del individuo, como los pensamientos, sentimientos y preocupaciones sobre posibles amenazas en su entorno.

Cruz y Vargas (2001) clasifican los estresores en dos categorías:

Estresores mayores: Son aquellos que tienen un impacto negativo y no dependen de la percepción del individuo.

Estresores menores: Dependen de las evaluaciones personales y, por lo tanto, no se consideran estresores en sí mismos, sino que se denominan menores.

Diversas investigaciones han mostrado que los estresores más comunes entre los estudiantes incluyen la sobrecarga de tareas, la falta de tiempo, la evaluación por parte de los docentes, y el exceso de actividades que no se pueden cumplir a tiempo.

3.2.2.4. Importancia del estudio de la variable estrés académico

Las investigaciones sobre el estrés académico han permitido identificar los estresores más comunes entre los estudiantes y cómo estos afectan su vida académica. El objetivo es adquirir un mayor entendimiento de este problema, que tiene un impacto emocional significativo y puede llevar a problemas emocionales que afectan el rendimiento académico. Esta información es crucial para desarrollar estrategias de intervención en las escuelas, que ayuden a los estudiantes a enfrentar situaciones estresantes. Entre las acciones recomendadas se incluyen enseñarles a gestionar su tiempo de manera efectiva, planificar sus actividades con prioridades, adoptar diferentes métodos de estudio y programar actividades recreativas. Estas estrategias pueden ayudar a prevenir las consecuencias negativas del estrés académico. Este estudio es importante para prevenir, mitigar o reducir el impacto del estrés en los jóvenes estudiantes, ya que, aunque a menudo se pasa por alto, es un problema que puede tener efectos graves y silenciosos en la salud física, psicológica y social, afectando el proceso de aprendizaje.

3.3. Marco conceptual

Académico: Se refiere a personas, instituciones, objetos y proyectos relacionados con la educación superior (Bembibre, 2022).

Síntomas: Son señales o indicios de que algo está ocurriendo o está a punto de ocurrir (Real Academia Española, 2014).

Estrategias de afrontamiento: Son procesos cognitivos y conductuales en constante cambio que se desarrollan para manejar demandas específicas, ya sean externas o internas, que se perciben como excesivas para los recursos del individuo (Lazarus y Folkman, 1986).

Estresores: Son situaciones que provocan estrés y pueden ser de naturaleza laboral, académica o social. En el ámbito académico, los estresores incluyen horarios, evaluaciones, competencia, exigencias del curso y dificultades para completar tareas, entre otros.

Tensional: Se refiere a la sensación de tensión física y psicológica que conlleva incomodidad, inquietud y una necesidad de buscar alivio mediante el habla o la acción (Diccionario de Psicología APA).

Alteración: Implica perturbar, trastornar o inquietar (Real Academia Española, 2014).

Amortiguar: Significa reducir la intensidad, eficacia o violencia de algo, tendiendo hacia su extinción (Real Academia Española, 2014).

Activación: Es el proceso de excitación de las neuronas y sus conexiones sinápticas, provocado por una estimulación sensorial (Real Academia Española, 2014).

Procesos Cognitivos: Son procedimientos cerebrales para procesar, almacenar y analizar información del entorno, incluyendo el pensamiento, la memoria, la inteligencia y el lenguaje. Estos procesos ocurren durante toda la vida.

Conductual: Relacionado con el comportamiento, incluye las características que una persona manifiesta y que pueden fortalecer o debilitar su desarrollo personal.

Estado rasgo: Se refiere a un estado emocional caracterizado por sentimientos individuales percibidos conscientemente.

Estímulos: Factores externos que afectan a un organismo y provocan una respuesta cerebral. Estos estímulos pueden ser sensitivos, motores o cognitivos.

Autorregulación: Se refiere a la capacidad de generar y gestionar pensamientos, sentimientos y acciones con el fin de alcanzar metas personales.

Rasgo: Es una característica que define a un individuo, puede ser de origen genético o derivado de la interacción con su entorno, y define su personalidad.

Dilación: Relativo a la demora, tardanza o atraso. En psicología, se refiere a la postergación de acciones como tareas u obligaciones, lo que puede causar sentimientos de culpa y convertirse en problemas graves si se acumulan.

Autoestima: Es la valoración que una persona hace de sí misma, que puede ser positiva o negativa.

Ansiógenos: Son estímulos que provocan ansiedad, generando pensamientos que causan inquietud, aprensión, temor o preocupación en los individuos.

Crisis: En psicología, se define como una ruptura violenta en las vivencias psíquicas de un individuo, que provoca cambios en sus respuestas.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de la investigación.

Esta investigación empleó un enfoque cuantitativo, que se distingue por su uso de métodos numéricos y estadísticos para analizar datos de manera objetiva y sistemática. Los métodos se organizaron de manera secuencial y rigurosa, lo que facilitó la comprobación de la hipótesis mediante una recolección estandarizada de datos y un análisis estadístico detallado. Este enfoque permite validar la hipótesis con base en datos empíricos, asegurando la exactitud y fiabilidad de los resultados obtenidos (Arispe et al., 2020).

Tipo de investigación:

Este estudio se clasifica como investigación básica, según Arispe et al. (2020), ya que busca generar conocimientos más profundos mediante la comprensión de los aspectos esenciales de los fenómenos y hechos observables. También es de tipo transversal, dado que los datos se recopilan en un único punto en el tiempo.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), se trata de una investigación correlacional, ya que su objetivo es identificar la relación entre las variables en estudio. En este caso, se analizará la relación entre procrastinación y estrés escolar.

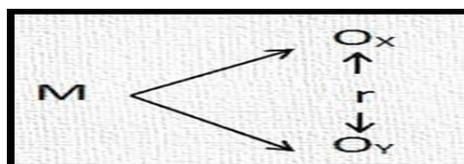
Nivel de investigación:

La tesis titulada "Procrastinación y Estrés Académico" se clasifica en un nivel de investigación exploratorio y descriptivo-correlacional. El enfoque exploratorio tiene como objetivo obtener una comprensión inicial sobre cómo la procrastinación impacta el estrés académico en los estudiantes. Este nivel se dedica a identificar patrones básicos y a sentar las bases para investigaciones futuras, utilizando métodos como encuestas y cuestionarios para recolectar datos preliminares sobre las variables de interés (Arispe et al., 2020).

En contraste, el enfoque descriptivo-correlacional se centra en describir y analizar la relación entre procrastinación y estrés académico. Utiliza métodos estadísticos para medir la fuerza y dirección de la asociación entre estas variables sin manipularlas. Este enfoque permite una evaluación detallada de cómo se relacionan la procrastinación y el estrés académico, identificando correlaciones significativas y proporcionando una base para futuras intervenciones y estudios en el área (Hernández & Mendoza, 2018).

4.2. Diseño de Investigación

El diseño seleccionado será de tipo no experimental, dado que no se realizará una manipulación intencional de las variables. En lugar de eso, se centrará en el análisis y la descripción de las relaciones que afectan las acciones (Hernández et al., 2014). Además, el diseño será descriptivo-correlacional, con el objetivo de identificar y medir la asociación entre las variables del estudio a través de un enfoque estadístico (Hernández y Mendoza, 2018). Este diseño se detalla a



continuación:

Donde:

M = Muestra (Estudiantes de 5to grado de secundaria) Ox = procrastinación

Oy = Estrés

r = Relación

4.3. Hipótesis general y específicas

4.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha – 2024

Hipótesis Específicas

H.E.1: Existe relación que entre la falta de motivación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha – 2024.

H.E.2: Existe relación entre la dependencia y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha – 2024.

H.E.3: Existe relación entre la baja autoestima y estrés en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha – 2024.

H.E.4: Existe relación que existe entre la desorganización y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha – 2024.

H.E.5: Existe relación entre la evasión de responsabilidad y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha – 2024.

4.4. Identificación de variables

Variable X. Procrastinación académica

Dimensiones:

- D1. Falta de motivación
- D2. Dependencia
- D3. Baja autoestima
- D4. Desorganización
- D5. Evasión de la responsabilidad

Variable Y. Estrés académico

Dimensiones:

- D1. Estresores
- D2. Síntomas
- D3. Estrategias de afrontamiento

4.5. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Procrastinación académica	Procrastinación escolar es considerada como una conducta negativa, que consiste en postergar o limitar una obligación o responsabilidad para ser desarrollada en ese momento eligiendo otras cosas no tan importantes. (Arévalo, 2011).	Procrastinación Escolar se refiere a los alumnos que postergan tareas, actividades, para ello se evaluó mediante el instrumento llamado escala de procrastinación adolescente creado por Edmundo Arévalo en el año 2011. Considerando para la dimensión Falta de motivación, los ítems 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41 y 46; para la dimensión dependencia, los ítems 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42 y 47; para la dimensión Baja autoestima los ítems 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43 y 48; para la dimensión desorganización los ítems 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44 y 49; para la dimensión Evasión de la responsabilidad los ítems 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45 y 50	D1. Falta de motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Irresponsabilidad para desarrollar actividades. - Indecisión para cumplir con sus metas y objetivos. 	Escala Ordinal Muy de acuerdo (5) Acuerdo (4) Indeciso (3) Desacuerdo (2) Muy en desacuerdo (1)
			D2. Dependencia	<ul style="list-style-type: none"> • Necesidad permanente de tener respaldo para desarrollar actividades. - Piden siempre ayuda. 	
			D3. Baja autoestima	<ul style="list-style-type: none"> • Desconfía en sus habilidades - Muestra temor a los resultados del desarrollo de sus actividades. 	
			D4. Desorganización	<ul style="list-style-type: none"> • Desordenados • No presentan horario para desarrollar sus actividades. - Falta de metodología del trabajo. 	
			D5. Evasión de responsabilidad	<ul style="list-style-type: none"> • Subestiman la importancia de las actividades. • Reducen el deseo de ejecutar dichas actividades pendientes. 	

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICION
Estrés académico	De acuerdo a las investigaciones de Arturo Barraza Macías, el estrés académico es un proceso sistemático y adaptativo y psicológico, que se manifiesta cuando el alumno se ve sometido, a una serie de demandas académicas, que son consideradas por el propio alumno como estresores que provocan un desequilibrio sistemático, que se manifiesta en una serie de síntomas que los obliga a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.	Barraza (2007) Conceptualizo al estrés educativo como procedimiento sistematizado, que se presenta en las dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Para medir la variable Estrés Académico se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO Arturo Barraza Macías con la Adaptación de : Puestas 2010. Lima – Perú, cuyas dimensiones: Estresores, cuenta con los siguientes ítems 1, 2, 3, 4,5,6,7, 8; Síntomas los ítems. 1: 2,3,4, 5, 6, 7,8,9, 10,11, 12, 13,14y15; Estrategias de afrontamiento, los ítems: 1,2,3,4,5,6,7 y 8.	D1. Estresores	Recarga de labores escolares. Evaluación de los docentes. Clases poco entendibles. La personalidad del profesor Tiempo para realizar las tareas	Escala ordinal Nunca (1) Rara vez (2) algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
			D2. Síntomas	Dolor de cabeza y/o espalda. Cansancio, fatiga crónica. Disfunciones gástricas. Dificultad para dormir o sueño irregular Ansiedad e indecisión. Tono de humor depresivo y/o Tristeza. Irritabilidad y/o preocupación excesiva. Aislamiento y/o ausentismo. Desgano. Tendencia a polemizar o discutir. Conflictos frecuentes. Incremento o disminución de la ingesta de alimento.	
			D3. Estrategias de afrontamiento	Ser asertivo. Concentrarse, buscar información, elaborar, ejecutar un plan y obtener lo positivo de la situación estresante. Elogiarse.	

