



**VICERRECTORADO ACADÉMICO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**TESIS**

**ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO Y SU RELACIÓN  
CON EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL EN LA  
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - FILIAL CUSCO, 2016**

**PRESENTADO POR:**

**Bach. ESPINOZA NIZAMA, PAUL GERALDY**

**PARA OPTAR AL GRADO ACADÉMICO DE:  
MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Y GESTIÓN EDUCATIVA**

**CUSCO – PERÚ**

**2019**



**VICERRECTORADO ACADÉMICO  
ESCUELA DE POSGRADO**

**TESIS**

**ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO Y SU RELACIÓN  
CON EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL EN LA  
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - FILIAL CUSCO, 2016**

**LINEA DE INVESTIGACIÓN:**

**APRENDIZAJE Y PROCESOS DE ENSEÑANZA**

**ASESOR:**

**Dr. BAPTISTA VELASQUEZ, ADOLFO RAFAEL**

## **DEDICATORIA**

Dedico esta investigación en primer lugar a Dios por ser en quién confío mi vida, a mis adorados padres y a mi hermosa familia que son mi mayor fortaleza e impulso de salir adelante y lograr mis objetivos y metas trazadas.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecer a Dios por haberme dado voluntad y la oportunidad de poder desarrollar estudios de post grado para optar al Grado Académico de Magíster en Docencia Universitaria y Gestión Educativa.

Con mucha gratitud, con todo mi amor y cariño a mis padres por brindarme su apoyo incondicional quienes fueron personas que me supieron guiar, levantarme y sostenerme en todo lo que me propuse.

Al **Dr. Adolfo Rafael Baptista Velásquez**, asesor principal quien a lo largo de este tiempo ha puesto todo el empeño y entrega de sus capacidades y conocimientos para el correcto desarrollo de la presente investigación.

A mí familia por el sacrificio, esfuerzo y aliento día a día, a pesar de las adversidades y los momentos difíciles siempre ha estado brindándome su comprensión, cariño y amor.

Al staff de docentes que compartieron sus conocimientos, a todas aquellas personas que durante los años de estudio de post grado, a mis compañeros especialmente a Marx Ballesteros que me entendió ayudo y guio apoyándome para que este sueño se haga realidad.

## **RECONOCIMIENTO**

A **Dios** y al universo por haber conspirado para mantenerme firme y no decaer a pesar de las adversidades presentadas durante este gran esfuerzo y dedicación que comprendió mi formación como maestro.

## ÍNDICE

DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
RECONOCIMIENTO .....	v
ÍNDICE .....	vi
ÍNDICE DE TABLAS .....	x
ÍNDICE DE FIGURAS .....	xi
RESUMEN .....	xii
ABSTRACT.....	xiv
INTRODUCCIÓN .....	xvi
CAPÍTULO I .....	19
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	19
1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA. ....	19
1.2 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN .....	21
1.2.1 DELIMITACIÓN ESPACIAL. ....	21
1.2.2 DELIMITACIÓN SOCIAL.....	21
1.2.3 DELIMITACIÓN TEMPORAL. ....	21
1.2.4 DELIMITACIÓN CONCEPTUAL.....	21
1.3 PROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN. ....	22
1.3.1 PROBLEMA PRINCIPAL.....	22
1.3.2 PROBLEMAS SECUNDARIOS. ....	22
1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	22
1.4.1 OBJETIVO GENERAL. ....	22
1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS. ....	23
1.5 JUSTIFICACIÓN, IMPORTANCIA Y LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	23
1.5.1 JUSTIFICACIÓN.....	23

1.5.2 IMPORTANCIA. ....	25
1.6 FACTIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN .....	27
1.7 LIMITACIONES DEL ESTUDIO .....	27
CAPÍTULO II .....	28
MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL .....	28
2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	28
2.1.1 Antecedentes internacionales. ....	28
2.1.2 Antecedentes nacionales.....	32
2.1.3 Antecedentes locales. ....	34
2.2 BASES TEÓRICAS O CIENTÍFICAS .....	35
2.2.1 El estrés académico. ....	35
2.2.1.1 Estresor. ....	38
2.2.1.2 Fases del estrés.....	40
2.2.1.3 Dinámica del estrés.....	41
2.2.1.4 Respuesta del estrés en el organismo.....	41
2.2.1.5 Consecuencias del estrés.....	42
2.2.1.6 Estrés en los estudiantes. ....	43
2.2.1.7 Estrés y su influencia en los estudiantes.....	44
2.2.2. Rendimiento académico. ....	45
2.2.2.1 Factores del rendimiento académico.....	46
2.2.2.2 Clasificación del rendimiento académico.....	47
2.2.2.2.1 Rendimiento académico bajo. ....	48
2.2.2.2.2 Rendimiento académico medio.....	50
2.2.2.2.3 Rendimiento académico alto.....	51
2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS .....	52
CAPÍTULO III.....	56
HIPÓTESIS Y VARIABLES .....	56
3.1 HIPÓTESIS GENERAL .....	56
3.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS .....	56
3.3 DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES .....	57
3.3.1 DEFINICIÓN CONCEPTUAL.....	57

