

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN  
JÓVENES DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA DE CHINCHA,  
ICA, 2023**

**TESIS**

**PRESENTADA POR BACHILLERES**

**NUREÑA GARCIA DARLENE BESSIE**

**SIFUENTES TASAYCO SASHA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**CHINCHA – PERÚ**

**2024**

**ASESOR**

DR. CANDELA AYLLÓN, VÍCTOR EDUARDO  
ORCID: 0000-0003-0798-1115

**TESISTAS**

NUREÑA GARCIA DARLENE BESSIE  
ORCID: 0000-0002-3269-6933

SIFUENTES TASAYCO SASHA  
ORCID: 0009-0004-7008-9757

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**  
**PSICOLOGÍA - PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

## **AGRADECIMIENTO**

### **A Dios**

Expresamos nuestra gratitud, al ser nuestro mentor en todo el proceso investigativo y coadyuvar en el desarrollo de nuestra misión profesional.

### **A la U.P.S.J.B.**

Por potenciar las aptitudes y competencias que nos permiten cumplir con el perfil profesional en su honorable institución.

### **A los jóvenes del I.E.S.T.P. – CHINCHA**

Quienes fueron partícipes voluntarios y a sus competentes autoridades, con quienes esperamos retribuir nuestra más alta estima y consideración por la confianza otorgada.

### **Al asesor**

Por su loable asesoría en el proceso de investigación, quien con mucha dedicación y firmeza ha contribuido con su amplia experticia a lograr cada objetivo estipulado en la tesis.

## **DEDICATORIA**

A nuestros progenitores, dadores de cariño, soporte y confianza inquebrantable en nuestro proceso formativo. A nuestros hermanos, que con su compañía y respaldo siempre han mediado en el esfuerzo, soporte y motivación constante para cumplir nuestros objetivos.

## RESUMEN

**Introducción:** Entre las dificultades que presentan los jóvenes en el ámbito académico, son la procrastinación y el estrés, debido a una alta carga de responsabilidades que demanda tiempo y exigencia para obtener un buen desempeño. Cuando éstas no son asistidas eficazmente, surgen episodios estresantes con sintomatología física y psicológica, siendo proclives a procrastinar a través de la posposición en actividades. **Objetivo:** Determinar la relación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023. **Metodología:** Enfoque cuantitativo de tipo básica, nivel correlacional y diseño no experimental. Representado por una muestra de 450 jóvenes de educación superior tecnológica. Los instrumentos fueron la escala de procrastinación académica (EPA) y el inventario sistémico cognoscitivista (SISCO SV-21). **Resultados:** Los resultados muestran que, la procrastinación académica, predomina un nivel moderado con 59,6 %, seguido del nivel alto con 40,4%. Por otro lado, en el estrés académico, prevalece el nivel moderado con 59,1 %, seguido de un nivel severo con 40,9 %. **Conclusión:** Existe una correlación directa y muy significativa, es decir que a mayor nivel de procrastinación académica mayor será el nivel de estrés académico.

**PALABRAS CLAVES:** Procrastinación académica, estrés académico, jóvenes, educación superior tecnológica.

## ABSTRACT

**Introduction:** Among the difficulties presented by young in the academic environment, are procrastination and stress, due to a high load of responsibilities that demand time and exigency to obtain a good performance. When these are not effectively attended, stressful episodes arise with physical and psychological symptoms, being prone to procrastinate by postponing activities. **Objective:** To determine the association between academic procrastination and academic stress in young people of technological higher education in Chincha, Ica, 2023. **Methodology:** Basic quantitative approach, correlational level and non-experimental design. Represented by a sample of 450 young people of technological higher education. The instruments used were the Academic Procrastination Scale (EPA) and the Systemic Cognitive Inventory (SISCO SV-21). **Results:** The results show that academic procrastination predominates at a moderate level with 59.6%, followed by a high level with 40.4%. On the other hand, in academic stress, moderate level prevails with 59.1 %, followed by severe level with 40.9 %. **Conclusion:** There is a direct and highly significant correlation, i.e., the higher the level of academic procrastination, the higher the level of academic stress.

**KEY WORDS:** Academic procrastination, academic stress, young people, technological higher education.

## ÍNDICE

CARÁTULA	i
ASESOR Y TESISISTAS	ii
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE	viii
INFORME ANTIPLAGIO	x
ÍNDICE DE TABLAS	xii
ÍNDICE DE ANEXOS	xiv
<b>1. PROBLEMA</b>	
Realidad problemática	15
Formulación del problema	21
Objetivos	21
Objetivo general y específicos	21
Propósito	22
Línea de investigación	23
Objetivo de responsabilidad social	23
Justificación	23
Delimitación	24
Limitaciones	24
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	
Antecedentes nacionales e internacionales	26
Bases teóricas y marco conceptual	30
<b>3. HIPÓTESIS Y VARIABLES</b>	
Hipótesis	41
Variables	41
<b>4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	
Tipo, nivel y diseño de estudio	44
Población, muestra y muestreo	45
Medios de recolección de información	48

Procedimiento	54
Procesamiento de datos	55
Aspectos éticos	55
<b>5. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b>	
Resultados	59
Discusión	66
<b>6. CONCLUSIONES</b>	77
<b>7. RECOMENDACIONES</b>	80
<b>8. REFERENCIAS</b>	82
<b>ANEXOS</b>	91

# INFORME ANTIPLAGIO

TESIS-NUREÑA GARCIA DARLENE BESSIE\_SIFUENTES TASAYCO  
SASHA-PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO  
EN JÓVENES DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA DE  
CHINCHA, ICA, 2023

## INFORME DE ORIGINALIDAD

13%

INDICE DE SIMILITUD

13%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1

[hdl.handle.net](https://hdl.handle.net)

Fuente de Internet

3%

2

[repositorio.upsjb.edu.pe](https://repositorio.upsjb.edu.pe)

Fuente de Internet

2%

3

[repositorio.ucv.edu.pe](https://repositorio.ucv.edu.pe)

Fuente de Internet

1%

4

[docs.google.com](https://docs.google.com)

Fuente de Internet

1%

5

[repositorio.upn.edu.pe](https://repositorio.upn.edu.pe)

Fuente de Internet

1%

6

Submitted to Universidad Privada del Norte

Trabajo del estudiante

1%

7

Submitted to Universidad Privada San Juan  
Bautista

Trabajo del estudiante

<1%



UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 03 MARZO 2025

NOMBRE DE LAS AUTORAS: NUREÑA GARCIA DARLENE BESSIE Y SIFUENTES TASAYCO SASHA

TIPO DE PRODUCTO DE INVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ( )
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ( )
- TESIS ( X )
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ( )
- ARTICULO ( )
- OTROS ( )

INFORMARON SER PROPIETARIAS DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO: "PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN JÓVENES DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA DE CHINCHA, ICA, 2023".

CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 13 %

Conformidad Investigador:

Conformidad Asesor:



NUREÑA GARCIA DARLENE BESSIE  
DNI 75186644

CANDELA AYLLÓN VICTOR EDUARDO  
DNI 15382082



SIFUENTES TASAYCO SASHA  
DNI 72725124

GYT-FR-64

V.1

14/02/2020

## ÍNDICE DE TABLAS

		<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1</b>	Frecuencia y porcentaje de la muestra general según el sexo en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha en el año 2023.	<b>45</b>
<b>Tabla 2</b>	Distribución porcentual según la edad en jóvenes de la muestra evaluada.	<b>46</b>
<b>Tabla 3</b>	Prueba de normalidad para las variables procrastinación académica y estrés académico con sus respectivas dimensiones en jóvenes de educación superior tecnológica, Chincha, Ica, 2023.	<b>59</b>
<b>Tabla 4</b>	Correlación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica Chincha, Ica, 2023.	<b>60</b>
<b>Tabla 5</b>	Correlación entre procrastinación académica con las dimensiones de estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica Chincha, Ica, 2023.	<b>60</b>
<b>Tabla 6</b>	Correlación entre estrés académico con las dimensiones de procrastinación académica en jóvenes de educación superior tecnológica Chincha, Ica, 2023.	<b>61</b>
<b>Tabla 7</b>	Resultados descriptivos de procrastinación académica general y sus respectivas dimensiones.	<b>62</b>

<b>Tabla 8</b>	Resultados descriptivos de estrés académico general y sus respectivas dimensiones.	<b>63</b>
<b>Tabla 9</b>	Comparación de procrastinación académica de manera general y por dimensiones según sexo y edad.	<b>64</b>
<b>Tabla 10</b>	Comparación de estrés académico de manera general y por dimensiones según sexo y edad.	<b>65</b>

## ÍNDICE DE ANEXOS

	<b>Pág.</b>
<b>ANEXO 1</b> Matriz de consistencia	<b>91</b>
<b>ANEXO 2</b> Matriz de operacionalización	<b>95</b>
<b>ANEXO 3</b> Autorización de uso de los instrumentos	<b>96</b>
<b>ANEXO 4</b> Carta de compromiso para obtener la muestra a título personal	<b>99</b>
<b>ANEXO 5</b> Autorización para la aplicación de instrumentos en las unidades de análisis	<b>100</b>
<b>ANEXO 6</b> Carta de presentación del programa de estudios regularizado con el instituto	<b>101</b>
<b>ANEXO 7</b> Instrumentos de medición	<b>102</b>
<b>ANEXO 8</b> Validez y confiabilidad del instrumento de medición	<b>105</b>
<b>ANEXO 9</b> Consentimiento informado	<b>111</b>

## 1. PROBLEMA

A modo de contextualizar la procrastinación académica en el marco actual, fue de vital importancia comprender las demandas que exigía la educación superior, prevaleciendo en ella la existencia de requerimientos para lograr una formación competente, donde se encontraban implicados los recursos personales integrando aptitudes y habilidades para alcanzar el éxito profesional. Esto trae a colación la adaptación forzosa a lo que estuvieron expuestos los estudiantes debido a la emergencia sanitaria, esta incertidumbre generó una crisis a nivel psicológico, atribuyendo cuestionamientos hacia el futuro académico y ocasionando que un gran porcentaje de estudiantes aplacen responsabilidades diarias que tenían estructuradas, incorporando en su rutina malos hábitos como la procrastinación.

Para tener un mayor alcance informativo sobre la contextualización internacional, se evidenció una indagación desarrollada en México, afirmando que las unidades de análisis presentaron un 55.8% de procrastinación académica en alto nivel, entre las actividades que aplazaban con mayor frecuencia era redactar el proyecto final de un curso determinado y estudiar anticipadamente para las evaluaciones y/o exámenes. Adicional a ello, se evidenció que las unidades de análisis muestran una tendencia baja para dejar de aplazar sus responsabilidades. Dentro de las razones por las que prevalece la conducta procrastinadora se estima el siguiente orden; nulo nivel de energía en la capacidad de autocontrol, carente asertividad y falta de confianza (López et al., 2021).

Asimismo, existió un estudio en Bolivia, donde aseveraban que 54% de la representación de unidades de análisis se ubicaban con baja puntuación de

procrastinación académica, seguida de un 37% que se situó en un rango medio alto. En base a las variables sociodemográficas que engloba el sexo y facultades de estudio, no hallaron diferencias significativas. No obstante, se estimó que un tercio de la muestra distinguían como un problema la acción de procrastinar en las ocupaciones semanales de previa lectura y estudio para las evaluaciones. Cerca del 50% percibían que constituye un problema la acción de procrastinar el no hacer un proyecto o una serie de funciones académicas. Adicional a ello, la prevalencia porcentual más preocupante es que poco más del 50% de estudiantes no consideraron una problemática la procrastinación (Estremadoiro & Schulmeyer, 2021).

Por otro lado, se realizó un estudio sobre la procrastinación en sus inicios desde hace ya unas décadas, donde manifestaban que los seres humanos en su mayoría posponían una serie de actividades y responsabilidades que les competían en su diario vivir, el 20% de los estadounidenses indistintamente de su sexo fueron procrastinadores crónicos, aplazando obligaciones en diversas áreas. Esta estimación de prevalencia fue más alta que el porcentaje estipulado para personas diagnosticadas con trastornos emocionales que involucraban la depresión y fobias sociales. No obstante, se precisó que pese a los datos elevados aún no se termina de estudiar dicha variable en múltiples contextos para tener un mejor alcance investigativo (Asociación Americana de Psicología [APA], 2010).

A modo de reforzar lo expresado en el párrafo anterior, los encuestados mostraron una diferencia significativa en las siguientes variables sociodemográficas, se estimó que aquellos que tenían su estado civil como viudos, separados y/o divorciados tenían mayor prevalencia estadística a diferencia de los que se habían casado recientemente o aún permanecían

solteros. Adicional a ello, de acuerdo con el nivel de estudio los estudiantes de secundaria y de menor rango mostraron índices más altos de procrastinación a diferencia de los que cursaban estudios universitarios o post universitarios (Harriott & Ferrari 1996).

Respecto al contexto regional en Ica, se evidenció que un 87.50% de los estudiantes presentaban procrastinación académica en un rango promedio y a su vez un 12.50% se ubicaba en un nivel alto. Dicho porcentaje expuesto, mostraba un notorio predominio en un nivel promedio de la muestra en conjunto, acorde a la prevalencia general de la variable. Al desglosar la misma en dimensiones se observó que un 73.57% postergaba o aplazaba las actividades, un porcentaje más alto encontramos en la autorregulación académica con un 85.00%. A modo de síntesis, en el estudio se demostró que, la educación virtual durante el acaecimiento de emergencia sanitaria, generó en los estudiantes una notoria inclinación en aplazar y/o postergar sus responsabilidades académicas que requerían en la universidad (Yáñez, 2022).

Del mismo modo, bajo el mismo contexto dentro de la Región Ica, se evidenció un estudio con una muestra más pequeña, cuya prevalencia estadística predominaba en los tres niveles de procrastinación, el bajo con un 38%, medio con un 48% y alto nivel con un 14%. A modo de sintetizar dichos porcentajes, se observó que un poco menos de la mitad se posicionó dentro del promedio en procrastinación académica, a diferencia de estudios anteriores con una población más grande y evidencias estadísticas más elevadas, el estudio desarrollado en universitarios deberá seguir siendo fuente de análisis para disminuir la procrastinación académica en los estudiantes (Aspur y Falconí, 2021).

En lo concerniente al contexto local, se observó que hay menos cantidad de estudios con la variable en cuestión, encontrándose una investigación correlacional que asoció la procrastinación con el estrés en una contextualización académica junto al bienestar psicológico, estimando una relación entre las dos primeras variables, pequeña pero significativa. Adicional a ello, como era de predecir se evidenció una correlación inversa, en nivel moderado y altamente significativo entre dichas variables con la tercera que corresponde al bienestar psicológico. Asimismo, se observó que la variable de procrastinación presentó un puntaje promedio de 43.77, lo que corresponde a una desviación estándar de 3.32 y lo situó en una variabilidad uniforme en el estudio (Hernandez, 2020).

Otro de los cuestionamientos que surgió en el contexto de formación superior, fue el estrés académico, debido a las exigencias y presiones del propio entorno, donde se manifestaron diferentes respuestas físicas y psicológicas que obstaculizaban un mejor desempeño en los jóvenes que representan las unidades de análisis.

Siguiendo en la contextualización internacional, un artículo desarrollado en México, indicó que los discentes exhibieron un nivel medio de estrés con un porcentaje significativo de 86.3 %; así como un nivel alto de 11.4 % y severo con 2.4%. Por lo tanto, se comprueba que, ambos sexos mantenían la presencia de estrés en el trayecto de sus estudios (Silva et al., 2020).

Un estudio realizado en Ecuador, evidenció que el 97% de jóvenes experimentaron estrés. El 28.94% identificaron las actividades dentro del salón como un factor de tensión y preocupación, entre ellos se encontraban los exámenes, la saturación de trabajos, la poca comprensión de clases y el limitado tiempo en la presentación de tareas (Álvarez et al., 2018).

Asimismo, el estrés fue predominante en una evaluación de Estados Unidos, donde se especificó que la tercera parte de los ciudadanos manifestaron que presentaban un estrés muy elevado y un 48% mencionaron que su estrés incrementó en los últimos años. Es así como sigue afectando y perjudicando sus vidas debido al trabajo, deudas y problemas personales (American Psychological Association [APA], 2010).

Siguiendo con la premisa anterior, aquel problema afectó profundamente a los ciudadanos provocando la presencia de síntomas físicos en las personas con un 77% y mental con 73% (American Psychological Association [APA], 2010).

En referencia al nivel regional, un estudio realizado en Ica comprobó que jóvenes universitarios mantuvieron una categoría media y elevada de estrés generalizado con 77.4% y un 78.6% respectivamente en padecimientos transmisibles. Mostrando mayormente, que éste suele presentarse en gran parte por preocupaciones, responsabilidades y cargos ante la convivencia de un familiar contagiado de COVID-19. De este modo, el estudiante enfoca su atención en la ayuda y dedicación al cuidado de los familiares, lo que repercute en el estrés académico (Caico et al., 2020).

En referencia al contexto local, las investigaciones con la variable de estrés fueron escasas, por ello se consideró una evaluación con relación al rendimiento académico, el estudio reveló que el 79.87% equivalente a 119 estudiantes de la población, tuvieron un nivel leve de estrés. A la vez, el 10.74% expresaron haber tenido situaciones de estrés mediante los ciclos académicos, pero no hubo relación significativa con el rendimiento académico, describiendo que el 6.71 % de estudiantes tuvieron un nivel regular en las dificultades de aprendizaje (Valencia y Tataje, 2020).

A modo de síntesis, con todo lo expuesto en los párrafos anteriores se estimó una asociación entre ambas variables, dado que los jóvenes de educación superior estaban enfrentados a frecuentes cambios, donde se pretendía cumplir con los estándares educativos, estableciendo una mayor exigencia y responsabilidad académica. La incrementación de los efectos de la procrastinación fue evidente y cada vez los discentes mantenían conductas preocupantes debido a la tensión y saturación de tareas. Por tal incidente, la demanda fue representativamente considerable, y la concurrente acción de posponer actividades ha provocado a la vez, diferentes problemas físicos y psicológicos.

Asimismo, va incrementando la incapacidad para asumir el cumplimiento de actividades y organización adecuada del tiempo, lo preocupante es que aquellas situaciones se vuelven rutinarias, siendo uno de los índices más considerados a investigar. Por lo tanto, fue conveniente corroborar si existía la relación entre procrastinación y estrés, siendo un aspecto trascendental la indagación propia en las unidades de análisis, debido a la transición de los estudiantes a diferentes modalidades, estando expuestos a los cambios académicos y siendo vulnerables en presentar mayor probabilidad de experimentar ambas dificultades.