Fuente: Adaptado de Barraza 2007

4.6. Población – Muestra

4.6.1. Población.

Es el grupo de personas u objetos sobre los cuales se pretende obtener información en una investigación. Este grupo puede incluir individuos, animales, registros médicos, estadísticas de nacimientos, muestras de laboratorio, accidentes de tráfico, entre otros (López, 2004).

4.6.2. Muestra

Tamayo (2006) define la muestra como el conjunto de procedimientos utilizados para examinar la distribución de ciertas características en una población completa, basándose en la observación de una parte representativa de esa población. En este estudio, la muestra estará formada por 97 estudiantes de 5to grado de secundaria.

4.6.3. Muestreo

En la presente investigación se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se eligieron sujetos que, ya sea por su voluntad o por sus características, cumplieran con los requisitos necesarios para participar en el estudio.

Se trabajó con un universo de 600 estudiantes de 1ero a 5to grado de secundaria, de los cuales se seleccionó una población específica de 97 estudiantes de 5to grado de secundaria. Debido a que la población y la muestra coinciden, se considera una muestra censal (97 estudiantes de 5to grado). Este enfoque de muestreo no probabilístico por conveniencia se aplicó para seleccionar a los participantes.

Criterios de inclusión, exclusión y eliminación:

a) Criterios de inclusión:

Estudiantes de 5to grado de secundaria de la institución educativa “Margarita Santa Ana de Benavides” en Ica.

Estudiantes que estuvieran presentes durante la aplicación de los instrumentos y cuya participación fue voluntaria.

b) Criterios de exclusión:

Estudiantes de 1ero a 4to grado de secundaria de la misma institución.

Estudiantes que no estaban presentes durante la aplicación de los instrumentos.

Estudiantes que optaron por no participar en la investigación.

c) Criterio de eliminación:

Estudiantes que respondan “No” a la pregunta filtro del Inventario SISCO.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información

4.7.1. Técnica

La técnica empleada es la encuesta, mediante la cual se recopilarán datos de la muestra a través de instrumentos de medición. El propósito es analizar, describir e interpretar las variables (Arias, 2020).

4.7.2. Instrumento de recolección de información

La escala de procrastinación en adolescentes EPA, desarrollada por Arévalo (2011), evalúa la procrastinación en responsabilidades académicas, familiares y sociales, midiendo factores como la falta de motivación, dependencia, baja autoestima, desorganización y evasión de responsabilidades, mediante ítems que aseguran la veracidad y consistencia de las respuestas.

Ficha Técnica del Instrumento para medir la variable Procrastinación Académica

Denominación	: Escala de Procrastinación en adolescentes (EPA)
Autores	: Edmundo Arévalo y Cols (2011)
Origen o Procedencia	: La Libertad, Trujillo. Perú
Administrado a	: Adolescentes de 12 a 19 años
Tiempo	: No hay tiempos limite, pero se estima en un tiempo límite aprox
Numero de Ítems	: 50 items
Normas que ofrece	: Normas `Percentiles, eneatipos
Escala de valores	: Muy de acuerdo (5) Acuerdo (4) Indeciso (3) Desacuerdo (2) Muy en desacuerdo (1)

Baremo de procrastinación Académica

Puntaje Porcentual	Nivel
70 - 99	Alto grado de procrastinación
40 - 69	Grado medio de procrastinación
1 - 39	Bajo grado de procrastinación

Ficha técnica del instrumento para medir la variable Estrés Académicos

Denominación	: Inventario de Estrés Académico
Autor	: Arturo Barraza Macias (2007)
Adaptación	: Puestas 2010 Lima - Perú
Administración	: Adolescentes 14 a 16 años
Numero de ítems	: 31 items
Duración	: 10 a 15 min
Escala de Valores	: Nunca (1) rara vez (2) algunas veces (3) casi siempre (4) Siempre (5)

Baremo del estrés académico

Puntaje porcentual	Nivel
0-33	Nivel leve del estrés
34-66	Nivel Moderado del estrés
67-100	Nivel profundo del estrés

Interpretación:

La validez y confiabilidad son esenciales para garantizar la calidad y precisión de los resultados en una investigación, asegurando que los instrumentos y métodos utilizados midan adecuadamente las variables de interés y produzcan resultados consistentes.

Recolección de información

La recolección de información en la investigación sobre procrastinación y estrés académico se realizó mediante el diseño de cuestionarios basados en la literatura y objetivos del estudio, la selección de una muestra representativa, y la aplicación estandarizada de instrumentos de medición. Los datos se recopilaron a través de encuestas e entrevistas, siguiendo procedimientos rigurosos, y se registraron y almacenaron de manera segura para garantizar la privacidad y confidencialidad de la información de los participantes.

4.8. Técnicas de análisis y procesamiento de datos

En la investigación sobre procrastinación y estrés académico, se emplearon diversas técnicas de análisis y procesamiento de datos para interpretar los resultados de manera precisa. Se realizaron análisis descriptivos para resumir las características básicas de los datos, análisis inferenciales como pruebas t y ANOVA para evaluar relaciones y comprobar hipótesis, y análisis de fiabilidad y validez para verificar la precisión de los instrumentos. También se utilizaron técnicas cualitativas para identificar patrones en los datos no cuantitativos y herramientas de visualización para presentar los resultados de forma clara y comprensible.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de Resultados

Tabla 1.

Variables de caracterización de las estudiantes.

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Edad		
15 años	54	55.67%
16 años	43	44.33%
Sección		
"A"	37	38.14%
"B"	30	30.93%
"C"	30	30.93%

Fuente: Matriz de datos.

Tabla 2.

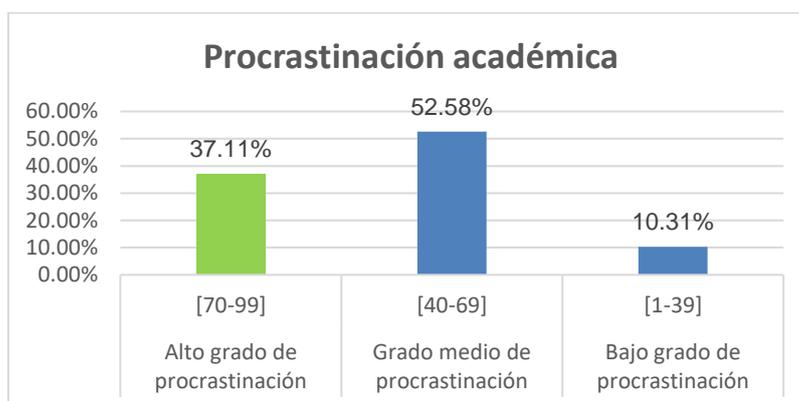
Resultados de la variable procrastinación académica.

Categoría	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Alto grado de procrastinación	[70-99]	36	37.11%
Grado medio de procrastinación	[40-69]	51	52.58%
Bajo grado de procrastinación	[1-39]	10	10.31%
Total		97	100.00%

Fuente. Matriz de datos

Figura 1.

Resultados de la variable procrastinación académica.



Fuente. Matriz de datos

Tabla 3.

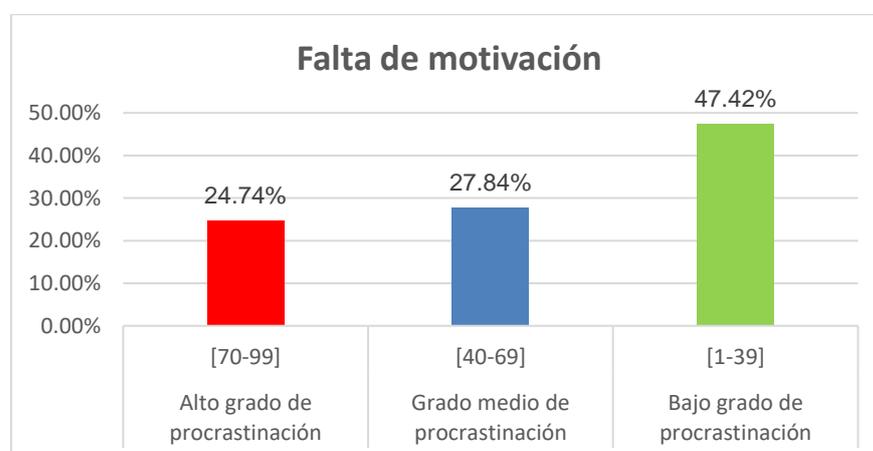
Resultados de la dimensión falta de motivación.

Categoría	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Alto grado de procrastinación	[70-99]	24	24.74%
Grado medio de procrastinación	[40-69]	27	27.84%
Bajo grado de procrastinación	[1-39]	46	47.42%
Total		97	100.00%

Fuente. Matriz de datos

Figura 2.

Resultados de la dimensión falta de motivación.

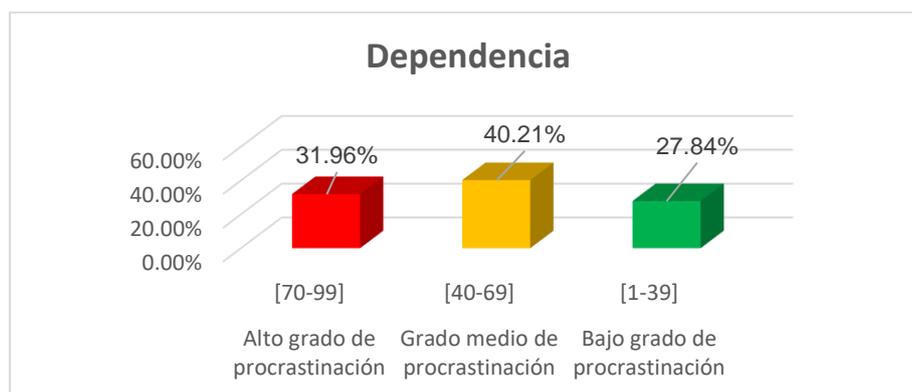


Fuente. Matriz de datos

Tabla 4.*Resultados de la dimensión dependencia.*

Categoría	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Alto grado de procrastinación	[70-99]	31	31.96%
Grado medio de procrastinación	[40-69]	39	40.21%
Bajo grado de procrastinación	[1-39]	27	27.84%
Total		97	100.00%

Fuente. Matriz de datos

Figura 3.*Resultados de la dimensión dependencia.*

Fuente. Matriz de datos

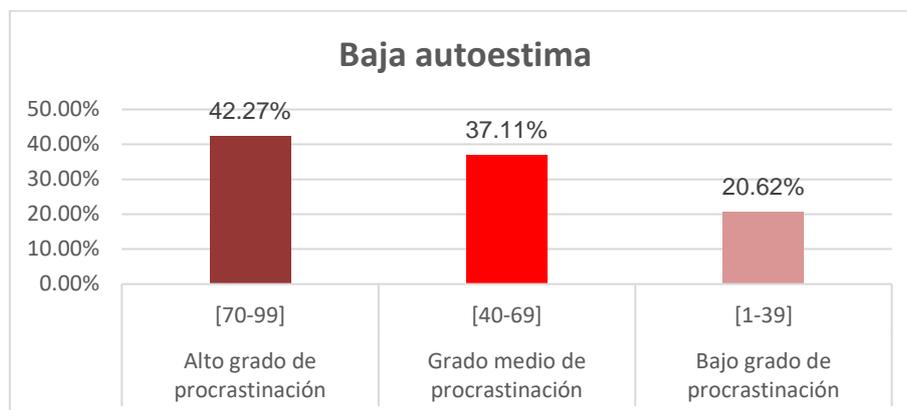
Tabla 5.*Resultados de la dimensión baja autoestima.*

Categoría	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Alto grado de procrastinación	[70-99]	41	42.27%
Grado medio de procrastinación	[40-69]	36	37.11%
Bajo grado de procrastinación	[1-39]	20	20.62%
Total		97	100.00%

Fuente. Matriz de datos

Figura 4.