3.3.2 DEFINICIÓN OPERACIONAL.....	57
3.4 CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	58
CAPÍTULO IV .....	60
METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN .....	60
4.1 TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....	60
4.1.1 Tipo de Investigación.....	60
4.1.2 Nivel de investigación.....	60
4.2 MÉTODOS Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	61
4.2.1 Método de Investigación.....	61
4.2.2 Diseño de la Investigación.....	62
4.3 POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN.....	62
4.3.1 Población.....	62
4.3.2 Muestra .....	63
4.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	65
4.4.1 Técnicas.....	65
4.4.2 Instrumentos.....	65
4.4.3 Validez y confiabilidad.....	66
4.4.4 Plan de análisis de datos.....	68
4.4.5 Ética de la investigación.....	69
CAPÍTULO V .....	71
RESULTADOS .....	71
5.1 ANÁLISIS DESCRIPTIVO.....	73
5.1.1 Estrés académico universitario: Variable 1.....	73
5.1.2 Rendimiento estudiantil: Variable 2.....	80
5.1.3 Estado del estrés académico-promedio ponderado.....	82
5.2 ANÁLISIS INFERENCIAL .....	84
CAPÍTULO VI .....	90
DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....	90
CONCLUSIONES .....	94
RECOMENDACIONES.....	97



FUENTES DE INFORMACIÓN .....	99
ANEXOS .....	105
Anexo N° 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	106
Anexo N° 02: CUESTIONARIO.....	107
Anexo N° 03: MATRIZ DE ELABORACIÓN DEL INSTRUMENTO .....	109
Anexo 04: FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO JUICIO DE EXPERTOS .	112
Anexo N° 05: CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	115
Anexo N° 06: AUTORIZACIÓN DE LA ENTIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	117
Anexo N° 07: DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD DEL INFORME .....	118
Anexo N° 08: PRUEBAS ESTADÍSTICAS .....	119
Anexo N° 09: FIGURAS DE APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO .....	125

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1. Población de estudio.....	63
Tabla N° 2. Muestra de la investigación.....	64
Tabla N° 3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	66
Tabla N° 4. Coeficiente de confiabilidad del instrumento.....	68
Tabla N° 5. Rangos valorativas del estrés académico. ....	72
Tabla N° 6. Parámetros de estimación del nivel de estrés académico.....	72
Tabla N° 7. Situación de los estresores en los estudiantes .....	73
Tabla N° 8. Síntomas y/o reacciones del estudiante.....	75
Tabla N° 9. Estrategias de afrontamiento del estudiante.....	77
Tabla N° 10. Estrés académico estudiantil .....	79
Tabla N° 11. Promedio ponderado del estudiante 2016-II .....	80
Tabla N° 12. Estado del estrés académico y del rendimiento estudiantil.....	82
Tabla N° 13. Correlación entre estrés académico y rendimiento estudiantil.....	84
Tabla N° 14. Análisis e interpretación.....	85
Tabla N° 15. Estresores y promedio ponderado .....	85
Tabla N° 16. Análisis e interpretación.....	86
Tabla N° 17. Síntomas (reacciones) y promedio ponderado .....	87
Tabla N° 18. Análisis e interpretación.....	87
Tabla N° 19. Estrategias de afrontamiento y promedio ponderado.....	88
Tabla N° 20. Análisis e interpretación.....	88

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1: Situación de los estresores en los estudiantes.....	73
Figura N° 2: Síntomas y/o reacciones del estudiante. ....	75
Figura N° 3: Estrategias de afrontamiento del estudiante.....	77
Figura N° 4: Estrés académico estudiantil.....	79
Figura N° 5: Promedio ponderado del estudiante 2016-II.....	81
Figura N° 6: Estado del estrés académico y del rendimiento estudiantil.....	83

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulada “Estrés académico universitario y su relación con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas - filial Cusco, 2016”, en donde se orienta a explicar cómo el estrés académico universitario llega a asociarse y/o guarda correlación con su rendimiento estudiantil.

La investigación se caracteriza por ser de tipo básico o sustantivo, con un nivel correlacional, descriptivo y diseño no experimental - transversal, en donde se contempló y estimó los niveles de las variables y dimensiones que estaban relacionadas, contextos que se llegan a reflejar en la contrastación de las hipótesis por intermedio de las pruebas estadísticas inferenciales aplicadas. Para la captura de los datos e información se trabajó con una muestra probabilística estratificada de (361) sujetos obtenida por la fórmula de Cochran, a quienes se les aplicó un cuestionario estructurado (inventario SISCO de estrés académico) para determinar el nivel de estrés académico y al mismo tiempo observar la documentación respectiva y verificar las constancias de notas para rescatar las calificaciones de su promedio ponderado y registrarlos en el instrumento respectivo.

