



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS
ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO
SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD
DE AREQUIPA – 2023**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. MARY MELICIA MAMANI VILCA

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
PSICÓLOGO**

AREQUIPA – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD ANDINA

NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS
ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO
SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD
DE AREQUIPA - 2023**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. MARY MELICIA MAMANI VILCA

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
PSICÓLOGO**

APROBADA POR EL JURADO REVISOR:

PRESIDENTE

:


Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA

PRIMER MIEMBRO

:


Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA

SEGUNDO MIEMBRO

:


Dra. ESPERANZA CUEVA ROSSEL

ASESOR DE TESIS

:


Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN : SALUD PÚBLICA - P13



RESOLUCIÓN DECANAL N°1200-2024-D-FCS-UANCV

Juliaca, 17 de setiembre del 2024

Vistos: El Expediente N° 2024-CU-10325 en el cual solicita fecha y hora para Sustentación de Tesis y el Dictamen de Aprobación, emitido por el Jurado Evaluador del trabajo de investigación titulado: **PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA - 2023**

CONSIDERANDO:

Que, es necesario dar cumplimiento a la Ley 30220, al Estatuto Universitario y al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad y de la Facultad de Ciencias de la Salud, para la fijación de fecha y hora para la sustentación de tesis.

En uso de las atribuciones conferidas a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud y, estando al informe de la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad

SE RESUELVE:

PRIMERO: Ratificar a los jurados para la Sustentación de Tesis para optar el Título Profesional de: **PSICÓLOGO** del (la) bachiller: **MARY MELICIA MAMANI VILCA** habiéndose designado por sorteo a los siguientes docentes:

- * **Presidente** : Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA
- * **1er. Miembro** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
- * **2do. Miembro** : Dra. ESPERANZA CUEVA ROSSEL

- * **Asesor (a)** : Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE

SEGUNDO: Fijar la programación de Sustentación de Tesis para el:

DIA : JUEVES 19 DE SETIEMBRE DEL 2024
HORA : 14:00 HORAS
LOCAL : Salón de Grados de la Facultad de Ciencias de la Salud

TERCERO: Realizada la Sustentación, el Jurado levantará el Acta en el libro respectivo, donde indicará el resultado obtenido por el Bachiller sustentante.

CUARTO: La Dirección de la Escuela Profesional de Psicología, la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud y el jurado, quedan encargados de dar cumplimiento a la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese y Cúmplase.



DISTRIBUCIÓN:
- Jurados (3)
- Interesado (1)
- Asesor de Tesis (1)
- Archivo FCS 2023(1)

**RESOLUCIÓN DECANAL N° 259-2024-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 01 de abril del 2024

VISTOS: Exp. 2024-CU-1974 presentada por el(la) egresado(a) **MARY MELICIA MAMANI VILCA** quién ha solicitado cambio de jurado del Proyecto de Investigación conducente a optar el título profesional de Psicología;

CONSIDERANDO: Que, en la Resolución Decanal N°1271 -2023-D-FCS-UANCV, figura el título del proyecto de investigación **PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA – 2023** teniendo como Jurados designados por la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, a los siguientes Docentes:

- * **Presidente** : Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATAORA
- * **1er. Miembro** : Dra. PATRICIA AMERICA ORTIZ AMPUERO
- * **2do. Miembro** : Dra. GRACIELA BERNAL SALAS

Que, al haberse cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento de la Unidad de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Investigación ha emitido el **Oficio N° 089-2024-UI-FCS-UANCV-J** solicitando la emisión de la resolución de cambio del primer miembro, segundo miembro y asesor del jurado, por motivos de cese.

Estando el informe favorable de la Dirección de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria, Resolución de Institucionalización 1287-92-NAR. D.L. N° 739 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

PRIMERO: APROBAR EL CAMBIO DEL PRIMER MIEMBRO, SEGUNDO MIEMBRO Y ASESOR designados a él (la) egresado(a) **MARY MELICIA MAMANI VILCA** para la revisión del proyecto de investigación titulado: **PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA – 2023** para optar al Título Profesional de **PSICÓLOGO** debiendo quedar a partir de fecha, de la siguiente manera:

- * **Presidente** : Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATAORA
- * **1er. Miembro** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
- * **2do. Miembro** : Dra. ESPERANZA CUEVA ROSEL
- * **Asesor** : Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE

* **SEGUNDO:** Disponer que los miembros del Jurado designados den continuidad al trámite de evaluación y calificación del proyecto de tesis, borrador de tesis o sustentación de tesis, según sea el caso que se presente en cada expediente. Quedando válido en sus demás disposiciones la Resolución Decanal de aprobación de proyecto de tesis, que se menciona en el considerando.

TERCERO: La Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Grados y Títulos, la Dirección de la Escuela Profesional de Psicología y la Secretaría Académica de la Facultad, quedan encargados de cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.

Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez"
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Elizabeth Vargas Onofre
Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
COP 034
DECANA

DISTRIBUCIÓN
Jurados,
EP. Obstetricia
UI, Interesados, Arch.
EVO/



RESOLUCIÓN DECANAL N° 1021-2023-D-FCS-UANC

Juliaca, 18 de octubre del 2023

VISTOS:

El Oficio N° 172-2023-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la copia del acta de Registro de Proyectos de Investigación de fecha 16 de octubre del 2023, de la EP. Psicología;

CONSIDERANDO:

Que, el (la) egresado(a): **MARY MELICIA MAMANI VILCA** ha presentado el Proyecto de Investigación titulado: **PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA - 2023** correspondiente a la línea de investigación: **SALUD PÚBLICA**;

Que, al haber cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento Interno de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la Directiva N° 004-2019-UANCV-VRACD-OI, la Directora de la Unidad de Investigación nominó la sub comisión de evaluación del Proyecto de Investigación, conformada por los siguientes docentes:

- * **Presidente** : **Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATAORA**
- * **1er. Miembro** : **Dra. PATRICIA AMERICA ORTIZ AMPUERO**
- * **2do. Miembro** : **Dra. GRACIELA BERNAL SALAS**

Que, la sub comisión de evaluación ha decidido aprobar, SIN OBSERVACIONES, el Proyecto de Investigación en mención, y; siendo la opinión favorable de la Directora de la Unidad de Investigación en concordancia al Reglamento de la Unidad de Investigación, y en uso de las atribuciones que le concede la ley Universitaria 30220, ley de creación de la UANCV 23738 y modificación, Resolución de Institucionalización 1287-92-ANE D.L. 739, y el Estatuto de la UANCV, a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**, presentado por el (la) egresado(a): **MARY MELICIA MAMANI VILCA**, para optar el Título Profesional de **PSICÓLOGO**, titulado **PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA - 2023** con todos los objetivos generales, objetivos específicos, sede de ejecución, cronograma, presupuesto y línea de investigación, registrados en el acta de registro de proyectos de investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, folio 079;

El Proyecto de Investigación deberá **ejecutarse** de acuerdo a lo establecido en el Reglamento de la Unidad de Investigación con fines de obtención de Grados Académicos y Títulos Profesionales, y el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud.

ARTICULO SEGUNDO.- RECONOCER, como **ASESOR(A) DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN** al(a) Docente Ordinario(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud, **Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA**.

ARTICULO TERCERO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y la Directora de la Escuela Profesional de Psicología, quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.


 Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez"
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 DECANATO
 JULIACA - PUNO

 Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
 COP 2034
 BECANA

Distribución: Decanato, EP: PSICOLOGÍA, Secretaría Académica, Archivo.
EVO/zcc



PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTUDIO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA - 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%

INDICE DE SIMILITUD

23%

FUENTES DE INTERNET

10%

PUBLICACIONES

11%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	5%
2	www.coursehero.com Fuente de Internet	2%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.unac.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	1%



METADATOS COMPLEMENTARIOS

Título de la tesis	
PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA – 2023	
Datos de autor	
Nombres y apellidos	MARY MELICIA MAMANI VILCA
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	77142547
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-8847-6526
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	ELIZABETH VARGAS ONOFRE
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	29216323
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-6401-9470
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02405808
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	INGRID LIZ QUISPE TICONA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02449475
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	ESPERANZA CUEVA ROSSEL
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02558176



Datos de investigación	
Línea de investigación	SALUD PÚBLICA - P13
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	<p>País: Perú Departamento: Arequipa Provincia: Arequipa Distrito: Paucarpata</p> <p>Coordenadas: Latitud: -16.4106161 Longitud: -71.4967697 https://maps.app.goo.gl/4115QNovTaJuELGh9</p> 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Agosto 2023 – Setiembre 2024
URL de disciplinas OCDE	<p>Salud pública https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.05</p> <p>Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00</p>



UNIVERSIDAD ANDINA NESTOR CERREJÓN VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

[Signature]
Dra. María Amparo del Pilar Chambi Catacora
DIRECTORA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FCS



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo MARY MELICIA MAMANI VILCA, identificado con DNI

Nro. 77142547 en mi condición de egresado de:

- Escuela Profesional
- Programa de Segunda Especialidad,
- Programa de Maestría o Doctorado

PSICOLOGÍA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación, Trabajo Académico denominada:

PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA – 2023

Asesorado por: Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.


Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

El incumplimiento de lo declarado da lugar a responsabilidad del declarante, en consecuencia; a través del presente documento asumo frente a terceros, la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

Juliaca 30 de Diciembre de 20 del 24


Firma del Asesor
(obligatoria)


FIRMA (obligatoria)


Huella



DEDICATORIA

Esta investigación es gracias a DIOS por ser responsable al guiarme a través de este camino lleno de obstáculos y debilidades, del mismo modo para mi querido padre Martin Mamani, a mi querida madre Primitiva Vilca, por el apoyo absoluto y la educación que me brindaron. Seguidamente agradecer a mis hermanos, que también fueron parte de este proyecto que siempre estuvieron motivándome y acompañando en este proceso, para así lograr este gran objetivo.



AGRADECIMIENTO

Primeramente, expresar mi gratitud a mi institución educativa Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, Por la formación y capacitación profesional brindada. También agradecer a la institución el cual me permitió realizar dicho estudio, así mismo finalmente dar gracias a mi asesora que me ayudo a la realización de mi tesis.



INDICE GENERAL

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
INDICE GENERAL	v
INDICE DE TABLAS	vii
INDICE DE FIGURAS	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	xiii
CAPITULO I	1
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.2. FORMULACIÓN DEL PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
1.3. JUSTIFICACIÓN	4
1.4. OBJETIVOS	5
CAPITULO II	8
MARCO TEORICO.....	8
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	8
2.1.1. Nivel internacional	8
2.1.2. Nivel nacional	11
2.1.3. Nivel local	14
2.2. MARCO TEÓRICO.....	16
2.2.1. Definición de la procrastinación.....	16



2.2.2. Definición estrés académico	23
2.3. MARCO CONCEPTUAL	27
CAPITULO III	28
METODOLOGÍA	28
3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	28
3.2. TIPO DE LA INVESTIGACIÓN	29
3.3. MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN	29
3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.....	30
3.6. DISEÑO PARA CONTRASTAR LA HIPÓTESIS	34
CAPITULO IV	35
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	35
RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	35
CONCLUSIONES	44
RECOMENDACIONES	45
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS	47
ANEXO N° 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA	55
ANEXO N° 2 INSTRUMENTOS	56
ANEXO N° 3 VALIDEZ DE INSTRUMENTO	59
ANEXO N° 4 TRATAMIENTO DE DATOS.....	60
ANEXO N°5 SOLICITUD DE AUTORIZACION DEL RECOJO DE DATOS	61
ANEXO N° 6 FOTOS DE RECOLECIÓN DE DATOS.....	62
ANEXO N° 7 CONSENTIMIENTO INFORMADO	63



INDICE DE TABLAS

TABLA 1. Genero En La Autorregulación académica En Estudiantes Del Colegio San Pedro Y San Pablo En La Ciudad De Arequipa-2023. 35

TABLA 2. Grado De Estudio En postergación De Actividades De Estudio En Estudiantes Del Colegio San Pedro Y San Pablo En La Ciudad De Arequipa-2023..... 37

TABLA 3. La procrastinación académica En La Relacion Con El Estrés Académico En Estudiantes Del Colegio San Pedro Y San Pablo En La Ciudad De Arequipa-2023. 39

TABLA 4. La Correlacion Entre Las Dimensiones De La procrastinación Con El Estrés Académico En Los Estudiantes Del Colegio San Pedro Y San Pablo En La Ciudad De Arequipa-2023. 40

TABLA 5. Niveles De Estrés académico En Estudiantes Del Colegio San Pedro Y San Pablo En La Ciudad De Arequipa-2023. 42



INDICE DE FIGURAS

FIGURA 1. Nivel De Autorregulación En Género..... 36

FIGURA 2. Nivel De Postergación En Grado De Estudios..... 37

FIGURA 3. Niveles De Estrés Académico 42



RESUMEN

Esta investigación tiene por objetivo: Determinar la relación entre procrastinación con el estrés académico en estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo, en la ciudad de Arequipa – 2023. **Metodología de la investigación:** La metodología usada fue el enfoque cuantitativo con un diseño de investigación no experimental, fue de tipo descriptivo y de nivel correlacional, y con un corte transversal. **Materiales y métodos:** Participaron 80 estudiantes, el cual se recolecto mediante una muestra de trabajo, los cuales pertenecen a la institución educativa San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa. Se emplearon la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de SISCO V21 para la obtención de datos. **Técnica:** Como instrumento para recolectar los datos, se usó dos encuestas. Así mismo, como **resultado** se contempla la correlación con el coeficiente de Spearman; entre las dos variables procrastinación y el estrés académico, lo cual se determinó lo siguiente al observar que la sig. Bil. = 0,050 $\leq \alpha$ 0,05 considerando una relación positiva. Así también se identificó la autorregulación académica en relación con el estrés académico, en ella, se observa la Sig. Bil. = 0,423 $> \alpha$ = 0,05 lo que permite asumir que no existe la correlación entre dichas variables. la Sig. Bil. = 0,050 $\leq \alpha$ = 0,05. Por otro lado, se pudo establecer la postergación de actividades en relación con el estrés académico, evidenciando una significancia bilateral de 0.030, inferior al nivel alfa de 0.05. Esto sugiere un nivel de correlación positiva débil o baja las dos variables estudiadas. Por último, se detectaron indicar los respectivos niveles de estrés académico, siendo que el 35% de nuestra población experimentó un estrés académico severo. **Conclusión:** se concluye con encontrar la existencia



de una relación significativa entre estrés académico y procrastinación, asimismo se logró identificar la autorregulación con el estrés académico. También se determinó la postergación de actividades con el estrés académico finalmente se estableció los niveles de estrés académico.