En el marco de la gestión institucional del I.E.S.T. CHINCHA, se evidenció en un proyecto educativo dentro del periodo 2014 – 2018, la necesidad de planificación en términos de horas académicas en el programa de estudio anual, partiendo de dicha premisa se estimó que esta debilidad constituye una amenaza latente ante la posible presencia de procrastinación y estrés a las unidades de análisis. Por otro lado, el análisis planteado en el mismo periodo, se observó que

el clima institucional limita la fluidez comunicativa entre las relaciones interpersonales, repercutiendo en innumerables cargas psicológicas debido a presiones de los múltiples contextos académicos, familiares y sociales, estimando una posible presencia de estrés académico en quienes conforman la institución.

Del mismo modo, el área de bienestar estudiantil comprendido por profesionales de la salud entre ellos el Departamento de Psicología, exigían una demanda superior al número de estudiantes. Motivo por el cual, hay un déficit en atención a la salud mental, prevaleciendo un diagnóstico situacional con presencia de posible procrastinación académica y estrés académico. De acuerdo a lo expresado anteriormente, se justificó la propuesta de investigación debido a las exigencias que comprende dicha población y a su vez tener una base de datos actual. Para contrastar la prevalencia de dichas variables en el presente contexto, teniendo como precedentes la estimación de bases de datos sobre el nivel porcentual en procrastinación y estrés en el periodo de la educación virtual y el retorno a presencialidad (Proyecto Educativo Institucional [PEI] I.E.S.T.P, 2014-2018).

En referencia a lo ilustrado con antelación, se expresó la siguiente interrogante ¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023?

En respuesta al planteamiento de la pregunta investigativa se formuló el siguiente objetivo general que consiste en: Determinar la relación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.

En lo concerniente a objetivos específicos se formularon los siguientes para el estudio: **OE1.** Determinar la relación entre procrastinación académica con las

dimensiones de estrés académico expresados en, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023. **OE2.** Determinar la relación entre estrés académico con las dimensiones de procrastinación académica expresados en, postergación de actividades y autorregulación académica en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023. **OE3.** Describir la procrastinación académica de manera general y por dimensiones expresados en postergación de actividades y autorregulación académica en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023. **OE4.** Describir el estrés académico de manera general y por dimensiones expresados en estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023. **OE5.** Comparar la procrastinación académica de manera general y por dimensiones tales como postergación de actividades y autorregulación académica, según sexo y edad en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023. **OE6.** Comparar el estrés académico de manera general y por dimensiones tales como estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, según sexo y edad en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023.

El propósito considerado en la investigación fue proporcionar una data actualizada sobre la prevalencia estadística de procrastinación y estrés en una contextualización académica, cuyos resultados podrían ser utilizados como referentes en futuras investigaciones que quieran analizar y/o contrastar las unidades de análisis ante estudios similares. Fue pertinente porque se mostró que ambas variables a pesar de diferentes contextos y tiempos, siguió afectando al ámbito educativo. Por lo que se consideró relevante, contribuir en el bienestar integral del Instituto, compartiendo los resultados hallados y así tuviesen una

oportuna gestión a través del Departamento de Psicología. Esto generó un impacto positivo donde se pudieron integrar nuevas estrategias adaptativas.

Enmarcando la línea de investigación perteneciente a la psicología educativa, se encontraron ejes relacionados a las funciones ejecutivas donde el contexto académico exigía una demanda en motivación, atención, memoria y aprendizaje; generando nuevos esquemas adaptativos, mismos que algunos no lograban. Adicional a ello, las competencias socioemocionales no se adquirían en su conjunto y al no regularlas confluían con indicadores de una conducta procrastinadora generando estrés académico. Por ende, se evidenció una ausencia en el desarrollo de investigaciones ante las necesidades del educando. En síntesis, existían brechas por estudiar, analizar e implementar estrategias para un abordaje íntegro (Pontificia Universidad Católica de Chile, 2018).

El objetivo cuatro de responsabilidad social que se adecúa al estudio, direccionada a un desarrollo sostenible (ODS) priorizó forjar una educación de calidad en los jóvenes, promoviendo equitativamente las oportunidades pedagógicas para su formación. Por consiguiente, reducir las desigualdades y fomentar una salud mental adecuada que trascenderá en una educación sostenible y de calidad (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2019).

La investigación se justificó incluyendo los siguientes aspectos:

Dentro de la perspectiva teórica, se pretendió contrastar las contribuciones existentes de las teorías de cada variable, con la intención de argumentar y consolidar los hallazgos que prevalecen en las unidades de análisis estudiada, cuyos resultados se sistematizarán en una data que servirá de complemento teórico a los postulados antes referenciados, mismos que podrán ser utilizados para futuras investigaciones en la comunidad científica.

En el aspecto metodológico, se utilizó dos instrumentos para medir las variables. La primera fue medida con el (EPA) cuyas siglas significan Escala de Procrastinación Académica, y, por consiguiente, para estimar el estrés se usó el (SISCO SV-21) más conocido como Inventario Sistemático Cognoscitivista. Ambas consideraciones, tuvieron como propósito identificar si existía relación significativa entre procrastinación y estrés en las unidades de análisis, estableciendo un aporte que favoreció instrumentalmente a otras investigaciones para comprobar la misma problemática.

Por último, la justificación práctica requirió brindar un mejoramiento en el contexto académico, donde se benefició a la institución con el aporte investigativo y se primó el interés de disminuir la intensidad y frecuencia de las conductas procrastinadoras y por consiguiente la presencia de estrés académico.

La delimitación de la actual indagación se encuadró en la contextualización social del Departamento Ica, provincia de Chincha, distrito de Pueblo Nuevo, dentro de un Instituto de educación superior tecnológica pública correspondiente al año 2023. Las variables consideradas, comprenden la procrastinación y estrés bajo una contextualización académica en jóvenes del Instituto. Partiendo de la premisa anterior y a modo de mostrar una relación coherente entre las variables de la actual indagación y línea de investigación, se pretendió abordar el análisis en el contexto de la psicología educativa y lo que enmarca la prevalencia de dichos constructos en la educación de la realidad actual. De este modo, se conoció el grado de significancia de lo expuesto en el estudio.

Por otro lado, fue trascendental anticipar las limitaciones que se estimaron en la investigación, entre las cuales se encontraron el presupuesto económico, mismo donde se denotó una considerable inversión en la realización de proyectos

investigativos, sobre todo teniendo en consideración la calidad de recientes egresadas en la carrera y costear el presupuesto establecido. Del mismo modo, el déficit o nulo alcance a través de investigaciones previas respecto a las variables de estudio en las unidades de análisis, limitó la indagación precedente para contrastar los resultados obtenidos en el contexto actual. Finalmente, el tiempo y distancia para sintetizar los procedimientos administrativos, fueron una considerable travesía para ejecutar el estudio en la muestra.

## 2. MARCO TEÓRICO

Durante el proceso investigativo en el marco del estudio, se halló una cantidad limitada de artículos que guardaron relación con las variables en cuestión y tuviesen similitud con las unidades de análisis, no obstante, es de vital importancia precisar que seguidamente se exponen los siguientes.

### ***Antecedentes nacionales***

Desde la perspectiva de Orco et al. (2022) evidenciaron un estudio que se tituló “Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina” (artículo científico) enmarca su objetivo exponiendo aquel propósito de evaluar una relación de ambas variables con una prueba piloto. Encuadra su metodología transversal, analítico y observacional. La muestra se representó por 91 jóvenes de medicina. Entre los instrumentos manejados estuvieron (EPA) y (SISCO SV). En los resultados, surgió un multivariado análisis donde se encontró una relación existente entre procrastinación y género masculino ( $p = 0,001$ ), edad ( $p = 0,035$ ) y estrés ( $p = 0,022$ ). Concluyendo así, la notoria relación entre las variables estudiadas.

Por otro lado, Estrada et al. (2022) estimaron su estudio nombrado “Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de educación superior pedagógica” (artículo científico) enmarca su objetivo principal en determinar la asociación entre procrastinación y estrés. Respecto al marco metodológico fue de diseño no experimental, tipo descriptivo correlacional, corte transversal, bajo un análisis cuantitativo. En lo concerniente a la muestra, ésta se conformó de 189 jóvenes. Los instrumentos manejados fueron (EPA) y (SISCO SV). En sus resultados; un 42,9% representaron un moderado nivel, a su vez, la

procrastinación académica como variable, se afirma que el 53,5% mostraron niveles altos en estrés académico. A modo de sintetizar, se concluye que ambas variables tienen una correlación directa y significativa.

Por su parte, Vargas & Mamani (2022) en su investigación “Estrés académico y procrastinación en estudiantes de 1 y 2 ciclo de la Carrera Profesional de Derecho de la Universidad Privada de Tacna” (artículo científico) refirieron su objetivo general en determinar una relación entre las variables de estrés y procrastinación bajo una contextualización académica. El marco metodológico, fue diseño no experimental, enfoque cuantitativo y tipo básico. En referencia a la muestra, ésta se constituyó en 91 universitarios donde se utilizaron los instrumentos (EPA) y el (IEA) de SISCO. Estipulando en sus resultados que 92.31% presentan alto y muy alto nivel de procrastinación, a su vez, el 32.97% evidencia el estrés académico con un alto nivel. Se concluyó, una inexistente asociación en ambas variables con sus componentes.

Del mismo modo, Delgado et al. (2021) en su estudio “El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado” (artículo científico) el marco de su objetivo general consistió en analizar la relación de estrés y el bienestar bajo una contextualización psicológica, enmarcando la procrastinación académica. La metodología fue de diseño no probabilístico e intencional en las unidades de análisis conformada por 391 jóvenes. Los instrumentos fueron la escala (EPA), Inventario (SISCO SV) y escala Ryff (SPWB). En sus resultados expusieron que tanto procrastinación como el estrés repercuten negativamente en el bienestar a nivel psicológico. Concluyendo así, a la procrastinación con un evidente rol moderador en la exteriorización tanto de síntomas como estresores.

Finalmente, Palacios et al. (2020) en su investigación “Procrastinación y estrés en el engagement académico en universitarios” (artículo científico) en el marco de su objetivo primordial consistió en determinar bajo nivel porcentual la presencia de procrastinación y estrés en el engagement académico. Cuya metodología fue de diseño no experimental, a nivel descriptivo correlacional y corte transversal. Con respecto a las unidades de análisis representadas por la muestra, se constituyó por 181 universitarios. Entre los instrumentos ejecutados estuvieron el (SISCO SV), (PASS) y (UWES-Student). Los resultados expusieron una prevalencia estadística de 70.4% de la influencia de la procrastinación y estrés académico en el engagement. Concluyéndose así, que el estrés y procrastinación inciden considerablemente en la asociación de las variables sobre el engagement académico.

### ***Antecedentes internacionales***

Los autores Espín y Vargas (2023) cuyo título de estudio es “Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios” (artículo científico) su objetivo constituyó en determinar una relación entre estrés y procrastinación en las unidades de análisis. Acorde al marco metodológico, se obtuvo el estudio con nivel descriptivo correlacional de alcance cuantitativo y corte transversal. La muestra de jóvenes tuvo una cantidad de 432. El instrumento aplicado, consistió en la escala (EPA) y el inventario (SISCO). El resultado identificó una inexistente relación entre el estrés y procrastinación, puesto que la autorregulación tuvo un nivel bajo de 96.1% y en estrés categoría severa con 41.9%. En síntesis, se concluyó que, los indicadores de estrés son independientes en la presencia de procrastinación.

Ramírez et al. (2022) en su indagación representada con título “Estrés académico, procrastinación y usos del Internet en universitarios durante la pandemia por covid-19” (artículo científico) enmarcó su objetivo en determinar una correlación correspondiente a las variables investigadas. La metodología fue cuantitativa, corte transversal y no experimental. Con una representación muestral de 448 alumnos entre 17 y 34 años. Se consideró la utilización del instrumento (SISCO) para estrés, (SMAS-SF) redes sociales, (CUPI) para el abuso de internet y (EPA) para procrastinación académica. Los resultados comprobaron una relación en la procrastinación y abuso a redes sociales. Al contrario de los hombres, que obtuvieron relación en estrés y redes sociales. Se concluyó, la existencia en consecuencias del estrés, abuso incontrolado de internet y postergación de tareas.

A la vez, Méndez (2021) en su estudio de “Procrastinación e incremento del estrés en docentes y estudiantes universitarios frente a la educación online” (artículo científico) tuvo como objetivo, adquirir el análisis de las diversas actitudes de ambas variables. Se determinó una metodología cuali-cuantitativa, con nivel descriptivo, concretando una muestra de 11,9% profesores de educación y 88,1% alumnos. El instrumento se estableció con la aplicación de una encuesta para hallar las conductas de ambas problemáticas. En los resultados, más de la mitad de los profesionales en educación y estudiantes tuvieron un porcentaje de 51% en la procrastinación. Se concluyó que, aumentó la prevalencia de indicadores en relación al estrés en los alumnos y docentes.

Nayak (2019) en su estudio “Impacto de la procrastinación y la gestión del tiempo en el estrés académico entre estudiantes de pregrado en enfermería: Un estudio transversal” (artículo científico) el objetivo fue reconocer el vínculo de las

habilidades de gestión del tiempo, estrés y procrastinación. Su metodología correspondió al transversal, descriptivo y correlacional. Con una representación muestral de 201 jóvenes. Los instrumentos aplicados fueron, escala de procrastinación, cuestionario demográfico, cuestionario para gestionar el tiempo y escala de estrés. En sus resultados refieren que hay una relación entre procrastinación y estrés con datos estadísticos de  $r=185$ . En conclusión, los estudiantes presentaron retos para gestionar adecuadamente su tiempo y mejorar su rendimiento.

Por último, Barraza & Barraza (2019) mostraron el interés por ejecutar una evaluación en su investigación titulada “Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior” (artículo científico) enmarcaron su objetivo y propósito primordial en determinar una asociación en ambas variables de procrastinación y estrés. Respecto a la metodología, se enmarcó bajo un diseño no experimental, de tipo cuantitativo, con medición transversal y correlacional. La muestra se conformó por 300 estudiantes. Los instrumentos aplicados fueron el (SISCO) y (EPA). Acorde a los hallazgos, se manifestó una asociación y conjuntamente no relación entre variables, influyendo en los estudiantes específicamente en su aprendizaje. Se concluyó, con evidencia la necesidad de integrar más estudios de la problemática y tomar los factores constitutivos o el valor general como variables.

De acuerdo a un análisis exhaustivo en base a las teorías de la procrastinación bajo una contextualización académica, se profundizó los aportes establecidos que brindaron mayor apertura a la comprensión e investigación para el reciente estudio.

A modo de ahondar en el término del perfeccionismo, se expone la siguiente macro teoría de Busko (1998) quien establece una explicación que vincula la procrastinación y el perfeccionismo. Donde busca esclarecer los aspectos causales que direccionan aquellos indicadores de perfección a las conductas negativas en las actividades académicas. Para ello, da a conocer tres razones que conllevan la relación de ambas.

La primera, manifiesta que el perfeccionismo tiene mucha concordancia e influye en gran parte con la procrastinación, puesto que es uno de los índices que inducen al aplazamiento y postergación de tareas. Es así como, cada vez que hay un compromiso e iniciativa de culminar una actividad de forma perfecta, suele ser difícil e improbable de realizar.

La segunda, es que se incrementa el pensamiento e idea de organizar y emplear adecuadamente cada actividad, siendo más angustiante y preocupante para el estudiante.

La tercera, es que da a conocer la relación de ambos, como una interdependencia que surge de manera irracional. También, se identifican las causas específicas que anteponen una conducta procrastinadora, llamándolas variables exógenas. Entre ellos están: Las variables individuales que se constituyen en las edades, sexo y grado académico. A su vez, las sociodemográficas basadas en el estado económico, residencia y cantidad de hermanos. La variable psicosocial, que indica una crianza autoritaria debido a exigencias y la autoeficacia. Finalmente, la variable instrumental que se manifiesta en la procrastinación general y el perfeccionismo con presión social.

Finalmente, la teoría considerada en este estudio fue fundamentada por Dominguez (2016) quien determinó dos factores que la constituyen, en primera

instancia, la autorregulación académica implica que el estudiante puede planear y regular sus tareas diarias en relación a cómo y cuándo realizarlos, tomando el control sobre las acciones, emociones y motivaciones en base a sus objetivos. Por el contrario, la postergación académica se expresa en aplazar las tareas que se deberían de cumplir en un tiempo establecido, los cuales repercuten en el horario de inicio y término, evitando retomar la actividad. De acuerdo a lo establecido, el estudiante puede presentar dificultades en su desempeño académico, mientras muestre una alta postergación de tareas y baja regulación académica a la vez.

El paradigma de procrastinación es la teoría racional emotiva conductual (TREC) con su mayor exponente Albert Ellis, indica que la procrastinación se genera a raíz de las creencias irracionales de acuerdo a una situación enfrentada, las cuales producen consecuencias negativas en las conductas y emociones. De esta manera, la persona empieza a tener creencias irracionales cuando se le encarga alguna actividad y esto es debido a una baja tolerancia a sentimientos como la frustración, por este motivo las metas establecidas distan de la realidad y no tienen los resultados esperados.

Para tener una mejor comprensión del modelo A. B. C; Ellis lo detalla en base a que: “A” corresponde a un acontecimiento activador, mientras que “B” tiene creencias y pensamientos al respecto y “C” desencadena emociones y conductas negativas.

Lo expresado líneas arriba, tiene como sustento la forma de como el individuo interpreta las situaciones de su entorno y si estos sucesos son poco lógicos se consideran “irracionales”; esto no da a conocer que las personas no piensen, sino que no se hace el uso adecuado del raciocinio. Hay mayor evidencia, de que, si se empieza a desarrollar un pensamiento racional, apropiado y con

adecuada tolerancia a la frustración al no lograr la perfección ante diversas situaciones que generan malestar emocional, se va producir una mejor manera de sobrellevar las reacciones emocionales y conductuales que se presentan y, por ende, concluir la actividad de manera satisfactoria (García, 2009).

Frente al enfoque histórico, la procrastinación ha ido evolucionando sorprendentemente durante los años. Es así como, Alrededor de los 3000 años A.C., los egipcios también presentaban conductas procrastinadoras, siendo entendido desde ese entonces como el mal hábito de evitar las labores cotidianas, y la tendencia a la falta de energía para mantener una organización estable del tiempo (Atalaya y García, 2019).