Del análisis y la interpretación de los datos e información obtenida en cada uno de los resultados, se llega a determinar y concluir que el rendimiento estudiantil no está asociado ni guarda relación consistente con el estrés académico universitario que pueda haber sufrido el estudiante en la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco en el semestre académico 2016-II, generando la afirmación y la validación de las hipótesis a partir de la prueba estadística de Rho Spearman donde el coeficiente de correlación - 0.055, que determina la existencia de una correlación muy baja negativa e inversa entre el estrés académico universitario que sufren los estudiantes y su rendimiento académico estudiantil, reflejando un coeficiente de determinación que está muy cercano a -1 y lejos cero (0) y que el *p-valor* o *sig.* Calculado 0.299 es mayor al error del 5 % = 0.05 (*sig.* 0.299 > 0.05) no existiendo significancia entre las variables. Además se establece que existen diferencias manifiestas y explicativas del estado de estrés académico que padecen los estudiantes, donde el 55.40 % y 40.44 % revelan que presentan medios y

altos niveles de estrés académico universitario respectivamente; por otro lado se percibe que el estado del rendimiento estudiantil contiene diferencias múltiples que van desde un 42.94 % y 32.69 % de discentes que presentan rendimientos académicos bajos y medios, que oscilan rangos de 07 a 10 puntos y de 11 a 14 puntos de sus promedios ponderados, escenarios revalidados por los datos de distribución normal de Kolmogorow – Smirnov, donde el *p*-valor o Sig. obtenido es menor a 0.05 por lo que no es normal ( $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$ ) la distribución, existiendo varios puntos atípicos.

Finalmente, se concluyen que tanto la dimensión estresores y síntomas (reacciones) del estrés académico no tienen relación significativa con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil donde el *p*-valor calculado es (0.876 y 0.673) respectivamente y son mayores al error 0.05 y que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman alcanzado son (0.008 y -0.022) respectivamente, determinando una correlación muy baja positiva y muy baja negativa de las dimensiones antes citadas y el promedio ponderado. Por otro lado la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario tiene incidencia significativa con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil donde el *p*-valor alcanzado (Rho Spearman) es menor a  $0.05 = 5\%$  ( $\text{p-valor} = 0.027 < 0.05$ ) existiendo suficiente evidencia estadística para afirmar que la dimensión antes señalada está relacionada significativamente con el rendimiento estudiantil, así mismo de acuerdo al coeficiente de correlación alcanzado (Rho de Spearman = - 0.117\*) se establece que existe un nivel de correlación mínima, estando el coeficiente de determinación más próximo a 0 que a -1, existiendo una asociación negativa, es decir, inversa, por cuanto al mejorar el nivel de rendimiento estudiantil, disminuirá el estrés académico universitario y que deben estar asociados a las estrategias de afrontamiento para enfrentar el nerviosismo y/o la preocupación del discente.

**Palabras clave:** Estrés académico y rendimiento estudiantil.

## ABSTRACT

This research work entitled "Academic university stress and its relationship with student performance at Alas Peruanas University - subsidiary Cusco, 2016", where it is aimed at explaining how university academic stress comes to be associated and / or correlates with its student performance

The research is characterized by being of a basic or substantive type, with a correlational, descriptive level and non-experimental - transversal design, where the levels of the variables and dimensions that were related were contemplated and estimated, contexts that are reflected in the Testing of the hypotheses through the inferential statistical tests applied. For the capture of the data and information, we worked with a stratified probabilistic sample of (361) subjects obtained by the Cochran formula, to whom a structured questionnaire (SISCO inventory of academic stress) was applied to determine the level of academic stress and At the same time, observe the respective documentation and verify the records of notes to retrieve the ratings of their weighted average and register them in the respective instrument.

From the analysis and interpretation of the data and information obtained in each of the results, it is possible to determine and conclude that the student's performance is not associated or consistent with the academic academic stress that the student may have suffered at the Alas University. Peru, subsidiary Cusco in the academic semester 2016-II, generating the affirmation and validation of the hypotheses from the statistical test of Rho Spearman where the correlation coefficient - 0.055, which determines the existence of a very low negative and inverse correlation between the university academic stress suffered by the students and their student academic performance, reflecting a coefficient of determination that is very close to -1 and far zero (0) and that the p-value or sig. calculated 0.299 is greater than the error of 5% = 0.05 (sig 0.299 > 0.05), there being no significance between the variables. It is also established that there are manifest and explanatory differences in the state of academic stress suffered by students, where 55.40% and 40.44% reveal that they present medium and high levels of university academic stress respectively; On the other hand it is perceived that the state of student

performance contains multiple differences ranging from 42.94% and 32.69% of students with low and average academic performance, ranging from 07 to 10 points and from 11 to 14 points of their averages. weighted, scenarios revalidated by the normal distribution data of Kolmogorow - Smirnov, where the p-value or Sig. obtained is less than 0.05, so the distribution is not normal (sig. = 0.00 <0.05), and there are several outliers.