Palabras claves: Estrés Académico, Estudiantes, Procrastinación.



ABSTRACT

This research aims to: Determine the relationship between procrastination and academic stress in students from the San Pedro y San Pablo School, in the city of Arequipa - 2023. Research methodology: The methodology used was the quantitative approach with a non-experimental research design, it was descriptive and correlational level, and with a cross-sectional section. Materials and methods: 80 students participated, which was collected through a work sample, which belong to the San Pedro y San Pablo educational institution in the city of Arequipa. The Academic Procrastination Scale and the SISCO V21 Inventory were used to obtain data. Technique: As an instrument to collect the data, two surveys were used. Likewise, as a result, the correlation with the Spearman coefficient is contemplated; between the two variables procrastination and academic stress, which was determined as follows by observing that the sig. Bil. = $0.050 \leq \alpha = 0.05$ considering a positive relationship. Likewise, academic self-regulation was identified in relation to academic stress, in which the Sig. Bil. = $0.423 > \alpha = 0.05$ is observed, which allows us to assume that there is no correlation between these variables. Sig. Bil. = $0.050 \leq \alpha = 0.05$. On the other hand, the postponement of activities in relation to academic stress was established, showing a bilateral significance of 0.030, lower than the alpha level of 0.05. This suggests a weak or low positive correlation level between the two variables studied. Finally, the respective levels of academic stress were detected, with 35% of our population experiencing severe academic stress. Conclusion: it is concluded that there is a significant relationship between academic stress and procrastination, and it was also possible to identify self-regulation with academic



stress. The postponement of activities with academic stress was also determined, and finally the levels of academic stress were established. Keywords: Academic Stress, Students, Procrastination.



INTRODUCCIÓN

El objetivo de la presente investigación fue analizar la procrastinación en estudiantes de la ciudad de Arequipa y su relación con el estrés académico, dado que se ha observado que muchos estudiantes posponen las tareas y trabajos asignados por los docentes. De otra manera, la institución denominada Organización Mundial de la Salud (OMS) 2023, señalo que procrastinar es aquella conducta voluntaria de postergar una serie de actividades y esto podría conducir a un momento incómodo y a los cambios psicológicos relacionados con las sintomatologías del estrés. (1)

Sin embargo, el estrés es parte del día a día de muchas personas, esto incrementa aún más en un estudiante de secundaria que está sometido bajo estrés académico, la sobrecarga de funciones, y actividades personales que pueden desencadenar algún problema de salud mental a causa del estrés. los estudiantes pueden utilizar herramientas o estrategias de afrontamiento, son fundamentales para su desarrollo de adaptación a los diferentes cambios durante la etapa de estudiantes, Esto significa que el grupo etario también está experimentando la transición de la adolescencia, lo que trae consigo nuevos desafíos y cambios en los ámbitos social, económico, familiar y biológico que pueden aumentar el impacto negativo en el estrés académico.

La realidad social indica que el presente estudio sobre los niveles de estrés académico y la procrastinación es necesario, ya que podría sumarse a los diversos mecanismos de afrontamiento de los niños en el colegio San Pedro y San Pablo de Arequipa.



Este trabajo de tesis se divide en los siguientes capítulos, descritos detalladamente según normativa:

Capítulo I: en este aspecto general se argumenta; la problemática, la descripción de la situación problemática, objetivos propuestos, justificación, hipótesis propuestas, conjuntamente con la operacionalización de variables. Respecto al Capítulo II: Se consideró el marco teórico, seguido a esto el marco conceptual del tema estudiado. Capítulo III: Este apartado aborda la metodología usada en la presente investigación, incluyendo el tipo y nivel de estudio, La metodología de investigación usada, así mismo, la población y con ello la muestra seleccionada, así como los detalles sobre el muestreo. También se detallan las herramientas y técnicas de investigación empleadas para recopilar datos, junto con el procedimiento utilizado para su recolección, y las técnicas de investigación usadas para el procesamiento y análisis en base a la información obtenida. Finalmente, el Capítulo IV: presenta los resultados obtenidos, los cuales se sustentan en el procedimiento estadístico empleado y se presentan de manera adecuada. (tablas y figuras). Como también se incluye la discusión. Además, el trabajo de investigación finaliza con sus respectivas conclusiones y recomendaciones, así mismo, finalmente se hace mención a las referencias y fuentes bibliográficas utilizadas y acompañada de los instrumentos con el cual se trabajó, estos se encuentran en los anexos correspondientes.



CAPITULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Decimos que el campo de la psicología, es crucial asegurar el bienestar de los estudiantes, manteniendo un entorno propicio para el desarrollo de su personalidad en su vida diaria. De acuerdo con otras fuentes, la procrastinación es un comportamiento que se manifiesta al posponer actividades que tienen un plazo definido para su realización. Este comportamiento se asocia con falta de autocontrol, baja autoestima, falta de autoconfianza, ansiedad y depresión. La procrastinación académica se define como la incapacidad para terminar a tiempo las tareas, tanto académicas como administrativas, así como la incapacidad para adaptarse a nuevas tareas. (Quant y Sánchez, 2012). (2)

Sin embargo, al tratar de reducir y no obtener buenos resultados desarrollan una conducta de angustia o llenas de culpa, que conducen a un rendimiento académico deficiente y. por tanto, es riesgoso para la salud mental. (sirois,2007). (3)



Según la revista Liberabit (2021) el 83% del total de estudiantes reportan experimentar el estrés académico con una existencia de niveles moderados y moderadamente alta. Por eso, dicen que el estrés académico es un tema muy importante. (4)

Según un artículo de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP) publicado en el diario La República en marzo de 2018, alrededor del 80% de las personas han experimentado estrés, manifestando síntomas como insomnio y cambios de humor con frecuencia.

En un contexto local, Ramos y Parí (2017) encontraron sobre la estadística del estrés, y es moderado, alcanzando el 78%, mientras que la procrastinación afecta al 84.9% de los estudiantes. Además, se observa que el género femenino pasa por altos niveles de estrés a diferencia del género masculino, que son niveles menores, demostrando una clara conexión entre la procrastinación y el estrés elevado.(6)

Por otro lado, el estrés sigue siendo un fenómeno adaptativo en todas las etapas del desarrollo humano. Los alumnos, especialmente, se enfrentan a una presión constante de actividades, lo que dificulta su capacidad para ajustarse a cambios como las demandas académicas, los horarios y las nuevas interacciones personales. Tanto la familia como la institución desempeñan un rol esencial en el progreso de las actividades del estudiante. Los grandes esfuerzos de adaptación pueden llevar a los estudiantes a experimentar agotamiento, falta de interés por aprender, autocrítica y pérdida de control ambiental, factores que desencadenan el estrés académico.



Por lo tanto, es imperativo realizar este estudio para determinar si la procrastinación y el estrés académico están relacionados en los alumnos del colegio San Pedro y San Pablo de Arequipa, lo cual es un acontecimiento que se da con frecuencia en la vida de los estudiantes con sus actividades académicas del mismo modo que también desconocen el perfil de la procrastinación, también brinda la oportunidad de contribuir con el respaldo de expertos de la salud mental que guíen y apoyen a los estudiantes, se puede controlar o reducir adecuadamente el estrés académico.

1.2. FORMULACIÓN DEL PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema General

PG.- ¿Cuál es la relación de la procrastinación con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la Ciudad de Arequipa – 2023?

1.2.2. Problemas Específico

PE1.- ¿Cuál es la relación de la autorregulación académica con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la Ciudad de Arequipa?

PE2.- ¿Cuál es la relación de la postergación de actividades con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa?

PE3.- ¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa?



1.3. JUSTIFICACIÓN

Hoy en día en la ciudad de Arequipa-Perú 2023, sucede que es una problemática en donde los estudiantes experimentan estrés y procrastinación en algún momento de su vida cotidiana porque postergan sus tareas para después, de esta manera puede llegar a afectar en su desarrollo como en el ámbito social, personal y académico. así afectando negativamente el bienestar psicológico, físico y académico.

De acuerdo con Encarnación y Huertas (2022), en su investigación titulada " "Estudio sobre la Postergación de Tareas y el Nivel de Tensión Académica en Alumnos de Educación Secundaria en una Institución Educativa Privada del Distrito de Ventanilla-Callao, realizado en 2021," Se comprobó que existía una asociación sustancial y positiva entre las variables. La procrastinación académica fue del 73,3%, un porcentaje muy elevado. También hubo un alto nivel de estrés académico, con un 48,8% de mujeres y un 32,8% de hombres que lo declararon.(7)

Así mismo este problema es muy preocupante ya que puede estar afectando a un gran número de estudiantes adolescentes y se les esté dando poca importancia del mismo modo puede que esté afectando en su desarrollo académico teniendo como consecuencia el abandono de las clases o repetir de grado y alterar posteriormente el crecimiento o desempeño como persona. Por lo tanto, se requiere intervenir en las instituciones educativas como los colegios.

Finalmente, la presente investigación permitirá el beneficio no solo a los estudiantes sino también los profesores como a la institución educativa ya que se encuentran mejorando constantemente en una buena calidad de



enseñanza, así también proporcionar información necesaria a la institución de acuerdo a los resultados que se vayan a obtener así sugerir tomar medidas de prevención y control, mediante talleres de estrategias para evitar tanto la procrastinación como el estrés académico y así logrando buenos resultados de aprendizaje en los estudiantes, así mismo se beneficiaran los futuros investigadores para realizar nuevas investigación con las dos variables y poder elaborar programas de intervención.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. Objetivo general

OG. Determinar la Relación de la Procrastinación con el Estrés Académico en Estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa – 2023.

1.4.2. Objetivos Específicos:

OE1. Identificar la Autorregulación Académica en Relación con el Estrés Académico en los Estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa.

OE2. Establecer la Postergación de Actividades en relación con el estrés académico en los Estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa.

OE3. Indicar los niveles de Estrés Académico en los estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa.



1.5. HIPOTESIS

1.5.1. Hipótesis general

HG. La procrastinación tiene relación significativa con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa – 2023.

1.5.2. Hipótesis específicas

HE1. La procrastinación en su dimensión autorregulación académica del guarda relación con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa.

HE2. La procrastinación en su dimensión postergación de actividades guarda relación con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa.

HE3. Existe niveles elevados de estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa.