Resultados de la dimensión baja autoestima.



Fuente. Matriz de datos

Tabla 6.

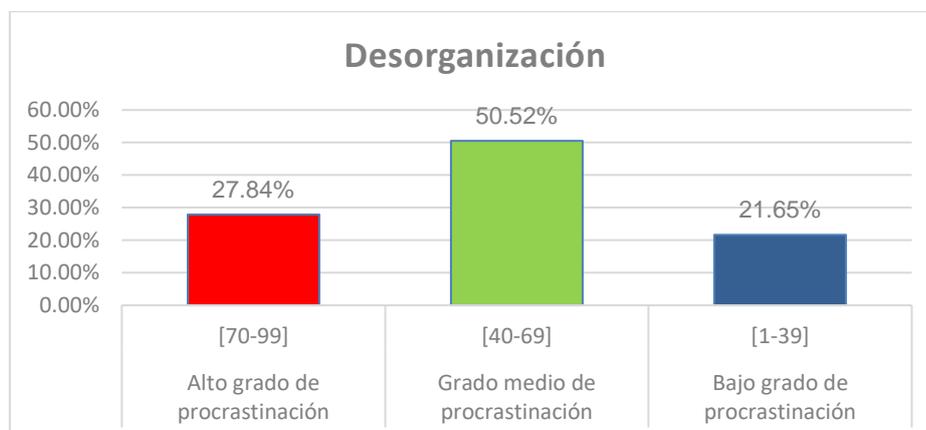
Resultados de la dimensión desorganización.

Categoría	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Alto grado de procrastinación	[70-99]	27	27.84%
Grado medio de procrastinación	[40-69]	49	50.52%
Bajo grado de procrastinación	[1-39]	21	21.65%
Total		97	100.00%

Fuente. Matriz de datos

Figura 5.

Resultados de la dimensión desorganización.



Fuente. Matriz de datos

Tabla 7.

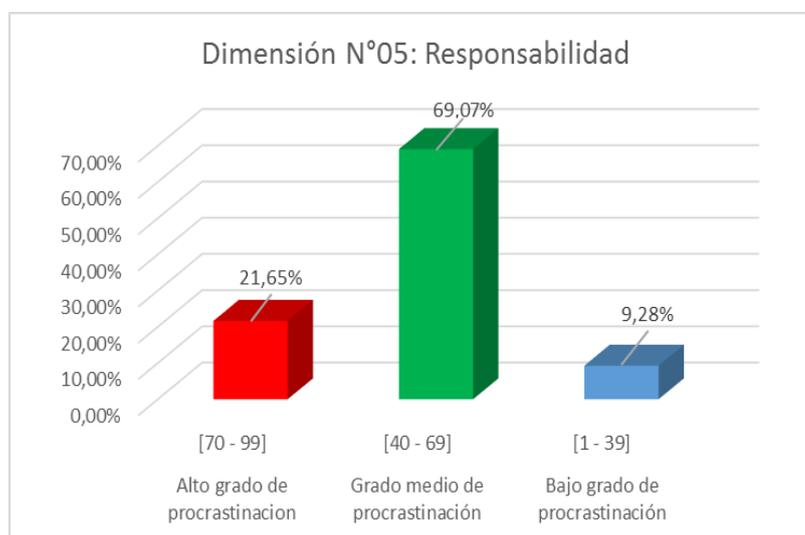
Resultados de la dimensión evasión de las responsabilidades

Categoría	Rango	Percentil	Porcentaje
Alto grado de Procrastinacion	[70 - 99]	21	21,65%
Grado medio de procrastinación	[40 - 69]	67	69,07%
Bajo grado de procrastinación	[1 - 39]	9	9,28%
Total		97	100,00%

Fuente matriz de datos

Figura 6.

Resultados de la dimensión evasión de las responsabilidades



Fuente matriz de datos

Tabla 8.

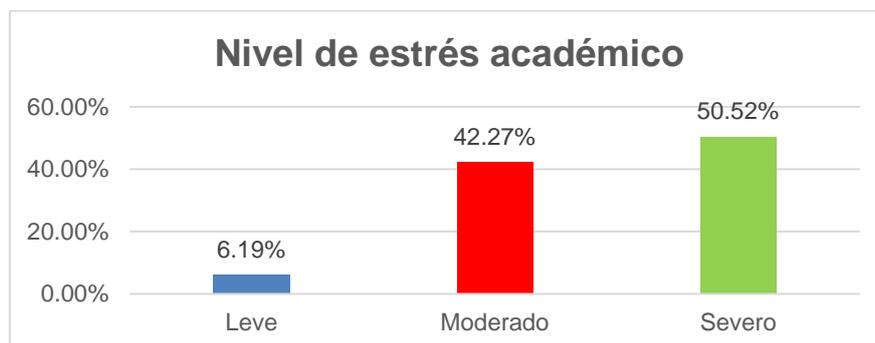
Resultados de la variable estrés académico.

Nivel de estrés académico	Frecuencia	Porcentaje
Leve	6	6.19%
Moderado	41	42.27%
Severo	49	50.52%
Total	96	98.97%

Fuente. Matriz de datos

Figura 7.

Resultados de la variable estrés académico.



Fuente. Matriz de datos

Tabla 9.

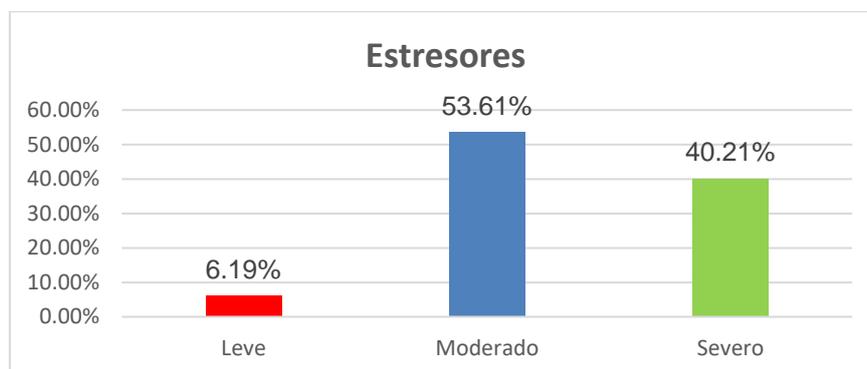
Resultados de la dimensión estresores.

Estresores	Frecuencia	Porcentaje
Leve	6	6.19%
Moderado	52	53.61%
Severo	39	40.21%
Total	97	100.00%

Fuente. Matriz de datos

Figura 8.

Resultados de la dimensión estresores.



Fuente. Matriz de datos

Tabla 10.

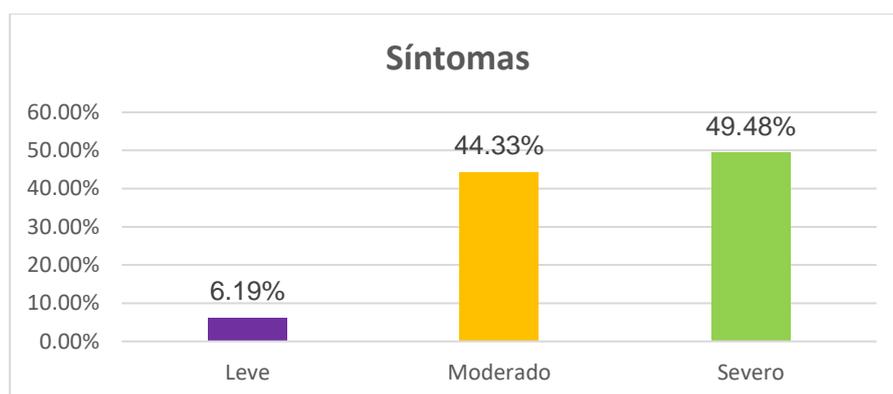
Resultados de la dimensión síntomas.

Estresores	Frecuencia	Porcentaje
Leve	6	6.19%
Moderado	43	44.33%
Severo	48	49.48%
Total	97	100.00%

Fuente. Matriz de datos

Figura 9.

Resultados de la dimensión síntomas.



Fuente. Matriz de datos

Tabla 11.

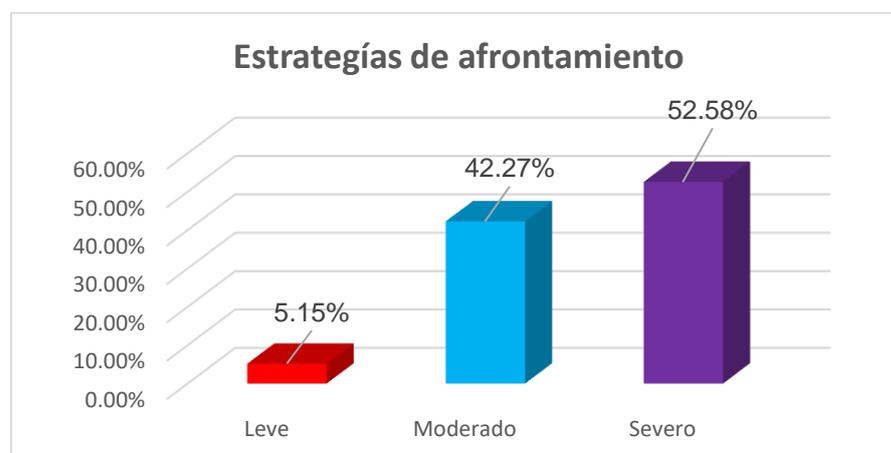
Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento.

Estresores	Frecuencia	Porcentaje
Leve	5	5.15%
Moderado	41	4.27%
Severo	51	52.58%
Total	97	100.00%

Fuente. Matriz de datos

Figura 10.

Resultados de la dimensión estrategias de afrontamiento.



Fuente. Matriz de datos

5.2. Interpretación de los Resultados

En la tabla 1 se muestra la caracterización de las estudiantes donde la mayoría de ellas (55.67%) tiene 15 años, mientras que el 44.33% tiene 16 años. En cuanto a la distribución por sección, el 38.14% pertenece a la sección "A", y tanto la sección "B" como la "C" tienen una distribución igual, con el 30.93% cada una.

En la tabla 2 y figura 1, los resultados sobre procrastinación académica indican que un 37.11% de las estudiantes presentan un alto grado de procrastinación, mientras que la mayoría (52.58%) se encuentra en un grado medio. Solo el 10.31% muestra un bajo grado de procrastinación.

En la tabla 3 y figura 2, en la dimensión de falta de motivación, un 24.74% de las estudiantes tienen un alto grado de procrastinación, un 27.84% se encuentran en un grado medio, mientras que el 47.42% tienen un bajo grado de procrastinación, lo que sugiere que casi la mitad de las estudiantes no presentan problemas significativos en esta área.

En la tabla 4 y figura 3, en cuanto a la dimensión de dependencia, el 31.96% de las estudiantes presentan un alto grado de procrastinación, un 40.21% tienen un grado medio y el 27.84% presentan un bajo grado de procrastinación.

En la tabla 5 y figura 4, en la dimensión de baja autoestima, el 42.27% de las estudiantes muestran un alto grado de procrastinación, mientras que el 37.11% se encuentran en un grado medio y el 20.62% presentan un bajo grado de procrastinación.

En la tabla 6 y figura 5, en la dimensión de desorganización, el 27.84% de las estudiantes tienen un alto grado de procrastinación, el 50.52% se encuentran en un grado medio, y el 21.65% muestran un bajo grado de procrastinación.

En la tabla 7 y figura 6, en la dimensión de evasión de responsabilidades, el 21.65% de las estudiantes presentan un alto grado de procrastinación, el 69.07% un grado medio, y el 9.28% tienen un bajo grado de procrastinación, siendo la mayoría de estudiantes quienes presentan un nivel medio en esta dimensión.