Finally, it is also concluded that both the stressor dimension and symptoms (reactions) of academic stress have no significant relationship with the weighted average of student performance where the calculated p-value is (0.876 and 0.673) respectively and are greater than the 0.05 error and that the Spearman's Rho correlation coefficient reached are (0.008 and -0.022) respectively, determining a very low positive and very low negative correlation of the aforementioned dimensions and the weighted average. On the other hand, the coping strategies dimension of university academic stress has a significant impact with the weighted average of student performance where the p-value reached (Rho Spearman) is less than 0.05 = 5% (p-value = 0.027 <0.05), there being enough statistical evidence to affirm that the aforementioned dimension is significantly related to student performance, likewise according to the correlation coefficient reached (Spearman's Rho = - 0.117 \*) it is established that there is a minimum level of correlation, the coefficient of determination being closer to 0 than to - 1, there being a negative association, that is, inverse, in terms of improving the level of student performance, university academic stress will decrease and should be associated with coping strategies to deal with nervousness and / or the concern of the student.

**Key words:** Academic stress and student performance.

## INTRODUCCIÓN

En cumplimiento de las disposiciones establecidas en el Reglamento de Grados y Títulos del Vicerrectorado de Investigación y Posgrado de la Universidad Alas Peruanas; pongo a consideración la Tesis intitulada “El estrés académico universitario y su relación con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas - filial Cusco, 2016”, requisito para optar al Grado Académico de Magister en Docencia Universitaria y Gestión Educativa.

Esta investigación destaca la importancia del equilibrio socio emocional del estudiante universitario en el desempeño de su rol como tal y cómo esta incide en su rendimiento académico. El estrés académico es un elemento crucial que repercute negativamente en el desarrollo de competencias profesionales que los docentes universitarios buscan lograr en sus estudiantes, el estrés es la enfermedad del siglo XXI que si no se aborda a tiempo y no se implementan estrategias personales de afrontamiento conduce al fracaso académico y puede tener consecuencias nefastas en la salud física y emocional de las personas sobre todo si estos son estudiantes universitarios en pleno proceso de formación profesional.

Por tales consideraciones es necesario realizar esta investigación y dar a conocer a la comunidad científica sobre los resultados obtenidos, particularmente de las personas de pensamiento interesada en ampliar y profundizar el conocimiento acerca de la realidad objeto de estudio.

El contenido de la investigación está organizado en los siguientes tres capítulos fundamentales que detallamos a continuación:

Capítulo I: Planteamiento del problema de investigación, donde se realiza el enunciado del problema evidenciando la estrecha relación que existe entre el estrés académico y los niveles de rendimiento estudiantil a lo largo de su desarrollo y formación profesional, de lo que se desprende la delimitación, espacial, social, temporal y conceptual, para plantear los problemas de investigación, los objetivos, señalar la



justificación e importancia de la misma, así como la factibilidad y las limitaciones que se presentaron a lo largo del desarrollo del estudio.

Capítulo II: Presenta el marco teórico conceptual; donde se considera desde los antecedentes del estudio y explicación de las bases teóricas y científicas, así como las definiciones de los términos esgrimidos a partir de las fuentes bibliográficas que permitieron dar sustento a las variables.

Capítulo III: Se encuentra estructurado por el planteamiento de las hipótesis, las mismas permitieron generar las explicaciones respectivas sobre la el nivel de asociación que puedan existir en las variables estudiadas, además se consideran la definición conceptual y operacional de cada variable objeto de estudio.

Capítulo IV: Alberga la metodología de la investigación; donde se considera al tipo y nivel de la investigación, estableciendo el enfoque de la misma, los métodos y el diseño del estudio, por otro lado se maneja la población y la muestra total de los elementos muestrales y/o de análisis, además contiene las técnicas e instrumentos utilizados para la captación de los datos, las mismas que fueron validados por juicio de expertos y sometidos a su confiabilidad, para establecer el plan de análisis de los datos y su respectiva interpretación, finalmente se considera los aspectos éticos tanto personales y profesionales aplicados al estudio.

Capítulo V: Contiene los resultados obtenidos en el estudio, para realizar a partir de los mismos por un lado el análisis descriptivo de las tablas y figuras diseñadas y estructuradas (análisis e interpretación) y por otro lado desarrollar el análisis inferencial por intermedio de las pruebas de medición paramétricas, es decir llegar a contrastar las hipótesis objeto de investigación.

Capítulo VI: La misma está establecida por las discusión de los resultados, donde se construyeron y asociaron los hallazgos para poder comparar las hipótesis con otras investigaciones y determinar la relevancia de la investigación, para luego culminar con las conclusiones y recomendaciones como parte de la solución del problema que se

llegó a investigar, y para finalizar se presentan las fuentes de información y los respectivos anexos que son documentos que corroboran la investigación realizada.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA**

El estrés hoy en día tiende a ser una manifestación natural e inconsciente del organismo cuando se presentan contextos y ambientes amenazantes o retadores. Ello conlleva a un estado de sobre activación personal ante diferentes situaciones reales que el ser humano evalúa o considera como excesivas y que aparecen en condiciones en las que se disponen de escasos recursos o habilidades de solución. Por ejemplo, puede aparecer en el caso de los estudiantes debido a una sobrecarga en las tareas académicas cuando se dispone de muy poco tiempo para realizarlas.