1.6. VARIABLES

VARIABLE 1: La procrastinación

VARIABLE 2: Estrés académico



1.7. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	CRITERIOS DE VALORACIÓN	MEDICIÓN
V1 PROCRSTI NACIÓN	1.1. AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA	1.1.1 genero.	2,3,4,5,6,7,10, 11,12	N= NUNCA CS= CASI NUNCA AV= A VECES CS= CASI SIEMPRE S= SIEMPRE	< a 27 NIVEL BAJO > a 35 NIVEL ALTO < a 7 NIVEL BAJO
	1.2. POSTERGACIÓN DE ACTIVIDADES	1.2.1. grados	1,8,9		> a 9 NIVEL ALTO
V2 ESTRÉS ACADÉMICO	2.1. ESTRÉS	2.1.1. niveles de estrés	1,2,3,4,5,6,7,8 ,9,10,11,12,13 ,14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21.	N = NUNCA CS= CASI NUNCA RV= RARA VEZ AV =ALGUNAS VECES CS= CASI SIEMPRE S = SIEMPRE	DE 0 A 48% LEVE DE 49% A 60% MODERADO DE 61% AL 100% SEVERO



CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. Nivel internacional

Magnín (2021) En su investigación titulada **“La relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná Argentina-2021.”** El objetivo del estudio fue examinar la correlación entre estrés y procrastinación en estudiantes de psicología de una universidad de Paraná. 64 estudiantes de todos los géneros participaron de una encuesta aleatoria para conformar la muestra, que fue recolectada mediante una técnica transversal, cuantitativa, correlacional y descriptiva. Los instrumentos utilizados fueron la Escala Integrada de Procrastinación de Tuckman, el SISCO para estrés académico y una encuesta sociodemográfica. En los resultados se encontró que el grado de estrés y la tendencia a la procrastinación estaban correlacionados de forma positiva y estadísticamente significativa ($R_{64} = 0,55; p < 0,01$), lo que sugiere que los estudiantes tenían altos niveles de ambos rasgos. (8)



Espín y Vargas (2023) En su investigación titulada **“La procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios en Ambato, Ecuador - 2023.”** Mediante un muestreo no probabilístico, se eligieron 432 estudiantes para un estudio descriptivo-correlacional, transversal y no experimental con los siguientes objetivos: El propósito del estudio fue conocer la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes universitarios utilizando instrumentos de evaluación como el SISCO para el estrés académico y el BUSKO para la ansiedad. Según estos resultados, es negativo la existencia de una correlación significativa ($Rho = 0,062$; $p = 0,197 > 0,05$) entre ambas variables. En lo que respecta al autocontrol académico, el 96,1% de los estudiantes mostraron bajos grados de procrastinación y el 85,9% mostraron altos niveles. Hubo una diferencia de género significativa en el elevado índice de estrés académico (41,9%) ($\chi^2 = 9,96$; $p = 0,007$).⁽⁹⁾

Campaña, F. (2022) **En su investigación titulada “El estrés académico y su relación con la procrastinación académica de los estudiantes de escolaridad inconclusa estudio acelerado de Guayaquil - 2022.”**

El propósito de este estudio fue investigar la conexión entre estudiantes adultos que terminaron un curso acelerado ofrecido por el Ministerio de Educación Nacional y la conexión entre el estrés académico y la procrastinación. La procrastinación se midió con el Inventario de Estrés Académico CISCO (Barraza, 2006), y el estrés académico con el Inventario de Busko (EPA), que Álvarez adaptó. Se realizó una investigación exhaustiva con 223 alumnos. La metodología de



investigación utilizada fue un diseño no experimental con un enfoque descriptivo correlacional cuantitativo transversal. Se encontró que la procrastinación y el estrés tenían una ligera asociación ($r = 0,296$). Así pues, se pretende mejorar los resultados mediante la prevención y la planificación. (10)

Altamirano y Rodríguez (2021) **Procrastinación Académica y su Relación con la ansiedad en Ecuador, 2021**. El propósito del estudio fue determinar la conexión entre la procrastinación y la ansiedad de los estudiantes de psicología clínica de la Universidad del Ecuador. Los datos fueron recolectados utilizando la Escala de Ansiedad de Hamilton y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). La investigación se ejecutó a través de un análisis con enfoque cuantitativo comparativo, empleando métodos descriptivos, correlacionales y transversales, con una muestra de 50 alumnos de psicología. Como resultado, se halló lo siguiente, en sujetos con tendencia a procrastinar, se observó un promedio de 52% de procrastinación y 48% de autorregulación. En cuanto a la ansiedad tiene un peso de nivel medio con un 54%. Hubo una diferencia significativa por género ($p = 0,012$), observándose más casos en mujeres que en hombres. Podemos concluir que existe una correlación con nivel significativo entre la procrastinación y el estrés.(11)

Castiblanco et al., (2023) En su investigación titulada **"Procrastinación académica en estudiantes de contaduría Pública de la Universidad de Colombia."** Utilizando como herramienta metodológica la Escala de Procrastinación Académica (EPA), el propósito de este estudio fue conocer la frecuencia con la que los estudiantes de



contabilidad de la Universidad Cooperativa de Colombia Sede Villavicencio procrastinan en sus tareas de clase. El análisis de las muestras de 80 estudiantes reveló niveles moderados de procrastinación académica. Los resultados del presente estudio indican una tendencia a la procrastinación de tareas académicas, aunque esta tendencia no siempre puede ser provocada por una falta de autocontrol.(12)

2.1.2. Nivel nacional

Ayala (2022) en su investigación titulada **“Procrastinación y estrés académico en estudiantes que cursan el 5to año de secundaria en el colegio público de Puno, 2022.”** El objetivo de esta investigación fue determinar el grado de correlación entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Público de Puno en 2022. Una muestra de 120 estudiantes se sometió tanto al inventario SISCO como a la escala de procrastinación EPA.. Se encontró que, del total, el 78.3% del estudiantado tenían un nivel bajo de procrastinación, mientras que el 65.8% mostraba un estrés académico moderado. A pesar de observarse una correlación que no posee significancia entre las variables estudiadas, sugiriendo que, a pesar de la postergación en el rendimiento de aprendizaje, una parte considerable de nuestra población estudiantil experimentaba estrés académico en un nivel moderado.(13)

Espinoza (2022) En su investigación titulada **“Estrés académico y procrastinación académica de estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2022.”** El objetivo del estudio fue conocer la relación entre el estrés académico y la procrastinación en



estudiantes de secundaria del Callao. La muestra estuvo conformada por 104 estudiantes, los cuales fueron seleccionados mediante métodos no probabilísticos y de selección conveniente. En cuanto a la recolección de datos, el estrés académico se midió con el inventario SISCO y la procrastinación con el inventario EPA. Se utilizó un diseño que pretende establecer correlaciones entre variables en un momento concreto en lugar de implicar una investigación directa. La tasa de procrastinación moderada de los estudiantes fue del 74%, y su nivel de estrés académico moderado fue del 86,5%, en base a nuestros hallazgos, lo que indica que las dos variables tienen una relación directa. (14)

Córdova (2021) En su investigación titulada **“Estrés académico y procrastinación en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria del colegio matemático Harry Sullivan de Lima - 2021.”** El propósito de este estudio fue determinar el nivel de del estrés académico y la procrastinación entre alumnos de tercer, cuarto y quinto grado de la Escuela de Matemáticas Harry Sullivan. Los investigadores emplearon un diseño que no implicaba experimentación directa, enfocado en describir y establecer correlaciones. De manera similar, para obtener datos también se utilizaron las herramientas de evaluación de estrés SISCO y EPA, las muestras estaban compuestas por 50 estudiantes. En conclusión, los resultados mostraron que no existía una correlación con significancia para las variables analizadas, con un valor p superior a 0.05. En resumen, la correlación entre el estrés académico y la procrastinación no es estadísticamente significativa, manteniéndose ambas variables en un nivel medio del 72%.(15)



Díaz (2021) En su investigación titulada **“El estrés académico y procrastinación en los estudiantes del Programa del Diploma del Bachillerato internacional del COAR Piura 2021.”** El objetivo de la presente investigación fue identificar la conexión entre el estrés académico y la procrastinación en alumnos que participaban en un diplomado internacional. Se trabajó con una muestra de 197 alumnos se utilizaron enfoques cuantitativos y métodos estadísticos, junto con un diseño experimental correlacional, para analizar la información recolectada. Los resultados mostraron una correlación moderada con las variables.(16)

Álvarez y Cerrón (2020) En su investigación titulada **“Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay – Huancavelica.”** El propósito de este estudio fue determinar la conexión entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria que asisten a centros diurnos de la provincia de Huancavelica. Respecto a la metodología, el diseño del estudio fue transversal, descriptivo, de nivel correlacional, no experimental. En esta investigación se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO y la Escala de Procrastinación EPA. Para la recogida de datos se efectuó con una muestra de 120 estudiantes. Los resultados del proyecto ejecutado mostraron un nivel significativo de $\alpha = 0,000$ y $\rho = 0,649$, lo que demuestra una correlación directa entre las dos variables: Cuando aumenta el estrés académico, también lo hace la procrastinación en el curso. (17)



2.1.3. Nivel local

Figuroa et al. (2023) En su investigación titulada **“Estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, APLAO, Arequipa – 2023. El objetivo fue determinar la relación entre el estrés académico y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria del Instituto de Educación Pública, APLAO, Arequipa - 2023.”** La escala de procrastinación EPA y el SISCO se utilizaron junto con encuestas como herramienta de investigación estadística correlacional no experimental para medir el estrés académico. Los hallazgos mostraron que había niveles moderadamente altos de estrés académico y niveles moderadamente altos de procrastinación, con un 61% de los encuestados en cada categoría. En última instancia, sin embargo, no hubo una correlación perceptible ($p=0,605>0,05$) entre el estrés académico y la procrastinación. (18)

Ortega (2021) En su investigación titulada **“Estrés académico, procrastinación y bienestar psicológico en universitarios de la carrera de comunicación de una universidad pública de Arequipa, 2021.”** El objetivo de esta investigación es analizar cómo se relacionan el estrés académico, la procrastinación y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. La fórmula utilizada para calcular el modelo se realizó según el método de correlación básica con el modelo de probabilidad, ya que se aplicó a 100 estudiantes universitarios mediante dos métodos, como el SISCO para poder hacer la medición del nivel de estrés académico, pues la Escala de Procrastinación Académica y



también el Riff del bienestar psicológico, este último siendo una versión unidimensional escalable. La conclusión fue que las variables estaban relacionadas con el bienestar psicológico, como se evidenció en los resultados con un valor de $\chi^2 = 10.362$ y un valor p de 0.35, lo que sugiere una relación significativa ($p \leq 0.05$), lo que llevó a la aceptación de la hipótesis planteada. (19)

Poma (2021) En su investigación titulada **“Estilos de personalidad y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Arequipa, 2021.** “Propósito: El objetivo del estudio era examinar la relación entre la procrastinación y las cualidades de la personalidad en estudiantes de enseñanza secundaria que asisten a un determinado centro educativo. Se utilizó una muestra de 155 estudiantes de ambos sexos en un estudio cuantitativo, transversal y no experimental. Para medir los parámetros pertinentes, se utilizaron los instrumentos EPA y MAPI. Según los datos, ambas variables presentan una asociación débil pero positiva.(20)

Laura (2021) En su investigación titulada **“Procrastinación y estrés académico en estudiantes de administración de noveno y décimo ciclo de dos universidades de la ciudad de Arequipa, 2021.”** El objetivo del estudio fue conocer la correlación entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de noveno y décimo grado de dos instituciones privadas ubicadas en Arequipa en el año 2021. Utilizando un diseño correlacional, se aplicó un método cuantitativo. Se utilizó el SISCO para medir el estrés académico y la escala EPA para cuantificar la procrastinación. Se encontró que 68 personas (9%) presentaban grados



moderados de procrastinación académica. Además, 72 personas (7%) afirmaron tener un estrés moderado. Así, se demostró que en el año 2021, entre los estudiantes de noveno y décimo grado de dos instituciones de la ciudad de Arequipa, la procrastinación y el estrés académico estaban sustancialmente correlacionados. (21)

Para Valdivia (2019) la presente investigación tiene como título **“La procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de segundo y tercer año de la facultad de ciencias de la educación de la universidad San Agustín de Arequipa, 2018.”** Así, su objetivo fue: Determinar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de tercer año. Este estudio examinó el impacto de la procrastinación en el estrés académico de estudiantes universitarios mediante un enfoque de investigación cuantitativo, de nivel primario, correlacional, transversal y no experimental. Un total de 366 estudiantes universitarios participaron en este estudio. Los datos se recogieron utilizando dos instrumentos: el inventario de estrés académico SISCO de BARRAZA y la escala de procrastinación EPA de BUSKO. Concluimos que la procrastinación tiene un efecto comparable sobre los niveles de estrés porque los datos mostraron que afecta significativamente a los resultados de nivel de estrés académico ($P: 0,001$; $r: 0,493^*$). (22).