En la tabla 8 y figura 7, en relación con el nivel de estrés académico, el 50.52% de las estudiantes reportan un nivel severo de estrés, el 42.27% tienen un nivel moderado, y solo el 6.19% experimenta un nivel leve de estrés.

En la tabla 9 y figura 8, en la dimensión de estresores, el 40.21% de las estudiantes experimentan un nivel severo de estrés, el 53.61% un nivel moderado, y solo el 6.19% tienen un nivel leve de estrés, lo que sugiere que los estresores afectan de manera considerable a la mayoría de las estudiantes.

En la tabla 10 y figura 9, en la dimensión de síntomas, el 49.48% de las estudiantes muestran síntomas severos de estrés, mientras que el 44.33% tienen síntomas moderados, y solo el 6.19% presentan síntomas leves.

En la tabla 11 y figura 10, en la dimensión de estrategias de afrontamiento, el 52.58% de las estudiantes utilizan estrategias severas para lidiar con el estrés, el 42.27% emplean estrategias moderadas, y solo el 5.15% muestran un uso leve de estrategias de afrontamiento, lo que indica una tendencia a utilizar mecanismos intensos frente al estrés.

VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis inferencial

6.1.1. Prueba de normalidad.

1. Formulación de las hipótesis de normalidad.

- ❖ **H0:** Los datos tienen una distribución normal (paramétrico o simétrico)
- ❖ **Ha:** Los datos NO tienen una distribución normal (Asimétrico o no paramétricos)

2. Elección del nivel de significación (α).

Confianza = 95% (0,95)

Nivel de significancia (alfa) es $\alpha = 5\%$ (0,05)

3. Prueba estadística para emplear.

Considerando que la muestra de investigación es mayor a 50 unidades de análisis (97), se ha determinado hacer uso de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, en la cual el valor de significancia determinara el uso de una prueba no paramétrica o paramétrica, según sea el caso.

Tabla 12

Prueba de Normalidad: kolmogorov-Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Estresores	,123	97	,001
Síntomas	,154	97	,000
Estrategias de afrontamiento	,090	97	,051
Estrés académico	,187	97	,000
Falta de motivación	,150	97	,000
Dependencia	,135	97	,000
Baja autoestima	,164	97	,000
Desorganización	,189	97	,000
Evasión de responsabilidades	,097	97	,025
Procrastinación académica	,277	97	,000

4. Criterio de decisión.

El test de Kolmogorov-Smirnov se utiliza para evaluar la normalidad de los datos. En este caso, el criterio de decisión se basa en el valor de significancia (Sig.), donde:

- Si $p \leq 0.05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0), lo que indica que los datos no siguen una distribución normal.
- Si $p > 0.05$, no se rechaza la hipótesis nula, lo que sugiere que los datos siguen una distribución normal.

5. Decisión y conclusión.

En resumen, la mayoría de las variables analizadas, como estresores, síntomas, estrés académico, falta de motivación, dependencia, baja autoestima, desorganización, evasión de responsabilidades y procrastinación académica, no siguen una distribución normal, ya que sus valores de significancia (p) son menores a 0.05. La única excepción es la variable "estrategias de afrontamiento", que tiene un valor de p de 0.051, lo que indica que sigue una distribución normal. Para el análisis de estas variables, será necesario emplear pruebas estadísticas no paramétricas. Si te interesa profundizar más en el uso de pruebas estadísticas no paramétricas, te recomiendo leer sobre la prueba de Mann-Whitney y el test de Kruskal-Wallis, que son adecuadas para este tipo de datos. También podrías consultar trabajos de referencia sobre normalidad en datos y su tratamiento estadístico.

6.1.2. Prueba de hipótesis.

Prueba de hipótesis general

Hipótesis de investigación.

Existe relación entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024.

Hipótesis estadísticas.

Ha: Existe relación entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

H0: No existe relación entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

Nivel de significancia = 0,05 (5%)

Valores de correlación:

Valor	Descripción
0,00 a 0,20	Correlación muy débil
0,21 a 0,40	Correlación débil
0,41 a 0,60	Correlación moderada
0,61 a 0,80	Correlación fuerte
0,81 a 1,00	Correlación muy fuerte

Fuente: (Hernández et al., 2014, p.32)

Regla de decisión: Si el p-valor es $\leq 0,05$ en este caso se rechaza la nula (H0) y se acepta la alterna (Ha), pero Si p valor $> 0,05$ en este caso se acepta la nula (H0) y rechazamos la alterna (Ha).

Tabla 13.

Correlación de Rho de Spearman entre procrastinación y estrés académico.

		Procrastinación académica	Estrés académico
Rho de Spearman	Procrastinación académica	1,000	,579**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	97
	Estrés académico	,579**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	97

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

El análisis de correlación de Spearman muestra una relación positiva y significativa entre la procrastinación académica y el estrés académico, con un coeficiente de correlación de 0.579. Esto indica que, a medida que aumenta la procrastinación académica, también tiende a aumentar el nivel de estrés académico entre las estudiantes. La significancia estadística ($p = 0.000$) sugiere que esta relación no es producto del azar, y es altamente confiable al nivel de 0.01.

Prueba de hipótesis específica 1.

Ha: Existe relación que entre la falta de motivación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

H0: No existe relación que entre la falta de motivación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

Nivel de significancia = 0,05 (5%)

Regla de decisión: Si el p-valor es $\leq 0,05$ en este caso se rechaza la nula (H0) y se acepta la alterna (Ha), pero Si p valor $> 0,05$ en este caso se acepta la nula (H0) y rechazamos la alterna (Ha).

Tabla 14.

Correlación de Rho de Spearman entre la falta de motivación y el estrés académico.

		Falta de motivación	Estrés académico
Rho de Spearman	Falta de motivación	1,000	,738**
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	97	97
Estrés académico	Coeficiente de correlación	,738**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	97	97

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

El análisis de correlación de Spearman entre la falta de motivación y el estrés académico revela una relación positiva y significativa, con un coeficiente de correlación de 0.738. Esto sugiere que, a medida que aumenta la falta de motivación, también lo hace el nivel de estrés académico en los estudiantes. El valor de significancia ($p = 0.000$) indica que esta correlación es altamente significativa y no es producto del azar, con un nivel de confianza del 99%. En resumen, existe una asociación fuerte entre la falta de motivación y el estrés académico, lo que implica que los estudiantes con menor motivación tienden a experimentar niveles más altos de estrés académico.

Prueba de hipótesis específica 2.

Ha: Existe relación entre la dependencia y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha – 2024

H0: No existe relación entre la dependencia y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha – 2024

Nivel de significancia = 0,05 (5%)

Tabla 15.

Correlación de Rho de Spearman entre la dependencia y el estrés académico.

			Dependencia	Estrés académico
Rho de Spearman	Dependencia	Coeficiente de correlación	1,000	,429**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	97	97
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,429**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	97	97

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

El análisis de correlación de Spearman entre la dependencia y el estrés académico muestra una relación positiva y significativa, con un coeficiente de correlación de 0.429. Esto indica que a medida que aumenta la dependencia, también se incrementa el nivel de estrés académico en los estudiantes, aunque esta relación es moderada. El valor de significancia ($p = 0.000$) indica que la correlación es estadísticamente significativa, con un nivel de confianza del 99%.

Prueba de hipótesis específica 3.

Ha: Existe relación entre la baja autoestima y estrés en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

H0: No existe relación entre la baja autoestima y estrés en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

Nivel de significancia = 0,05 (5%)

Tabla 16.

Correlación de Rho de Spearman entre la baja autoestima y el estrés académico.

			Baja autoestima	Estrés académico
Rho de Spearman	Baja autoestima	Coeficiente de correlación	1,000	,455**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	97	97
Estrés académico	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,455**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	97	97

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

El análisis de correlación de Spearman entre baja autoestima y estrés académico muestra una relación positiva y significativa, con un coeficiente de correlación de 0.455. Esto indica que, a medida que aumenta la baja autoestima, también lo hace el nivel de estrés académico en los estudiantes. Aunque la relación es moderada, el valor de significancia ($p = 0.000$) señala que esta correlación es altamente significativa y confiable al nivel de 0.01.

Prueba de hipótesis específica 4.

Hipótesis de investigación.

Ha: Existe relación que existe entre la desorganización y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

H0: No existe relación que existe entre la desorganización y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

Nivel de significancia = 0,05 (5%)

Tabla 17.

Correlación de Rho de Spearman entre la desorganización y el estrés académico.

			Desorgani zación	Estrés académico
Rho de Spearman	Desorganizaci ón	Coeficiente de correlación	1,000	,776**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	97	97
Estrés académico	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,776**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	97	97

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

El análisis de correlación de Spearman entre desorganización y estrés académico revela una relación positiva y fuerte, con un coeficiente de correlación de 0.776. Esto indica que, a medida que aumenta la desorganización en los estudiantes, también lo hace significativamente su nivel de estrés académico. El valor de significancia ($p = 0.000$) indica que esta correlación es altamente significativa, con un nivel de confianza del 99%.

Prueba de hipótesis específica 5.

Ha: Existe relación entre la evasión de responsabilidad y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

H0: No existe relación entre la evasión de responsabilidad y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024

Nivel de significancia = 0,05 (5%)

Tabla 18.

Correlación de Rho de Spearman entre la evasión de responsabilidades y el estrés académico.

		Evasión de responsabilidades		Estrés académico	
Rho de Spearman	Evasión de responsabilidades	Coeficiente de correlación	1,000	,640**	
		Sig. (bilateral)	.	,001	
		N	97	97	
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,640**	1,000	
		Sig. (bilateral)	,001	.	
		N	97	97	

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

El análisis de correlación de Spearman entre la evasión de responsabilidades y el estrés académico muestra una relación positiva y significativa, con un coeficiente de correlación de 0.640. Esto indica que, a medida que aumenta la evasión de responsabilidades, también se incrementa el nivel de estrés académico en los estudiantes, con una relación de moderada a fuerte. El valor de significancia ($p = 0.001$) sugiere que esta correlación es altamente significativa y confiable al nivel de 0.01. En conclusión, los estudiantes que tienden a evadir sus responsabilidades experimentan un aumento considerable en el nivel de estrés académico.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Los resultados obtenidos en este estudio confirman una serie de relaciones significativas entre diversas variables asociadas al comportamiento académico y el estrés en los estudiantes, contribuyendo a un mejor entendimiento de cómo estos factores interactúan. En primer lugar, el análisis de correlación de Spearman mostró una relación positiva y significativa entre la procrastinación académica y el estrés académico ($r = 0.579$, $p = 0.000$), lo que sugiere que los estudiantes que procrastinan tienden a experimentar mayores niveles de estrés. Este hallazgo coincide con estudios como el de Álvarez et al. (2022) y Castillo (2021), quienes también observaron que el estrés académico influye directamente en el comportamiento procrastinador de los estudiantes. El estudio de Álvarez concluyó que la gestión del estrés es clave para reducir la procrastinación y, por ende, mejorar el rendimiento académico. Castillo, por su parte, observó cómo los estímulos estresores y las estrategias de afrontamiento juegan un papel crucial en la exacerbación de la procrastinación.

Este estudio también mostró que la falta de motivación tiene una correlación aún más fuerte con el estrés académico ($r = 0.738$, $p = 0.000$). A medida que disminuye la motivación de los estudiantes, los niveles de estrés académico aumentan de manera significativa. Este resultado refuerza la literatura previa, como lo señala Martínez y López (2021), quienes concluyeron que la motivación es un factor crucial para mitigar el estrés. Los estudiantes con baja motivación son más propensos a enfrentar dificultades para manejar las demandas académicas, lo que eleva su estrés y aumenta su propensión a procrastinar. Asimismo, Gonzales (2020) subrayó que el estrés académico se ha incrementado considerablemente en los estudiantes durante la pandemia, lo que ha afectado especialmente a aquellos con limitaciones en su capacidad para mantenerse motivados y organizados.