Desde el siglo XVII, en la universidad canadiense se encontró un estudio evidenciando la procrastinación con la relación del pecado, ya que las personas que evitaban sus labores y sus tareas mediante su propia voluntad, eran pecadoras y por tal motivo no podían ejercer el cargo de santos o sacerdotes, sino de seguir su vida hasta llegar a la muerte. Eran personas llenas de repudios e imposibilidades para mantener una mejor calidad de vida (Stell, 2007).

Milgram (1992) realizó la primera evaluación histórica en relación a la procrastinación, donde mencionó que el retraso de actividades se remonta en esa época como una principal casuística problemática, incluso antes de los periodos modernos. Específicamente, surgió en los países que no presentaban avances tecnológicos respecto a la enseñanza y formación educativa en los niños. Es aquí, donde la educación con tecnología surgía con más responsabilidad y exigencia en las instituciones siendo necesaria para ahorrar tiempo y programarse adecuadamente sin acumular tareas.

Actualmente, evidenciamos que los tiempos han cambiado rotundamente, la evolución de la tecnología antes se consideraba beneficioso para los trabajadores y niños, donde se lograba ahorrar tiempo y ayudaba a realizar con mayor rapidez las actividades. Mientras que lo que se evidencia ahora, a través de los estudios ejecutados, es sumamente diferente. Los estudiantes prefieren postergar las demandas académicas y reemplazarlas o sustituirlas por diversas actividades de estos medios, porque lo consideran más atractivos e interesantes, logrando afectar su aprendizaje y el control de sus tiempos.

El enfoque epistémico que se abordó, fue el analítico empírico puesto que se mantuvo una dirección a la realidad de la problemática, siendo medible y observable. Integrando la evidencia de la investigación con la interpretación de sus resultados y datos que muestren la realidad actual, facultándose en la existencia de los conocimientos y la ciencia, el cual está compuesto por dos formas, la racionalización dando énfasis al conocimiento racional y el empirismo determinado que el saber está basado en la realidad (García y De Rojas, 2003).

El enfoque filosófico de la procrastinación, se referencia bajo el criterio de Aristóteles, quien brindó su ética a “Akrasia” que se entiende como la debilidad de la voluntad. Concretamente conceptualiza a Akrasia como el hecho de la falta de poder y falta de dominio, manifestando la influencia de hacer lo que se considera bien racionalmente, dejándose llevar por los impulsos y las creencias del propio juicio. Es aquí donde vincula la falta de poder con la procrastinación, siendo un eje consistente de acuerdo al no estar lo suficientemente convencido para cumplir las responsabilidades (Stell s.f.).

Con el propósito de conceptualizar las teorías de estrés académico, fue de vital importancia remontar a sus inicios con una teoría macro antecesora, haciendo

referencia a la teoría general de sistemas, misma que ha sido trascendental para la considerada como principal en el estudio actual, es decir, la teoría sistémico cognoscitivista. Para tener una representación amplia, se exponen cada una en los siguientes párrafos.

Según la perspectiva de (Bertalanffy, 1991 como se citó en Arnold y Osorio 1998) La teoría general de sistemas inició la formulación de sus bases atribuyendo el rol trascendental de las ciencias naturales y sociales como una entidad holística e integradora, tomando como punto de partida el término “general de sistemas” tratando de englobar fenómenos de todo tipo (tecnológicos, sociales, culturales e incluso los humanos) sin limitación alguna. No obstante, debido a la complejidad, se puede percibir bajo dos vertientes, la primera está compuesta por sistemas naturales (organismos) y la segunda por sistemas artificiales (máquinas), de tal modo que la aplicación correcta del enfoque dependerá del contexto en el que desea ser estudiado (pp. 2-3).

Siguiendo con dicha teoría, entre su deslinde conceptual relacionados con el estrés se encontró el ambiente (sistema abierto); como aquel que influye en el comportamiento del individuo en su sistema dependiendo las condiciones que se presenten. Otro a considerar es el elemento; como aquella subparte en el que se divide el sistema (estrés), a componentes específicos que lo constituyen como por ejemplo la presión del medio, etc. Finalmente, consideró el input/output; el primero de estos necesita de una entrada o importación de elementos para dar inicio al sistema (condiciones estresores), para dar paso al output o salida del elemento en el sistema (pp. 7-8).

Finalmente, es imprescindible exponer la teoría que se consideró en el presente estudio, según (Barraza, 2006 como se citó en Barraza, 2010) en sus

bases tomó como referencia la teoría antes mencionada para tener una versión integrada uniendo la relevancia que tiene, es así como surge la teoría sistémico cognoscitivista que se divide en tres componentes; considerando los estresores, situaciones estresantes y estrategias de afrontamiento. Tal como se percibe, este nuevo modelado enmarca el estrés a nivel académico a diferencia de las teorías antes mencionadas que centran su atención en el estrés general y/o laboral.

El individuo al ser un sistema abierto estará en constante relación con su medio, teniendo una divergencia en su esquema de input-output. A modo de desglosar, se entiende que input son aquellas demandas que exige el contexto situacional, en esta ocasión a nivel académico. Por otro lado, output hace referencia al afrontamiento que tiene el individuo considerando sus recursos internos para responder a la demanda. Estas entradas y salidas varían desde la posibilidad de un bloqueo y/o equilibrio (pp. 113-114).

Con la intención de precisar los alcances con esta nueva teoría Sistémico Cognoscitivista del estrés académico, se expusieron tres momentos claves para un mejor entendimiento. Barraza (2010) El primero, surgió de la relación entre el entorno y ser humano (input-output) a través de tres componentes; se inicia con la presencia de la situación estresante (entrada), seguida de una interpretación cognitiva como amenazante que afecta su equilibrio, finalmente teniendo en consideración esa valoración da paso a la activación del propio organismo para dar respuesta ante la demanda. El segundo, desglosa la valoración cognitiva (neutra, positiva o negativa). El tercero, son las estrategias de afrontamiento para evitar desequilibrar el sistema (p. 115).

Por otro lado, el paradigma de estrés académico fue el modelo transaccional del estrés, que en la opinión de (Cohen y Lazarus, 1979; Lazarus y

Folkman, 1986 y Lazarus, 2000 como se citó en Barraza, 2010) incorporan el aspecto cognoscitivo como la interpretación que le da el individuo a los elementos (input) para la entrada y (output) para salida, ambos influyendo en el sistema abierto. La valoración puede darse de tres maneras, neutra (el individuo no tiene la necesidad de actuar porque el elemento estresor no le produce mayor malestar), positiva (los elementos son considerados favorables, por ende, se cuenta con recursos para generar el equilibrio) y negativa (los elementos estresores exigen una mayor demanda que genera un desafío o amenaza que conlleva a un desequilibrio del sistema) (pp. 114-115).

Enmarcando el enfoque histórico, los inicios de la terminología de la variable estrés, se remonta al siglo XVII por estudios de la física, misma que por el impacto y relevancia que tenía desde ese entonces, se expandió la conceptualización a otros espacios trascendentales como biología, medicina y química (Álvarez, 1989, citado por Román y Hernández, 2011).

A inicios del siglo XX se incorporó con mayor ahínco el término estrés en la medicina y a mediados empieza a estudiarse sobre las implicancias del mismo en la vida de los individuos como posible ente generador de una serie de enfermedades en un tiempo establecido a mediano o largo plazo. Desde ese momento empieza a tener mayor relevancia con una metodología científica y enmarcándose en un enfoque positivista para el estudio exhaustivo de la misma (Selye, 1946, citado por Román y Hernández, 2011).

Durante el siglo XXI, el estrés ha sido materia de estudio en múltiples investigaciones teniendo un enfoque inclusivo de la presencia de estrés en la cotidianidad en diferentes ámbitos de la vida. Partiendo de esa premisa es importante precisar que el ámbito más demandante para estudios del estrés, es el

académico debido a una necesidad latente en responder a las demandas en la comunidad científica (Barraza, 2003-2007, citado por Román y Hernández, 2011).

En lo que concierne al enfoque epistémico, la fundamentación de la variable estrés académico, se consideró pertinente contextualizar la epistemología representada como una rama de la filosofía, cuyo propósito radica en la elaboración de estudios basados en el método científico, que aporten a la ciencia datos y análisis fidedignos en el desarrollo y progreso de la historia. Desde otra vertiente se podría explicar la epistemología como una reflexión compartida, con el propósito de brindar un mayor alcance a absolver los cuestionamientos colectivos. El rol trascendental que tuvo dicho enfoque en la construcción científica del estrés en las áreas de desarrollo del individuo, lo estimó como uno de los temas con mayor necesidad de aportar datos para el análisis a nivel académico (Jaramillo, 2003).

Enmarcando el estrés desde un enfoque filosófico, se entendió la variable de estudio desde una interpretación fenomenológica en la opinión de (Heidegger 2013, citado por Lagos 2022) el estrés constituye una demanda mundial que exige constantes respuestas al individuo. Estas demandas provienen de nuestras relaciones interpersonales en los contextos en que nos desarrollamos (académico, social y laboral). En síntesis, debe entenderse que los entes estresores prevalecen como solicitudes y no como estímulos en nuestro diario vivir. No obstante, en paralelo a ello, se precisa que el estrés debe ser considerado parte integrativa de la vida, porque a través del mismo permite preservarla y otorgarle un significado de sentido y propósito existencial.

Es decir, fenomenológicamente el estrés es considerado la carga que apertura e intensifica nuestra libertad a través del sentido de responsabilidad en nuestros actos sobre las demandas (entes estresores del medio).

### ***Marco conceptual***

**Procrastinación académica:** Se muestra en la forma voluntaria de aplazar infundadamente la ejecución de actividades, presentando dificultades relacionadas a los conflictos percibidos, ausencia de interés y gratificación, generando malestares subjetivos (Dominguez y Campos, 2017).

**Estrés académico:** Según, Espinoza y Ñaupay (2022), indican que ha tenido una considerable presencia en la globalización de la que somos parte, los contextos actuales post confinamiento exige una mayor demanda y exigencias psicológicas y físicas de diversas formas ante cada ámbito de vida, englobando el espacio académico, personal, familiar, entre otros (p. 8).

### **Input**

Corresponde a un sistema de entrada, mediante el cual se ve sujeto a la valoración propia y subjetiva del estudiante para considerar como fuentes de estrés situaciones del medio que le producen un desequilibrio (Barraza Macías, 2018).

### **Output**

Hace mención al sistema de salida, que surge posterior a la respuesta que asume el estudiante para afrontar la situación demandante y estresante que ingresó a su sistema y busca recuperar nuevamente su equilibrio (Barraza Macías, 2018).

### **Sistémico cognoscitivista**

Comprende la conceptualización de un modelo multidimensional que pretende definir el estrés como un sistema en constante movimiento dentro del medio, mismo que dará lugar a una triada que engloba estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento para recuperar la estabilización perdida por las situaciones demandantes (Barraza Macías, 2018).

### **Perfeccionismo**

Definida como aquella tendencia a plasmar altos estándares a nivel académico, mismos que al no colindar con las expectativas propias del educando, éste evoca una opinión crítica que genera a su vez preocupación excesiva impidiendo concluir el curso esperado en las responsabilidades académicas (Busko Ann, 1998).

### **3. HIPÓTESIS Y VARIABLES**

#### **3.1. Hipótesis**

##### **Hipótesis general**

Existe relación directa y significativa entre la procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023.

##### **Hipótesis específicas**

H1.- Existe relación directa y significativa entre procrastinación académica y las dimensiones de estrés académico expresados en, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023.

H2.- Existe relación directa y significativa entre estrés académico y las dimensiones de procrastinación académica expresados en, postergación de actividades y autorregulación académica en jóvenes de educación superior tecnológica de Chíncha, Ica, 2023.

#### **3.2. Operacionalización de las variables**

##### **V1: Procrastinación académica**

##### **Definición conceptual**

La procrastinación es aquella acción de evadir o postergar constantemente las tareas, excusando las razones y atrasos generados, con el fin de enfrentar la culpa al no realizar las actividades (Busko, 1998).

##### **Dimensiones**

La primera hace referencia a la postergación de actividades, definida como aquella gestión tardía para asumir y/o realizar actividades que no son de interés motivacional.

La segunda trae a colación la autorregulación académica, definida como aquella que engloba conductas direccionadas a efectuar el cumplimiento de metas y acciones que conlleven una planificación de la misma.

### **Definición operacional**

La variable procrastinación académica, se midió con la escala de procrastinación académica (EPA) adaptada por Dominguez et al (2014), constituida por 2 dimensiones y 12 ítems. La escala correspondiente a su interpretación corresponde a tres niveles: Bajo (hasta 20 puntos), moderado (21 a 40 puntos) y alto (41 a más puntos).

### **V2: Estrés académico**

#### **Definición conceptual**

Para entender la definición conceptual de la variable correspondiente al estrés académico, se consideró pertinente la perspectiva del autor principal, Según Barraza, (2018) El estrés académico, suele surgir por la presencia de demandas en las instituciones, que requieren una exigencia hacia alguna tarea. Ello se basa en el cumplimiento de exposiciones, exámenes, etc. Lo cual conlleva a una frustración evitando que se realicen con mayor prestigio.

#### **Dimensiones**

La primera hace alusión a los estresores, que comprenden las situaciones demandantes provocadas por el entorno y cómo éstas van a ser percibidas y valoradas como fuentes de estrés.

La segunda trae a colación los síntomas, haciendo mención a las reacciones físicas, emocionales y de diversa índole que surgirán como respuesta ante el estímulo estresor (situación).

La tercera hace referencia a las estrategias de afrontamiento, aquella que permitirá identificar los recursos previos adquiridos por el propio sujeto para confrontar el estrés en su contexto académico.

### **Definición operacional**

La variable de estrés académico, se midió con el inventario sistémico cognoscitivista (SISCO SV-21) adaptado por Espinoza y Ñaupay (2022), constituida por 3 dimensiones y 21 ítems. La escala correspondiente a su interpretación corresponde a tres niveles: Leve (0% - 33%), moderado (34% - 66%) y severo (67% - 100%).

## 4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

### 4.1. *Tipo, nivel y diseño*

La indagación actual se enmarcó dentro del enfoque cuantitativo, tomando como referencia la opinión de Otero (2018) fundamentó el alcance de examinar los resultados a través del campo de la estadística, así como preservar la objetividad en la delimitación del estudio, prevaleciendo el método inductivo (p. 6). El mismo autor refuerza que el enfoque cuantitativo facilita el control del fenómeno a estudiar, existiendo la posibilidad de replicar y contrastar con estudios similares que pertenezcan a la ciencia exacta (p. 8).

El tipo de investigación considerada en el estudio fue básica, que en la opinión de Arias (2021), se concibe como aquella que contempla sus cimientos en un marco teórico y se mantiene con el esquema en el transcurso del tiempo que conlleva el estudio, su propósito es consolidar los saberes ya existentes y contribuir en mayor medida al método científico sin la intención de hacer modificaciones o comparaciones prácticas.

El nivel de investigación que se plasmó fue el correlacional, para ello Arias (2021) lo define como un alcance investigativo que parte desde una hipótesis donde se proponen la asociación de dos a más variables. De acuerdo al estudio cuantitativo, se van a emplear datos estadísticos que tienen como finalidad determinar los resultados para beneficiar a la población estimada.

A la vez, se estimó la investigación con diseño no experimental de corte transversal, donde Arias (2021) describe que, bajo este esquema no existen contextos ni situaciones experimentales, a la que deban interponerse las variables. La investigación de las unidades de análisis se lleva a cabo en su

entorno natural, sin ninguna intervención o alteración. No existe manipulación de variables en ningún momento de la evaluación.

#### **4.2. Población, muestra y muestreo**

Referenciando la opinión de Arias et al. (2016) la población es aquel conjunto del cual se extraerán las unidades de análisis, entiéndase por población aquel universo general al que se le atribuye los resultados adquiridos en la muestra porque cumplen con el objetivo del estudio (p. 202). De este modo, la población estuvo compuesta por 900 jóvenes de educación superior tecnológica en la provincia de Chincha.

#### **Tabla 1**

*Frecuencia y porcentaje de la muestra general según el sexo en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha en el año 2023.*

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Hombres	247	54.9%
Mujeres	203	45.1%
Total	450	100%

En la tabla 1 hace mención que se contó con una participación mayoritaria en hombres representado por un 54.9%. Del mismo modo, en mujeres hay una representación del 45.1% de la muestra total.

**Tabla 2**

*Distribución porcentual según la edad en jóvenes de la muestra evaluada.*

Edad	Frecuencia	Porcentaje
Hasta 18 años	197	43.7%
19 a 21	159	35.3%
22 a más	94	21.0%
Total	450	100%

En la tabla 2 hace mención que se contó con una participación mayoritaria en jóvenes hasta 18 años representado por un 43.7%. Del mismo modo, en el rango de 19 a 21 años hay una representación del 35.3% y consecuentemente un porcentaje menor de 94 jóvenes de 22 años a más con un 21.0%.

Desde la perspectiva de López y Fachelli (2017) la muestra compone un subconjunto importante de la población, que ha sido designada en base a condiciones que persigue el estudio. Esta parte del universo se sujeta a una metodología científica para lograr derivaciones fidedignos y válidos para cumplir con el propósito del estudio (p. 6). Entiéndase que la actual indagación se compone por jóvenes entre 18 a 25 años de edad en los 8 programas de estudio del Instituto de educación superior tecnológica.

La muestra considerada, es finita representándose con 450 estudiantes. Siendo definida por Zappino (2020) indicando que surge de una población que tiene una cantidad de elementos que se puede cuantificar y los números que la integran tienen un fin (p. 11).

La fórmula que se utilizó para calcular la muestra de acuerdo a la población finita, fue la siguiente:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

En donde: n = tamaño de la muestra // N = tamaño de población // Z = parámetro estadístico que depende el nivel de confianza (NC) // e = error de estimación máximo aceptado // p = probabilidad de que ocurra el evento estudiado (éxito) // q = probabilidad de que no ocurra el evento estudiado.

Entonces: N = 900 // Z = 3.000 // P = 50.00 % // Q = 50.00 % // e = 5.00 %  
// n = 450

$$\frac{900 * 3.000^2 * 50 * 50}{5^2 * (900 - 1) + 3.000^2 * 50 * 50} \quad N = 900$$

Por lo tanto, la muestra establecida para el estudio fue de 450 jóvenes estudiantes teniendo un rango etario de 18 a 25 años de edad en los 8 programas de estudio del Instituto de educación superior tecnológica.