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Definición de la procrastinación

La palabra latina «procrastinare», que significa «aplazar para el día siguiente», es el origen de la palabra inglesa «procrastination». Se define



como la propensión a aplazar el comienzo o la finalización de una tarea que debe realizarse en un plazo determinado y que puede causar sufrimiento a uno mismo. (23)

Por otro lado, también se conceptualiza como la inclinación persistente a posponer una actividad o compromiso, muchas veces justificándolo con excusas o promesas de hacerlo más tarde. para así evitar algún tipo de culpa frente a cierta actividad o tarea. (24)

Según la definición de la Real Academia Española (2008), "procrastinar" se refiere a "posponer o aplazar" una tarea, lo que implica que aquellos que procrastinan tienen la intención de completar la tarea asignada, pero la posponen para más adelante o para otro día. (25)

2.2.1.1. Tipos de procrastinación

Procrastinar

Se observa que estos individuos priorizan las actividades sociales sobre las académicas, lo que resulta en niveles elevados de ansiedad y preocupación. Sin embargo, esto no siempre tiene consecuencias negativas, ya que al final logran completar sus tareas. (25)

También se habla de dos formas de procrastinación a nivel académico: la intermitente y la persistente. La primera está tipificada por la procrastinación esporádica, que es el término utilizado para retrasar tareas concretas o preestablecidas por falta de tiempo. La procrastinación académica crónica, sin embargo, es la frase utilizada para caracterizar un patrón conocido de aplazamiento o postergación del compromiso de estudio. (27)



Finalmente, los tipos de procrastinación los divide en; por evasión, en el cual se da a entender que esto sucede a las personas con baja autoestima que los lleva a retazar o aplazar las cosas por miedo a fracasar o equivocarse; así también, por activación, son individuos que postergan sus quehaceres por no tener más remedio que hacerlas y por último se tiene por indecisión esto se da en personas que buscan realizar de la mejor forma, pero no consiguen realizarlo. (28)

2.2.1.2. Modelos de procrastinación

➤ Modelo psicodinámico

Desde una perspectiva diferente, la procrastinación se manifiesta cuando un niño experimenta temor al anticipar consecuencias negativas de su comportamiento, lo que lo lleva a evitar posibles castigos. Además, cuando la carga de tareas escolares y responsabilidades domésticas alcanza un punto crítico, esta situación puede exceder sus capacidades. A diferencia de los niveles de ansiedad, esto conduce a la postergación de sus quehaceres y obligaciones. (29)

Los expertos en psicoanálisis concuerdan en que las expectativas parentales influyen en la personalidad, durante el proceso de procrastinación en los estudiantes y en su evolución, es común que los jóvenes se vean sometidos a la presión parental en cuanto al desempeño académico, lo que genera elevadas expectativas. En respuesta, los adolescentes pueden adoptar un comportamiento rebelde, desafiando sus propios límites a través de la procrastinación. (30)



Se plantea que la tendencia a procrastinar puede derivar de un enfoque autoritario en la crianza. Durante la etapa adolescente, sentir que el tiempo en esa etapa pasa rápido, combinada con la ansiedad respecto al futuro y el temor al proceso de maduración, pueden contribuir a este comportamiento, pueden llevar a los adolescentes a postergar las tareas. Sin embargo, alrededor de los veinte años, esta perspectiva cambia y se percibe que el tiempo disponible no es suficiente para alcanzar las metas propuestas. Se experimenta la sensación de idea de que las oportunidades son singulares y pueden escaparse, generando altos niveles de ansiedad y fortaleciendo la inclinación a posponer las tareas. Este ciclo puede persistir hasta la vejez si no se aborda a tiempo. (31)

➤ **Modelo del conductismo**

De acuerdo con lo planteado por Álvarez (2010), dentro de esta perspectiva, los comportamientos que se repiten o mantienen tienden a ser fortalecidos, es decir, persisten debido a sus resultados. Aquellos individuos que procrastinan y prolongan constantemente sus tareas no han logrado alcanzar sus metas en repetidas ocasiones, lo que les permite continuar con su procrastinación sin experimentar repercusiones adversas (Burka y Yuen, 2008) (32)

➤ **Modelo Motivacional**

Según Gómez, Ortiz y Perdomo (2016), considera que es un modelo que puede generar éxito, el cual se considera una señal de que una persona está cambiando su comportamiento para así lograr su objetivo en diferentes etapas de su vida. para lo cual, el sujeto elige entre las dos opciones brindadas: el deseo de poder alcanzar el miedo o alcanzar el



éxito a no lograrlo y fracasar; el primero enfatiza los factores motivacionales, el segundo enfatiza en evitar situaciones negativas que el sujeto vive. este modelo propone, dos principios: la autodeterminación que significa sentirse libre de hacer lo que uno decide hacer; Esto pueden llegar a ser intrínseca o extrínseca; La conducta efectiva, con su concepto de metas, se basa en el desarrollo de las funciones cognitivas y en la participación en actividades que permitan completar tareas.(33)

➤ **Modelo Cognitivo**

Según Gil y Botello (2018), en este modelo indica que las personas que procrastinan a menudo poseen un procesamiento deficiente de la información y están constantemente pensando en aplazar sus actividades, por lo tanto, exhiben actitudes negativas en sus pensamientos, esto conlleva consecuencias negativas como la imposibilidad de realizar un trabajo y el miedo al rechazo de las personas. Dentro de esta enumeración de conceptos, La noción ABC, establecida por la teoría de la terapia emotiva racional, mejora nuestro conocimiento de la procrastinación. La esencia clave de este enfoque radica en el proceso cognitivo del individuo, es decir, en cómo percibe las situaciones y en las ideas que esa persona se ha formado sobre los demás, el entorno y ella misma.

El modelo ABC proporciona un análisis básico de este comportamiento: la letra A representa la acción activa que puede llegar a ser real o imaginada. la letra B representa la interpretación o creencia específica de cada persona sobre el evento y finalmente tenemos la letra C que



representa las consecuencias de retrasarse en una entrega que no se puede descuidar.

2.2.1.3. Dimensiones de la procrastinación

El creador de la Escala de Procrastinación explica que el término Procrastinación se interpreta y se analiza a través de dos conceptos fundamentales: Tenemos a la autorregulación académica y por otro lado está el posponer actividades diarias. (35)

La Autorregulación académica.

Esto se conceptualiza como un comportamiento auto reflexivo en el que los estudiantes intentan continuar aprendiendo, escribiendo y organizando sus conocimientos mientras establecen objetivos de aprendizaje iniciales. Metas y comportamientos para lograr esas metas. La investigación se desarrolló en el ámbito del estudio, que abordó las características del estudiante adolescente y el entorno natural, el estudio individual y la preparación de recursos suficientes para realizar actividades en las horas disponibles. Le gusta planificar u organizar todas las tareas en el último minuto está dispuesto a gestionarse a sí mismo con antelación incluso si este período es corto, mantiene el desempeño de sus clases dentro de los límites determinados dentro la sociedad. (34)

También se ha demostrado que la Autorregulación académica de los adolescentes muchas veces surge del hecho de que no son disciplinados ni castigados severamente por sus ausencias o faltas. Aunque hayan recibido algún castigo, no lo vieron de esa manera y no estaban contentos de que su comportamiento incorrecto se corrigiera a largo plazo. Por ello, siguieron cargando con cierta irresponsabilidad en



su labor académica como forma de adaptación al entorno. y otras áreas importantes en la vida cotidiana de las personas, tales como la familia, el trabajo y la vida social; Porque la procrastinación puede convertirse en un mal hábito que se extiende a distintos ámbitos.(37)

Postergación de actividades

Esta segunda dimensión se conceptualiza como las características del sujeto por postergar actividades, es decir, el aplazamiento de las actividades a tomar con urgencia a mediano o largo plazo se produce en el período anterior a la presentación de la actividad. Esto lleva al estudiante a desistir de la acción solicitada, a utilizar la acción como excusa para evitar sentirse culpable y a racionalizarla en secreto para evitar sentirse culpable. (Ferrari et al. 1995). De esta manera, el aplazamiento estará relacionado con programas relacionados con la personalidad asociados; Porque al sujeto no le interesa desarrollarse dentro del grupo social, ni le interesa participar e integrarse a su sociedad. (38)

Asimismo, la escala de procrastinación da a conocer que el mencionado fenómeno se acopla con padecer estrés, debido a que las personas que se denominan procrastinadores posponen o no cumplen con sus tareas hasta la fecha límite para evitar sentir presión. Éste es el caso de cómo evitar el estrés porque este sentimiento de último minuto de que eres responsable si no lo haces se fortalece en momentos de mucho estrés, lo cual es bueno para las personas con una mentalidad negativa porque eligen sentirse estresados después de que se completa la implementación del proyecto. Se define como una forma de satisfacer



todos los trabajos y por ende los demás, en este caso a los docentes académicos. Por lo tanto, la procrastinación se define como la evitación emocional causada por pensar en el futuro, lo que amenaza su capacidad para realizar actividades académicas al permanecer en un ciclo negativo debido al sentimiento de estrés experimentado sólo durante el control del curso. Se manifiesta en una actitud negativa ante los problemas de la escuela, desde la realización de la tarea hasta su repetición. Entenderlo de esta manera la postergación de actividades. (39)

2.2.1.4. Consecuencias de la procrastinación

La procrastinación también tiene un impacto emocional. Por ejemplo, cuando las personas toman conciencia de procrastinar, experimentan una variedad de reacciones emocionales relacionadas con la inadecuación personal, el rechazo, la vergüenza, la culpa, la decepción, la culpa, la ansiedad y la depresión. (40)

2.2.2. Definición estrés académico

Durante el siglo XVII, el término "estrés" surgió cuando Robert Hooke, un científico inglés, identificó la capacidad de resistencia ante las tensiones de los procesos mentales y la habilidad para manejar o tolerar el estrés, lo cual influye en aspectos como la atención, la fisiología, la psicología y la sociología. (41)

Después, Hans Selye, considerado el pionero en el estudio del estrés, notó que los pacientes que estudiaba, afectados por diversas enfermedades, mostraban síntomas similares, así como el agotamiento,



pérdida de peso, pérdida de apetito, llamado el "el síndrome general de adaptación". Realizó experimentos con ratas que se sometieron a intensos ejercicios físicos para investigar si había un aumento en las glándulas suprarrenales liberan hormonas, el sistema linfático puede atrofiarse, y pueden surgir úlceras en el estómago. Al principio, se llamaron a estos elementos "estrés biológico", luego simplemente "estrés". También se indicó que diversas enfermedades, tales como las cardiovasculares, así mismo la hipertensión y los trastornos emocionales como también mentales, podrían derivarse de estos cambios en el cuerpo. De acuerdo a la variable estrés, se describe como tensión excesiva, cuando los alumnos están inmersos en el ambiente escolar y expuestos a demandas que son percibidas como estresantes, Los alumnos se ven obligados a tomar medidas para alcanzar el equilibrio orgánico y disminuir así la angustia emocional cuando se crea un desequilibrio orgánico, que se manifiesta en forma de síntomas. (42)

Según algunos autores, un elevado nivel de estrés académico puede alterar la respuesta del individuo en términos fisiológicos, motores y cognitivos. Estos cambios pueden tener un impacto negativo en el nivel de rendimiento académico, reflejándose en la disminución de los puntajes obtenidos en las notas de prueba de exámenes en algunos casos, así como en la incapacidad de algunos estudiantes para presentar los exámenes o incluso en la ausencia del salón de la institución educativa antes de iniciar la evaluación. (43)



2.2.2.1. Teorías sobre el estrés

➤ **Teoría que se basa en la respuesta**

Según la visión de Selye, el estrés académico se presenta con un conjunto específico de síntomas, que resultan de cambios generales en el sistema biológico. Esto implica que el factor estresante puede ser cualquier agente o situación que libera estrés, perturbando el equilibrio del organismo, ya sea de naturaleza física, cognitiva, emocional o psicológica. (44)

➤ **teoría basada en estímulo**

en esta teoría se hace mención que se considera de acuerdo a lo que se interpreta o comprender las características que estaba vinculadas con el estímulo ambiental, así mismo, estos pueden llegar a desordenar o alterar las funciones del organismo. ya que encuentran el estrés en lo exterior. (45)

➤ **teoría basada en la interacción**

Según esta teoría, el estrés surge mediante la interacción entre el individuo y su entorno, donde la persona percibe, examina, juzga la situación como amenazante y difícil de manejar. La evaluación cognitiva juega un papel fundamental en esta teoría, ya que determina el motivo y la intensidad de la conexión estresante entre el individuo y su alrededor. (46)

2.2.2.2. Dimensiones del estrés académico.

- **Estímulos de estrés.** Esto ocurre cuando los alumnos se encuentran con exigencias escolares relacionadas con su rendimiento académico, y al evaluar cómo afrontar estas demandas, los estudiantes perciben estas demandas como estresores ya que



piensan que no pueden afrontarlas o que la situación les resulta complicada o difícil. (47)

- **Síntomas o reacciones.** se describe tres factores indicadores que provocan desequilibrios en las funciones corporales que afectan a los estudiantes, estos síntomas pueden ser psicológicos, son aquellas personas que manifiestan con poca concentración, inquietud. así mismo, tenemos los físicos: que experimentan las personas y que afectan a los reflejos naturales del cuerpo, como morderse las uñas, tener los pies siempre en movimiento, migrañas, insomnio, etc. y por ultimo tenemos a las conductuales son situaciones que implican como irritabilidad, aislamiento, etc. (48)
- **Mecanismos para afrontar.** Se conceptualiza como los esfuerzos a nivel cognitivo y conductual que pueden realizar las personas para controlar y gestionar las demandas ambientales que se perciben como abrumadoras. para ello hay estrategias de afrontamiento estables de acuerdo a la situación que uno este experimentando, algunos de las estrategias son: autocontrol, apoyo social, distanciamiento, confrontación, aceptación, evitación, planificación y reevaluación. (49)



2.3. MARCO CONCEPTUAL

Académico. - perteneciente a centros oficiales de enseñanza sistematizada que entrega certificación de estudios cursados o aprobados. (48)

Estrés. Un exceso de estrés puede generar impactos en el cuerpo, la mente y la vida personal. Las razones del estrés son variadas, aunque no siempre tiene connotaciones negativas; existe también el llamado "buen estrés". En estas situaciones. El estrés es un proceso de conexión que actúa como herramienta para ayudar a las personas a adaptarse a su entorno. (51)

Procrastinación. – esto se llama como una demora innecesaria de actividades o tareas en la finalización, especialmente cuando se demora que llega al punto de provocar malestar emocional. (52)

Relación. Relación se define como " vínculo o conexión creada entre dos cosas que hace que se relacionen entre sí ". Este término puede ser utilizado en diferentes campos debido a su concepto amplio y dependiendo del campo que se defina el concepto se verá ligeramente modificado.(53)

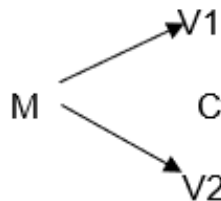


CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Esta investigación se ha desarrollado con un diseño no experimental, pues no implicó la manipulación intencionada de variables y se completó en un solo momento en el tiempo.