Otro factor importante revelado por este estudio es la relación entre la dependencia y el estrés académico ($r = 0.429$, $p = 0.000$), aunque con una correlación más moderada. La dependencia de factores externos o de la ayuda de otras personas para cumplir con las tareas académicas parece incrementar los niveles de estrés en los estudiantes. Estos resultados se alinean con los de Álvarez y Cerrón (2020), quienes observaron que la procrastinación se ve influenciada por el grado de dependencia que los estudiantes desarrollan hacia sus entornos. Aquellos que requieren constantemente la asistencia de otros para organizar su tiempo o cumplir con sus responsabilidades tienden a experimentar más ansiedad y estrés, lo que a su vez aumenta la procrastinación.

La baja autoestima también mostró una relación moderada pero significativa con el estrés académico ($r = 0.455$, $p = 0.000$), lo que sugiere que los estudiantes que tienen una percepción negativa de sí mismos tienden a sufrir niveles más altos de estrés académico. Esto coincide con los hallazgos de Melchor y Beltrán (2019), quienes concluyeron que los estudiantes con un mayor bienestar psicológico tienen una menor manifestación física del estrés. Los estudiantes con baja autoestima pueden tener menos confianza en su capacidad para manejar las demandas académicas, lo que resulta en un mayor estrés.

Uno de los hallazgos más relevantes del estudio es la fuerte correlación entre la desorganización y el estrés académico ($r = 0.776$, $p = 0.000$). La desorganización no solo impacta la productividad de los estudiantes, sino que está estrechamente ligada a un aumento significativo en sus niveles de estrés. Castillo (2021) también encontró que la desorganización es un factor determinante en la procrastinación, y destacó la importancia de trabajar en el desarrollo de habilidades organizativas para reducir los niveles de estrés y mejorar el rendimiento académico. Este hallazgo refuerza la idea de que los estudiantes que no gestionan adecuadamente su tiempo o que no tienen un sistema claro de planificación son más

propensos a experimentar altos niveles de ansiedad y sobrecarga, lo que genera un ciclo de procrastinación y estrés.

Por último, el análisis de la evasión de responsabilidades y su relación con el estrés académico ($r = 0.640$, $p = 0.001$) muestra una relación de moderada a fuerte, lo que sugiere que los estudiantes que tienden a posponer o evitar sus tareas experimentan niveles considerablemente más altos de estrés. Salazar (2021) y Castillo (2021) encontraron resultados similares, indicando que la evasión de responsabilidades aumenta significativamente los niveles de estrés, especialmente cuando los estudiantes se ven abrumados por la acumulación de tareas no realizadas. Este comportamiento evasivo refuerza la procrastinación y crea un círculo vicioso en el que el estrés sigue aumentando a medida que las responsabilidades se postergan.

Al comparar los resultados de este estudio con los trabajos de Álvarez et al. (2022) y Castillo (2021), encontramos consistencias claras en cuanto a la relación significativa entre el estrés académico y la procrastinación. En ambos estudios se concluye que la gestión ineficaz del estrés lleva a un aumento en los comportamientos procrastinadores, lo que afecta negativamente el rendimiento académico. Además, el presente estudio identifica la falta de motivación, la baja autoestima, la desorganización y la evasión de responsabilidades como factores que también están fuertemente relacionados con el estrés académico, resultados que son apoyados por investigaciones previas como las de Martínez y López (2021) y Melchor y Beltrán (2019).

Sin embargo, cabe destacar que no todos los estudios han encontrado una relación directa entre estrés académico y procrastinación. Por ejemplo, Aguilar (2021) no halló una correlación significativa entre estas variables en su estudio, lo que podría sugerir que las diferencias contextuales, como el entorno académico o las características individuales de los estudiantes, podrían influir en los resultados. A pesar

de estas discrepancias, la mayoría de los estudios revisados, incluidos Salazar (2021) y Álvarez y Cerrón (2020), refuerzan la idea de que existe una correlación positiva entre el estrés académico y la procrastinación, así como entre los síntomas del estrés y las dificultades para organizar el tiempo y evitar responsabilidades.

Estos resultados tienen importantes implicaciones para el diseño de intervenciones dirigidas a estudiantes que experimentan altos niveles de procrastinación y estrés académico. Dado que factores como la desorganización, la falta de motivación y la evasión de responsabilidades juegan un papel crucial en la relación con el estrés, las intervenciones deben enfocarse en mejorar las habilidades organizativas y de gestión del tiempo, así como en proporcionar apoyo emocional para aumentar la autoestima y la motivación. Estrategias como la enseñanza de técnicas de manejo del estrés, la implementación de programas de tutoría o la creación de entornos de aprendizaje más flexibles pueden ser claves para reducir el impacto negativo del estrés académico y mejorar el rendimiento de los estudiantes.

En conclusión, este estudio confirma y amplía la evidencia previa sobre la relación entre el estrés académico y la procrastinación, destacando la influencia de factores como la desorganización, la falta de motivación, la baja autoestima y la evasión de responsabilidades. A medida que el estrés académico sigue siendo una preocupación en los entornos educativos, es esencial que las instituciones adopten un enfoque integral para abordar estos factores y ayudar a los estudiantes a gestionar mejor sus demandas académicas.

CONCLUSIONES

Primero: Existe una relación positiva y significativa entre la procrastinación académica y el estrés académico, con un coeficiente de correlación de 0.579. Esto indica que los estudiantes que postergan sus tareas tienden a experimentar niveles más altos de estrés.

Segundo: La falta de motivación tiene una correlación aún más fuerte con el estrés académico ($r = 0.738$), lo que sugiere que los estudiantes menos motivados tienden a presentar niveles elevados de estrés. Este hallazgo resalta la importancia de fortalecer la motivación en los estudiantes para reducir el impacto del estrés académico en su bienestar.

Tercero: Se observó una correlación moderada ($r = 0.429$) entre la dependencia y el estrés académico, lo que indica que los estudiantes que dependen más de otros o de factores externos para cumplir sus tareas académicas experimentan más estrés. Esto resalta la necesidad de fomentar la independencia y habilidades de autorregulación entre los estudiantes.

Cuarto: La baja autoestima está relacionada de manera positiva y significativa con el estrés académico ($r = 0.455$), lo que sugiere que los estudiantes con una percepción negativa de sí mismos tienden a sufrir mayores niveles de estrés.

Quinto: La desorganización mostró una de las correlaciones más fuertes con el estrés académico ($r = 0.776$), lo que indica que los estudiantes desorganizados experimentan considerablemente más estrés.

Sexto: La evasión de responsabilidades se asoció de manera significativa con el estrés académico ($r = 0.640$). Los estudiantes que evaden sus tareas enfrentan niveles más altos de estrés, lo que sugiere la importancia de fomentar la responsabilidad y la proactividad en el ámbito académico para disminuir la carga de estrés.

RECOMENDACIONES

Primero: Es recomendable desarrollar talleres y programas que enseñen a las estudiantes técnicas de organización y planificación del tiempo. Esto puede ayudar a reducir la procrastinación y, en consecuencia, los niveles de estrés.

Segundo: Las instituciones educativas deberían implementar estrategias de motivación, como el establecimiento de metas claras, programas de tutoría y reconocimiento del esfuerzo estudiantil. Estas acciones ayudarían a mantener a los estudiantes motivados y a reducir el estrés.

Tercero: Es recomendable fomentar la autonomía y el desarrollo de habilidades de autorregulación en los estudiantes a través de actividades que les permitan tomar decisiones y ser responsables de su propio aprendizaje, lo que podría disminuir su estrés.

Cuarto: Las instituciones deberían ofrecer servicios de apoyo psicológico enfocados en el desarrollo personal y emocional de los estudiantes, con el fin de fortalecer su autoestima y ayudarlos a gestionar mejor el estrés.

Quinto: Es necesario impartir talleres sobre organización personal y técnicas de estudio. Estas habilidades pueden ayudar a los estudiantes a gestionar sus tareas de manera más eficiente, reduciendo su carga de estrés.

Sexto: Se recomienda diseñar programas que incentiven la responsabilidad y la proactividad entre los estudiantes. Estrategias como asignar tareas en pequeños bloques o establecer plazos intermedios pueden motivar a los estudiantes a asumir un enfoque más activo hacia sus responsabilidades académicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, K. (2021). *Procrastinación y estrés académicos en estudiantes de una universidad privada de Lima*. [Tesis de maestría en Psicología Educativa, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio UNFV. http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/4905/AGUILAR_MORI_KARIM_MAESTRIA_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Alabuella, E., (2021). *La relación del estrés académico y los roles sociales en estudiantes del programa abc de bachillerato acelerado de Ambato*. [Tesis para optar el título de psicólogo clínico, Pontificia Universidad Católica de Ecuador]. Repositorio PUCESA. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3245/1/77404.pdf>
- Alania, R., Llancari, R., Rafaele, M. y Dayan, D. (2020) Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium revista científica de Ciencias Sociales*, 4 (2), 111-130. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Alfaro, O. y Alcántara, R. (2015). Efectividad del programa “Nace una mamita especial” para mejorar las actitudes maternas en madres de un Centro de Educación Básica Especial de Pimentel (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Lambayeque – Perú.
- Alvarez K. y Cerron N., (2020) *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica*, [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, Universidad continental]. Repositorio Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8378/3/IV_FHU_501_TE_Alvarez_Cerron_2021.pdf
- Álvarez, L y Cáceres, L. (2010). Resiliencia, rendimiento académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología Iberoamericana*, 18 (2), 37-46. <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133915921005.pdf>

- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. Universidad de Lima. Lima – Perú. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3646976>
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revista persona*. (13), 159-177. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3646976>
- Álvarez, P., García, M., & Fernández, J. (2022). Estrés académico y procrastinación en estudiantes universitarios durante la educación remota en Argentina. *Revista de Psicología Educativa*, 16(2), 112-126. <https://doi.org/10.1234/rpe.2022.016>
- Amado, J. y Condori D. (2017). *Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes del tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa particular de Arequipa*. [Tesis para optar el título profesional de psicólogo, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio UNSA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/9958/PSamraja.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un Concepto Actualizado de la Procrastinación. Vol. 5, N°2. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia Y Tecnología*. Recuperado el 01 de agosto de: <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/4905094.pdf>. ISSN-e 2027-1786
- Arévalo, E. (2011). Construcción y validación de la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA). Universidad Privada Antenor Orrego. La libertad – Perú.
- Arispe, C., Guerrero, M., Lozada, O., Acuña, L. y Arellano, S. (2020). La investigación científica. Una aproximación para los estudios de posgrado. *Universidad Internacional del Ecuador*. <https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/4310>
- Aspur, J. y Falconi, S. (2020). *Procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad de Ica, 2020*. [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio

<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/803/1/Sol%20Mar%c3%ada%20Roxana%20Falcon%c3%ad%20Verona.pdf>

- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Universidad Pedagógica de Durango*. 1 (4) 15-20. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880918>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 8 (17). 110-129. <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual>
- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*, 9 (19) <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas>
- Barraza, A. (2018). INVENTARIO SISCO SV-21 *Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico*. Segunda versión de 21 ítems inventario sisco. 1ª ed. ECORFA. https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Glick, D. (2022). College student mental health: A review of the literature. *Nursing Clinics of North America*, 57(2), 163-182. <https://doi.org/10.1016/j.cnur.2022.02.007>
- Berríos, J., Córdova, A., & Díaz, M. (2022). Procrastinación y gestión del tiempo en estudiantes universitarios peruanos durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Psicología y Educación*, 11(2), 45-62. <https://doi.org/10.1016/j.rppe.2022.05.002>
- Bravo, F., Illescas, L., Larriva, S. y Peña, M. (2017). Causas de Deserción en el Ingreso a la Universidad; un Estudio de Caso. *Revista de la Facultad de Ciencias Químicas*, (18), 48-59. <https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/quimica/article/view/1693>
- Camarillo, S., Morales, A., Rangel, D. y Urbina, G. (2021). Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea. *Psicoeducativas: Reflexiones Y Propuestas*, 7 (14), 28-41.