Desde la óptica de Otzen y Mantareola (2017) el muestreo fundamenta su objetivo principal, en estudiar la existencia de una posible relación de las variables de investigación conformadas en la muestra de estudio (p. 227). Tomando como referencia lo antes descrito, el tipo de muestreo utilizado en el estudio corresponde al no probabilístico, que en la opinión de Sayago (2014) se constituye en propósito a que las muestras elegidas no se realizan a través de la probabilidad, sino mediante los indicadores que son convenientes en el estudio. Por tal motivo, la técnica considerada fue el muestreo por conveniencia, Hernández (2021) refiere que se fundamenta de acuerdo a una elección de manera subjetiva, indicando la accesibilidad y disponibilidad de los sujetos de estudio (p. 2).

Es así como, los jóvenes que integraron las unidades de análisis fueron filtrados acorde a los siguientes discernimientos:

**Criterios de inclusión:**

- Estudiantes matriculados en el periodo 2023.
- Pertenecer a uno de los 8 programas de estudio.
- Varones y mujeres, sin distinción alguna.
- Que tengan entre 18 a 25 años de edad.
- Predisposición a colaborar voluntariamente en la investigación.

**Criterios de exclusión:**

- Que no tengan matrícula actualizada en el actual semestre académico.
- Aquellos pertenecientes a otra institución de educación superior.
- Que sobrepasen la edad límite establecida.
- Que no tengan acceso a internet o predisposición de tiempo para completar el instrumento.
- Aquellos que salgan con margen de error en la aplicación del instrumento.

***4.3. Medios de recolección de información***

**Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

En la opinión de Casas et al. (2003) menciona que la encuesta como técnica suele ser utilizada con frecuencia porque aligera la obtención de información en la aplicación a grandes masas, permitiendo a los investigadores deslindar una data sobre casuísticas de su interés de manera rápida y eficiente. Por tal motivo, nuestro propósito en aplicar previamente la encuesta consistió en la necesidad de recolectar datos sobre la variable de procrastinación y estrés en el contexto académico.

Partiendo de la premisa anterior, respecto a los instrumentos que se utilizó en el estudio, se tuvieron en consideración dos. El primero, midió la variable “Procrastinación académica” a través de una escala de procrastinación académica (EPA) y el segundo, midió la variable “Estrés académico” por medio del inventario sistémico cognoscitivista (SISCO SV-21).

Por consiguiente, se exponen las fichas técnicas y propiedades psicométricas correspondientes a cada instrumento.

### **Ficha técnica del instrumento 1**

Título original: Student Procrastination Scale.

Autor: Busko, Deborah Ann.

Año de creación: 1998.

Adaptación peruana: Dominguez et al. (2014).

Acceso Libre: ISSN: 1729-4827 (Impresa) ISSN: 2233-7666 (Digital)

Consigna de aplicación: Individual o colectiva.

Duración: 10 a 15 minutos aproximadamente.

Escala: Tipo Likert con 5 valores de respuesta (de nunca 1 a siempre 5).

Número de ítems: 12 ítems.

Dimensiones: Postergación de actividades y autorregulación académica.

#### **- Propiedades psicométricas originales:**

Según (Busko 1998, citado por Álvarez 2010) determina los siguientes valores, reportando que fue necesario medir bajo el coeficiente de Alfa de Cronbach la consistencia interna para estimar la confiabilidad. Adquiriendo como principales resultados que la variable de procrastinación general fue de 0.82 y desglosando en lo académico fue de 0.86. Referente a los errores métricos, se observó una representación de valores entre

0.191 y 0.123 en el mismo orden mencionado con antelación. La escala está compuesta por 2 subescalas: Procrastinación General y Procrastinación Académica, mismas que pasaron por una fase de traducción y adaptación al español para la actual investigación (p. 165).

- **Propiedades psicométricas peruana:**

Según Dominguez et al. (2014) determinó los siguientes valores, representando por subescalas la confiabilidad estimada por medio de alfa de Cronbach, hallando un indicio de .821 (IC al 95%: .793; .847) correspondiente a la autorregulación académica y por consiguiente un indicador de .752 (IC al 95%: .705; .792) al factor que representa la Postergación de actividades. Del mismo modo, ambos componentes se determinaron por mediación del coeficiente omega, para obtener la confiabilidad, alcanzando un indicio de .829 para la Autorregulación académica y .794 para la variable Postergación de actividades (p. 300).

**Ficha técnica del instrumento 2**

Título original: Inventario sistémico cognoscitivista (SISCO SV-21).

Autor: Barraza Macías, Arturo.

Año de creación: 2018.

Adaptación peruana: Espinoza García, D. A. y Ñaupay García, L. J. (2022).

Acceso Libre: ISSN: ISSN: 1729-4827 (Impresa) ISSN: 2233-7666 (Digital).

Consigna de aplicación: Individual o colectiva.

Duración: 15 a 20 minutos aproximadamente.

Escala: Tipo Likert con 6 valores de respuesta (de nunca 0 a siempre 5).

Número de ítems: 21 ítems.

Dimensiones: Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

- **Propiedades psicométricas originales:**

Según (Barraza 2018) Al analizar el instrumento en su totalidad representó una confiabilidad de .85 mediante Alfa de Cronbach. Al desglosar los valores en su integridad por dimensiones bajo el valor de Alfa de Cronbach, estresores estima una confiabilidad de .83; por consiguiente; síntomas representa una confiabilidad de .87; y estrategias de afrontamiento de .85. Al analizar y contrastar mediante la escala de valores propuesta por (DeVellis 2011, como se citó en Barraza, 2018) todos poseen niveles muy buenos de confiabilidad, más aún al ser alfa de Cronbach, quien corrobora y afirma una homogeneidad de cada ítem que conforma el constructo porque cuenta bajo un procedimiento basado en la consistencia interna que integra el estrés académico. (p. 30).

- **Propiedades psicométricas peruana:** Según Espinoza y Ñaupay (2022) determinan los siguientes valores:

*Validez:* Con el propósito de conocer la validez de contenido se estimó la experticia de 5 jueces, para adquirir una V de Aiken de 0.99. En lo que corresponde al análisis factorial exploratorio, hallamos un KMO de .954 y el Test de esfericidad de Bartlett significativa de .001, comprobando 3 componentes, mismos que revelan una varianza total de 58.5%. Finalmente, en el análisis factorial confirmatorio se evidenció que el modelo conformado por 20 ítems, alcanzó mejores índices de ajuste:  $\chi^2/gl=3.00$ , CFI=.933, TLI=.924, RMSEA=.079, SRMR=.036 (p. 6).

*Confiabilidad:* Basándose en los valores bajo el coeficiente de Alfa de Cronbach y Omega se alcanzó altas puntuaciones sobre .80 de las dimensiones, evidenciando como resultados de la primera dimensión un

$\alpha=.921$  y  $\omega=.921$ ; segunda  $\alpha=.933$  y  $\omega=.934$  y en la tercera  $\alpha=.904$  y  $\omega=.905$ , comprobando una consistencia fiable interna (p. 6).

- **Reporte de confiabilidad con los datos del estudio**

Para determinar las propiedades psicométricas de los instrumentos, se empleó una prueba piloto a una subparte correspondiente a la muestra. Para ello, se recurrió a 40 jóvenes, entre 18 a 25 años. Mediante la evaluación de ítems, se comprobó que los valores de asimetría y curtosis están por encima de +/- 1.5 y las puntuaciones del IHC  $\geq .2$ , y  $h^2 \geq .4$ , solo el ítem 3 de la variable procrastinación presenta un IHC bajo (.271) y muestra puntuaciones dentro de los parámetros normales. Por último, la confiabilidad de la variable procrastinación académica en la dimensión de postergación de actividades fue de  $\alpha= .734$  y la dimensión autorregulación académica correspondió a  $\alpha= .907$ . Con respecto a la segunda variable estrés académico, la primera dimensión de estresores tuvo  $\alpha= .862$ ; la dimensión síntomas  $\alpha= .765$  y estrategias de afrontamiento  $\alpha= .854$ . Por lo tanto, ambos instrumentos contaron con evidencias de validez y confiabilidad aceptables.

Se observó la operacionalización de cada variable de estudio representadas según el instrumento, desglosando dos dimensiones para procrastinación académica con 12 ítems y 3 dimensiones para la variable de estrés académico compuesta por 21 ítems, asimismo, se visualizó los valores de consistencia interna que determinaron la validez dentro de los parámetros aceptables para la consecución del estudio.

En la dimensión 1 de la variable de procrastinación referente a la “postergación de actividades” se observó una fiabilidad de .734 en el total de

elementos, entre ellos se encontraron los ítems 1,6 y 7, donde cabe precisar que el segundo, presentó mayor puntuación que los otros dos con .689 de fiabilidad.

La segunda dimensión de la escala de procrastinación académica “autorregulación académica” presentó una fiabilidad de .907 constituida por 9 elementos, denotando sus buenas propiedades en la prueba piloto. El ítem con mayor fiabilidad fue el 12, con una fiabilidad de .763.

Por otra parte, la primera dimensión del inventario de estrés académico “estresores” demostró una fiabilidad de .862 en su conjunto. Prevalciendo el valor alto en la presencia de estrés ante el exigente nivel de docentes. Esta dimensión estuvo constituida por 7 elementos en los ítems correspondientes.

En la segunda dimensión del inventario correspondiente a síntomas o reacciones, se obtuvo una fiabilidad de .765 en la composición general de sus 7 elementos, destacando el ítem referente a la existencia de ansiedad, angustia o desesperación con una fiabilidad de .741.

Por consiguiente, la tercera dimensión, que hace referencia a las “estrategias de afrontamiento”, alcanzó una fiabilidad de .854 entre sus 7 elementos que la componen, ciertamente es de precisar que el ítem 16 que alude al establecimiento de soluciones concretas para la resolución de situaciones problemas que aquejan o preocupan mantuvo mayor fiabilidad con .812 en comparación a los demás.

A modo de síntesis, se pudo visualizar en cada tabla las propiedades psicométricas de cada variable en la prueba piloto, determinando los valores apropiados para el estudio. La fiabilidad en procrastinación académica, fue de .734 en la dimensión de “postergación de actividades” y .907 en “postergación de actividades”. Asimismo, en la variable de estrés académico la fiabilidad por

dimensiones se constituyó en los siguientes valores .862 en la dimensión estresores; .765 en la dimensión síntomas o reacciones y .854 en la dimensión estrategias de afrontamiento. Por ende, se consideró pertinente proseguir con la consecución del estudio para determinar el objetivo de la investigación.

#### **4.4. Procedimiento**

Para la realización del estudio, en primera instancia se elaboró el proyecto investigativo enmarcado en la guía que estipula la casa de estudios, posterior a ello se consignó al área del comité de ética para su respectiva evaluación y aceptación del proyecto. Seguidamente se envió formalmente (vía e-mail) una carta para solicitar autorización de los autores en la utilización de instrumentos psicológicos, a su vez, nos pusimos en contacto con la directora del instituto para presentar la solicitud y considere viable la propuesta de estudio en los jóvenes de educación superior tecnológica que está a su cargo (vía e-mail y mesa de partes presencial).

Al obtener las autorizaciones correspondientes, se realizó la administración del consentimiento informado e instrumentos psicológicos para medir las variables a estudiar en la muestra y dar contestación a la pregunta de investigación. Posteriormente, se hizo el llenado de datos del formato en físico a una base de datos digital con los ítems completados por cada participante, se aseguró el respaldo de confidencialidad para cumplir con los principios éticos.

Finalmente, se estableció una serie de seguimientos para procesar los datos, en el cual se desarrolló el respectivo análisis y representación de datos a través de las tablas de frecuencia haciendo uso de la herramienta Excel y programa estadístico SPSS V.28 para hallar niveles y datos correlacionales de las variables enmarcadas en el estudio.

#### **4.5. Procesamiento de datos**

Posterior al acopio de datos en las unidades de análisis, al tratarse de un nivel correlacional dentro del estudio, se destinaron dos tipos de análisis estadísticos, entre ellos se encontraron el análisis estadístico descriptivo que en la opinión de Flores et al. (2017) es de vital importancia que los investigadores emitan un breve resumen de cada variable de estudio considerando las escalas de medición y la consecuente distribución de resultados (p. 367). Asimismo, se utilizó el análisis estadístico inferencial que bajo la perspectiva de Flores et al. (2017) ha de usarse en estudios donde se compare la información recolectada entre dos o más muestras, y así inferir la probabilidad en conclusiones para que sea aplicable a la población donde se compuso la muestra (p. 365).

A modo de sintetizar lo expuesto en el párrafo anterior, el análisis estadístico descriptivo se desarrolló teniendo como referencia las tablas de frecuencia y porcentajes. Mientras que para la parte inferencial del análisis estadístico se siguieron criterios en delimitar la muestra consignada, en vista que las unidades de análisis son mayores a 50 se realizó la prueba de Kolmogorov-smirnov. En consecuencia, siguiendo los parámetros estadísticos al ser un estudio correlacional la prueba que se utilizó fue de Spearman.

#### **4.6. Aspectos éticos**

Ante la consecución del estudio, fue imprescindible enmarcarse dentro de los criterios éticos, que formaron base fundamental en el proceso investigativo. En principio, se referenció prioritariamente el código ético deontológico del colegio de psicólogos del Perú con el propósito de profundizar concretamente en los artículos 22, 24 y 25 del capítulo III relacionados a la investigación. El Art 22 enfatiza que el rol del profesional en psicología contempla la plena intención que, al avocarse en

el desarrollo de cualquier tipo de investigación, lo realice en base a los lineamientos éticos nacionales e internacionales por la entendible cuestión en trabajar con entes humanos.

El Art 24 tuvo un lugar trascendental en la investigación, porque consistió en la explicación y entrega del consentimiento informado para detallar a los integrantes voluntarios los objetivos y propósitos que preservó el estudio; mismo que se pudo aceptar en el juicio pleno de su voluntad, incluso para las personas que no llegaron a cumplir los criterios de inclusión necesarios en edad para otorgar el consentimiento informado por motivos de índole mayor, fue su representante legal aquel que proporcione dicho documento de autorización. El Art 25 expuso la priorización de salud e integridad de la persona por encima de los beneficios que puedan proporcionar a la ciencia y sociedad en su conjunto. Del mismo modo, se consideró el Informe Belmont y aspectos bioéticos.

Según Etices (2018) dio a conocer la priorización de los principios éticos en la investigación, estableciéndolos en mayor enfoque al cuidado y protección de los miembros que integran la muestra. Durante el proceso de estudio, se tuvo en cuenta el respeto y autonomía de los participantes de acuerdo a sus decisiones. Se empleó con anticipación, todas las indicaciones necesarias para que las personas tengan conocimiento del transcurso antes y después de lo propuesto. De acuerdo a lo establecido se aceptó sus condiciones y se protegió los datos adquiridos del proceso.

En segundo lugar, la beneficencia fue estimada en búsqueda del bienestar de las personas, donde no solo la finalidad correspondió a obtener los resultados de la investigación, sino el deber de ayudar a disminuir problemas de estudio en el educando. Para ello, al proporcionar los datos obtenidos, se benefició a la

institución para que los miembros puedan trabajar conjuntamente y guiar adecuadamente la formación profesional de cada individuo. En torno a la no maleficencia, se evitó cualquier daño que sea de forma malintencionada para los integrantes que estén dentro del estudio o terceros que podrían ser perjudicados.

El tercer principio orientado a la justicia, garantizó que todo el procedimiento se brinde equitativamente a cada estudiante, brindando los mismos beneficios y consideraciones sin restricciones.

A la vez, en referencia a la ejecución del estudio se integraron cuatro aspectos: Consentimiento informado, el cual tomó una gran importancia para iniciar la investigación. Se aclararon los objetivos correspondientes y la solicitud de participación voluntaria. Toda información y decisión se respetó manteniendo la reserva del caso. Se solicitaron los datos personales de cada estudiante y se mantuvo el cuidado de su integridad. Los datos se guardaron en un excel agregando una lista de cada autorización brindada y luego se prosiguió con la administración de ambos instrumentos.

Adicionalmente a ello, se realizó una evaluación de los riesgos y cuidados de toda la información adquirida, previniendo la divulgación y teniendo el acceso de información para solo las investigadoras del estudio. Los beneficios, fueron incluidos para toda la entidad estudiantil y para que con la ayuda de la psicóloga de la institución se puedan generar cambios e intervenciones para reducir la procrastinación y estrés. La selección de sujetos fue empleada dependiendo la aceptación y disponibilidad, considerando los estudiantes de 8 programas de estudio. Por último, se garantizó la confidencialidad de inicio a fin del estudio, estableciéndose un mutuo acuerdo con los estudiantes para la realización, administración y difusión de data privada en la indagación.

Asimismo, se prosiguió con la presentación del proyecto de investigación al Comité de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista, quienes hicieron la revisión respectiva de planteamientos de los términos conceptuales, teóricos, instrumentales, metodológicos, de autorización y cumplimiento con los lineamientos éticos preestablecidos en el método científico para obtener la aprobación. Seguidamente, se adjudicó la carta solicitud al área directiva del centro de estudios, indicando las necesidades y evaluaciones que se requerían dentro de la investigación. Se especificaron las finalidades y las aportaciones que se consideraron en referencia a los datos obtenidos.

Además, se asumió total responsabilidad y discreción en los datos de cada estudiante. Todo el proceso se estableció de forma muy cautelosa, respetando los términos y condiciones de la institución.

## 5. ANÁLISIS DE RESULTADOS

### 5.1. Resultados

**Tabla 3**

*Prueba de normalidad para las variables procrastinación académica y estrés académico con sus respectivas dimensiones en jóvenes de educación superior tecnológica, Chincha, Ica, 2023.*

	Kolgomorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	p
Procrastinación académica	.065	450	<.001
Postergación de actividades	.130	450	<.001
Autorregulación académica	.123	450	<.001
Estrés académico	.044	450	.038
Estresores	.108	450	<.001
Síntomas	.110	450	<.001
Estrategias de afrontamiento	.145	450	<.001

Nota: Gl= Grados de libertad; P= Probabilidad.

Los resultados de la prueba de normalidad, Kolgomorov - Smirnov, muestran que los datos procedentes de las variables y dimensiones tanto para procrastinación académica y estrés académico, indican que no se ajustan a la distribución normal ( $p \leq .05$ ). Esto sugiere que se emplee pruebas no paramétricas.

**Tabla 4**

*Correlación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica Chincha, Ica, 2023.*

		Estrés académico
Procrastinación académica	Rho de Spearman	.210**
	p	<.001
	T.E.	.0441
	N	450

Nota: Rho de Spearman= Coeficiente de correlación; P= Probabilidad; T.E.= Tamaño de efecto; N= Muestra; \*\*= La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

Para identificar la relación entre procrastinación académica y estrés académico, los datos se sometieron a la prueba de correlación de Spearman, determinando que sí hay correlación y es muy significativa, es directa e implica que en la medida que se incrementa la procrastinación, se incrementa también el estrés académico. Esta correlación muestra un tamaño de efecto pequeño (Cohen J. 1992).