Al considerar el estrés sobre todo en el contexto de la educación universitaria, se debe establecer por un lado llegar a verificar la realidad de la supervivencia de los discentes, así mismo se debe observar el potencial que ellos tienen para hacer frente a las condiciones y escenarios que los llegan a estresar en un momento determinado, en consecuencia los estudiantes que tienden a sobre llevar ese estado de inadecuado se puede llegar a determinar que estos no se ven afectados sobre todo en su desempeño académico, ocurriendo lo adverso en aquellos discentes que no pueden manejar las situaciones estresantes adversas y que se presentan a lo largo de su formación profesional, ocasionándoles resultados inadecuados, frustrantes y desmotivadores en su desempeño académico, que hace que tomen decisiones y migrar a otras entidades de educación superior y/o escuela profesional.

El estudiante una vez que ingresa a una universidad, va en busca de conseguir sus objetivos, para el cual debe cumplir con una serie de exigencias académicas y administrativas desde la fase de inscripción, proceso y finalización de cada ciclo académico. Estas demandas, en su carácter normativo o contingente, exigen de los alumnos grandes esfuerzos de adaptación al nuevo ritmo de actividades.

La forma en que el alumno resuelve estos esfuerzos adaptativos lo conducen al aprendizaje y a la satisfacción personal, o al desgaste y a la insatisfacción personal; en este segundo caso el estrés académico adquiere carta de naturalización y los estudios de pre-grado son vividos como una experiencia altamente estresante.

Durante las observaciones sistemáticas realizadas en las aulas de la Universidad Alas Peruanas Filial Cusco en las diferentes Escuelas Profesionales se ha evidenciado entre otros aspectos que los alumnos la sobrecarga de tareas y trabajos universitarios, les preocupa demasiado; las evaluaciones de los profesores, tienen tiempo limitado para hacer los trabajos encargados, existe preocupación por la competencia con los compañeros del grupo y por mantener el liderazgo académico, tienen problemas con el horario de clases puesto que a muchos de ellos se les “cruza” el horario, presentan somnolencia y necesidad de dormir, sobre todo en el desarrollo de las sesiones de clase, también presentan fatiga crónica (cansancio permanente), algunos estudiantes tienen actitudes de aislamiento de los demás, algunos presentan problemas de digestión y dolor abdominal, se observa también que muchos están concentrados en situaciones personales y familiares que los secuestra de la realidad y que les preocupa demasiado, y así por estilo muchos signos y síntomas que tienen repercusión inmediata en su desempeño académico como estudiantes.

Estas situaciones estresantes constituyen el indicador empírico de que un alumno está manifestando o viviendo el estrés académico. Por cuanto en la presente investigación se llegó a observar y determinar la asociación que pueda existir entre las dos variables objeto de investigación.

## **1.2. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.2.1. DELIMITACIÓN ESPACIAL.**

La presente investigación se desarrolló en las 10 Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco.

### **1.2.2. DELIMITACIÓN SOCIAL.**

Para la presente investigación se llegó a considerar y estuvo conformado por los estudiantes universitarios de las diez (10) Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, Filial Cusco. Donde el segmento de la población se caracteriza por ser mayormente joven en busca de realizar su proyecto de vida a través del estudio y la superación personal.

### **1.2.3. DELIMITACIÓN TEMPORAL.**

El trabajo de investigación se realizó en el periodo comprendido entre agosto y diciembre del 2016 (semestre académico 2016-II).

### **1.2.4. DELIMITACIÓN CONCEPTUAL**

El presente estudio está basado en conceptos teóricos científicos en las variables de investigación científica trabajadas al estrés académico universitario (EAU) y el rendimiento estudiantil (RE) en los alumnos de las diez (10) Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas (UAP), Filial Cusco. En las que se acogió sus respectivas dimensiones.

### **1.3 PROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.3.1 PROBLEMA PRINCIPAL**

PP. ¿Cuál es la relación del estrés académico universitario con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016?

#### **1.3.2. PROBLEMAS SECUNDARIOS**

PS1. ¿Qué relación existe entre los estresores del nivel de estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil que se manifiestan en el promedio ponderado obtenidos de parte de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016?

PS2 ¿De qué manera se relaciona los síntomas del estrés académico universitario y el nivel del rendimiento estudiantil, que demuestran en los resultados del promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016?

PS3 ¿Cuál es la relación existente entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil que reflejan en los resultados de los promedios ponderados de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016?