<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/articulo/view/136>

- Campos, M. y Garay, E. (2021). *Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una universidad privada de huancayo-2020*. [Tesis para optar el título profesional de Psicólogo, Universidad Privada los Andes]. Repositorio Institucional UPLA. <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2247/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cárdenas, P., Hernández, G. y Cajigal, E. (2020). Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios de una Institución Pública. *Revista RedCA*, 3 (9), 18-40. <https://doi.org/10.36677/redca.v3i9.15806>
- Catillo, E., (2021). *Influencia del estrés académico en la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Anta 2021*. [Tesis para obtener el grado académico de Maestro en Psicología Educativa, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69234/Castillo_FE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Dirección Regional de Educación de Ica. (2022). Informe sobre el impacto del COVID-19 en el estrés académico en la región Ica. <https://www.dreica.gob.pe/informes-covid19-estres-academico>
- Dominguez, S. (2016) *Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima*. *Evaluar*, 16 (1), 20-30. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>
- Estremadoiro Parada, B., & Schultmeyer, M. K. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, (30), 51-66.
- Fernández, A. (2022). *Influencia del estrés académico en la procrastinación entre estudiantes universitarios de Chincha*. [Tesis de maestría, Universidad de Chincha]. Repositorio de la Universidad de Chincha.
- Fernández, L., & Silva, J. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria en Chincha. *Revista de Psicología y Educación de Ica*, 9(1), 31-45. <https://doi.org/10.1016/j.rpeica.2023.01.004>

- Gómez, L., & Silva, R. (2023). Estrés académico y procrastinación en estudiantes de educación superior en Perú: Impacto de la pandemia de COVID-19. *Revista de Investigación Educativa*, 41(1), 23-36. <https://doi.org/10.6018/rie.459841>
- Gonzalez, A., Casiro, D., & Garcia, A. (2022). The impact of COVID-19 on student stress and academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 114(3), 452-465. <https://doi.org/10.1037/edu0000581>
- González, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por COVID-19. *ESPACIO I+D, Innovación más Desarrollo*, 9(25). <https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
- González, M., & Rodríguez, A. (2023). La influencia de la pandemia en la procrastinación y el estrés académico en Chincha. *Estudios Regionales de Psicología Educativa*, 15(2), 58-74. <https://doi.org/10.1016/j.erpe.2023.02.003>
http://www.redie.mx/librosyrevistas/libros/inventario_sisco.pdf
- Huamán, A., Rodríguez, E., & Silva, J. (2021). La procrastinación académica en la educación superior durante la pandemia: Un estudio en universidades peruanas. *Estudios de Psicología y Educación*, 13(1), 77-89. <https://doi.org/10.1080/10509585.2021.1935601>
- Jara, A., Hernández, V., & Mendoza, P. (2022). Relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología del Desarrollo*, 19(2), 103-118. <https://doi.org/10.1007/s40572-022-00076-2>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. (Martínez, Ed.). <http://ftp.isdi.co.cu/Docencia/Pregrado/Dise%C3%B1o.de.Comunicaci%C3>
- Lee, H., & Choi, J. (2022). The impact of procrastination on academic stress and performance among college students. *Journal of Behavioral Medicine*, 45(1), 95-106. <https://doi.org/10.1007/s10865-021-00288-9>
- León, C., & Ramos, L. (2023). Impacto del estrés académico en estudiantes universitarios durante la pandemia en Perú. *Journal of Academic Stress Studies*, 15(1), 54-71. <https://doi.org/10.1037/abas0000103>
- Mamani, A. y Gonzales, D. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una*

- Institución Educativa Privada en Lima-Este*. [Tesis para optar el título profesional de psicólogo, Universidad Privada Unión]. Repositorio Institucional UPE.
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1697/Ana_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Martínez, C., & López, R. (2021). *Impacto del estrés académico en la procrastinación entre estudiantes universitarios en Chile*. *Journal of Educational Research and Development*, 22(4), 75-89.
<https://doi.org/10.5678/jerd.2021.022>
- Melchor, J. y Beltrán, P. (2019). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad de Lima norte 2019*. [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN.
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28869/Beltran%20Siccha%2c%20Patricia%20Mery%20%20Melchor%20Placencia%2c%20Jose%20Luis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mendez, D. y Rios, R., (2020). *Procrastinación académica y la autoeficacia de los bachilleres en psicología de dos universidades de Ica*. [Tesis para optar el título de licenciado en psicología, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio UAI. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/638>
- Ministerio de Educación del Perú. (2022). Informe sobre el impacto del COVID-19 en la educación y el bienestar de los estudiantes en Perú.
<https://www.minedu.gob.pe/informes-covid19-educacion-2022>
- Morales, A. (2020). Procrastinación académica en el área de Física en estudiantes universitarios. *Revista Innova Educación*, 2(4), 506-525.
<https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.04.001>
- Municipalidad Distrital de Chincha. (2022). Informe sobre la situación educativa y tecnológica en Chincha durante la pandemia.
<https://www.munichincha.gob.pe/informes-educativos-pandemia>
- Olivas, L., Morales, S., y Solano-Jáuregui, M. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 9(2), 647.
<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>

- Pintrich, P. (2000). El papel de la orientación a metas en el aprendizaje autorregulado. *Manual de autorregulación*, 451–502. <http://cachescan.bcub.ro/ebook/E1/580704/451-529.pdf>
- Puecas, P., Castro B., Callirgos C., (2010) Factores asociados al nivel de estrés previo un examen en estudiantes de educación secundaria en cuatro instituciones educativas Chiclayo-Perú. *Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, ISSN-e 2227-4331, Vol. 4, Nº. 2, 2011, págs. 88-93. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4060416>
- Pychyl, T. A., Sirois, F. M., & Tosti, V. (2022). Procrastination and stress: Exploring the role of self-compassion. *Self and Identity*, 21(2), 134-150. <https://doi.org/10.1080/15298868.2021.1919457>
- Quispe, M. (2020). *Competencias emocionales y el estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Chincha Alta, 2020* [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio UAI. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/919/1/Mily%20Soledad%20Quispe%20Pachas.pdf>
- Ramos, C., & Mendoza, T. (2023). La procrastinación académica en estudiantes de Chincha: Un análisis durante la pandemia. *Revista de Investigación Educativa de Ica*, 10(1), 22-39. <https://doi.org/10.1016/j.rieica.2023.03.002>
- Real Academia Española. (2014). Síntoma. *Diccionario de la lengua española*. (edición del tricentenario). https://dle.rae.es/s%C3%ADntoma?m=30_2
- Romero, A., Fernández, P., & Ruiz, E. (2023). Estrés académico y sus correlatos en estudiantes de Chincha durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Psicología y Educación*, 12(2), 100-115. <https://doi.org/10.1007/s40572-023-00241-7>
- Salazar, M. (2021). Relación entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de secundaria en una institución educativa de Chincha. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica.
- Salgado, A. (2019). *Procrastinación académica en los niveles de autoestima en estudiantes del tercer ciclo de una Universidad de Trujillo 2019*. [Tesis de Maestría en Psicología con mención en Educación, Universidad César

- Vallejo]. Repositorio Institucional UCV.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37766/salgado_ra.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Schouwenburg, H. C., & Groenewoud, J. (2021). Procrastination in higher education: The role of COVID-19. *Educational Psychology Review*, 33(3), 671-690. <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09506-5>
- Sirois F. (2007). Yo voy a cuidar de mi salud, más tarde”: Una reproducción y extensión del modelo de la dilación de salud de la comunidad de adultos. *Personalidad y Diferencias Individuales*, 4(3), 15-26. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.003>
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2021). Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: A longitudinal study. *Journal of Medical Internet Research*, 23(5), e22621. <https://doi.org/10.2196/22621>
- Trujillo, K. y Noe, M. (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos. *Revista de Psicología y Educación*, 15 (1), 98-107. <https://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/189.pdf>
- Vasquez, I. (2016). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de institución educativa estatal*, [Tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología, Universidad Señor de Sipan]. Repositorio Institucional USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4243/Vasquez%20Bonilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Venancio, G., (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis para optar el título de licenciado en psicología, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REYES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Wolters, C. (2003). Entendimiento de la Procrastinación del Self –regulación de perspectiva. *Revista de educación Psicológica*, 95(1), 179-187.
- World Health Organization (WHO). (2022). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak.

<https://www.who.int/publications/i/item/mental-health-and-psychosocial-considerations-during-the-covid-19-outbreak>

- Yepes, S. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la carrera de Administración y Marketing de una Universidad Privada de Trujillo*. [Tesis para optar el título de licenciado en psicología, Universidad privada del Norte]. Repositorio UPN. <http://hdl.handle.net/11537/14026>
- Zumárraga, M. y Cevallos, G. (2021). Evaluación psicométrica de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) en personas universitarias de Quito-Ecuador. *Revista Educación*, 45 (1), 1-31. <https://www.redalyc.org/journal/440/44064134034/html/>

Anexo 01: Matriz de consistencia

Título: PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ALUMNOS DE QUINTO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JFK INDUSTRIAL, CHINCHA – 2024

Responsable: Henry Germán Aguilar Villafane

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general ¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>P.E.1: ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de motivación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024?</p> <p>P.E.2: ¿Cuál es la relación que existe entre la dependencia y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024?</p> <p>P.E.3: ¿Cuál es la relación que existe entre la baja</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación que existe entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>O.E.1: Determinar la relación que existe entre la falta de motivación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024</p> <p>O.E.2: Determinar la relación que existe entre la dependencia y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024</p> <p>O.E.3: Determinar la relación que existe entre la baja autoestima y estrés académico</p>	<p>Hipótesis general Existe relación entre la procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>H.E.1: Existe relación que entre la falta de motivación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024.</p> <p>H.E.2: Existe relación entre la dependencia y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024.</p> <p>H.E.3: Existe relación entre la baja autoestima y estrés en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial,</p>	<p>Variable 1. Procrastinación académica</p> <p>Dimensiones</p> <p>D1. Falta de motivación</p> <p>D2. Dependencia</p> <p>D3. Baja autoestima</p> <p>D4. Desorganización</p> <p>D5. Evasión de Responsabilidad</p> <p>Variable 2 Estrés académico</p> <p>Dimensiones</p> <p>D1. Estresores</p>	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo de investigación: básica</p> <p>Diseño de Investigación: No experimental</p> <p>Nivel: correccional</p> <p>Población: La población de estudio estará confirmada por 97 estudiantes de la I.E. JFK Industrial</p> <p>Muestra: Se aplicará al total de la población</p> <p>Técnica e instrumentos: Técnica: La encuesta</p> <p>Instrumentos: Escala de Procrastinación en adolescentes E.P.A. (Edmundo Arévalo Luna – Trujillo 2011)</p>

<p>autoestima y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024?</p> <p>P.E.4: ¿Cuál es la relación que existe entre la desorganización y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024?</p> <p>P.E.5: ¿Cuál es la relación que existe entre la evasión de responsabilidad y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024?</p>	<p>en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024</p> <p>O.E.4: Determinar la relación que existe entre la desorganización y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024</p> <p>O.E.5: Determinar la relación que existe entre la evasión de responsabilidad y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024</p>	<p>Chíncha - 2024.</p> <p>H.E.4: Existe relación que existe entre la desorganización y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024.</p> <p>H.E.5: Existe relación entre la evasión de responsabilidad y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chíncha - 2024</p>	<p>D2. Síntomas</p> <p>D3. Estrategias de enfrentamiento</p>	<p>Inventario SISCO (Arturo Barraz a Macías; adaptación; Puecas 2010 Lima Peru)</p> <p>Métodos de análisis de datos Se aplica la estadística descriptiva e inferencial.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Anexo 02: Cuestionario EPA



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN EN DOLESCENTES (EPA)

(Dr. Edmundo Arévalo Luna – Trujillo-Perú)

Estimado (a) Colaborador:

El presente instrumento tiene como finalidad determinar la relación que existe entre la Procrastinación y el estrés académico en las estudiantes de la Institución Educativa, cuyos resultados serán analizados de manera confidencial y responsable, de tal forma que les pedimos que respondan cada uno de los ítems con total sinceridad, le recordamos que no existen respuestas correctas, ni incorrectas, todas son válidas.