**Tabla 5**

*Correlación entre procrastinación académica con las dimensiones de estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica Chincha, Ica, 2023.*

		Dimensiones de estrés académico		
		Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento
Procrastinación Académica	Rho	-.036	-.116*	.476**
	p	.445	.014	<.001
	T.E.	-	.014	.227
	N	450	450	450

Nota: Rho= Correlación de Spearman; P= Probabilidad; T.E.= Tamaño de efecto; N= Muestra; -= Resultado nulo; \*= La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral). \*\*= La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

De acuerdo a los datos obtenidos de la prueba de Spearman, se muestra que no hay una correlación significativa en procrastinación y la dimensión de estresores, mientras que en procrastinación y la dimensión de síntomas, existe una correlación significativa ( $\leq .05$ ) igualmente que en procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento, donde existe una correlación muy significativa ( $\leq .01$ ). Aquella correlación entre procrastinación y las dimensiones de estresores y síntomas muestran un tamaño de efecto nulo, mientras que el tamaño de efecto de procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento es pequeño.

**Tabla 6**

*Correlación entre estrés académico con las dimensiones de procrastinación académica en jóvenes de educación superior tecnológica Chincha, Ica, 2023.*

		Dimensiones de procrastinación académica	
		Postergación de actividades	Autorregulación académica
Estrés académico	Rho	.375**	.055
	p	<.001	.243
	T.E.	.141	-
	N	450	450

Nota: Rho= Correlación de Spearman; P= Probabilidad; T.E.= Tamaño de efecto; N= Muestra; -= Resultado nulo; \*= La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral). \*\*= La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

En base a los resultados de la prueba de Spearman se evidencia que, el estrés académico con la dimensión postergación de actividades, mantienen una correlación muy significativa ( $\leq .01$ ) y por el contrario con la dimensión autorregulación académica, no existe una correlación significativa. Aquella correlación entre estrés académico y la dimensión de postergación de actividades muestra un tamaño de efecto pequeño, mientras que el tamaño de efecto de estrés y la dimensión de autorregulación académica es nulo.

**Tabla 7**

*Resultados descriptivos de procrastinación académica general y sus respectivas dimensiones.*

Niveles	Dimensiones de procrastinación				General	
	Postergación de actividades		Autorregulación académica		Procrastinación	
	F	%	F	%	F	%
Bajo	3	.7	6	1.3	0	0.0
Moderado	118	26.2	305	67.8	268	59.6
Alto	329	73.1	139	30.9	182	40.4
Total	450	100.0	450	100.0	450	100.0

Nota: F= Frecuencia; %= Porcentaje.

Con respecto al resultado general de procrastinación, predomina un nivel moderado con 59.6 %, le sigue el nivel alto con un 40.4% y hay ausencia de porcentaje en el nivel bajo. El análisis por dimensiones se tiene que la tendencia no se muestra similar con la dimensión postergación de actividades, habiendo un predominio en el nivel alto con 73.1%, seguido del moderado con 26.2 % y, escaso .7 % en el nivel bajo. Por el contrario, en la dimensión autorregulación académica muestra similar puntuación con la variable general, predominando un nivel moderado con un 59.6%, seguido del nivel alto con 40.4% y ausencia porcentual en el nivel bajo.

En términos generales, todos procrastinan de alguna forma, 4 de cada 10 jóvenes lo hacen de forma rutinaria y evidente, en cambio los otros 6 muestran actitudes procrastinadoras más bien ocasional. Las actitudes de procrastinar radican fundamentalmente en postergar la actividades u compromisos académicos, de

hecho, esta práctica implica al 73.1%, y la tercera parte de estos jóvenes son conscientes que es una actitud negativa para logros y metas académica.

**Tabla 8**

*Resultados descriptivos de estrés académico general y sus respectivas dimensiones.*

Niveles	Dimensiones de estrés						General Estrés	
	Estresores		Síntomas		Estrategias de afrontamiento		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Leve	5	1.1	11	2.4	31	6.9	0	0.0
Moderado	154	34.2	156	34.7	326	72.4	266	59.1
Severo	291	64.7	283	62.9	93	20.7	184	40.9
Total	450	100.0	450	100.0	450	100.0	450	100.0

Nota: F= Frecuencia; %= Porcentaje.

En la presente, se visualiza que, en estrés académico a nivel general, prevalece el nivel moderado con 59.1 %, mientras que continúa el nivel severo con un 40.9 % y por último existe una escasez en el nivel leve. En relación al análisis de porcentajes de las dimensiones se evidencia, que en estresores hay un alto predominio en el nivel severo con un 64.7%, siguiendo de un nivel moderado con 34.2% y con un mínimo porcentaje en el nivel leve con un 1.1%. De igual manera, se encuentra un similar promedio en la dimensión de síntomas. A diferencia de las anteriores dimensiones, las estrategias de afrontamiento tienen mayor relevancia con nivel moderado de 72.4%, continuando el nivel severo con 20.7% y un bajo porcentaje de 6.9% categorizándose en el nivel leve.

En términos generales, todos los estudiantes presentan estrés, donde 6 de cada 10 jóvenes experimentan síntomas en determinadas situaciones de forma eventual, mientras los otros 4 lo presentan constantemente. En efecto, una mayor cantidad de jóvenes consideran diversas situaciones académicas como generadores de estrés y presentan síntomas como respuesta a lo que sucede en su entorno, mientras que, el 72.4% muestran menos posibilidades en buscar soluciones o mantener el control de los acontecimientos estresantes.

**Tabla 9**

*Comparación de procrastinación académica de manera general y por dimensiones según sexo y edad.*

Procrastinación general y por dimensiones	Sexo/ edad	N	Kolmogorov -Smirnov	Rango promedio	Prueba
	Hombre	247	p= <.001	211.63	U= 21644.000 p= .012
	Mujer	203	p= <.001	242.38	
Postergación de actividades	Hasta 18 años	197		203.97	x <sup>2</sup> = 11.568 g.l.= 2 p= .003
	19 – 21	159		233.99	
	22 a más	94		256.25	
	Hombre	247	p= <.001	229.30	U= 24132.000 p= .493
	Mujer	203	p= <.001	220.88	
Autorregulación Académica	Hasta 18 años	197		224.54	x <sup>2</sup> = .654 g.l.= 2 p= .437
	19 – 21	159		218.23	
	22 a más	94		239.82	
	Hombre	247	p= .002	225.61	U=25043.0 p= .984
	Mujer	203	p= .005	225.36	
Procrastinación en general	Hasta 18 años	197		217.44	x <sup>2</sup> = 4.106 g.l.= 2 p= .128
	19 – 21	159		221.36	
	22 a más	94		249.39	

Nota: P= Probabilidad; U= Prueba de comparación para dos grupos; x<sup>2</sup> = Chi cuadrado prueba de Kruskal Wallis para 3 a más grupos.

En términos generales, no hay diferencias significativas según sexo y edad en procrastinación académica, sucede lo mismo con la dimensión autorregulación académica. Sin embargo, se aprecian diferencias significativas en la dimensión postergación de actividades, a favor de las mujeres y en los jóvenes mayores de 22 años a más, cuando se les compara con grupos de 19 a 21 años y <18 años.

**TABLA 10**

*Comparación de estrés académico de manera general y por dimensiones según sexo y edad.*

Estrés general y por dimensiones	Sexo/ edad	N	Kolmogorov -Smirnov	Rango promedio	Prueba
	Hombre	247	p= <.001	204.49	U= 19882.000
	Mujer	203	p= <.001	251.06	p= <.001
Estresores	Hasta 18 años	197		200.03	x <sup>2</sup> = 13.538
	19 – 21	159		244.72	g.l.= 2
	22 a más	94		246.38	p= <.001
	Hombre	247	p= <.001	194.13	U= 17323.000
	Mujer	203	p= <.001	263.67	p= <.001
Síntomas	Hasta 18 años	197		206.71	x <sup>2</sup> = 7.673
	19 – 21	159		236.58	g.l.= 2
	22 a más	94		246.14	p= .022
	Hombre	247	p= <.001	228.93	U= 24222.500
	Mujer	203	p= <.001	221.32	p= .535
Estrategias de afrontamiento	Hasta 18 años	197		236.50	x <sup>2</sup> = 2.551
	19 – 21	159		217.99	g.l.= 2
	22 a más	94		215.14	p= .279
	Hombre	247	p= .024	202.17	U= 19307.000
	Mujer	203	p= .200	253.89	p= <.001
Estrés en general	Hasta 18 años	197		214.14	x <sup>2</sup> = 2.686
	19 – 21	159		233.82	g.l.= 2
	22 a más	94		235.24	p= .261

Nota: P= Probabilidad; U= Prueba de comparación para dos grupos; x<sup>2</sup> = Chi cuadrado prueba de Kruskal Wallis para 3 a más grupos.

En referencia a los resultados generales, se muestra que no hay diferencias significativas según edad en estrés académico, mientras que en la dimensión de estrategias de afrontamiento sucede todo lo contrario, existiendo una diferencia significativa, en lo relacionado a sexo y edad con mayor prevalencia en los hombres y en edad de 18 años. Por otro lado, sí se evidencian diferencias significativas en las dimensiones de estresores y síntomas con una inclinación hacia las mujeres de 22 años a más, cuando se les compara con los grupos de 19 a 21 años y los menores a 18 años.

## **5.2. Discusión**

La investigación realizada, ha sido de gran importancia para poder obtener mayor apertura y conocimiento de lo que enfrentan los estudiantes en la actualidad. Además, de estimar la gran demanda en el cuidado de salud mental por la constante acumulación de tareas y tensión física o emocional que se está generando. Es por ello, que la investigación brindó un aporte importante en identificar que la procrastinación académica y el estrés académico tienen una relación muy significativa; puesto que, la sobrecarga de actividades y el poco tiempo a que se le dedica, son los primeros factores que conllevan a la presencia de indicadores estresantes. Y viceversa, mientras que el estrés, al momento de producir un malestar general, repercute en la acción de relegar responsabilidades académicas generando mayores deficiencias dentro de la modalidad educativa (García y Gonzáles, 2022).

Como objetivo general, se propuso determinar la relación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023. Después de realizar la ejecución de ambos instrumentos, se consiguieron los siguientes resultados en relación a las variables,

se evidenció que hubo una correlación muy significativa y directa, con ( $\rho = ,210$ ;  $p = ,001$ ) precisando que mientras más incrementa la acción de postergar y aplazar las tareas de forma voluntaria e involuntariamente, la sintomatología y los indicadores relacionados al estrés, se irán incrementando de igual manera.

Lo expuesto es similar a lo que da a conocer Estrada et al. (2022) en su investigación a nivel nacional, quienes muestran evidencia de una correlación directa y significativa en los dos factores ( $\rho = 0,630$ ;  $p = 0,000$ ). Igualmente, Nayak, G (2019) a nivel internacional, comprueba una relación positiva y directa entre procrastinación académica y estrés académico con datos estadísticos de ( $\rho = 0,185$ ;  $p = 0,028$ ). Ello comprueba que, como se había mencionado anteriormente, la presencia de procrastinación va conllevar a la manifestación de los indicadores del estrés.

Por otro lado, Espín y Vargas (2023) dan a conocer resultados diferentes, mostrando que hay una influencia negativa entre la procrastinación académica y el estrés académico siendo ( $\rho = 0,062$ ;  $p = 0,197$ ), lo cual evidencia que conforme se va manifestando los indicadores de la procrastinación académica, menor es la presencia del estrés académico. Asimismo, los datos obtenidos del estudio confirman la hipótesis, comprobando que la procrastinación académica y estrés académico se relacionan de manera directa y significativa, en jóvenes de educación superior tecnológica Chíncha, Ica, 2023.

Siguiendo el aspecto teórico, para Dominguez (2016) la procrastinación académica repercute en gran parte a la desconsideración de la planificación de tiempo y el poco interés para desarrollar cualquier trabajo en un tiempo limitado, es aquí donde existe una escasez entre controlar las emociones y pensamientos para mantener una adecuada autorregulación académica. Mediante lo

mencionado, las características que representa la procrastinación académica, va influir mayormente con el padecimiento de estrés académico, donde la acumulación de trabajos y la poca organización presentada, va incrementar la presencia de los estímulos estresores.

De acuerdo al primer objetivo específico, fue pertinente determinar la relación entre procrastinación académica con las dimensiones de estrés académico expresados en, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, teniendo como resultado ausencia de correlación significativa ( $\rho = -.036; \leq .05$ ) entre procrastinación y la dimensión de estresores, mientras que en procrastinación y la dimensión de síntomas, existe una correlación significativa ( $\rho = -.116; \geq .05$ ) igualmente que con procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento, donde existe correlación muy significativa ( $\rho = .476; \geq .05$ ), ello indica que, los estudiantes que dejan sus tareas de lado y la sustituyen por otras que son de mayor prioridad, también son capaces de presentar síntomas relacionados al cansancio, angustia, sentimientos de depresión y agresividad, mostrando menos probabilidades para buscar soluciones o mantener el control a las situaciones que le generan estrés.

Dentro de las investigaciones, se halló el estudio a nivel nacional de Vargas & Mamani (2022), donde realizaron una evaluación entre la dimensión de postergación de actividades y las dimensiones del estrés académico, identificando que la postergación de actividades y la dimensión de estresores, tiene ( $\rho = -.011$ ) con la dimensión de síntomas ( $\rho = -.089$ ) y con la última dimensión estrategias de afrontamiento ( $\rho = -.021$ ). Aquellos resultados, precisan que no existe una correlación significativa entre la dimensión de postergación de actividades con las dimensiones de estrés académico. Esto quiere decir que, mientras más posponen

los estudiantes sus trabajos académicos, menos sintomatología de estrés manifestarán dentro del aula.

En el párrafo anterior se precisa que, en comparación con los datos adquiridos de la presente investigación, hay un similar resultado solo con la primera dimensión de estresores, donde no se evidenció una relación significativa, mientras que con las otras dos dimensiones de síntomas y estrategias de afrontamiento hay diferencia puesto que, si se determinó una influencia significativa.

Lo antes descrito se contrasta con la teoría de Barraza (2010), especificando su modelo Sistémico Cognoscitivista en 3 momentos, basados en el vínculo que las personas tienen con el ambiente que los rodea (input – output). El primer momento, comienza cuando se manifiesta un acontecimiento estresante (entrada), continuando con el segundo punto desde una percepción cognitiva, donde se genera una activación en el organismo en respuesta a una amenaza y el último son aquellas estrategias para afrontar las dificultades presentadas como evitación de un desequilibrio en el sistema.

Es así como, los resultados adquiridos en relación a la teoría comprueban que los estudiantes tienden a prologar reacciones físicas y psicológicas frente a una situación amenazante, precisamente cuando se dejan pasar las oportunidades de llevar a cabo las actividades encomendadas, pero a raíz de lo enfrentado también son capaces de considerar diferentes métodos que los ayude a afrontar cada adversidad ocurrida en su casa de estudios.

Por otra parte, el segundo objetivo específico buscó determinar la relación entre estrés académico con las dimensiones de procrastinación académica expresados en, postergación de actividades y autorregulación académica,

obteniéndose como resultados que el estrés académico con la dimensión postergación de actividades, mantienen una correlación muy significativa ( $\rho = ,375^{**}$ ;  $\geq .05$ ) y por el contrario con la dimensión autorregulación académica, no existe una correlación significativa ( $\rho = ,055$ ;  $\leq .05$ ).

En los antecedentes, se encontró un aporte similar a nivel internacional ejecutado por Barraza y Barraza (2018), hallándose que el estrés académico si tiene relación positiva con la dimensión postergación de actividades ( $p < .01$ ) y negativa con la autorregulación académica ( $p < .01$ ). Ello muestra que, las altas demandas en el entorno estudiantil, debido a sobrecargas de trabajos, evaluación y exigencia de los docentes, desencadena también diversas manifestaciones procrastinadoras, direccionadas a reducir el interés para ejecutar las actividades asignadas, presentar una baja motivación y una escasa preparación para los exámenes y exposiciones encomendadas.

En base al sustento teórico, Dominguez (2016) menciona que el ser humano va mostrando mayor incidencia de dificultades académicas, en relación a un bajo rendimiento, desgano y problemas emocionales; cuando presente una alta procrastinación y una baja autorregulación académica al mismo tiempo. Por esta razón, los estudiantes evaluados comprueban que en su proceso de aprendizaje están manifestando diferentes características procrastinadoras, sobre todo por no saber cómo mantener una adecuada organización y control de sus tiempos.

Referente al tercer objetivo específico, se precisó representar descriptivamente la procrastinación académica general y por dimensiones expresados en postergación de actividades y autorregulación académica, obteniendo que la procrastinación en general, predomina el nivel moderado con un 59,6 %, siguiendo el nivel alto con un 40,4% y hay ausencia de porcentaje en

el nivel bajo. En las dimensiones, no hay un resultado similar con la dimensión postergación de actividades, mostrándose un predominio en el nivel alto con un 73,1%, seguido del moderado con un 26,2 % y, un escaso ,7 % en el nivel bajo. Por el contrario, en la dimensión autorregulación académica se evidencia una similar puntuación con la variable general, predominando un nivel moderado con un 59,6%, seguido del nivel alto con un 40,4% y ausencia de porcentaje en el nivel bajo. Es así como, los 450 estudiantes llegan a procrastinar de alguna forma, siendo 4 de cada 10 jóvenes que lo hacen de forma constante y 6 tienen actitudes procrastinadoras ocasionalmente.

De acuerdo a las investigaciones consideradas, no se encontraron hallazgos similares en base a la procrastinación académica de manera general y por dimensiones expresados en postergación de actividades y autorregulación académica; sin embargo, los datos obtenidos se pueden contrastar internacionalmente con lo indagado por Méndez (2021) describiendo que más de la mitad de los evaluados con 51,1% tienen referencias de procrastinar y un 48,9% que no consideran manifestarlo. Además, el 65,0% muestra índices de haber dejado sus tareas debido a la pandemia presentada por el COVID-19.

Por otro lado, en referencia a las dimensiones de postergación de actividades y autorregulación académica, los datos de la encuesta evidencian que el 77,4% ha confirmado que las clases en la modalidad virtual ha causado que se retrasen tareas muy importantes por presentar diariamente y el 56,8% planificaban su tiempo, elaboran sus actividades educativas y personales, mientras que el 43,2% de la muestra mencionan que no lo realizan. Esto quiere decir que, más de la mitad de estudiantes procrastinan, mostrando la presencia de ambas dimensiones, revelando un porcentaje donde 6 de cada 10 estudiantes suelen

postergar sus actividades y 4 de cada 10 autorregula sus horarios adecuadamente.