DONDE:

M = Muestra

V1= Procrastinación

V2= Estrés académico

C= correlación



3.2. TIPO DE LA INVESTIGACIÓN

Se trata de una investigación básica dado que es un estudio de un problema, encaminado a la búsqueda de conocimiento. De nivel correlacional, de corte transversal.

3.3. MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN

Se trata de un método hipotético deductivo hace mención en establecer la verdad o falsedad de las hipótesis, con enfoque cuantitativo.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN

Población: Es el conjunto de individuos definido por los sucesos que coinciden específicamente establecidos por un principio predeterminado para su acceso (Hernández y Mendoza, 2018).

La población para esta investigación está conformada con 250 alumnos a nivel Secundario del primer a quinto grado y con dos secciones de A y B lo cual tienen 25 alumnos por salón. Para la utilización de la muestra será elegida en forma intencional que se estima 80 estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo de la ciudad de Arequipa.

Muestra: El conjunto específico de individuos dentro de una población que es relevante, de quienes se recopilan todos los datos para que sean representativos del grupo de estudio y permitan la generalización de los resultados obtenidos (Hernández y Mendoza, 2018).

Criterios usados de inclusión para obtener nuestra muestra

- Estudiantes inscritos en los grados de 4to a 5to de secundaria.



- Estudiantes que hayan proporcionado su consentimiento informado y respondan íntegramente a los instrumentos de medición asignados.
- Estudiantes de ambos géneros, tanto femenino como masculino.

Criterios de exclusión de la muestra

- Estudiantes que no muestren disposición para participar en la investigación.
- Cualquier estudiante que rechace el consentimiento informado.
- Estudiantes ausentes del aula durante la aplicación de la encuesta debido a circunstancias imprevistas.

3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Para esta investigación la técnica que fue utilizada para la obtención de información son encuesta, siendo así un recurso representativo de las variables del investigador en el cual recogerá y registrara los datos e información sobre dichas variables, y para su uso es necesario cumplir con la confiabilidad, objetividad y validez (Hernandez, Fernandez y Baptista, 2014).

Instrumento de investigación y procedimiento.

Se empleó un cuestionario con preguntas utilizando como instrumento, dichas preguntas estarán condicionadas con cada variable. Una prueba con una muestra de 80 datos de alumnos de secundaria de la ciudad de Arequipa.

Fuentes de información.

Ficha de investigación "Cuestionario".

Variable 1: Escala de procrastinación de Busko (EPA)



Ficha técnica:

Nombre	: Escala de procrastinación EP
Tipo de instrumento	: Escala
Autor	: Deborah Busko (1998)
Adaptación al Perú	: Oscar Alvarez (2010)
Administración	: Individual o Colectiva.
Duración	: entre 10 a 15 minutos aproximadamente.
Puntuación	: Escala Likert del 1 al 5.
Niveles	: bajo y alta
Baremos	: Dominguez et al. (2013)

Validez y confidencialidad

Álvarez (2010) primero ratificó la eficacia de la escala en el entorno peruano, seguido por Domínguez et al., (2013), quienes también respaldaron su validez. Esta confirmación se llevó a cabo mediante un estudio que incluyó a 379 estudiantes de Lima metropolitana, utilizando un método de muestreo intencional. (Domínguez, et al, 2013).

Utilizando el coeficiente alfa de Cronbach para evaluar la confidencialidad del instrumento, se obtuvieron valores de 0,821 y 0,794 para el componente de autorregulación y las acciones procrastinadoras, respectivamente.

Fiabilidad para la variable de procrastinación

Para el respectivo análisis de fiabilidad de la variable Procrastinación académica EPA, para sus 12 ítems se obtiene la siguiente información.



En El cuadro 1, muestra el valor de Alfa de Cronbach en 0,795 para sus 12 elementos, el cual se considera como aceptable con tendencia a buena.

Cuadro 1. Estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,795	12

Variable 2 : inventario SISCO del Estrés Académico de Arturo Barraza Masías.

Ficha Técnica:

- Nombre : inventario SISCO estrés académico
- Tipo de instrumento : inventario
- Autor : Arturo Barraza Masías (2006)
- Adaptación al Perú : Ginette Isabel Boullosa Galarza (2013)
- Administración : individual o colectiva
- Duración : 10 a 15 minutos
- Puntuación : tipo Likert del 1 al 5
- Niveles : leve, moderado y severo.

Confidencialidad y validez del instrumento

- **La confiabilidad del instrumento:** Aplicándose para todo el inventario, la fiabilidad de Cronbach es buena. 85. Fiabilidad de las medidas de estrés. 83; Estas indicaciones tienen validez. 87; y las



técnicas de cobertura. 85. Todos y el alfa de Cronbach. Teniendo en cuenta que DeVellis (2011) ofreció una escala de valores, todos estos niveles de fiabilidad pueden considerarse bastante buenos. Además, dado que el alfa de Cronbach es una aproximación de consistencia interna, puede verificarse que los elementos relacionados con la estructura son notables.

- **Validez del instrumento:** La comprobación de la autenticidad de la organización interna de los procedimientos presentados y del estudio de diferentes conjuntos indica que: a) cada ítem se relaciona de manera positiva con la puntuación total obtenida por cada individuo (con un nivel de significancia de 0,00). b) Todos los componentes nos capacitan para discernir (con un nivel de significancia de 0,00) entre grupos que señalan la existencia de distintas dificultades académicas en niveles superiores e inferiores.

- **Confiabilidad del instrumento SISCO V21**

El cuadro 2 presenta la fiabilidad del inventario SISCO V-21, con una puntuación de la prueba alfa de Cronbach de 0,865, lo que sugiere un alto grado de coherencia interna.

Cuadro 2. estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,865	21



3.6. DISEÑO PARA CONTRASTAR LA HIPÓTESIS

La presente investigación inicialmente se recurrió a solicitar autorización de manera verbal y luego escrita a la institución para así, desarrollar la investigación, la cual fue dirigido a la directora de la institución educativa San Pedro y San Pablo de Arequipa 2023. Posterior a ello se elaboró utilizando el programa estadístico SPSS, así mismo, obteniendo los datos por medio de las encuestas se da la estadística descriptiva lo cual se ordenó y se clasificó, contabilizó y presentó en las figuras y tablas adecuadas para su posterior análisis.

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

TABLA 1. GÉNERO EN LA AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA-2023.

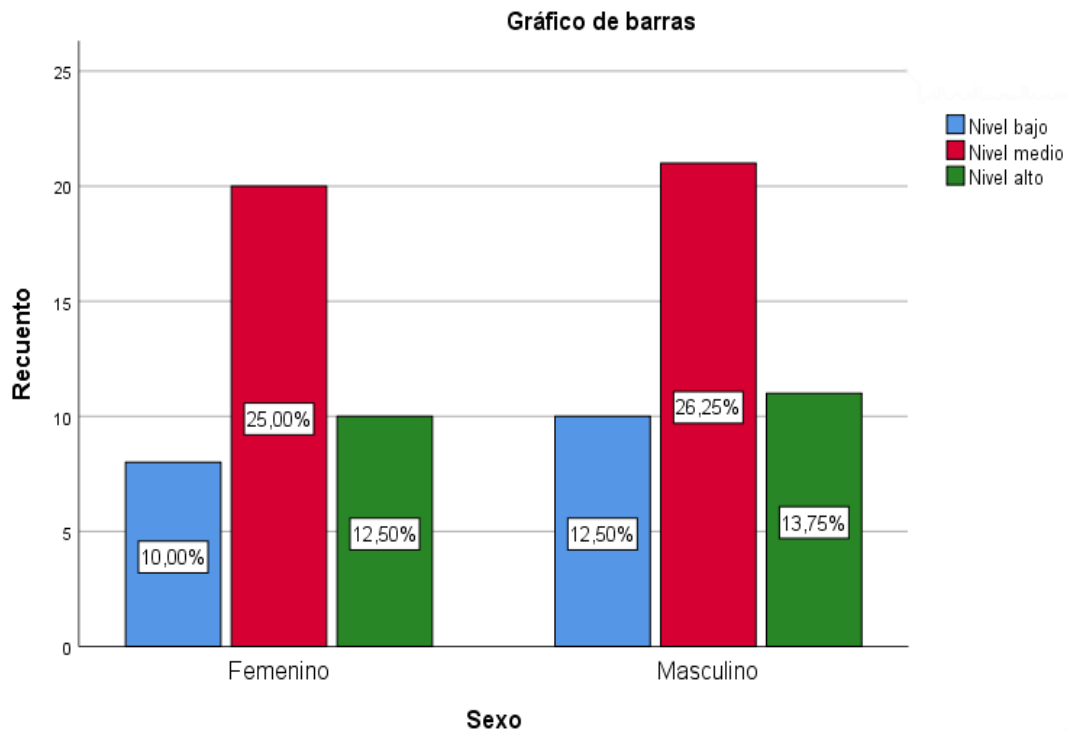
Sexo	Autorregulación académica							
	Nivel bajo		Nivel medio		Nivel alto		Total	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Femenino	8	10,0	20	25,0	10	12,5	38	47,5
Masculino	10	12,5	21	26,3	11	13,8	42	52,5
Total	18	22,5	41	51,3	21	26,3	80	100,0

FUENTE: cuestionario

REGLA DE DECISION

RHO= 0.075 GL= 2 NS= 0,05

FIGURA 1.



FUENTE: Tabla 1.

La tabla y figura 1, señala la presencia de 8 estudiantes mujeres que están en el nivel bajo y representan a un 10,0% del total de participantes a diferencia de 10 varones con el mismo nivel y cuentan con el 12,5%; en cuanto al nivel medio de procrastinación académica se puede observar a 20 estudiantes mujeres que viene a ser el 25,0% a diferencia de 21 casos de varones con el 26,3% del total para el nivel medio. En relación al nivel alto se observan a 10 sujetos mujeres con el 12,5% y en los varones con el 13,8% para 11 casos. es decir que la autorregulación en 18 individuos entre hombres y mujeres se encuentra en nivel bajo. Así dando a conocer poca autorregulación en dichos estudiantes.

Para el análisis estadístico nos muestra las frecuencias esperadas con el 0.075, para dos grados de libertad y con una significancia de 0.05.

De acuerdo con Espín y Vargas 2023. Dio a conocer en su estudio, respecto a la autorregulación académica predominó el nivel bajo con un 96,1%.

TABLA 2. GRADO DE ESTUDIO EN POSTERGACION DE ACTIVIDADES DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA-2023.

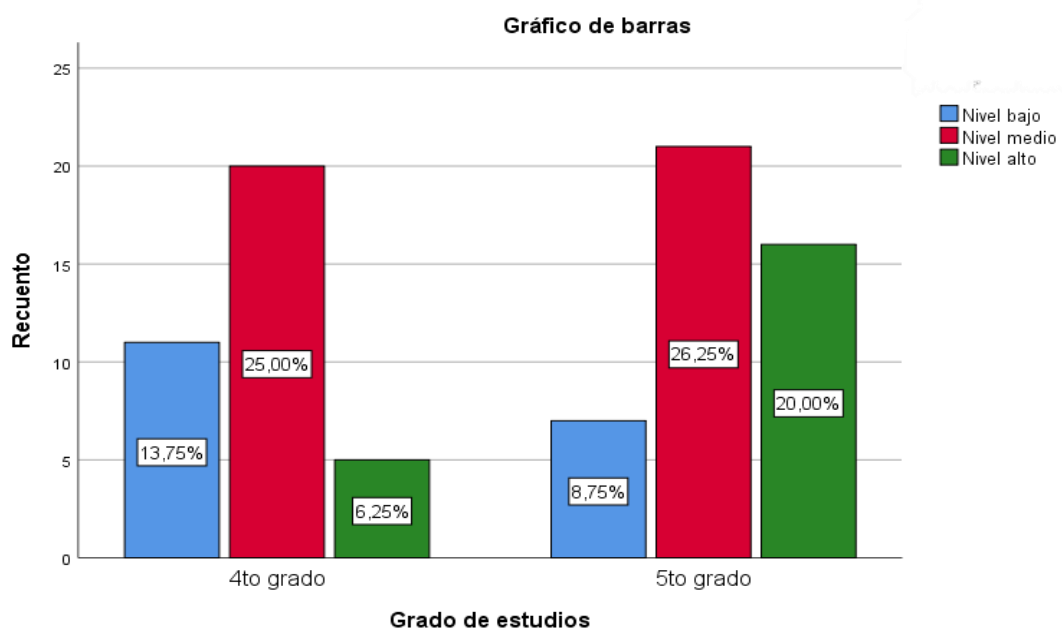
Grado de estudios	Postergación de actividades							
	Nivel bajo		Nivel medio		Nivel alto		Total	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
4to grado	11	13,8	20	25,0	5	6,3	36	45,0
5to grado	7	8,8	21	26,3	16	20,0	44	55,0
Total	18	22,5	41	51,3	21	26,3	80	100,0

FUENTE: cuestionario.

REGLA DE DECISION

RHO= 0.075 GL= 2 NS= 0,05

FIGURA 2.