INSTRUCCIONES:

A continuación, se presentan 50 enunciados que se refieren a los modos de comportarse en los adolescentes. Lee detenidamente cada enunciado y rellena la burbuja de la hoja de respuestas con la opción que mejor te describa, de acuerdo a las siguientes alternativas:

- Marca debajo de MA, cuando estés MUY DE ACUERDO con la afirmación
- Marca debajo de A, cuando estés de ACUERDO con la afirmación
- Marca debajo de I, cuando estés INDECISO con la afirmación.
- Marca debajo de D, cuando estés en DESACUERDO con la afirmación.
- Marca debajo de MD, cuando estés en MUY DESACUERDO con la afirmación.

Responde con sinceridad todas las afirmaciones, pero marcando solo una de las alternativas, sobre lo que te ocurre en este momento y no lo que quisieras, ni de acuerdo a lo que otros opinan. Al finalizar, verifica que todos los enunciados hayan sido contestados. **NO ESCRIBAS NI REALICES MARCA ALGUNA EN ESTE CUESTIONARIO, TUS RESPUESTAS DEBES HACERLAS EN LA HOJA DE RESPUESTAS.**

-
1. Suelo postergar (dejar para más tarde) mis estudios, por realizar actividades que me agradan.

2. Para realizar mis tareas necesito la compañía de alguien.
3. Pienso que mis trabajos los realizo mal, por ello prefiero no hacerlos.
4. Tiendo a dejar mis tareas siempre para el último momento.
5. Cuando comienzo una tarea, me aburro y por eso la dejo inconclusa.
6. Termino a tiempo mis trabajos y responsabilidades, porque las considero importante.
7. Culmino mis responsabilidades solo cuando me ayuda alguien.
8. A pesar de la dificultad de mis tareas, me siento capaz de terminarlas.
9. No termino mis tareas porque me falta tiempo.
10. Tengo desinterés por realizar una tarea que me imponen.
11. Suelo inventar excusas para no hacer mis tareas.
12. Tiene que haber alguien que me obligue a hacer mis tareas.
13. Mis logros me motivan a seguir cumpliendo con mis obligaciones.
14. Ocupo mi tiempo en actividades de poca importancia, en lugar de terminar mis tareas.
15. Siento incomodidad al iniciar una tarea, por lo tanto, lo dejo para el último momento.
16. Prefiero ver la televisión que cumplir con mis responsabilidades en casa.
17. Debo tener un ejemplo para guiarme y poder realizar mis tareas.
18. Las críticas que recibo de los demás influye para no concluir mis actividades.
19. Acabo a tiempo las actividades que me asignan.
20. Pospongo (dejo para otro momento) mis deberes, porque los considero poco importantes.
21. Constantemente suelo sentirme desganado para hacer mis deberes.
22. Prefiero cumplir mis con mis responsabilidades para que otros no me critiquen.
23. Pienso que mis habilidades facilitan la culminación de mis tareas.
24. Termino mis trabajos importantes con anticipación.
25. Con frecuencia no deseo realizar mis responsabilidades.
26. Me es difícil comenzar un proyecto porque siento pereza.
27. Tengo iniciativa cuando de tareas se trata.
28. Me siento orgulloso de la forma en que realizo mis actividades.
29. No realizo mis tareas porque no sé por dónde empezar.

30. Me resisto a cumplir mis deberes porque prefiero desarrollar otras actividades.
31. No hago mis tareas porque no sé por dónde empezar.
32. No dejo que nada me distraiga cuando cumplo mis responsabilidades.
33. Confío en mí mismo al realizar mis obligaciones a tiempo.
34. Presento mis trabajos en las fechas indicadas.
35. Evito realizar mis actividades cuando me siento desganado.
36. Pienso que terminar mis tareas es una de las metas que debo cumplir.
37. Trabajo libremente y de acuerdo a mis criterios cuando hago mis tareas.
38. Evito responsabilidades por temor al fracaso.
39. Programo mis actividades con anticipación.
40. No tengo la menor intención de cumplir mis deberes, aunque después me castiguen.
41. Si tengo que hacer algo lo hago de inmediato.
42. No necesito de otros para cumplir mis actividades.
43. Me siento incapaz de realizar mis obligaciones de forma correcta, por eso las postergo.
44. No termino mis trabajos porque pienso que no me alcanza el tiempo.
45. Prefiero tener una “vida cómoda” para no tener responsabilidades.
46. Puedo retrasar mis actividades sociales, cuando decido terminar a tiempo mis trabajos.
47. Postergo mis actividades, cuando no recibo la ayuda de los demás.
48. No presento mis trabajos, porque pienso que están mal hechos.
49. Suelo acumular mis actividades para más tarde.
50. No me gusta tener responsabilidades, porque éstas implican esfuerzo y sacrificio.

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN Y VERIFICA TUS RESPUESTAS ANTES DE ENTREGAR.

CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO

(Autor: Arturo Barraza Macías; Adaptación: Puestas 2010.
Lima –Perú)

Estimado colaborador:

El presente cuestionario tiene el propósito de reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación secundaria, durante su etapa escolar. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

() Si () No

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

DIMENSION : ESTRESORES	(1) Nunca	(2) Rar a vez	(3) Algun as veces	(4) Casi siemp re	(5) Siemp re
3.1 La competencia con los compañeros del grupo					
3.2 Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3.3 La personalidad y el carácter del profesor					
3.4 Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
3.5 El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)					
3.6 No entender los temas que se abordan en la clase					
3.7 Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
3.8 Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

DIMENSION: SINTOMAS					
SUB DIMENSION: REACCIONES FÍSICAS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.1 Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
4.2 Fatiga crónica (cansancio permanente)					
4.3 Dolores de cabeza o migrañas					
4.4 Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
4.5 Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4.6 Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
SUB DIMENSION: REACCIONES PSICOLÓGICAS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.7 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
4.8 Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
4.9 Ansiedad, angustia o desesperación.					
4.10 Problemas de concentración					
4.11 Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
SUB DIMENSION: REACCIONES COMPORTAMENTALES	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.12 Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
4.13 Aislamiento de los demás					
4.14 Desgano para realizar las labores escolares					
4.15 Aumento o reducción del consumo de alimentos					
OTRA (especifique)					

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

DIMENSION: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
5.1 Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2 Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3 Concentrarse en resolver la situación que me preocupa					

5.4 Elogios a sí mismo					
5.5 La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5.6 Búsqueda de información sobre la situación					
5.7 Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que me preocupa					
5.8 Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra (Especifique)					

GRACIAS POR SU COLABORACION

Anexo 3: Ficha de validación de expertos



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, Chincha – 2024
Nombre del Experto: Cruz Valdez, Alberto Martin

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	Ninguna
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	Ninguna
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	Ninguna
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	Ninguna
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	Ninguna
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	Ninguna
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	Ninguna
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	Ninguna
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	Ninguna
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	Ninguna

III. OBSERVACIONES GENERALES

El trabajo presentado cumple con los requerimientos solicitados

Apellidos y Nombres del Validador: Cruz Valdez, Alberto Martin
Grado académico: Magister
DNI: 04801338



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, chincha – 2024"

Nombre del Experto: Velásquez Almeida, Karen Vanessa

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	Ninguna
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	Ninguna
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	Ninguna
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	Ninguna
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	Ninguna
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	Ninguna
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	Ninguna
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	Ninguna
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde las preguntas de la investigación	Cumple	Ninguna
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	Ninguna

III. OBSERVACIONES GENERALES

El trabajo presentado cumple con los requerimientos solicitados

Apellidos y Nombres del validador: Karen Vanessa Velásquez Almeida

Grado académico: Magister

DNI: 40381989



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Procrastinación y estrés académico en los alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa JFK Industrial, chincha – 2024"

Nombre del Experto: Silvia Liliana Lam Flores

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	Ninguna
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	Ninguna
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	Ninguna
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	Ninguna
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	Ninguna
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	Ninguna
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	Ninguna
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	Ninguna
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde las preguntas de la investigación	Cumple	Ninguna
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	Ninguna