En el cuarto objetivo, fue apropiado describir el estrés académico de manera general y por dimensiones expresados en estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, adquiriendo en los resultados que el estrés académico a nivel general, prevalece en el nivel moderado con un 59,1 %, continuando el nivel severo con un 40,9 % y por último existe una escasez en el nivel leve. En relación al análisis de porcentajes de las dimensiones se evidencia que, en estresores hay alto predominio de nivel severo con 64,7%, siguiendo de un nivel moderado con 34,2% y un mínimo porcentaje en el nivel leve con un 1,1%.

De igual manera, se encuentra un similar promedio en la dimensión de síntomas. A diferencia de anteriores resultados, la dimensión de estrategias de afrontamiento tiene mayor relevancia en el nivel moderado con 72,4%, continuando el nivel severo con un 20,7% y con un bajo porcentaje de 6,9% categorizándose en el nivel leve. Generalmente, todos los estudiantes presentan estrés académico, siendo 6 de cada 10 jóvenes los que experimentan síntomas en determinadas situaciones de forma eventual, mientras los otros 4 lo presentan constantemente.

En búsqueda de antecedentes relacionados a la data adquirida, se estimó que las investigaciones en su mayoría no tuvieron resultados específicos de acuerdo al objetivo considerado; sin embargo, Estrada (2022) determinó los niveles generales de estrés académico, describiendo que el 53,5 % presentó nivel alto, mientras que el 22,2% nivel moderado, por último, el 3,7 % tuvieron bajo nivel.

Para ello, Barraza (2010) da a conocer la teoría transaccional del estrés

integrándolo de 3 formas, primero es el “neutro” donde el ser humano no actúa, porque el mecanismo estresor no le genera malestar. El segundo, es “positivo” donde los mecanismos son favorables y por ello se consideran estrategias para mantener un equilibrio ante el estrés. Por último, “negativo” donde los elementos estresores si provocan una mayor demanda, generando un desequilibrio en el sistema. Aquella teoría indica que, en base a los resultados adquiridos, los estudiantes están presentando el tercer elemento “negativo”, mostrando malestares físicos y emocionales entre ellos: insomnio, dolor de cabeza, irritabilidad y ansiedad, los cuales generan un desequilibrio personal.

En base al quinto objetivo específico, se buscó comparar la procrastinación académica de manera general y por dimensiones tales como postergación de actividades y autorregulación académica, según sexo y edad, evidenciando que no hay diferencias significativas según estas variables sociodemográficas en lo relacionado con la procrastinación académica, sucediendo lo mismo con la dimensión autorregulación académica. Sin embargo, si se aprecian diferencias significativas en la dimensión postergación de actividades, a favor de las mujeres y en los jóvenes mayores de 22 años a más, cuando se les compara con los grupos de 19 a 21 años y los menores a 18 años.

Referente a los estudios realizados, no se encontró una investigación con hallazgos semejantes, pero fue necesario considerar la evaluación a nivel internacional de Ramírez et al. (2022), donde realizó un análisis entre las dimensiones de procrastinación en hombres y mujeres. Se identificó que las mujeres tuvieron una relación muy significativa entre la baja autorregulación y postergación de actividades con ( $\rho = 0.408^{**}$ ;  $p \leq 0.01$ ) y se observó una

magnitud de asociación diferente, con los hombres teniendo ( $\rho = 0.420^{**}$ ;  $p \leq 0.01$ ).

Por otro lado, en la investigación de Orco et al. (2022) se comprueba que hay una relación entre estrés académico con el género masculino ( $p = 0,001$ ) lo cual indica que, a comparación de las mujeres; son los hombres los que tienen más tendencia a procrastinar, debido al poco interés y bajo control que manifiestan.

Aquella relación, comprueba que tanto hombres como mujeres suelen postergar sus actividades, teniendo poca autorregulación de ello; aunque son los hombres los que suelen aplazar y posponer más sus tareas cotidianas. En comparación con la presente investigación, se evidencia una diferencia entre los sexos ya que se muestra que son las mujeres que más postergan sus tareas; mientras que en los estudios considerados hay un índice significativo en los hombres.

En la teoría de Busko (1988), se identifica la procrastinación académica con una relación muy predominante con la perfección, puesto que cada vez que se requiere desarrollar alguna tarea, hay mayor imposibilidad de hacerlo debido a los altos estándares del ser humano para realizar estrictamente una actividad de forma organizada y detallada. La autora menciona que una de las causas de la procrastinación es la variable individual del sexo, donde dependiendo el estado económico, residencia, el entorno social y el estilo de crianza; suele variar aquel padecimiento entre hombres y mujeres.

Asimismo, Dominguez (2017) determina que la procrastinación difiere dependiendo el sexo, debido a que son las mujeres las que en mayor medida suelen procrastinar, por miedo a equivocarse y por pereza, en cambio los hombres

lo realizan por no asumir altos riesgos y por rebelarse al autocontrol. Además, los componentes de la personalidad de las mujeres influyen significativamente a presentar mayor autorregulación; sin embargo, es indispensable acotar que los análisis indican que el sexo no es una cuestión que determina el comportamiento.

En el último objetivo específico, fue oportuno comparar el estrés académico a modo general y por dimensiones expresados en estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, según sexo y edad, encontrando en los hallazgos que no existe diferencias significativas por edad en estrés académico, mientras que en la dimensión de estrategias de afrontamiento sucede todo lo contrario, existiendo una diferencia significativa, con mayor prevalencia en los hombres y en edad de 18 años. Por otro lado, sí se presentan diferencias significativas en las dimensiones de estresores y síntomas con una inclinación hacia las mujeres de 22 años a más, cuando se les compara con los grupos de 19 a 21 años y los menores a 18 años. Igualmente, como se describió en el objetivo anterior, solo se encontró una investigación a nivel internacional entre el estrés académico y el sexo de los estudiantes.

Espín y Vargas (2023), refieren en sus resultados que hay una asociación entre la variable de estrés académico con el sexo ( $p=0.007<0.05$ ) precisando que el sexo sí repercute en los niveles de estrés académico y que las mujeres son las que más lo presentan.

Es importante mencionar teóricamente lo indicado por Barraza (2010), dando a conocer que el estrés se presenta ante aquellas variantes que demanda el contexto situacional, siendo en muchos casos las mujeres quienes toman mayor atención en este fenómeno y suelen ser conscientes de cómo se presentan a diferencia que los hombres. Aunque, asumir roles cotidianos como del ser madre,

esposa y estudiante podría generar más tensión y aumentar el estrés que manifiestan. Lo detallado, permite indicar que tanto hombres como mujeres suelen presentar estrés académico; mientras que las mujeres suelen tener mayor incidencia a padecerlo por su estilo de vida, aunque pueden ser más responsables para afrontarlo a comparación de los hombres.

## 6. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Se evidenció que existe una correlación directa y significativa ( $\leq .01$ ) entre procrastinación académica y estrés académico. Ambas variables hacen alusión a una problemática existente, sobre todo cuando surgen situaciones demandantes expresadas en otras responsabilidades que son priorizadas antes que las académicas, fluctuando así entre una postergación de actividades y por consiguiente experimentación de indicadores estresantes.

**SEGUNDA:** Se concluyó que no hay una correlación significativa en procrastinación y la dimensión de estresores, mientras que en procrastinación y la dimensión de síntomas, existe una correlación significativa ( $\leq .05$ ) igualmente que en procrastinación y la dimensión de estrategias de afrontamiento, donde existe una correlación muy significativa ( $\leq .01$ ). La procrastinación académica no surge ante situaciones generadoras de estrés como la sobrecarga, exigencias o poca claridad de los docentes, sino que influyen otros aspectos vinculados a otras áreas de la vida del discente como el cansancio permanente, problemas de concentración, aumento de irritabilidad, desgano para iniciar los deberes y la poca o nula claridad para elaborar un plan estratégico de afrontamiento.

**TERCERA:** El estrés académico con la dimensión postergación de actividades, mantienen una correlación muy significativa ( $\leq .01$ ) y por el contrario con la dimensión autorregulación académica, (.243) no existe una correlación significativa. El estrés académico aumenta su probabilidad ante la presencia de la conducta procrastinadora del educando, al aplazar intencionalmente a último momento las responsabilidades que no son de su interés y no lo motivan en iniciar o culminar satisfactoriamente, por ende, no intentará buscar asesoría pedagógica

o mejorar sus hábitos y técnicas de estudio para mantener un desarrollo óptimo dentro del plazo establecido.

**CUARTA:** En términos generales, todos procrastinan de alguna forma, 4 de cada 10 jóvenes lo hacen de forma habitual y los otros 6 de manera esporádica. Presentando mayor nivel en la dimensión postergación de actividades con un 73.1%, esto hace alusión a dejar para último momento las responsabilidades académicas y más aun las que no son del agrado propio del estudiante.

**QUINTA:** En términos generales, 6 de cada 10 jóvenes se ubican en un nivel severo de estrés académico, donde una mayor cantidad consideran diversas situaciones académicas como generadores de estrés, mientras que, el 72.4% muestran menos posibilidades en buscar soluciones en los acontecimientos estresantes. Estos resultados evidencian la presencia de fatiga crónica, sentimientos de angustia, desesperación y ansiedad que desembocan dificultades para concentrarse en actividades que exige el nivel superior. Por ende, se produce una desadaptación en el ámbito académico obstaculizando una autorregulación emocional y la planificación estratégica de soluciones óptimas.

**SEXTA:** Son las mujeres más que los hombres; los mayores a 22 años comparado con los de menor edad, los que tienden a postergar y/o dejar la tarea para hacerla a última hora. Esto hace alusión que, respecto al sexo, las mujeres tienen mayores responsabilidades en otras áreas de su vida que no son exclusivamente académicas. Surge algo similar con la edad, y es que se estima que, a mayor edad, mayores son los compromisos que se deben asumir, a diferencia de los recién ingresantes al programa de estudio.

**SÉPTIMA:** Se obtienen resultados de un mejor afrontamiento del estrés en los varones de menor edad porque cuentan con mayores recursos estratégicos para

enfrentar las demandas del ámbito académico. Por otro lado, sucede lo inverso en las mujeres de 22 años a más debido a las responsabilidades extras desencadenando indicadores de estímulos estresores producto de la sobrecarga diaria en actividades que son demandantes de tiempo, motivación y concentración, lo que se relaciona con un alto nivel en las reacciones somáticas producto de la intensidad de los síntomas.

## 7. RECOMENDACIONES

**PRIMERA:** Teniendo en consideración la correlación directa y significativa de las variables de estudio, se sugiere a la comunidad científica realizar investigaciones a mayor escala en el nivel superior, debido a la preocupante prevalencia estadística de procrastinación y estrés contextualizados académicamente, los hallazgos reflejan la necesidad manifestada en las escasas investigaciones en este grupo de jóvenes estudiantes. Adicional a ello, es de vital importancia considerar otras variables relacionadas como la motivación, engagement académico y bienestar psicológico para tener un mejor alcance investigativo de la prevalencia actual y futura de la problemática.

**SEGUNDA:** Siguiendo el apartado anterior, conviene subrayar, que se aborden investigaciones de diseño cuasi experimentales sobre la procrastinación y estrés en el ámbito académico debido a las nuevas exigencias que se van incorporando con tendencias actuales y se requiere la manipulación de al menos una variable para una mayor trascendencia del estudio planteado y/o afines. Esta iniciativa permitirá dar mayores respuestas a las altas demandas en esta línea de investigación.

**TERCERA:** Por otra parte, se recomienda a los docentes y directivos, el trabajo y compromiso mancomunado de las entidades correspondientes en la comunidad educativa, sobre todo del departamento psicológico para implementar triajes, talleres, programas y grupos de apoyo en estrategias de planificación, regulación emocional, motivación intrínseca, liberación tensional, técnicas de estudio, entre otros a aquellos jóvenes que tengan un nivel por encima del promedio para asistir óptimamente bajo un enfoque preventivo en su salud mental.

**CUARTA:** Del mismo modo, a los jóvenes estudiantes se sugiere asistir regularmente al departamento de psicología, de modo que el personal asistencial pueda abordar satisfactoriamente la demanda estudiantil del instituto y se pueda realizar una adecuada detección, intervención y seguimiento correspondiente a cada programa de estudio, priorizando el soporte emocional para reducir la prevalencia elevada en procrastinación y estrés.

**QUINTA:** Asimismo, se sugiere a los futuros investigadores que tengan en consideración otras variables sociodemográficas como el programa de estudio, ciclo y ocupación para explorar mayores causas y brindar respuestas más específicas en la presencia de ambas variables. Adicional a ello, se debe considerar grupos muestrales más grandes que el utilizado en este estudio para que los resultados sean más representativos de la población. Por último, se sugiere considerar otros instrumentos para contrastar resultados de otras dimensiones y/o factores de procrastinación y estrés en el contexto educativo.

## 8. REFERENCIAS

- Álvarez-Blas, Óscar R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13(013), 159-177. <https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>
- Álvarez-Silva, L. A., Gallegos-Luna, R. M. y Herrera López, P. S. (2018). Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. *Universitas*, 28, 193-209.
- American Psychological Association. (2010). *El estrés es un problema de salud serio en los Estados Unidos*. Recuperado a partir de <https://www.apa.org/topics/stress/estres-problema>
- Arias. G, J. L. y Covinos. G, M. (2021). *DISEÑO Y METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*. Recuperado a partir de [https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias\\_S2.pdf](https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf)
- Arias Gómez, J., Villasís Keever, M. Á., & amp; Novales, M. G. M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. Obtenido en: <https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Arnold Cathalifaud, M., & Osorio, F. (1998). Introducción a los Conceptos Básicos de la Teoría General de Sistemas. *Cinta de Moebio*, (3).
- Asociación Americana de Psicología. (2010, 5 de abril). *Psicología de la procrastinación: por qué las personas posponen tareas importantes hasta el último minuto* [Comunicado de prensa]. <https://www.apa.org/news/press/releases/2010/04/procrastination>

- Aspur, J. y Falconí, S. (2021). *Procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad de Ica, 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional – Universidad Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/803?mode=full>
- Atalaya, C. y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378.
- Barraza Macías, A. (2010). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 9(3). Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/19028>
- Barraza, A. & Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e*, 28, 132-151. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Barraza-Macías, A. (2018). *INVENTARIO SISCO SV-21 Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico*. Segunda versión de 21 ítems. Sello editorial Ecorfan. [https://www.ecorfan.org/libros/Inventario\\_SISCO\\_SV-21/Inventario\\_sist%C3%A9mico\\_cognoscitivista\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estr%C3%A9s.pdf](https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf)
- Busko, D. A. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. The University of Guelph, Canada. <https://hdl.handle.net/10214/20169>
- Caico, I., Chacaltana, K., Gonzales C. y Valera, S. (2020). Estrés ante enfermedades transmisibles en estudiantes de psicología de una

- Universidad Pública de Ica. *Acta Psicológica Peruana*, 5(1), 110-123.  
Recuperado a partir de <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/264/236>
- Casas et al. (2003) La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I) *Aten Primaria* 31(8), 527-38 <https://core.ac.uk/download/pdf/82245762.pdf>
- Cohen, J. (1992). Análisis de poder estadístico. *Direcciones actuales en la ciencia psicológica*, 1 (3), 98-101. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10768783>
- Delgado-Tenorio, Ariana L., Oyanguren-Casas, Nayara A., Reyes-González, Ariana A.I., Zegarra, Ángel Ch., & Cueva, Manuel E. (2021). El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propósitos y Representaciones*, 9(3), e1372. Epub 31 de diciembre de 2021. <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/1372/0>
- Dominguez-Lara, S. A. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, 16(2016), 20-30.
- Dominguez-Lara, S. A. y Campos-Uscangab, Y. (2017). Influencia de la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes de psicología: un estudio preliminar. *Liberabit*, 23(1), 123-135.
- Dominguez Lara, S. A., Villegas García, G., & Centeno Leyva, S. B. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304.
- Espinoza García, D. A., & Ñaupay Garcia, L. J. (2022). *Propiedades psicométricas del inventario de estrés académico SISCO en universitarios de San Juan*

de Lurigancho, 2022 [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]  
Repositorio Institucional – Universidad Cesar Vallejo  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/103691>

Espín Rosales, J. T., & Vargas Espín, A. D. P. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios: Procrastination and Academic Stress in College Students. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 551–563.  
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.272>

Estrada Araoz, Edwin G., Mamani Vásquez, Delia, Manrique Jaramillo, Yesenia V., Gallegos Ramos, Néstor A., Paredes Valverde, Yolanda, & Quispe Herrera, Rosel. (2022). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de educación superior pedagógica. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 41(4), 271–278.  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6945082>

Estremadoiro, B. & Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, (30), 51-66. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2306-86712021000100004&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2306-86712021000100004&script=sci_abstract)

Etices (2018). *Boletín Cuatrimestral de Bioética*. Editorial CES, 10(1). 1-19.  
<https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/5224/No.%201.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Flores-Ruiz E, Miranda-Novales M. G, y Villasís-Keever M. Á. (2017). El protocolo de investigación VI: cómo elegir la prueba estadística adecuada. *Estadística inferencial. Rev Alerg Mex*, 64(3), 364-370.