FUENTE: Tabla 2.



La Tabla 2. Muestra a 11 estudiantes del 4to grado con el 13,8% para el nivel bajo de procrastinación académica a diferencia de 7 estudiantes del 5to grado con el 8,8% ubicados en el mismo nivel. En cuanto al nivel medio se encuentran 20 estudiantes del 4to grado con un 25,0% a diferencia de los 21 estudiantes del 5to grado que representan al 26,3% del total; en relación al nivel alto se observan a 5 sujetos del 4to grado y 16 del 5to grado con un 6,3% y 20,0% del total. Es decir que en la postergación de actividades se encuentra con un nivel alto, representativo en los alumnos de 5to grado a diferencia del 4to grado.

Del mismo modo tenemos el análisis estadístico que muestra una frecuencia esperada del 0.075, también para dos grados de libertad con nivel de significancia de 0.05.

Así mismo, Como da a conocer, Altamirano y Rodríguez (2021). Informo en su estudio que el 52% presentaban postergación de actividades.

TABLA 3. LA PROCASTINACION ACADEMICA EN LA RELACION CON EL ESTRÉS ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA-2023.

RHO SPEARMAN	Procrastinación			Estrés académico		
	r	sig.	fi	r	sig.	fi
Procrastinación	1,000	.	80	,220*	,050	80
Estrés académico	,220*	,050	80	1,000	.	80

FUENTE: cuestionario

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

$P > o = 0.05$

La Tabla 3. Se contempla el resultado de la prueba de correlación con el coeficiente de Spearman; se encontró un nivel de significancia de 0,050 lo cual es mayor o igual que 0,05 por lo tanto se rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación entre las variables estudiadas, Procrastinación académica y Estrés académico, siendo las variables correlacionadas en 0,220 bilateral, considerada una relación positiva baja.

De acuerdo con Campaña, F (2022). Comunico que los resultados mostraron una débil relación entre el estrés y la procrastinación. ($r = 0,296$).

TABLA 4. LA CORRELACION ENTRE LAS DIMENSIONES DE LA PROCASTINACION CON EL ESTRÉS ACADEMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA-2023.

RHO SPEARMAN	postergación de actividades			autorregulación académica			estrés académico		
	r	sig.	fi	r	sig.	fi	r	sig.	fi
postergación de actividades	1,000	.	80	-,457**	,000	80	,243*	,030	80
autorregulación académica	-,457**	,000	80	1,000	.	80	,091	,423	80
estrés académico	,243*	,030	80	,091	,423	80	1,000	.	80

FUENTE: cuestionario.

La tabla 4, permite distinguir la existencia de correlación entre la dimensión postergación de actividades y la autorregulación de la variable procrastinación con el estrés académico. En cuanto a la correlación de dichas dimensiones viene a ser negativa en un valor de $-0,457^{**}$ considerada negativa a un nivel medio. Por lo tanto, a mayor postergación de actividades menor será la autorregulación. Además, en cuanto a la correlación de la dimensión postergación de actividades con el estrés académico, se observa con un valor $0,243^*$ y la Sig. Bil. = $0,030$ lo que permite aceptar la hipótesis de investigación entre dichos constructos, es decir que a mayor postergación de actividades mayor será el estrés académico. Asumiendo la correlación positiva débil o baja.



Por otro lado, se observa en cuanto a la dimensión Autorregulación académica con el Estrés académico con una Sig. Bil. = $0,423 > = 0,05$ lo que permite retener la Hipótesis nula de no existencia de correlación entre dichas variables.

Por otro lado, tenemos a Espín y Vargas (2021) como resultado: obtuvieron una determinación en donde es negativa la existencia de una relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico ($Rho=0.062$; $p=0.197 > 0.05$).

TABLA 5. NIVELES DE ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA-2023.

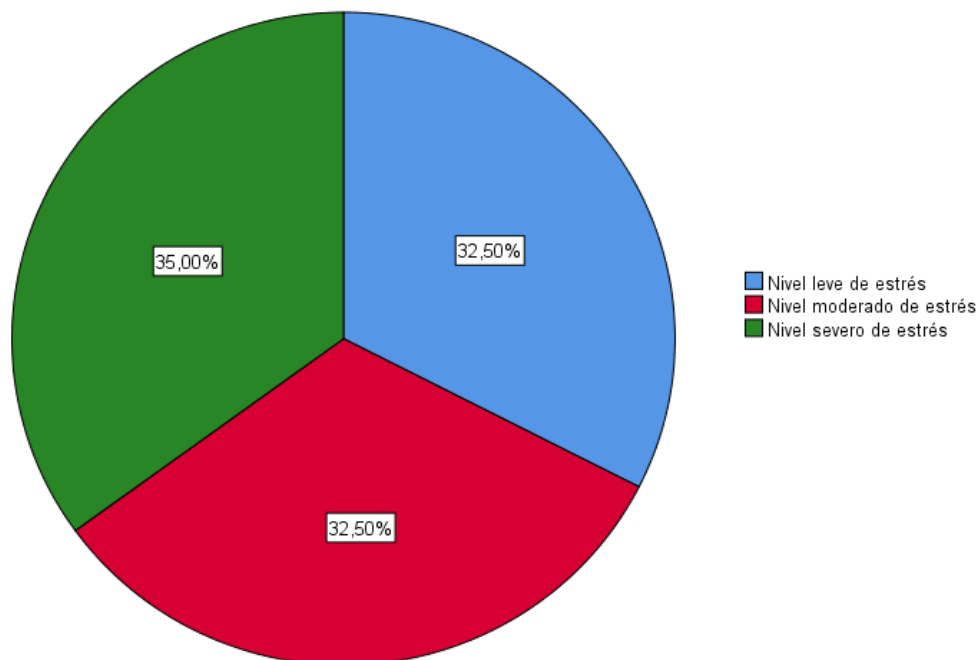
	Fi	%	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nivel leve de estrés	26	32,5	32,5	32,5
Nivel moderado de estrés	26	32,5	32,5	65,0
Nivel severo de estrés	28	35,0	35,0	100,0
Total	80	100,0	100,0	

FUENTE: cuestionario

REGLA DE DECISION

RHO= 0.112 GL= 4 NS= 0.05

FIGURA 3.



FUENTE: Tabla 5



La Tabla 5 y la Figura 5 ilustran dos niveles de estrés diferentes: leve y moderado, cada uno con 26 participantes, es decir, el 32,5% del total, respectivamente. En cuanto al nivel grave, el 35,0% de los 28 sujetos se encuentra en este nivel. De acuerdo con Figueroa y et. al (2023), mostro niveles moderados de estrés académico correspondientes al 61%. Así mismo en el análisis estadístico nos muestra una frecuencia esperada de 0.112 con cuatro grados de libertad y con nivel de significancia de 0.05.



CONCLUSIONES

- PRIMERA:** Se determinó que existe una relación significativa entre estrés académico y procrastinación en escolares de San Pedro y San Pablo de Arequipa, 2023. Considerando una relación positiva débil. Dado esto, se acepta la hipótesis planteada. Donde, la postergación está estrechamente ligada al nivel de estrés que perciben los estudiantes en el entorno académico.
- SEGUNDA:** Se identificó la autorregulación académica en su indicador género con porcentajes elevadas entre el nivel medio entre varones y mujeres con 26,5% y 25,0%. Estadísticamente Se observa la Sig. Bil. = 0,423 > $\alpha = 0,05$ así retener la H_0 de no existencia de correlación entre dichas variables. Es decir que no existe una correlación respecto a la dimensión de autorregulación académica con el estrés académico.
- TERCERA:** Se estableció la postergación de actividades como el grado de estudios donde se manifiestan el nivel moderado tiene mayor porcentaje con el 51,3%. Por otro lado, estadísticamente se observa la Sig. Bil. = 0,030 < $\alpha = 0,05$ por lo tanto, se asumió la correlación positiva débil o baja entre dichos constructos. Dicho de otro modo, existe una correlación respecto al estrés académico con la dimensión postergación de actividades.
- CUARTA:** Se logró indicar los niveles de estrés académico, se descubrió que el estrés académico severo afectaba al 35% de los alumnos del colegio San Pedro y San Pablo de la ciudad de Arequipa.



RECOMENDACIONES

Siendo así de suma importancia recomendar y sugerir en referencia a los resultados y experiencia adquirida lo siguiente:

PRIMERA: Al director del colegio San Pedro y San Pablo de Arequipa. Coordinar y gestionar con la gerencia regional de educación el presupuesto necesario para la contratación de un psicólogo en la institución de tiempo completo, así mismo brindarles un espacio adecuado para sus intervenciones ya que los temas a tratar son confidenciales.

SEGUNDA: Al director de la institución educativa coordinar con los tutores e internas (os) de psicología, con el fin de diseñar o realizar programas de mejora para que los alumnos con tendencia alta de presentar conductas de procrastinación puedan tener más adelante una organización adecuada, ayudando a tener buenos y saludables hábitos de estudio. Lo que permitirá mejorar su rendimiento académico, necesitan aprender mejores mecanismos de contrarresto para resarcir la procrastinación y el estrés académico.

TERCERA: A los tutores de aula quienes trabajan en el centro educativo Que se realicen información psicoeducativa, así mismo concientizar a los padres de familia sobre el tema estudiando, para así tener un aliado en casa y poder mejorar en las conductas procrastinadores, dando horarios y tiempo a cumplir con actividades.



CUARTA: Al coordinador de tutoría motivar a los docentes realizar investigaciones afines de ambas variables estudiadas y sus respectivas dimensiones, con la misma población para así saber un poco más, también con otras variables al menos tomando en cuenta una de ellas.



REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS

1. Victor P. Unifranz. [Online].; 2023 [Cited 2023 09 13. Available From: <https://Unifranz.Edu.Bo/Blog/Procrastinacion-Su-Efecto-En-Nuestras-Vidas-Y-Como-Superarla/#:~:Text=%C2%Bfqu%C3%A9%20es%20procrastinar%3f,Percibida%20como%20desagradable%20o%20inc%C3%B3moda.>
2. Quant M, Sanchez A. Procrastinacion Academica: Conceptos Implicados. Vanguardia Psicologica. 2012 Abril; 3(1).
3. Sirois F. Redalyc. [Online].; 2007 [Cited 2023 07. Available From: <https://www.Redalyc.Org/Pdf/4676/467646127006.Pdf>.
4. Fernandez Arata M. Revista Psicologica. [Online].; 2021 [Cited 2023 08 12. Available From: <https://Ojs3.Revistaliberabit.Com/Index.Php/Liberabit/Article/View/482>.
5. Ramos J, Pari D. Renati. [Online].; 2017 [Cited 2023 8 16. Available From: <https://Renati.Sunedu.Gob.Pe/Handle/Sunedu/3146361>.
6. Encarnacion J, Huertas E. Repositorio Upn. [Online].; 2022 [Cited 2023 8 17. Available From: <https://Repositorio.Upn.Edu.Pe/Handle/11537/31548>.
7. Magnin L. Repositorio Uca. [Online].; 2021 [Cited 2023 8 17. Available From: <https://Repositorio.Uca.Edu.Ar/Bitstream/123456789/13817/1/Relaci%C3%B3n-Entre-Procastinaci%C3%B3n-Acad%C3%A9mica.Pdf>.



8. Espin Rosales J, Vargas Espin A. Repositorio Uta. [Online].; 2023 [Cited 2023 8 18. Available From: <https://Repositorio.Uta.Edu.Ec/Handle/123456789/38601>.
9. Campaña Caicedo F. Repositorio Unemi. [Online].; 2022 [Cited 2023 8 18. Available From: <https://Repositorio.Unemi.Edu.Ec/Xmlui/Bitstream/Handle/123456789/6302/Flor%20campa%C3%91a%20caicedo.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y>.
10. Altamirano C, Rodriguez M. Revista Eugenio Espejo. 2021 Setiembre-Diciembre; 15(3).
11. Castiblanco L, Clavijo L, Moreno K, Murillo I. Repositorio. [Online].; 2023 [Cited 2023 8 18. Available From: <https://Repository.Ucc.Edu.Co/Entities/Publication/B42027ff-13dc-49df-9599-7fd23c841f5b>.
12. Wily Ar. Repositorio Autonomadeica. [Online].; 2022 [Cited 2023 8 18. Available From: <http://Www.Repositorio.Autonomadeica.Edu.Pe/Bitstream/20.500.14441/2463/3/Ayala%20ramos%20wily%20fernando.Pdf>.
13. Espinoza Alvarado J. Repositorio Ucv. [Online].; 2022 [Cited 2023 8 19. Available From: <https://Repositorio.Ucv.Edu.Pe/Handle/20.500.12692/99268>.
14. Cordova Granda Y. Estrés Académico Y Procrastinación En Estudiantes De Tercero, Cuarto Y Quinto De Secundaria Del Colegio Matemático Harry Sullivan, Lima, 2021. Renati. 2021 Agosto; 12(1).