III. OBSERVACIONES GENERALES

El trabajo presentado cumple con los requerimientos solicitados

Apellidos y Nombres del validador: Manuel Alva Olivares

Grado académico: Doctor

DNI: 32906833

Anexo 4: Base de datos

ENC/ITE	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P18	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24
1	1	3	2	1	3	1	2	3	1	2	1	2	2	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1	2
2	2	4	2	2	1	2	3	4	2	4	2	1	2	3	2	2	1	4	2	4	2	4	2	4
3	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	1	3	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	3
4	1	4	1	2	2	3	5	4	1	1	1	1	2	1	2	1	2	4	2	4	2	4	2	1
5	1	2	2	3	4	3	4	3	1	4	1	1	2	1	2	1	1	3	1	3	1	3	1	4
6	2	4	3	4	3	2	2	4	2	4	2	2	1	2	3	2	1	1	2	1	2	1	2	4
7	1	3	2	3	4	1	1	3	2	3	2	3	2	1	3	1	1	4	1	4	1	4	1	3
8	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	1	2	4	1	4	1	4	1	2
9	1	4	2	1	2	1	1	4	3	4	3	1	2	1	1	1	2	3	1	3	1	3	1	4
10	2	4	3	2	1	3	2	4	4	4	4	4	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4
11	2	3	2	2	2	1	1	3	4	4	4	2	2	1	2	2	3	4	1	4	1	4	1	4
12	1	2	2	1	3	2	3	1	3	2	3	2	1	2	3	1	4	4	2	4	2	4	2	2
13	3	4	2	3	1	2	2	4	4	4	4	4	2	1	3	3	4	4	1	4	1	4	1	4
14	4	4	1	1	2	3	1	4	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3
15	4	4	2	2	1	2	3	4	2	4	2	2	2	1	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4
16	3	2	1	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3
17	4	4	2	2	1	2	2	4	3	3	3	3	2	1	2	4	2	4	1	4	1	4	1	3
18	3	3	3	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1
19	2	4	1	2	1	2	2	4	4	4	4	4	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4
20	3	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	3
21	3	3	2	1	3	1	2	3	4	4	4	4	2	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2
22	1	1	2	2	1	2	3	1	4	4	4	4	2	1	2	1	1	4	1	4	1	4	1	4
23	4	4	2	1	1	2	1	4	2	3	2	3	2	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1	3
24	3	3	1	2	2	3	5	3	4	4	4	4	1	2	3	3	2	4	1	4	1	4	1	1
25	4	4	2	3	4	3	4	4	1	1	1	1	2	1	3	1	1	3	2	3	2	3	2	4
26	4	4	3	4	3	2	2	4	3	4	3	4	2	3	2	4	1	1	3	1	3	1	3	4
27	2	3	2	3	4	1	1	3	2	3	2	3	2	1	1	3	1	4	1	4	1	4	1	3
28	4	4	1	2	2	2	2	4	2	3	2	3	2	1	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2
29	1	1	2	1	2	1	1	1	3	3	3	3	2	1	2	4	2	3	1	3	1	3	1	4
30	3	4	3	2	1	3	2	4	4	2	4	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	4
31	2	3	2	2	2	1	1	3	2	3	2	3	2	1	3	4	3	4	1	4	1	4	1	4
32	2	3	2	1	3	2	3	4	2	4	2	4	2	3	2	1	4	4	2	4	2	4	2	2
33	3	3	2	3	1	2	2	3	3	4	3	4	2	1	1	3	4	4	3	4	3	4	3	4
34	4	2	1	1	2	3	1	3	1	2	1	2	2	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	3
35	2	3	2	2	1	2	3	4	4	4	4	4	2	1	2	2	4	4	2	4	2	4	2	4
36	2	4	1	1	2	1	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	1	4	1	4	1	4	1	3
37	3	4	2	2	1	2	2	4	4	4	4	4	2	1	3	4	2	4	2	4	2	4	2	2
38	1	2	3	1	2	1	1	3	4	4	4	4	2	3	2	2	2	3	1	3	1	3	1	4
39	4	4	1	2	1	2	2	4	3	3	3	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	4
40	3	3	1	2	3	3	2	3	4	4	4	4	2	1	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4
41	4	4	2	1	3	1	2	3	1	3	1	3	2	1	2	3	4	4	1	4	1	4	1	2
42	4	4	2	2	1	2	3	4	2	4	2	4	1	2	3	3	4	4	2	4	2	4	2	4
43	3	3	2	1	1	2	1	4	1	2	1	2	2	1	3	3	3	2	1	2	1	2	1	3
44	4	4	1	2	2	3	5	3	1	3	1	3	2	3	2	2	4	4	2	4	2	4	2	4
45	1	3	2	3	4	3	4	2	1	3	1	3	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
46	2	4	3	4	3	2	2	4	2	4	2	4	2	1	2	4	2	4	1	4	1	4	1	3
47	1	2	2	3	4	1	1	4	1	4	1	4	2	1	2	4	3	3	2	3	2	3	2	1
48	1	3	1	2	2	2	2	4	1	3	1	3	1	2	3	2	3	3	1	3	1	3	1	4
49	1	3	2	1	2	1	1	3	1	3	1	3	4	1	3	4	1	1	2	1	2	1	2	3
50	2	4	3	2	1	3	2	4	2	4	2	4	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2
51	1	4	2	2	2	1	1	3	1	4	1	4	2	1	1	4	1	2	1	2	1	2	1	2
52	1	3	2	1	3	2	3	4	2	3	2	3	1	1	2	3	1	4	2	4	2	4	2	4
53	1	3	2	3	1	2	2	3	4	4	4	4	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3
54	2	3	1	1	2	3	1	3	1	1	1	1	3	2	3	1	2	4	1	4	1	4	1	1
55	2	2	2	2	1	2	3	4	3	4	3	4	4	1	3	4	1	3	3	3	3	3	3	4
56	1	3	1	1	2	1	2	4	2	3	2	3	4	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	4

41	4	4	2	1	3	1	2	3	1	3	1	3	2	1	2	3	4	4	1	4	1	4	1	2
42	4	4	2	2	1	2	3	4	2	4	2	4	1	2	3	3	4	4	2	4	2	4	2	4
43	3	3	2	1	1	2	1	4	1	2	1	2	2	1	3	3	3	2	1	2	1	2	1	3
44	4	4	1	2	2	3	5	3	1	3	1	3	2	3	2	2	4	4	2	4	2	4	2	4
45	1	3	2	3	4	3	4	2	1	3	1	3	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
46	2	4	3	4	3	2	2	4	2	4	2	4	2	1	2	4	2	4	1	4	1	4	1	3
47	1	2	2	3	4	1	1	4	1	4	1	4	2	1	2	4	3	3	2	3	2	3	2	1
48	1	3	1	2	2	2	2	4	1	3	1	3	1	2	3	2	3	3	1	3	1	3	1	4
49	1	3	2	1	2	1	1	3	1	3	1	3	4	1	3	4	1	1	2	1	2	1	2	3
50	2	4	3	2	1	3	2	4	2	4	2	4	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2
51	1	4	2	2	2	1	1	3	1	4	1	4	2	1	1	4	1	2	1	2	1	2	1	2
52	1	3	2	1	3	2	3	4	2	3	2	3	1	1	2	3	1	4	2	4	2	4	2	4
53	1	3	2	3	1	2	2	3	4	4	4	4	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3
54	2	3	1	1	2	3	1	3	1	1	1	1	3	2	3	1	2	4	1	4	1	4	1	1
55	2	2	2	2	1	2	3	4	3	4	3	4	4	1	3	4	1	3	3	3	3	3	3	4
56	1	3	1	1	2	1	2	4	2	3	2	3	4	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	4
57	3	4	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	3	1	1	4	1	4	2	4	2	4	2	3
58	4	4	3	1	2	1	1	4	3	3	3	3	2	1	2	4	2	4	1	4	1	4	1	2
59	4	2	1	2	1	2	2	3	4	2	4	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	3	2	4
60	3	4	1	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	2	3	4	1	2	1	2	1	2	1	4
61	4	3	2	1	3	1	2	3	2	4	2	4	3	1	3	1	3	4	2	4	2	4	2	4
62	3	4	2	2	1	2	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	2
63	2	4	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	2	1	1	2	4	4	1	4	1	4	1	4
64	3	3	1	2	2	3	5	3	4	4	4	4	5	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3
65	3	4	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	1	2	3	4	4	1	4	1	4	1	4
66	2	3	3	4	3	2	2	2	4	4	4	4	3	2	3	4	1	4	1	4	1	4	1	3
67	4	4	2	3	4	1	1	4	4	4	4	4	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	4
68	2	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	4
69	2	4	2	1	2	1	1	4	4	4	4	4	2	1	1	4	3	4	1	4	1	4	1	4
70	3	3	3	2	1	3	2	3	1	3	1	3	1	1	2	3	4	4	2	4	2	4	2	2
71	4	3	2	2	2	1	1	4	2	4	2	4	2	1	2	3	4	4	1	4	1	4	1	4
72	2	3	2	1	3	1	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3
73	2	2	2	2	1	2	3	4	2	4	2	4	1	1	3	1	4	4	1	4	1	4	1	4
74	3	4	2	1	1	2	1	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3
75	1	1	1	2	2	3	5	3	1	2	1	2	4	1	1	2	2	4	1	4	1	4	1	3
76	4	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	1
77	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	1	3	1	3	1	4
78	4	3	2	3	4	1	1	4	4	4	4	4	2	2	3	4	1	1	2	1	2	1	2	3
79	4	4	1	2	2	2	2	3	4	4	4	4	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2
80	3	4	2	1	2	1	1	4	3	3	3	3	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
81	4	3	3	2	1	3	2	3	4	4	4	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
82	1	4	2	2	2	1	1	3	1	3	1	3	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3
83	2	3	2	1	3	2	3	4	2	4	2	4	2	1	2	3	2	4	1	4	1	4	1	1
84	4	4	2	3	1	2	2	2	1	2	1	2	4	2	3	3	1	4	2	4	2	4	2	4
85	1	3	1	1	2	3	1	4	1	3	1	3	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	3
86	2	4	2	2	1	2	3	3	1	3	1	3	2	3	2	3	2	4	2	4	2	4	2	1
87	2	3	1	1	2	1	2	4	2	4	2	4	2	1	1	4	1	3	1	3	1	3	1	4
88	1	2	2	2	1	2	2	3	1	4	1	4	1	1	2	4	1	1	3	1	3	1	3	4
89	3	3	3	1	2	1	1	2	1	3	1	3	2	1	2	2	1	4	1	4	1	4	1	3
90	4	4	1	2	1	2	2	4	1	3	1	3	3	2	3	4	2	4	2	4	2	4	2	2
91	4	4	1	2	3	3	2	3	2	3	2	3	1	1	3	4	2	3	1	3	1	3	1	4
92	3	2	2	1	3	1	2	4	2	4	2	4	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	4
93	4	4	2	2	1	2	3	4	3	4	3	4	1	1	1	3	3	4	1	4	1	4	1	4
94	3	3	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	2	1	2	2	4	4	2	4	2	4	2	2
95	2	4	1	2	2	3	5	4	4	4	4	4	1	1	2	2	4	4	1	4	1	4	1	4
96	3	4	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3
97	3	3	3	4	3	2	2	3	4	4	4	4	1	1	3	4	4	4	1	4	1	4	1	4

Anexo 5: Documentos administrativos



INSTITUCION EDUCATIVA PÚBLICA JHON F. KEENEDY

CONSTANCIA DE ACEPTACIÓN

Quien suscribe, el director de la Institución educativa Jhon F. Keenedy, el Sr. Almeyda Saravia Fernando Mauricio, suscribe que el alumno: Henry Germán Aguilar Villafane, estudiante de la carrera de psicología de la Universidad Autónoma de Ica, tiene el permiso correspondiente para aplicar sus instrumentos en el desarrollo del estudio titulado: "PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ALUMNOS DE QUINTO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JFK INDUSTRIAL, CHINCHA – 2024". Por lo cual tiene acceso en aplicar los cuestionarios correspondientes aprobados por nuestra área administrativa

Se expide la presente constancia a solicitud de los interesados para fines educativos superiores.

Chincha alta, 17 de septiembre del 2024

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Almeyda Saravia', is written over a horizontal line.

ALMEYDA SARAVIA FERNANDO MAURICIO
DIRECTOR

Anexo 6: Informe de Turnitin al 28% de similitud



12% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 9%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 10%  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.



Fuentes principales

- 9% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 10% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	hdl.handle.net	3%
2	Internet	repositorio.autonomadeica.edu.pe	1%
3	Trabajos entregados	Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez on 2025-01-02	1%
4	Trabajos entregados	Universidad Autónoma de Ica on 2023-01-11	1%
5	Trabajos entregados	Universidad Autónoma de Ica on 2023-01-11	1%
6	Internet	repositorio.upla.edu.pe	0%
7	Trabajos entregados	Universidad Ricardo Palma on 2019-05-02	0%
8	Trabajos entregados	Universidad Autónoma del Peru on 2022-07-23	0%
9	Internet	s3.amazonaws.com	0%
10	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	0%
11	Trabajos entregados	Universidad Privada del Norte on 2024-09-21	0%

12	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2024-04-30	0%
13	Internet	repositorio.autonoma.edu.pe	0%
14	Internet	repositorio.utelesup.edu.pe	0%
15	Trabajos entregados	ucss on 2024-11-05	0%
16	Trabajos entregados	Universidad Alas Peruanas on 2021-06-10	0%
17	Trabajos entregados	Universidad Católica de Trujillo on 2022-09-18	0%
18	Internet	repositorio.uns.edu.pe	0%
19	Trabajos entregados	Universidad Nacional del Santa on 2022-07-04	0%
20	Trabajos entregados	Universidad Peruana Los Andes on 2020-07-14	0%
21	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2023-10-20	0%
22	Trabajos entregados	Universidad César Vallejo on 2022-02-13	0%
23	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2023-05-08	0%
24	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2017-10-04	0%
25	Trabajos entregados	Universidad Nacional Federico Villarreal on 2024-08-05	0%

26 Trabajos entregados	Universidad Andina del Cusco on 2021-03-10	0%
27 Trabajos entregados	Universidad Cooperativa de Colombia on 2022-11-16	0%

Anexo 7: Evidencias fotográficas