### **1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **1.4.1. OBJETIVO GENERAL**

OG. Determinar la relación existente entre el estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

## **1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- OE1 Determinar la relación existente de los estresores del nivel de estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil que se manifiesta en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.
- OE2 Determinar la relación existente entre los síntomas del estrés académico universitario y el nivel de rendimiento estudiantil reflejado en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.
- OE3 Determinar la relación existente entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario con el rendimiento estudiantil reflejado en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

## **1.5 JUSTIFICACIÓN, IMPORTANCIA Y LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.5.1. JUSTIFICACIÓN.**

Desde un punto de vista psicológico el concepto de estrés ha sido uno de los constructos más polémicos dentro de la psicología, tanto en su definición como en sus modelos teóricos explicativos (Sandín, 2003, p. 143). Sin embargo, el término Burnout ha sido delimitado y aceptado por la comunidad científica casi en su totalidad desde la conceptualización establecida por Maslach en la que define el Burnout como una respuesta de estrés crónico formada por tres factores fundamentales: desgaste emocional, baja producción y despersonalización (Maslach, 1999, p. 295).

Por otro lado, en gran parte de la literatura sobre variables organizacionales (Burke y Greenglass, 1995, p. 187) y (Byrne, 1991, p. 197) realizaron estudios de diversos aspectos propios del trabajo y se correlacionan con alguna medida de Burnout, siendo la más utilizada el MBI de (Maslach y Jackson, 1986, p. 191). Por consiguiente, la utilización de dicho protocolo en la recogida de datos para la presente investigación es pertinente y fundamental por sus características y eficacia (Greenglas, 1995, p. 187).

Como se puede observar, todos los trabajos encontrados en la literatura, asocian al estrés académicos de los docentes con variables sociodemográficas sin incidir exactamente en la variable rendimiento académico como una consecuencia de lo anterior o como causa de este mismo fenómeno, en ese sentido, esta investigación en lo referente a la primera variable de estudio, basa su importancia en el hecho de que se hace imperativo determinar los niveles de estrés académico que padecen los estudiantes.

A partir del punto de vista metodológico, el presente estudio cobra especial relevancia y originalidad puesto que el diseño utilizado es descriptivo correlacional transversal, que ha permitido en un primer momento describir los fenómenos presentados como eventos independientes y a establecer los niveles en las que se encuentran; y en un segundo momento determinar el grado de correlación entre las dos variables señaladas, para observar en qué medida se relacionan, si la prevalencia alta o baja del estrés académico del estudiante universitario tiene repercusión e influye en su desempeño académico.

Desde un punto de vista legal, la investigación es un deber y un derecho universalmente reconocido, la misma que se encuentra amparada en la normatividad vigente de cada país o estado, en el caso peruano, la investigación científica tiene sustento y respaldo en la siguiente legislación:

- La Constitución Política del Perú, en su Artículo 18° sobre la educación universitaria, establece que la educación universitaria tiene como fines la



formación profesional, la difusión cultural, la creación intelectual y artística y la investigación científica y tecnológica. El Estado garantiza la libertad de cátedra y rechaza la intolerancia. La universidad es la comunidad de profesores, alumnos y graduados. Participan en ella los representantes de los promotores, de acuerdo a Ley cada universidad es autónoma en su régimen normativo, de gobierno, académico, administrativo y económico. Las universidades se rigen por sus propios estatutos en el marco de la Constitución y de las leyes (Presidencia del Consejo de Ministros – PCM, 1993, p.5).

- La Ley Universitaria N° 30220, en su Art. 79°; establece que es inherente a la docencia universitaria las funciones de investigación, el mejoramiento continuo y permanente de la enseñanza, la proyección social y la gestión universitaria, en los ámbitos que les corresponde. Habiéndose plasmado las bases normativas, políticas y administrativas para enrumbar la educación peruana hacia la gestión de la calidad; el perfil ideal del ciudadano, egresado o profesional ya sea este varón o mujer; hace suponer que posee características cada vez más compatibles y pertinentes a las necesidades y exigencias de las actuales generaciones que se tornan cada vez más complejas y diversificadas (El peruano, 2014, p. 527223).

### **1.5.2. IMPORTANCIA**

El presente estudio es de sobremanera relevante por cuanto responde a las actuales tendencias y teorías en relación a los problemas de salud asociados al estrés académico del estudiante y su relación que tiene con su desempeño estudiantil. Se pretende generar una línea de base que permita a las autoridades universitarias tomar decisiones respecto a aquellos elementos psicológicos, emocionales y motivacionales que intervienen y distorsionan la actividad estudiantil perjudicando su óptimo desempeño académico y con ello generando un adverso clima estudiantil.

El trabajo pretende reflejar el nivel de estrés académico de los estudiantes uapinos y cómo se pueden establecer mecanismos de afrontamiento y reducción de los niveles del mismo.

La sociedad cada vez demanda más competencias de los profesionales y estas generan estrés no solo en las empresas sino también en las universidades; y en gran parte el estrés que experimenta la gente en la sociedad se origina en las organizaciones. Según Ivancevich y Matteson (1989) “Las entidades universitarias muchas veces suelen ser las entidades que llegan a generar estrés en los discentes” (p. 31). Pues de acuerdo a Mungaray, Ocegueda y Sánchez (2002), las universidades están en innovación constante, resultado de un contexto de economía global. Si bien es cierto que el estrés (distrés) se encuentra presente en la vida de los universitarios, es preciso saber cómo lo viven para atender el malestar que los aqueja, identificando si éste sufre modificaciones dependiendo del género, el semestre, los exámenes, la forma de afrontar las demandas académicas, etcétera, pero, sobre todo, si repercute en el rendimiento académico de los estudiantes (p. 320).