- García, C. (2009). Comprendiendo la Procrastinación con el Modelo ABC de Albert Ellis. *Gaceta de La Escuela de Medicina Justo Sierra*, 2(1), 2–5.
- García, J. y González, E. (2022). El estrés académico causante de la procrastinación en la educación virtual. Una revisión sistemática. *Scielo*, 13(25).  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-74672022000200004](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672022000200004)
- García, T. y De Rojas, N. (2003). Concepciones epistemológicas y enfoques educativos subyacentes en las opiniones de un grupo de docentes de la upel acerca de la enseñanza, el aprendizaje y la evaluación. *Investigación y Postgrado*, 18(1), 11-21.
- Harriott, J. y Ferrari, J. (1996). Prevalencia de la procrastinación entre muestras de adultos. *Informes psicológicos*, 78 (2), 611-616.
- Hernandez Cardenas, N. M. (2020). *Procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Chincha, 2020* [Tesis de Maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio Institucional - Universidad San Martín de Porres.  
<https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/7822>
- Hernández Gonzáles, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). 1-3.
- I.E.S.T.P. Chincha (2014 – 2018). *Programa Educativo Institucional dentro del periodo 2014 al 2018*. Dirección Regional de educación -Ica Obtenido en:  
<https://fliphtml5.com/mezf/tnum/basic>

- Jaramillo, L. G. (2003). ¿Qué es epistemología? Cinta de Moebio. *Revista de Epistemología de Ciencias Sociales*, (18).
- Lagos Berríos, R. (2022). Stress as an Original Possibility of Existence. An Interpretation of Stress from Heidegger's Perspective. *Tópicos (México)*, (64), 279-306.
- López-Frías, M.-F., González-Angulo, P., López-Cocotle, J. J., Camacho-Martínez, J. U., & Ramón-Ramos, A. (2021). Procrastinación académica en estudiantes de enfermería de una Universidad de México. *Revista Electrónica En Educación Y Pedagogía*, 5(9), 57-67.  
<https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog21.11050905>
- López-Roldán, P.; Fachelli, S. (2017). El diseño de la muestra. En P. López-Roldán y S. Fachelli, *Metodología de la Investigación Social Cuantitativa*. Bellaterra. (Cerdanyola del Vallès): Dipòsit Digital de Documents, Universitat Autònoma de Barcelona. Capítulo II.4.  
<https://ddd.uab.cat/record/185163>
- Méndez, C. (2021). Procrastinación e incremento del estrés en docentes y estudiantes universitarios frente a la educación online. *Revista científica*, 6(20), 62–78.
- Milgram, A. (1992). EL RETRASO: UNA ENFERMEDAD DE LOS TIEMPOS MODERNOS. *Boletín de Psicología*, (35), 83-102.
- Nayak, Shalini, G. (2019). Impacto de la procrastinación y la gestión del tiempo en el estrés académico entre estudiantes de pregrado en enfermería: Un estudio transversal. *Revista Internacional de Ciencias del Cuidado*, 12(3), 1480–1486. Recuperado a partir de <https://www.proquest.com/docview/2363845170>

- Organización de las Naciones Unidas. (2019). Objetivos del desarrollo sostenible (ODS). Recuperado de <https://www.cepal.org/es/temas/agenda-2030-desarrollo-sostenible/objetivos-desarrollo-sostenible-ods>
- Orco-León, E., Huamán-Saldívar, D., Ramírez-Rodríguez, S., Torres-Torreblanca, J., Villacorta-Ampuero, A., Figueroa-Salvador, L., Mejía, C., & Corrales-Reyes, I. (2022). Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 41. Recuperado de <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/704>
- Otero, A. (2018). Enfoques de investigación. Extraído de [https://www.researchgate.net/publication/326905435 ENFOQUES DE INVESTIGACION](https://www.researchgate.net/publication/326905435_ENFOQUES_DE_INVESTIGACION)
- Otzen, T. y Mantareola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Scielo*, 35(1), 227-232.
- Palacios, J., Belito, F., Bernaola, P. y Capcha, T. (2020). Procrastinación y estrés en el engagement académico en universitarios. *Revista multi-ensayos*, 46-54. <https://doi.org/10.5377/multiensayos.v0i0.9336>
- Pontificia Universidad Católica de Chile (2018). Escuela de Psicología: Línea de Investigación en Psicología Educacional y Diferencias Individuales. <https://www.psicologia.uc.cl/postgrado/doctorados/psicologia/lineas-deinvestigacion/>
- Proyecto Educativo Institucional I.E.S.T.P (2014 – 2018). FlipHTML5. Recuperado de <https://fliphtml5.com/es/mezf/tnum/basic/51-69>
- Ramírez-Gil, E., Reyes-Castillo, G., Rojas-Solís, J. L., & Fragoso-Luzuriaga, R. (2022). Estrés académico, procrastinación y usos del Internet en

universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias de la Salud*, 20(3).

<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.11664>

Román, C. A., & Hernández, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 14(2), 1.

Sayago, S. (2014). El análisis del discurso como técnica de investigación cualitativa y cuantitativa en las Ciencias Sociales. *Cinta de Moebio*, 1(49), 1-10. <https://www.moebio.uchile.cl/49/sayago.html>

Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J. y Meza-Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 28(79), 75-83.

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.

Stell, P. (s.f.). *Procrastinación*. Editorial penguins. <https://www.penguinlibros.com/uy/espiritualidad/25116-ebook-procrastinacion-9788466345118/fragmento>

Valencia, C. y Tataje, C. (2020). *Estrés y rendimiento académico ante la pandemia en estudiantes de la universidad Autónoma de Ica, Chincha-2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional Alicia Concytec.

[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/AUIC\\_cdf5f7523f4fbb37c8f449339dca4b1/Details](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/AUIC_cdf5f7523f4fbb37c8f449339dca4b1/Details)

Vargas Mazuelos, S. del C., & Mamani Ayca, C. (2022). Estrés académico y procrastinación en estudiantes de 1 y 2 ciclo de la Carrera Profesional de Derecho de la Universidad Privada de Tacna. *DERECHO*, 11(11), 134 - 150. Recuperado a partir de <https://revistas.upt.edu.pe/ojs/index.php/derecho/article/view/699>

Yáñez, A. (2022). *Procrastinación académica en estudiantes de psicología durante la educación remota de emergencia en una universidad de Ica – 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional – Universidad Continental. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11089>

Zappino, J. (2020). *Manual de estadística básica para no estadísticos*. Cuadernos del INAP No 13 año 1. Argentina. Instituto Nacional de Administración Pública.

## ANEXO N.º 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

**ALUMNO:** NUREÑA GARCIA, DARLENE BESSIE  
SIFUENTES TASAYCO, SASHA

**ASESOR:** DR. CANDELA AYLLÓN, VICTOR EDUARDO.

**TEMA:** PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN JÓVENES DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA DE CHINCHA, ICA, 2023.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES
<p>¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023?</p>	<p><b>General:</b> OG: Determinar la relación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p> <p><b>Específicos:</b> OE1. Determinar la relación entre procrastinación académica con las dimensiones de estrés académico expresados en, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p> <p>OE2. Determinar la relación entre estrés académico con las dimensiones de procrastinación académica expresados en, postergación de</p>	<p><b>General:</b> Existe relación directa y significativa entre la procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p> <p><b>Específicas</b> H1.- Existe relación directa y significativa entre procrastinación académica y las dimensiones de estrés académico expresados en, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p> <p>H2.- Existe</p>	<p><b>Variable 1:</b> Procrastinación académica.</p> <p><b>Dimensiones:</b> - Postergación de actividades. - Autorregulación académica.</p> <p><b>Variable 2:</b> Estrés académico.</p> <p><b>Dimensiones:</b> - Estresores. - Síntomas. - Estrategias de afrontamiento.</p>

	<p>actividades y autorregulación académica en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p> <p>OE3. Describir la procrastinación académica de manera general y por dimensiones expresados en postergación de actividades y autorregulación académica en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p> <p>OE4. Describir el estrés académico de manera general y por dimensiones expresados en estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p> <p>OE5. Comparar la procrastinación académica de manera general y por dimensiones tales como postergación de actividades y autorregulación académica, según sexo y edad en</p>	<p>relación directa y significativa entre estrés académico y las dimensiones de procrastinación académica expresados en, postergación de actividades y autorregulación académica en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p>	
--	--	--	--

	<p>jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p> <p>OE6. Comparar el estrés académico de manera general y por dimensiones tales como estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, según sexo y edad en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023.</p>		
--	--	--	--

DISEÑO METODOLÓGICO	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p><b>Nivel:</b> Correlacional.</p> <p><b>Tipo de Investigación:</b> Básica.</p>	<p><b>Población:</b> Jóvenes de educación superior tecnológica.</p> <p><b>N = 900</b> jóvenes.</p> <p><b>Tamaño de muestra:</b> 450 jóvenes.</p> <p><b>Muestreo:</b> No probabilístico, por conveniencia.</p> <p><b>Criterios de inclusión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudiantes matriculados en el periodo 2023.</li> <li>- Pertener a uno de los 8 programas de estudio.</li> <li>- Varones y mujeres, sin distinción alguna.</li> <li>- Que tengan entre 18 a 25 años de edad.</li> <li>- Predisposición a colaborar voluntariamente en la investigación.</li> </ul> <p><b>Criterios de exclusión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Que no estén matriculados en el presente semestre académico.</li> <li>- Aquellos pertenecientes a otra institución de educación superior.</li> <li>- Que sobrepasen la edad límite establecida.</li> <li>- Que no tengan acceso a internet o predisposición de tiempo para completar el instrumento.</li> <li>- Aquellos que salgan con margen de error en la aplicación del instrumento.</li> </ul>	<p><b>Técnica:</b> Encuesta sociodemográfica.</p> <p><b>Instrumentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Escala de procrastinación académica EPA (Dominguez, 2016).</li> <li>- Inventario sistémico cognoscitivista SISCO SV 21 (Barraza, 2018; Espinoza y Ñaupay 2022).</li> </ul>

## ANEXO N.º 2: OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

**ALUMNO:** NUREÑA GARCIA, DARLENE BESSIE  
SIFUENTES TASAYCO, SASHA.

**ASESOR:** DR. CANDELA AYLLÓN, VÍCTOR EDUARDO.

**TEMA:** PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN JÓVENES DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA DE CHINCHA, ICA, 2023.

VARIABLE 1			
DIMENSIONES	ÍTEMS	NIVEL DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
Postergación de actividades	1, 6, 7	<b>Escala:</b> Ordinal	Escala de procrastinación académica (EPA).
Autorregulación académica	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12	<b>Niveles:</b> Hasta 20 puntos bajo, 21 a 40 puntos moderado y 41 a más puntos alto.	

VARIABLE 2			
DIMENSIONES	ÍTEMS	NIVEL DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
Estresores	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.	<b>Escala:</b> Intervalo  <b>Niveles:</b> 0 a 33% leve, 34% a 66% moderado y 67% a 100% severo.	Inventario sistémico cognoscitivista (SISCO SV -21)
Síntomas	8, 9, 10, 11, 12, 13, 14.		
Estrategias de afrontamiento	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21.		

### ANEXO N.º 3: AUTORIZACIÓN DE USO DE LOS INSTRUMENTOS

Autorización de la adaptación peruana de la escala de procrastinación académica (EPA)

Re: CARTA DE SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN PARA APLICACIÓN DE INSTRUMENTO

Sergio Dominguez <sdominguezmpcs@gmail.com>

Lun 20/03/2023 11:59

Para: SASHA SIFUENTES TASAYCO <SASHA.SIFUENTES@UPSJB.EDU.PE>

📎 12 archivos adjuntos (4 MB)

Dominguez-Lara, Campos-Uscanga (2017). Satisf Est Procrast.pdf; Dominguez-Lara (2018). cursos especificos.pdf; Dominguez-Lara, Prada, & Moreta (2019) personalidad procrastinacion.pdf; Dominguez-Lara (2017). procrastinacion ansiedadprexamen.pdf; Dominguez-Lara (2017). prevalencia PA.pdf; Procrastinacion Académica rev050914-CLAVE- - copia.docx; Procrastinacion Académica rev050914-CLAVE-.docx; Dominguez-Lara, Sánchez-Villena & Fernández-Arata (2020). UWES procrastinación.pdf; Procrastinacion Académica rev160617.docx; 2b. Dominguez-Lara (2016). EPA Baremos.pdf; 2014 Propiedades Psicométricas Procrastinación.pdf; Barroca et al. (2021). EPA Brasil.pdf;

Estimada Sasha, muchas gracias por el interés. Te envío la escala trabajada en Perú, clave, y artículos donde fue usada.

Además, es bueno agregar que los test como este no tienen manual o algo así ya que son pruebas de difusión académica, no son tests comerciales (como los que vende TEA o MANUAL MODERNO). Podrían elaborarse, sí; pero no fue el objetivo de las investigaciones. En tal sentido, tendrías que enfocarte más en aspectos teóricos y estudios psicométricos para sustentar su uso, y "construir" la ficha técnica (si te la solicitan) en base a los datos que figuran en los artículos de validación.

Preferiríamos que el cuestionario no se coloque como anexo en la tesis.

Saludos cordiales.

-----

Dr. SERGIO ALEXIS DOMINGUEZ LARA

Perfil CONCYTEC: [https://dina.concytec.gob.pe/appDirectorioCTI/VerDatosInvestigador.do?id\\_investigador=16766](https://dina.concytec.gob.pe/appDirectorioCTI/VerDatosInvestigador.do?id_investigador=16766)

Researchgate: [https://www.researchgate.net/profile/Sergio\\_Dominguez\\_Lara/](https://www.researchgate.net/profile/Sergio_Dominguez_Lara/)

ORCID: <http://www.orcid.org/0000-0002-2083-4278>

SCOPUS-ID: 56287930500 (<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57195581666>)

Scholar Google: <https://scholar.google.com.pe/citations?user=IdSLecAAAAJ&hl=es>

Autorización de la versión original del inventario sistémico cognoscitivista (SISCO SV-21)

**Asunto:** Autorización

Victoria de Durango, a 26 de abril de 2023

Darlene Bessie Nureña Garcia  
Sasha Sifuentes Tasayco  
Bachilleres de la Escuela Profesional de Psicología  
De la Facultad de Ciencias de la Salud  
En la Universidad Privada San Juan Bautista  
Presentes.

Por medio de la presente me permito autorizarles el uso del Inventario SISCO SV-21. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el libro "Inventario SISCO SV-21. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems"; disponible en <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Estres.pdf>

Para mayor información al respecto puede consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=NsPEqQs3htg&t=312s> o el video intitulado "Codificación e interpretación del Inventario SISCO" disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=tVRxCpyOOFo>

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándoles las seguridades de mi atenta consideración.



Dr. Arturo Barraza Macías

c.c.p. archivo

Dr. Arturo Barraza Macías  
E-mail: [praxisredie2@gmail.com](mailto:praxisredie2@gmail.com) Tel. (618) 817-6990 Cel. (618)132-1782  
Josefa Ortiz de Domínguez #104. Fracc. Francisco Sarabia, Durango, Dgo., México, C.P. 34214

Autorización de la adaptación peruana del inventario sistémico cognoscitivista  
(SISCO SV-21)

**AUTORIZACIÓN DEL INVENTARIO  
SISTÉMICO COGNOSCITIVISTA SISCO SV-21**

**Autora de la adaptación:**

*Lic. Ñaupay García, Leslie Janett.*

**Suscritas:**

- *Sifuentes Tasayco, Sasha.*
- *Nureña García, Darlene Bessie.*

*Reciban un cordial saludo,*

Yo, **ÑAUPAY GARCÍA LESLIE JANETT**, identificada con documento de identidad N.º **74960235**, en calidad de Licenciada en Psicología y autora de la investigación: “*Propiedades psicométricas del inventario de estrés académico SISCO en universitarios de San Juan de Lurigancho, 2022*” por voluntad propia, otorgo el consentimiento para la utilización de la adaptación peruana del **Inventario sistémico cognoscitivista SISCO SV-21**, que se llevará a cabo por las suscritas en su trabajo de investigación titulado “*Procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023*”.

Dejo constancia que recibí la información necesaria para el proceso de aplicación y ejecución de la investigación correspondiente, por ende, otorgamos la autorización para que los datos e información del instrumento validado, sean considerados en todo momento y se dé a conocer los resultados para fines que las suscritas crean conveniente.

Finalmente, otorgamos la accesibilidad de los materiales necesarios para la correcta aplicación del inventario con el propósito de facilitar su uso y aplicación. Firmo y acepto la autorización.

*Lima, 06 de mayo de 2023*

*Atentamente,*

Lic. Ñaupay García Leslie Janett  
DNI N.º 74960235

## ANEXO Nº 4: CARTA DE COMPROMISO PARA OBTENER LA MUESTRA A TÍTULO PERSONAL

“Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo”

Solicito: Permiso para aplicar instrumentos psicológicos a los jóvenes del I.E.S.T.P. Chincha.

Estimada Dra.

*Gonzales Alejos, Doris Elizabeth.*

**Directora General del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Chincha**

Las suscritas:

Darlene Bessie Nureña García, identificada con DNI° 75186644, de 23 años de edad, domiciliada en 28 de Julio Mz: A Lt: 17 – Pueblo Nuevo; y, Sasha Sifuentes Tasayco, identificada con DNI° 72725124 de 23 años de edad, domiciliada en Av. Liguria s/n – Chincha Alta, con el debido respeto nos presentamos ante su distinguida persona y exponemos.

Que, en calidad de Bachilleres de la Escuela Profesional de Psicología, perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Privada San Juan Bautista, nos encontramos desarrollando el curso de titulación - taller de tesis, en el cual estamos elaborando la presente investigación que se titula: “**Procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023**” con la finalidad de optar el grado de Licenciatura en Psicología.

Por tal motivo, nos gustaría considerar el Instituto que representa su persona, puesto que sería un privilegio poder obtener su permiso y aplicar (02) instrumentos psicológicos titulados “Escala de Procrastinación Académica EPA” y el “Inventario Sistemico Cognoscitivista SISCO SV” cuyos resultados serán referentes para el presente estudio en las unidades de análisis evaluadas.

Asimismo, nos comprometemos a facilitarle los resultados obtenidos en la investigación, entendiendo que son de vital importancia para las funciones pedagógicas y sirvan de referencia para las entidades correspondientes dentro del Instituto. Sin ningún otro particular, rogamos a usted acceder a nuestra solicitud, esperando su pronta respuesta y mostrando nuestra más alta estima y consideración a su persona.

*Chincha Alta, 22 de abril de 2023*

Sinceramente,

  
Nureña García Darlene Bessie  
DNI° 75186644

  
Sifuentes Tasayco Sasha  
DNI° 72725124

## ANEXO N.º 5: AUTORIZACIÓN PARA LA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS EN LAS UNIDADES DE ANÁLISIS



Av. Unión Nro. 500 -Pueblo Nuevo  
Telf. 056-26-1875 Chincha - Ica

Ministerio de Educación  
Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Chincha"  
R.D. Nro.171-2005-ED

"Año de la Unidad, la paz y el desarrollo"

Chincha, 21 de junio del 2023.