15. Virna De. Repositorio Ucv. [Online].; 2021 [Cited 2023 8 20. Available From:
<https://Repositorio.Ucv.Edu.Pe/Handle/20.500.12692/90041>.
16. Alvarez Romo K, Cerron N. Repositorio Continental. [Online].; 2020 [Cited
2023 8 20. Available From:
<https://Repositorio.Continental.Edu.Pe/Handle/20.500.12394/8378>.
17. Figueroa Quiñonez J, Chura Huarcaya H, Quispe Zuniga G. Repositorio De
Autonomadeica. [Online].; 2023 [Cited 2023 8 20. Available From:
<http://Repositorio.Autonomadeica.Edu.Pe/Handle/123456789/2622>.
18. Rigoberto Oj. Repositorio Ucv. [Online].; 2021 [Cited 2023 8 20. Available
From: <https://Repositorio.Ucv.Edu.Pe/Handle/20.500.12692/78014>.
19. Carla P. Repositorio Ucv. [Online].; 2021 [Cited 2023 8 21. Available From:
<https://Repositorio.Ucv.Edu.Pe/Handle/20.500.12692/69021>.
20. Felipe L. Repositorio Ucsu. [Online].; 2021 [Cited 2023 8 21. Available From:
<https://Repositorio.Ucsu.Edu.Pe/Items/5f15e56a-E355-4716-9e58-8cdc592e7708>.
21. Nora V. Repositorio Unsa. [Online].; 2019 [Cited 2023 08 21. Available From:
<https://Repositorio.Unsa.Edu.Pe/Items/98aae797-1cbd-4d5f-A039-6663b0be1acd>.
22. Ferrari R, Johnson L, Mccown Wg. Procrastination And Task Avoidance.
Springer Us. [Online].; 1995 [Cited 2023 8 22. Available From:
<https://Www.Redalyc.Org/Journal/4596/459661106005/Html/>.



23. Angel B. Causes And Consequences Of Perfectionism And Procrastination: A Structural Equation. [Online].; 1998 [Cited 2023 8 22. Available From: [https://www.Redalyc.Org/Pdf/1471/147118212009.Pdf](https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf).
24. Española R. Diccionario De La Lengua Española Procrastinacion. [Online].; 2008 [Cited 2023 8 22. Available From: [https://Dle.Rae.Es/](https://dle.rae.es/).
25. Alvarez. Procrastinación General Y Académica En Una Muestra De Estudiantes. Redalyc. 2010; 13(159-177).
26. Schouwenburg Hc. Scielo. [Online].; 2004 [Cited 2023 8 22. Available From: [http://www.Scielo.Org.Co/Scielo.Php?Script=Sci_Nlinks&Pid=S0121-5469201700010004500033&Lng=En](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S0121-5469201700010004500033&lng=en).
27. Zela B. Redalyc. [Online].; 2005 [Cited 2023 08 23. Available From: [https://www.Redalyc.Org/Journal/5530/553066143008/Html/](https://www.redalyc.org/journal/5530/553066143008/html/).
28. Burka J, Yuen L. Core. [Online].; 1983 [Cited 2023. Available From: [https://Core.Ac.Uk/Download/Pdf/71027781.Pdf](https://core.ac.uk/download/pdf/71027781.pdf).
29. Ferrari , Johnson , Mccown. Revistas De Investigacion. [Online].; 1995 [Cited 2023. Available From: [File:///C:/Users/Oscar/Downloads/Rinvestigacion,+Psico+22-2-A012-Atalaya.Pdf](file:///C:/Users/Oscar/Downloads/Rinvestigacion,+Psico+22-2-A012-Atalaya.Pdf).
30. Angarita. Memorias li Congreso Internacional Psicologia Y Educacion. [Online].; 2012 [Cited 2023. Available From: [https://Static.S123-Cdn-Static-D.Com/Uploads/3743669/Normal_5efcc1fcbe76.Pdf](https://static.s123-cdn-static-d.com/uploads/3743669/Normal_5efcc1fcbe76.pdf).



31. Alvarez. Redalyc Procrastinación General Y Académica En Una Muestra De Estudiantes De Secundaria. [Online].; 2010 [Cited 2023 8 23. Available From: [https://www.Redalyc.Org/Pdf/1471/147118212009.Pdf](https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf).
32. Gómez C, Ortiz N, Perdomo L. Teorías Sobre La Procrastinación Y Su Incidencia En El Ámbito Educativo. [Online].; 2016 [Cited 2023 8 24. Available From: [https://Publishing.Fgu-Edu.Com/Ojs/Index.Php/Rsu/Article/View/337/566#:~:Text=Modelo%20motivacional%20de%20la%20procrastinaci%C3%B3n&Text=Para%20ello%2c%20el%20sujeto%20escoge,El%20sujeto%20toma%20como%20negativo.](https://publishing.fgu.edu.com/ojs/index.php/rsu/article/view/337/566#:~:text=Modelo%20motivacional%20de%20la%20procrastinaci%C3%B3n&text=Para%20ello%2c%20el%20sujeto%20escoge,El%20sujeto%20toma%20como%20negativo.)
33. Dominguez Lara Sa, Villegas García , Centeno Leyva Sb. Procrastinación Académica: Validación De Una Escala En Una Muestra De Estudiantes De Una Universidad Privada. Scielo. 2014 Marzo; 20(2).
34. Elior R. Procrastinación Académica. [Online].; 2014 [Cited 2023 8 25. Available From: [Http://Www.Scielo.Org.Pe/Pdf/Liber/V20n2/A10v20n2](http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2).
35. Ferrari , Johnson , Mc Cown. Repositorio Ucv. [Online].; 1995 [Cited 2023 8 24. Available From: [https://Repositorio.Ucv.Edu.Pe/Bitstream/Handle/20.500.12692/37472/Bazan_Li.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37472/Bazan_Li.Pdf?sequence=1&isallowed=Y).
36. Dominguez , Viilegas , Centeno. Scielo ; Persona. [Online].; 2014 [Cited 2023 8 25. Available From: [Http://Www.Scielo.Org.Pe/Pdf/Liber/V20n2/A10v20n2](http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2).
37. Ferrari J. Scielo. [Online].; 1995 [Cited 2023 08 25. Available From: [Http://Www.Scielo.Org.Pe/Pdf/Liber/V20n2/A10v20n2](http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2).



38. Garcia C. Ecos Desde Las Fronteras Del Conocimiento. [Online].; 2013 [Cited 2023 8 27. Available From: <https://www.researchgate.net/publication/263222677>.
39. Román C, Hernández R. Variables Psicosociales Y Su Relación Con El Desempeño Académico De Estudiantes De Primer Año De La Escuela Latinoamericana De Medicina. Revista Iberoamericano Educacion. 2011; 37(2).
40. Macias Ab. El Estrés Académico En Alumnos De Maestría Y Sus Variables Moduladoras: Un Diseño De Diferencia De Grupos. Avances En Psicología Latinoamericana. 2018 Julio. Setiembre; 26(2).
41. Buttazzoni M, Casadey G. Influencia De La Calidad Del Sueño Y El Estrés Académico En El Rendimiento Académico De Estudiantes Universitarios. Redaly. 2018 Marzo; 23(4).
42. Berrio Garcia N, Mazo Zea R. Estres Academico. Redalyc. 2011 Julio - Diciembre; 3(2).
43. Holmes , Rahe. La Escala De Reajuste Social. Revista De La Psicologia De La Universidad De Antioquia. 2011 Junio; 3(2).
44. Lazarus Rs, Folkman S. Revista De Psicologia. [Online].; 1986 [Cited 2023 09 1. Available From: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>.
45. Barraza A. Redalyc Universidad Nacional De Educacion A Distancia. [Online].; 2009 [Cited 2023 9 1. Available From: <https://www.redalyc.org/journal/706/70664431007/html/>.



46. Alvarez B. Modelo Conceptual Para El Estudio Del Estres Academico. *Psicologia Electronica De Iztacala*. 2006; 9(3).
47. Lazarus R, Folkman S. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*. [Online].; 1986 [Cited 2023 09 1. Available From: [Http://Pepsic.Bvsalud.Org/Scielo.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S2145-48922011000200006#:~:Text=Afrontamiento%20del%20estr%C3%A9s,44](http://Pepsic.Bvsalud.Org/Scielo.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S2145-48922011000200006#:~:Text=Afrontamiento%20del%20estr%C3%A9s,44)).
48. Rodriguez A. *Asociacion De Academias De La Lengua Española*. [Online]. [Cited 2023 09 1. Available From: [Https://Dle.Rae.Es/Acad%C3%A9mico](https://Dle.Rae.Es/Acad%C3%A9mico).
49. Gallardo Ponce I. *Cuidate Plus*. [Online].; 2020 [Cited 2023 9 1. Available From: [Https://Cuidateplus.Marca.Com/Enfermedades/Psicologicas/Estres.Html](https://Cuidateplus.Marca.Com/Enfermedades/Psicologicas/Estres.Html).
50. Schouwenburg Hc, Lay Ch. *Revista Iberoamericana De Diagnóstico Y Evaluación Psicológica*. [Online].; 1995 [Cited 2023 9 3. Available From: [Https://Www.Redalyc.Org/Journal/4596/459661106005/Html/#Redalyc_459661106005_Ref48](https://Www.Redalyc.Org/Journal/4596/459661106005/Html/#Redalyc_459661106005_Ref48).
51. Rodríguez Dangeolo R. *Repositorio Upeu*. [Online].; 2021 [Cited 2023 9 3. Available From: [Https://Repositorio.Upeu.Edu.Pe/Bitstream/Handle/20.500.12840/6656/Ricardina_Trabajo_Especialidad_2023.Pdf?Sequence=6](https://Repositorio.Upeu.Edu.Pe/Bitstream/Handle/20.500.12840/6656/Ricardina_Trabajo_Especialidad_2023.Pdf?Sequence=6).
52. Rothblum E, Solomon J, Murakami J. *Affective, Cognitive, And Behavioral*. [Online].; 1986 [Cited 2023. Available From: [File:///C:/Users/Oscar/Downloads/Rinvestigacion,+Psico+22-2-A012-Atalaya.Pdf](file:///C:/Users/Oscar/Downloads/Rinvestigacion,+Psico+22-2-A012-Atalaya.Pdf).



53. Gil Tapia , Botello Príncipe V. Dialnet Procrastinación Académica Y Ansiedad
En Estudiantes De Ciencias De La Salud. [Online].; 2018 [Cited 2023 8 24.

Available

From:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6536897>.

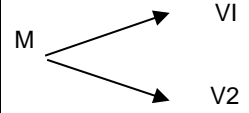
54. Miranda C. Una Mirada A La Salud Mental. [Online].; 2018 [Cited 2023 08 16.

Available From: [https://larepublica.pe/sociedad/1218645-el-estres-es-](https://larepublica.pe/sociedad/1218645-el-estres-es-enemigo-silencioso-que-afecta-al-80-de-peruanos)

[enemigo-silencioso-que-afecta-al-80-de-peruanos](https://larepublica.pe/sociedad/1218645-el-estres-es-enemigo-silencioso-que-afecta-al-80-de-peruanos).



ANEXO N° 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA

titulo: procrastinacion en relación con el estrés académico en estudiantes del colegio san pedro y san pablo en la ciudad de Arequipa – 2023.							
PROBLEMA DE INVESTIGACION	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIA	
Pregunta general	Objetivo general	Hipótesis general	V.I La procrastinación	Autorregulación académica	Genero	DISEÑO DE INVESTIGACION: no experimental de corte transversal 	
¿Cuál es la relación de la procrastinación con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la Ciudad de Arequipa – 2023?	Determinar la relación de la procrastinación con el estrés académico en los estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa – 2023.	. La procrastinación tiene relación significativa con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa – 2023.		Postergación de actividades			
Preguntas específicas	Objetivos específicas	Hipótesis específicas	V.D El estrés académico	Estrés	Niveles de estrés	TIPO: descriptivo correlacional ENFOQUE: cuantitativo POBLACION Y MUESTRA Población: 250 alumnos Muestra: 80 alumnos TECNICAS Y INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS: Técnica cuestionario Instrumento Escala EPA Escala SISCO VS-21	
¿Cuál es la relación de la autorregulación académica con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la Ciudad de Arequipa – 2023?	identificar la autorregulación académica en relación con el estrés académico en los estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa - 2023.	La procrastinación en su dimensión autorregulación académica guarda relación con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa – 2023.					
¿Cuál es la relación de la postergación de actividades con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa – 2023?	Establecer la postergación de actividades en relación con el estrés académico en los Estudiantes del Colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa – 2023.	La procrastinación en su dimensión postergación de actividades guarda relación con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa - 2023.					
¿Cuál es el nivel de estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa - 2023?	Indicar los niveles de estrés académico en los estudiantes del colegio san pedro y san pablo en la ciudad de Arequipa - 2023.	Existe niveles elevados de estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa - 2023.					



ANEXO N° 2 INSTRUMENTOS

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN

Sexo:

Grado:

Edad:

Instrucciones:

A continuación, se presenta una serie de preguntas sobre su manera de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro, marcando con una **X**.