A partir del rendimiento académico (reflejo del aprendizaje y de los conocimientos adquiridos), las autoridades han planteado una serie de preocupaciones por los altos índices de reprobación, deserción y abandono de los estudios, el largo periodo de tiempo que emplean los estudiantes para concluir sus licenciaturas, además de las bajas tasas de egreso y titulación (Comboni, 2002, p. 34).

A la psicología educativa le corresponde brindar servicio a la comunidad estudiantil para comprender y atender problemas académicos asociados a procesos de desarrollo, aprendizaje y socialización de los individuos a nivel del currículo formal, el salón de clase, el grupo de trabajo y la universidad a través de estrategias de diagnóstico e intervención. Barraza y Silerio (2007) señalaron que convertir el distrés (estrés nocivo) en eustrés (estrés benéfico) en un futuro próximo, es una tarea de las instituciones de educación (p. 48).

## **1.6 FACTIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN**

La investigación conto con los recursos económicos, humanos, logísticos y materiales bibliográficos necesarios durante todo el desarrollo de la misma, culminándose con la satisfacción respectiva al arribar a las conclusiones pertinentes y aportar a las teorías existente producto del estudio.

## **1.7 LIMITACIONES DEL ESTUDIO**

En el proceso de la investigación existieron múltiples limitaciones que dificultaron la construcción de modelos teóricos que tengan un soporte de mayor consistencia para el trabajo, en el presente estudio se tuvieron aquellos referidos al tipo de muestra, vale decir a las unidades de análisis que difícilmente se han encontrado en su estado natural para efectos de observación o cuestionamiento en base a preguntas.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

#### **2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

A efectos de fundamentar con el debido sustento científico, humanístico y tecnológico el presente trabajo de investigación, a continuación se presenta los hallazgos realizados por otros investigadores y que constituyen el punto de partida de la investigación, estado del arte que se realizó con el mayor rigor académico, entendiendo que el estudio desarrollado guarda los protocolos mínimos para efectos de investigaciones a nivel de postgrado.

##### **2.1.1 Antecedentes internacionales**

A partir de la investigación y un análisis reflexivo realizado por Martínez y Díaz (2007). Titulada “Una aproximación psicosocial al estrés escolar”, Universidad de La Sabana, en donde llegan a la conclusión que en los niveles de educación básica, media y superior señalan que el estrés es una situación latente en los estudiantes. Toda vez que el estrés que llegan a padecer los alumnos de los diferentes grados, presentan contextos psicológicos y sociales, siendo estos determinantes para el estrés que padecen, donde estos están relacionados a la desgracia y muerte de uno de sus progenitores, al padecimiento de sus hermanos o algún familiar por alguna enfermedad, la exigencia de los trabajos que brindan en las escuelas, el desempeño académico deficiente, la publicación y programación

de los exámenes, etc. elementos que se acumulan de sobre manera y genera un cumulo de preocupaciones y que se reflejan en la realidad latente de hoy en día en los estudiantes y su formación académica (p. 20-21).

Por otro lado, en el trabajo realizado por Barraza y Silerio (2007). Intitulado “El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo”. En el Estado de Durango en México, ha permitido confirmar que el 86% de un total de 623 alumnos de (02) dos Escuelas de Nivel Medio Superior presentaban estrés académico durante el semestre comprendido de enero a junio del año 2004, este estrés encontrado por estos autores se presentaba con un nivel medianamente alto. Donde el estrés que presentan los estudiantes se debe fundamentalmente a la sobre carga de las obligaciones y deberes que deben cumplir estos en un periodo determinado, siendo los trabajos y tareas para las aulas, para la casa, el tiempo para desarrollarlos, así como las exigencias de sus maestros en cada una de los exámenes teóricos como prácticos, la relación con sus compañeros y con sus maestros, los horarios de las sesiones didácticas, las normas académicas y administrativas, la sinergia y/o entendimiento de demuestre el profesor hacia ellos (p. 57-63).

En este estudio también se encontró que los síntomas que se presentan con mayor frecuencia entre los estudiantes son: inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo), ansiedad, problemas de concentración, angustia o desesperación, rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. En el caso de los síntomas, se halló la preeminencia de los síntomas psicológicos; donde el estrés académico que sufre el estudiante es un escenario totalmente de índole emocional-psicológico. Identificando además que las acciones para poder hacer frente y que son aplicadas en mayor grado por los discentes son: habilidad asertiva (actuar de forma pertinente en el lugar y momento oportuno sin lastimar al interlocutor) y elogios a sí mismo, resolver, ser positivo y tener un pensamiento proactivo. Este estudio también permitió identificar que las asignaturas que causan más estrés son las matemáticas y las ciencias naturales (Barraza y Silerio, 2007, p. 57-63).