**OFICIO N° 0376-2023-GORE-DREI-IESTPCH-DG.**

**SEÑORITAS:**

**SASHA SIFUENTES TASAYCO**

**DARLENE BESSIE NUREÑA GARCÍA**

Bachilleres de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista

**ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZACIÓN DE PROYECTO DE  
TESIS EN IESTP "CHINCHA"**

Tengo el agrado de dirigirme a ustedes para expresarle mis saludos cordiales y de la comunidad educativa del I.E.S.T.P. "Chincha" y enseguida hacer de su conocimiento que el documento de la referencia se ha derivado al Mg. Juan Calixto Munayco Vivanco la jefe de la Unidad de Investigación e innovación de la institución, quien brinda el visto bueno a la petición, en consecuencia nuestra institución **ACEPTA** la realización de **proyecto de tesis de investigación** con fines de titulación en la carrera de Psicología a las bachilleres en Psicología: Sasha Sifuentes Tasayco y Darlene Bessie Nureña García de la Universidad Privada San Juan Bautista, así mismo hago de su conocimiento que para las intervenciones deberá coordinar con el Jefe de Unidad Investigación e innovación

Sin otro particular hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi alta consideración y estima.

Atentamente.



  
Dra. Doris Elizabeth Gonzales Alejos  
DIRECTORA GENERAL (e)  
I.E.S.T.P. "CHINCHA"  
DNI N° 21812415

## ANEXO N° 6: CARTA DE PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA DE ESTUDIOS REGULARIZADO CON EL INSTITUTO



UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA  
"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"  
*"Preparando el Camino para la Acreditación"*

CARTA N° 037-2023-PEPSI-UPSJB

San Borja, 28 de agosto del 2023


DOCTORA  
GONZALES ALEJOS DORIS ELIZABETH  
DIRECTORA  
INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR  
TECNOLÓGICO PÚBLICO  
"CHINCHA"  
Presente. -

Tengo el agrado de dirigirme a ud. en representación del Director de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista, expresándole nuestro cordial saludo y solicitar la AUTORIZACIÓN para las jóvenes NUREÑA GARCIA DARLENE BESSIE y SIFUENTES TASAYCO SASHA estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología, quienes necesitan realizar un trabajo de investigación en la institución a su cargo y poder cumplir con los requisitos y proseguir con su formación profesional.

El proceso de desarrollo de la investigación titulada "PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN JÓVENES DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA DE CHINCHA - ICA 2023" requiere de la aplicación de los instrumentos de evaluación psicológica, que cumplen con los criterios psicométricos.

Haciendo propicia la oportunidad para expresarle nuestros sentimientos de estima y consideración personal.

Atentamente

  
Luis Alberto Barboza Zelada  
Doctor en Psicología  
C. Ps. P. 3516  
COORDINACIÓN DE INVESTIGACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA -  
UPSJB

## ANEXO N.º 7: INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

### ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

(Busko 1998, Álvarez 2010, Dominguez et al. 2014)

Evaluado(a): \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_  
Programa de estudio: \_\_\_\_\_ Semestre: \_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_ Sexo: ( H ) ( M )

**Instrucciones:** A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

N= Nunca    CN= Casi Nunca    AV= A veces    CS= Casi siempre    S = Siempre

	N	CN	AV	CS	S
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto					
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 clase					
5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
6. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
7. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
8. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
9. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
10. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
11. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
12. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					

**INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV-21**  
(Barraza Macías Arturo 2018, Espinoza y Ñaupay 2022)

Evaluado(a): \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_  
Programa de estudio: \_\_\_\_\_ Semestre: \_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_ Sexo: ( H ) ( M )

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

<input type="checkbox"/>	Sí
<input type="checkbox"/>	No

*En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.*

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

**Dimensión estresores**

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

<b>Nunca</b>	<b>Casi nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>

*¿Con qué frecuencia te estresa?*

<b>ESTRESORES</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

### Dimensión síntomas (reacciones)

A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

*¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?*

<b>SÍNTOMAS</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						
Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						

### Dimensión estrategias de afrontamiento

A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

*¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:*

<b>ESTRATEGIAS</b>	<b>N</b>	<b>CN</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

**ANEXO N.º 8: VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO DE  
MEDICIÓN**

*Validez mediante consistencia interna para cada dimensión de las escalas de procrastinación académica y estrés académico.*

Variables y dimensiones	Ítems	Ω Ordinal
<b>Procrastinación académica</b>		
Postergación de actividades	1, 6, 7	.734
Autorregulación académica	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12	.907
<b>Estrés académico</b>		
Estresores	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	.862
Síntomas	8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	.765
Estrategias de afrontamiento	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21	.854

Fuente: Elaboración propia con datos de la prueba piloto.

*Procrastinación académica: Dimensión 1 postergación de actividades*

**Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
.734	3

Ítems	r <sub>it</sub>
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.	.401
6. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	.689
7. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	.607

Fuente: Elaboración propia con datos de la prueba piloto.

*Procrastinación académica: Dimensión 2 autorregulación académica*

**Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
.907	9

Ítems	r <sub>it</sub>
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	.663
3. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	.440
4. Asisto regularmente a clase.	.751
5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	.696
8. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio	.649
9. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	.754
10. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.	.733
11. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.	.731
12. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.	.763

Fuente: Elaboración propia con datos de la prueba piloto.

*Estrés académico: Dimensión 1 estresores*

**Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
.862	7

Ítems	r <sub>it</sub>
1. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	.593
2. La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.	.548
3. La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.)	.678

4. El nivel de exigencia de mis profesores.	.696
5. El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	.641
6. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.	.653
7. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as.	.616

Fuente: Elaboración propia con datos de la prueba piloto.

Estrés académico: Dimensión 2 síntomas

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.765	7

Ítems	r ítem
8. Fatiga crónica (cansancio permanente).	.382
9. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).	.576
10. Ansiedad, angustia o desesperación.	.741
11. Problemas de concentración.	.465
12. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.	.494
13. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.	.216
14. Desgano para realizar las labores escolares.	.517

Fuente: Elaboración propia con datos de la prueba piloto.

*Estrés académico: Dimensión 3 de estrategias de afrontamiento*

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.854	7

Ítems	r ítem
15. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.	.361
16. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.	.812

17. Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.	.749
18. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.	.754
19. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné.	.680
20. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa. Y ejecución de sus tareas.	.429
21. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.	.569

Fuente: Elaboración propia con datos de la prueba piloto.

Validéz de constructo mediante la correlación ítem – test para cada dimensión de las escalas de procrastinación académica y estrés académico.

Procrastinación académica				Estrés académico					
D1		D2		D1		D2		D3	
It	r <sub>it</sub>	it	r <sub>it</sub>	It	r <sub>it</sub>	It	r <sub>it</sub>	it	r <sub>it</sub>
1	.401	2	.663	1	.593	8	.382	15	.361
6	.689	3	.440	2	.548	9	.576	16	.812
7	.607	4	.751	3	.678	10	.741	17	.749
		5	.696	4	.696	11	.465	18	.754
		8	.649	5	.641	12	.494	19	.680
		9	.754	6	.653	13	.216	20	.429
		10	.733	7	.616	14	.517	21	.569
		11	.731						
		12	.763						

Nota: It= Ítem; r<sub>it</sub>= Correlación ítem – test; D1= Dimensión postergación de actividades; D2= Dimensión postergación de tareas; D1= Dimensión estresores; D2= Dimensión síntomas; D3= Dimensión estrategias de afrontamiento.

*Análisis de ítems de las dimensiones de la variable de procrastinación académica.*

D	Ítems	Respuestas %					M	DE	g <sup>1</sup>	g <sup>2</sup>	IHC ≥ 2.0	H <sup>2</sup> ≥ 4.0	Alpha
		N	CN	AV	CS	S							
Postergación de actividades	1	22.5	32.5	35.0	5.0	5.0	2.3750	1.05460	0.554	0.224	.401	.446	
	6	30.0	35.0	25.0	2.5	7.5	2.2250	1.14326	0.942	0.580	.689	.795	
	7	30.0	12.5	37.5	15.0	5.0	2.5250	1.21924	0.118	-0.951	.607	.728	
													.734
Autorregulación académica	2	5.0	12.5	30.0	35.0	17.5	3.4750	1.08575	-0.439	-0.270	.663	.546	
	3	2.5	10.0	30.0	30.0	27.5	3.7000	1.06699	-0.421	-0.454	.440	.271	
	4	2.5	15.0	17.5	65.0	2.5	4.4250	0.93060	-1.779	3.351	.751	.667	
	5	5.0	2.5	32.5	27.5	32.5	3.8000	1.09075	-0.704	0.256	.696	.595	
	8	7.5	20.0	32.5	40.0	7.5	4.0500	0.95943	-0.654	-0.572	.649	.512	.907
	9	2.5	2.5	42.5	27.5	25.0	3.7000	0.96609	-0.244	-0.010	.754	.667	
	10	5.0	7.5	20.0	37.5	30.0	3.8000	1.11401	-0.871	0.301	.733	.666	
	11	5.0	2.5	22.5	45.0	25.0	3.8250	1.00989	-1.046	1.405	.731	.638	
	12	2.5	5.0	15.0	30.0	47.5	4.1500	1.02657	-1.213	1.107	.763	.692	

*Nota: N= Nunca, CN= Casi nunca; RV= Rara vez; AV= A veces; CS= Casi siempre; S= Siempre; M= Media; DE= Desviación estándar; g1= Coeficiente de asimetría de Fisher; g2= Coeficiente de curtosis de Fisher; IHC= Índice de homogeneidad corregida; H2= Comunalidad; id= Índice de discriminación.*

*Análisis de ítems de las dimensiones de la variable de estrés académico.*

D	ítems	N	CN	Respuestas %					M	DE	g <sup>1</sup>	g <sup>2</sup>	IHC ≥ 2.0	H <sup>2</sup> ≥ 4.0	Alpha
				RV	AV	CS	S								
Estresores	1	2.5	5.0	32.5	30.0	22.5	7.5	2.88	1.137	-0.074	-0.086	.593	.490	.862	
	2	7.5	10.0	20.0	47.5	12.5	2.5	2.55	1.154	-0.603	0.294	.548	.436		
	3	5.0	5.0	35.0	30.0	22.5	2.5	2.68	1.118	-0.349	0.161	.678	.609		
	4	2.5	12.5	17.5	35.0	20.0	12.5	2.95	1.280	-0.211	-0.441	.696	.639		
	5	2.5	5.0	22.5	35.0	27.5	7.5	3.03	1.121	-0.397	0.223	.641	.564		
	6	2.5	10.0	25.0	22.5	30.0	10.0	2.98	1.271	-0.267	-0.622	.653	.586		
	7	7.5	10.0	22.5	42.5	10.0	7.5	2.60	1.257	-0.238	0.109	.616	.525		
Síntomas	8	7.5	15.0	20.0	35.0	17.5	5.0	2.55	1.300	-0.263	-0.461	.382	.573	.765	
	9	15.0	20.0	17.5	27.5	15.0	5.0	2.23	1.459	0.005	-0.951	.576	.620		
	10	15.0	12.5	32.5	15.0	22.5	2.5	2.25	1.410	-0.065	-0.901	.741	.850		
	11	7.5	17.5	32.5	25.0	12.5	5.0	2.33	1.269	0.138	-0.322	.465	.535		
	12	17.5	30.0	27.5	15.0	7.5	2.5	1.73	1.281	0.547	-0.171	.494	.803		
	13	15.0	27.5	35.0	17.5	2.5	2.5	1.73	1.154	0.469	0.402	.216	.809		
	14	17.5	15.0	35.0	27.5	2.5	2.5	1.90	1.215	0.020	-0.187	.517	.562		
Estrategias de afrontamiento	15	5.0	5.0	20.0	25.0	35.0	10.0	3.10	1.277	-0.663	0.091	.361	.623	.854	
	16	2.5	17.5	15.0	20.0	35.0	10.0	2.98	1.368	-0.396	-0.914	.812	.858		
	17	5.0	2.5	27.5	20.0	27.5	17.5	3.15	1.350	-0.418	-0.318	.749	.768		
	18	2.5	5.0	15.0	35.0	32.5	10.0	3.20	1.137	-0.635	0.542	.754	.756		
	19	2.5	7.5	15.0	30.0	27.5	17.5	3.25	1.276	-0.497	-0.174	.680	.659		
	20	2.5	5.0	17.5	30.0	27.5	17.5	3.28	1.240	-0.471	-0.056	.429	.614		
	21	2.5	7.5	10.0	30.0	30.0	20.0	3.38	1.275	-0.683	0.122	.569	.691		

*Nota: N= Nunca, CN= Casi nunca; RV= Rara vez; AV= A veces; CS= Casi siempre; S= Siempre; M= Media; DE= Desviación estándar; g1= Coeficiente de asimetría de Fisher; g2= Coeficiente de curtosis de Fisher; IHC= Índice de homogeneidad corregida; H2= Comunalidad; id= Índice de discriminación.*

## **ANEXO N.º 9: CONSENTIMIENTO INFORMADO**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

El propósito de este estudio es determinar la relación entre procrastinación académica y estrés académico en jóvenes de educación superior tecnológica de Chincha, Ica, 2023. Todos los participantes completarán un cuestionario demográfico y se les realizarán preguntas de 2 instrumentos relacionados a la salud mental. Su participación en el estudio se dará en un solo momento y es VOLUNTARIA, nadie puede obligarlo a participar si no lo desea. Debe también saber que toda la información que brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, solo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más.

Si acepta participar en el estudio y registra su código en este consentimiento sucederá lo siguiente:

Para el propósito de esta investigación, todas las preguntas se le están realizando de manera presencial para que sea autoadministrada, es decir, Ud. respondería las preguntas con solo leerlas. La encuesta tiene una duración aproximada de 20 minutos. Se tienen preguntas con datos demográficos sobre Ud., además de las preguntas del instrumento “escala de procrastinación académica – EPA” y el “inventario sistémico cognoscitivista SICO SV-21”. Sus respuestas serán registradas en una base de datos de Excel con clave de acceso, que nos asegura la confidencialidad de sus datos.

Participar en una investigación puede involucrar pérdida de la privacidad. No obstante, estamos usando una plataforma segura para almacenar sus datos, los cuales son encriptados y solo las investigadoras serán quienes conozcan la

información y usarán con fines de investigación científica. Le aseguramos que la información que proporcione se guardará con la mayor confidencialidad posible. Su nombre no va a ser utilizado en ningún reporte o publicación que resulte de este estudio. Le solicitaremos pueda Ud. crear un código de participante, su nombre y dirección, así como su número de teléfono o dirección de correo electrónico, en caso los proporcione, serían asegurados mediante uso de contraseñas para su acceso.

Algunas preguntas podrían causar incomodidad, pero puede no contestarlas y puede también interrumpir la encuesta en cualquier momento.

Si participa del estudio, ayudaría a la comunidad científica a conocer el estado de algunos aspectos de la salud mental en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico de Chincha, especialmente relacionados a la procrastinación académica y estrés académico. La información que usted proporcione podría ayudarle a usted o a otras personas en la comunidad para conocer su procrastinación y estrés académico; además de otros aspectos en la salud mental conociendo tempranamente su estado. Además Ud. puede solicitar los resultados de algunos “test” que haya completado en la encuesta. Finalmente Ud. podrá acceder a información sobre recomendaciones para una adecuada salud mental, disponibles en el link: <https://forms.gle/s1TtBAFcQJd9Xd26>

Este estudio podría ayudar en el futuro a diseñar mejores programas de diagnóstico, o mejorar el manejo temprano de la procrastinación académica y estrés académico y otros aspectos de la salud mental en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Chincha.

Usted puede decidir no participar en este estudio.

No habrá una compensación económica por su participación en el estudio. La participación en este estudio en cualquiera de los test realizados no implica algún costo para Ud.

Para este estudio, no realizaremos alguna colección de muestras biológicas. Sin embargo, le consultaremos si Ud. desea ser contactado para futuros estudios que si incluyen muestras biológicas para evaluar marcadores predisponentes relacionados a la salud mental.

Obtener información de un estudio como este puede demorar años, ya que investigar es un proceso largo y complejo. Al final de este consentimiento se le preguntará si desea recibir información de los resultados del estudio (publicaciones y/o exposición global de resultados en eventos científicos).

Las únicas personas que sabrán de su participación son los integrantes del equipo de investigación. Su código de participante será guardado en un archivo electrónico con contraseña u encriptado. No se compartirá la información provista durante el estudio a nadie, sin su permiso por escrito, a menos que fuera necesario por motivos legales y bajo su conocimiento.

En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar a la investigadora principal del estudio que pertenece a la UPSJB, la estudiante Nureña Garcia, Darlene Bessie, al teléfono 954540839 en Chincha, o por correo electrónico a [darlene.nurena@upsjb.edu.pe](mailto:darlene.nurena@upsjb.edu.pe). Asimismo, a la estudiante Sifuentes Tasayco Sasha, al teléfono 935389143 en Chincha, o por correo electrónico a [sasha.sifuentes@upsjb.edu.pe](mailto:sasha.sifuentes@upsjb.edu.pe).

Al participar en este estudio, usted no está renunciando a ninguno de sus derechos. Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante en la investigación; puede contactarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la UPSJB que se encarga de la protección de las personas en los estudios de investigación. Allí puede contactarse con el Mg. Antonio Flores, presidente del Comité Institucional de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista al teléfono (01) 2142500 anexo 147 o al correo [ciei@upsjb.edu.pe](mailto:ciei@upsjb.edu.pe), o acudir a la siguiente dirección: Vicerrectorado de Investigación de la UPSJB, Campus UPSJB, Av. Juan Antonio Lavalle S/N (Ex hacienda Villa), Chorrillos, Lima.

Por favor, indique marcando y escribiendo sus iniciales abajo si desea recibir información general sobre el estudio. Es su responsabilidad hacer saber a los investigadores si su dirección y/o teléfono han sido cambiados. La forma de contactar a los investigadores está bajo el rubro “Contacto con los investigadores”.

\_\_\_\_\_ Sí, quiero recibir información general sobre lo que se averiguo con el estudio.

\_\_\_\_\_ No quiero recibir ninguna información.

Nos gustaría invitarlo a participar de futuros estudios sobre la Salud Mental. Si está de acuerdo en que pueda ser contactado en el futuro, los investigadores de la Universidad Privada San Juan Bautista de Lima mantendrán un registro con su nombre, número de teléfono o dirección con la finalidad de contactarlo estudios futuros que podrían ser de su interés y para el cual sea elegible.

Al aceptar ser contactado por un estudio futuro, no estará obligado a participar en el mismo y puede solicitar que su nombre sea retirado de la lista en cualquier

momento, sin que sus derechos a recibir cualquier servicio se vean afectados. Por favor, escriba sus iniciales al lado de “Sí” o “No”

\_\_\_\_ Sí. Deseo ser contactado para futuros estudios de investigación en salud mental, aunque entiendo que este consentimiento no significa que participe en los mismos.

\_\_\_\_ NO. Por favor, no me contacten para futuros estudios de investigación.

Como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y sus iniciales.

\_\_\_\_\_  
Código del Participante

\_\_\_\_\_  
Fecha