S = SIEMPRE (me ocurre siempre)
 CS = CASI SIEMPRE (me ocurre mucho)
 AV = A VECES (Me ocurre algunas veces)
 CN = CASI NUNCA (me ocurre pocas veces o casi nunca)
 N = NUNCA (no me ocurre nunca)

PREGUNTAS: AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA	S	CS	AV	CN	N
2.Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	5	4	3	2	1
3.Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	5	4	3	2	1
4.asisto regularmente a clases	5	4	3	2	1
5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible	5	4	3	2	1
8.Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio	5	4	3	2	1
9. invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido	5	4	3	2	1
10.Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio	5	4	3	2	1
11.Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra	5	4	3	2	1
12.Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas	5	4	3	2	1
POSTERGACIÓN DE ACTIVIDADES	5	4	3	2	1
1.Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto	5	4	3	2	1
6. Postergó los trabajos de los cursos que no me gustan					
7. Postergó las lecturas de los cursos que no me gustan	5	4	3	2	1

Autorregulación académica: 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12 (Calificación directa: a mayor puntuación, mayor autorregulación)

Las puntuaciones por debajo de 27 indicarán nivel bajo.
 las puntuaciones encima de 35 indican un nivel alto

Postergación de actividades: 1, 6, 7 (Calificación directa: a mayor puntuación, mayor postergación)

Las puntuaciones menores que 7 indican un nivel bajo.

Las puntuaciones mayores que 9 indican un nivel alto.



INVENTARIO SISCO VS – 21

La sinceridad con lo cual responden las preguntas de este cuestionario será de gran utilidad para la investigación. Asimismo, la respuesta a este cuestionario es voluntaria.

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

SI
 NO

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

1	2	3	4	5

2. A continuación, se presentan una serie de preguntas, responde señalando con una X, ¿con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

NUNCA	CASI NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
N	CN	RV	AV	CS	S



PREGUNTAS	N	CN	RV	AV	CS	S
1E. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	0	1	2	3	4	5
2E. La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten.	0	1	2	3	4	5
3E. la forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas de internet y etc.).	0	1	2	3	4	5
4E. el nivel de exigencia de mis profesores/as .	0	1	2	3	4	5
5E. El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	0	1	2	3	4	5
6E. tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los profesores/as.	0	1	2	3	4	5
7E. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as .	0	1	2	3	4	5
8S. fatiga crónica (cansancio permanente).	0	1	2	3	4	5
9S. sentimientos de depresión y tristeza (decaído).	0	1	2	3	4	5
10S. Ansiedad, angustia o desesperación	0	1	2	3	4	5
11S. problemas de concentración	0	1	2	3	4	5
12S. sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	0	1	2	3	4	5
13S. conflicto o tendencia a polemizar o discutir.	0	1	2	3	4	5
14S. desgano para realizar las labores escolares.	0	1	2	3	4	5
15EA. Centrarse en resolver la situación que me preocupa	0	1	2	3	4	5
16EA. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	0	1	2	3	4	5
17EA. Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	0	1	2	3	4	5
18EA. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	0	1	2	3	4	5
19EA. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las soluciona	0	1	2	3	4	5
20EA. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	0	1	2	3	4	5
21EA. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	0	1	2	3	4	5

Baremos normativos centrado en la población en que se validó:

- De 0 a 52 nivel leve del estrés.
- De 53 a 64 nivel moderado.
- De 65 a 105 nivel severo.



ANEXO N° 3 VALIDEZ DE INSTRUMENTO



Material Construcción de instrumentos psicológicos

VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Propósito: Validar el instrumento por criterio de juicio de expertos:

DATOS GENERALES	
Nombres y apellidos del experto	Sergio André Cortés Valencia
Título profesional	Psicólogo
Especialidad	Psicología Clínica
ESTUDIOS	
Doctorado	
Maestría	
CARGOS	
Académicos	Docente en UANCV (Instituto Superior Técnico)
No académicos	Psicólogo T.C. - Excmo. Ministro Rafael Cervera Bermúdez (Centro de Atención Psicológica Integral y Capacitación Social - UANCV)



Material Construcción de instrumentos psicológicos

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE LOS ÍTEMS

CATEGORÍA	CALIFICACIÓN	INDICADOR
Coherencia El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	0	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión. El ítem tiene una relación tangencial con la dimensión.
	1	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que está midiendo. El ítem se encuentra completamente relacionada con la dimensión que está midiendo.
Relevancia El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	0	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión. El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	1	El ítem es relativamente importante. El ítem es muy relevante y debe ser incluido.
Redacción El ítem es redactado correctamente en tiempo y espacio.	0	El ítem puede ser eliminado o requiere ser modificado. El ítem es redactado de forma confusa y poco entendible.
	1	El ítem es redactado adecuadamente, aunque se puede utilizar sinónimos. El ítem es redactado correctamente, en tiempo y espacio.
Recomendaciones generales sobre el constructo medido o el planteamiento de las dimensiones / sub dimensiones		
Recomendaciones específicas sobre indicadores planteados u otro aspecto que crea por conveniente		



Sergio André Cortés Valencia

PSICÓLOGO
C.P.P. N° 29789

Firma del experto



ANEXO Nº 4 TRATAMIENTO DE DATOS

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Nº	EDAD:	SEXO:	AÑO QUE CURSA:	PROCRASTINACIÓN 2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	3. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	4. asisto regularmente a clases	5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible	8. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio	9. invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido
1	15	FEMENINO	4TO A	3	3	3	4	4	3
2	15	FEMENINO	4TO A	3	3	3	5	5	5
3	15	FEMENINO	4TO A	5	5	3	5	5	4
4	15	FEMENINO	4TO A	1	3	1	4	5	3
5	15	FEMENINO	4TO A	3	3	1	3	4	3
6	15	FEMENINO	4TO A	2	3	2	3	4	3
7	15	FEMENINO	4TO A	3	3	2	3	4	3
8	15	FEMENINO	4TO A	3	2	1	3	3	3
9	16	FEMENINO	4TO A	3	2	2	3	5	4
10	16	FEMENINO	4TO A	3	3	2	4	4	3
11	16	FEMENINO	4TO A	2	3	1	2	3	3
12	16	FEMENINO	4TO A	1	4	1	4	3	5
13	16	FEMENINO	4TO A	2	4	3	4	3	4
14	16	FEMENINO	4TO A	2	1	2	3	1	4
15	16	FEMENINO	4TO A	3	2	1	3	5	4
16	16	FEMENINO	4TO A	3	4	3	4	4	3
17	16	FEMENINO	4TO A	3	5	2	4	5	4
18	16	FEMENINO	4TO A	3	3	3	3	3	3
19	16	FEMENINO	4TO A	2	4	2	4	3	3
20	16	FEMENINO	4TO A	3	4	1	4	3	3
21	15	MASCULINO	4TO B	3	4	3	2	4	2
22	15	MASCULINO	4TO B	2	2	1	3	3	2
23	15	MASCULINO	4TO B	4	5	2	3	5	3
24	15	MASCULINO	4TO B	3	3	1	2	4	3
25	15	MASCULINO	4TO B	4	3	2	5	4	4

T	U	V	W	X	Y	Z	AA
III. CUESTIONARIO	2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho	1E. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	2E. La personalidad y el carácter de los/as profesoras/as que me imparten.	3E. la forma de evaluación de mis profesoras/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas de	4E. el nivel de exigencia de mis profesoras/as .	5E. El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	6E. tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los profesoras/as.
1	3	3	4	3	1	3	2
1	1	3	3	3	3	3	3
1	3	5	3	4	2	4	5
1	5	5	5	3	3	3	3
1	3	4	2	3	3	3	3
1	4	3	1	4	2	3	3
1	5	3	4	4	4	4	4
1	4	4	4	3	3	3	2
1	4	4	2	3	2	4	1
1	4	3	1	3	1	3	3
1	3	4	1	3	2	2	1
1	4	3	2	0	5	2	1
1	4	3	3	1	1	3	2
1	4	5	5	2	1	1	5
1	5	2	3	1	1	1	1
1	4	2	2	3	1	2	2
1	4	4	3	3	3	4	5
1	4	1	1	1	1	1	1
1	4	4	4	4	4	4	4
1	4	2	2	3	2	3	2
1	4	4	4	4	4	4	5
1	4	3	1	1	1	1	4
1	3	2	4	5	2	4	1
0	3	1	0	0	0	0	0



ANEXO Nº5 SOLICITUD DE AUTORIZACION DEL RECOJO DE DATOS

SOLICITO, PERMISO PARA LA EJECUCION DE
TRABAJO DE INVESTIGACION

Señora: encargada de CIRCA

Yo, Mary Melicia Mamani Vilca identificada con
DNI: 77142547, domicilio urb. Manco
Cápac MZ ñ Lt 1 Paucarpata.

Que en condición de bachiller de la carrera de psicología de la universidad "ANDINA NESTOR CACERES VELASQUEZ", me encuentro realizando el trabajo de investigación titulado: LA PROCRASTINACION ACADEMICA EN RELACION CON EL ESTRÉS ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DEL COLEGIO CIRCA AREQUIPA - 2023. Respetando la integridad y discreción con los estudiantes, en este sentido solicito a usted permiso para la aplicación de los instrumentos de evaluación en la institución que usted gestiona, estudio con impacto positiva en su institución y en la sociedad dada la importancia del tema a tratar.

Agradecida por la atención, aprovecho la oportunidad para reiterarle mi consideración y estima personal.

Por lo expuesto:

Ruego a ud. Sra, encargada acceder a mi petición por ser justa y de necesidad.

Arequipa, julio 2023

X 
MARY MELICIA MAMANI VILCA
BACHILLER EN PSICOLOGIA


2023. 07-12



ANEXO Nº 6 FOTOS DE RECOLECIÓN DE DATOS





ANEXO Nº 7 CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por la Bachiller Mary Melicia Mamani Vilca de la Facultad Ciencias de la Salud Carrera Académica Profesional de Psicología de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. El propósito de este estudio es determinar la procrastinación en relación con el estrés académico en los estudiantes del colegio San Pedro y San Pablo en la ciudad de Arequipa – 2023.

La información que se recogerá será voluntaria, confidencial.

Agradezco su participación

Si, acepto ()

Firma

Arequipa, setiembre del 2023



ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS
TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN
EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL UANCV

Formato digital

Fecha de entrega: 30/12/2024

1. Datos del autor (es):

Nombres y Apellidos: MARY MELICIA MAMANI VILCA
Dirección: Urb. MANCO CAPAC Ñ1 Av: AMAUTA PAUCARPATA
DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 77142547
Teléfono: 910 117 418 email: meliciamamani.vilca@gmail.com

Nombres y Apellidos: _____
Dirección: _____
DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: _____
Teléfono: _____ email: _____

Facultad y/o Escuela de Posgrado: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional o Mención: ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
Título o Grado Académico a optar: PSICÓLOGO
Asesor: Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:
Trabajo de Investigación Tesis Trabajo de Suficiencia Profesional Trabajo Académico

Título: PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES
DEL COLEGIO SAN PEDRO Y SAN PABLO EN LA CIUDAD DE AREQUIPA – 2023

Palabras claves, (3 a 5 términos): Estrés académico, estudiantes, procrastinación.

¿Esta obra se desarrolló en la UANCV ^{1,2}?

1

¹ Indicar si su producción intelectual ha empleado recursos tales como, instalaciones, laboratorios, insumos, equipos, bases de datos, asesoría técnica por parte del personal de la UANCV, financiamiento, entre otros relacionados.
² Si su producción intelectual se desarrolló en la UANCV totalmente o parcialmente, deberá autorizar el depósito en el Repositorio de manera obligatoria.



2. Referencia de tesis:

Bachiller Título 2da Especialidad Maestría Doctorado

3. Licencias:

a) Licencia estándar:

Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi tesis en el Repositorio Digital de la UANCV.

Con la autorización de depósito de mi producción Intelectual, otorgo a la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" una licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi producción intelectual (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de tesis UANCV, colección de producción intelectual, entre otros, en el Perú y en el extranjero por el tiempo y veces que considere necesarias, y libres de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" podrá reproducir mi producción intelectual en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.

Declaro que la producción intelectual es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha producción intelectual no infringe derechos de autor de terceras personas.

La Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" consignará el nombre del y/o los autor(es) de la producción intelectual, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la licencia.

Autorizo su publicación (marque con una X)

- Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.
- Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (d/m/a): _____
- No autorizo.

b) Licencia CREATIVE COMMONS 4.0 INTERNACIONAL:

Si usted concede una licencia CREATIVE COMMONS sobre su producción intelectual, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, bajo las condiciones siguientes:

¿Quiere permitir usos comerciales de su producción intelectual?

Sí: significa que usted permite la reproducción, distribución y comunicación pública de la producción intelectual incluso con fines comerciales.

No: significa que usted permite la reproducción, y comunicación pública de la producción intelectual, pero sin fines comerciales.

- Sí autorizo
- No autorizo



Jurisdicción de su Licencia

Todas las licencias CREATIVE COMMONS son de ámbito mundial, sin embargo, usted puede elegir entre la opción "internacional" o una adaptada a su jurisdicción, como para el caso peruano.

La opción "internacional" emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales; en cambio, la adaptada a su jurisdicción, recoge las particularidades de la legislación peruana.

En consecuencia, **la opción "internacional" goza de una mayor eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.** Mientras que la opción adaptada a la jurisdicción del Perú goza de una mayor eficacia ante los tribunales peruanos.

Internacional

Nacional

Línea de investigación: SALUD PÚBLICA - P13

Firma de Autor



huella digital

30 de Diciembre de 2024

Fecha