Considerando la investigación realizada por Medina et al. (1995). Intitulado “Factores que predicen el consumo de drogas en los estudiantes de enseñanza media y media superior de México”. Instituto Mexicano de Psiquiatría y la Secretaria de Educación Pública, ha sido el estudio de los factores de riesgo asociados con problemas como el consumo de drogas, la influencia de los pares y el grado de satisfacción con el mundo que afectan al estudiante de educación media y media superior. En dicho estudio, la aparición de las condiciones estresantes en la problemática de los adolescentes fue un aspecto poco abordado pero no por ello menos importante, donde el impacto que tiene la familia, las amistades y el entorno social sobre el que un individuo se involucre en el consumo de drogas (p. 383).

Así mismo, a partir de la investigación realizada por Medina, Rojas, Galván, Berenzon, Carreño, Juárez, et al. (1993). Intitulada “Consumo de sustancias con efectos psicotrópicos en la población estudiantil de enseñanza media y media superior de la República Mexicana”. En la que se refiere a la Encuesta Nacional sobre el Uso de las Drogas en la Comunidad Estudiantil, se incluyó una breve sección en la que se estudiaron los aspectos referentes a los niveles de estrés, percibido en tres áreas de la vida potencialmente significativas de los estudiantes: 1) familia: “prohibiciones parentales”, 2) amigos: “mi mejor amigo(a) traicionó mi confianza” y 3) escuela: “problemas con las autoridades escolares”. Los resultados 6s arrojaron un mismo perfil de riesgo del estrés psicosocial: Que siendo del género femenino, estando en proceso de formación profesional, no haber realizado los estudios a tiempo completo en el anterior semestre y estar viviendo en un barrio urbano (p. 6-7).

Por su parte Torres y Cabrera (2007). En la investigación realizada y titulada “Calidad de Vida y Estrés en Universitarios en la Facultad de Psicología de la Universidad Veracruzana”. México. En la que llega a concluir; que más del 70 % de estudiantes en Veracruz, México, se sienten vulnerables al caer en cuadros preocupantes de estrés; luego de realizar una investigación titulada: Calidad de vida y estrés en universitarios en la facultad de psicología de la Universidad

Veracruzana. Además, identificó que los alimentos, los gastos de transporte y el material propio de la Carrera Profesional, son factores determinantes de presión; asimismo encontró que los problemas personales y de la vida cotidiana sumado a los factores anteriores, afectan su desempeño académico. Finalmente, consideró que los estudiantes de Licenciatura no tienen las mismas oportunidades de integrarse al mercado laboral que hace 20 años (p. 2).

Considerando a Extremera, Duran y Rey (2007), En su investigación “Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios”; España. Realizada en dos universidades Andaluzas, desarrollada con una muestra de 371 estudiantes universitarios, se centró en el análisis de la relación entre la Inteligencia Emocional (IE) y el grado de Burnout (síndrome del desgaste o quemado, como respuesta prolongada de estrés en alto grado en el organismo) midiendo a lo largo de sus estudios, sus niveles de vigor, dedicación y absorción en las tareas que realizó durante su carrera y sus niveles de estrés. Los resultados evidenciaron que altos niveles de inteligencia emocional en los estudiantes se relacionaban con menores niveles de agotamiento, mayor eficacia académica, menor percepción de estrés y puntuaciones más elevadas en sus calificaciones, dedicación y absorción en el desempeño de sus tareas académicas aproximadamente una o dos semanas antes de comenzar el período de exámenes. Por lo que los investigadores sugirieron, favorecer el desarrollo de habilidades emocionales en las aulas como un factor amortiguador de los estresores académicos y como vehículo para una mayor dedicación hacia el aprendizaje (p. 239).

A partir del estudio realizado por Porter (2007). En donde examinó el estrés para conocer cómo afecta la salud física y mental de los estudiantes y profesores. Analizó las causas del estrés en la escuela considerando la falta de sueño, el perfeccionismo y el futurismo (término que dio a la preocupación excesiva por el futuro), además de sugerir servicios de apoyo en las instituciones educativas. Esta información no es propiamente una investigación sino el análisis del resultado de un proyecto en marcha, para el manejo del estrés académico en la cultura

estudiantil de los Estados Unidos de Norteamérica. Dado que el material tiene mucho que aportar en la comprensión y manejo del estrés académico, se han profundizado en algunos aspectos, el cuerpo está diseñado para sentir el estrés en el tiempo, pero también lo está para recuperarse de éste, es decir para relajarse. Como educadores, a los profesores les toca entender que, de no hacerlo, el estrés crónico conduce a una disminución en su desempeño académico de rendimiento, irritabilidad, enfermedad física, ansiedad y depresión. Partiendo de la premisa de que el estrés es un fenómeno experimentado por la mayoría de los estudiantes, es necesario ayudarlos a enfrentar (p. 44).

Así mismo, considerando la investigación efectuada por Gutiérrez et al. (2010). Denominado “Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico”, investigación de corte descriptivo correlacional desarrollada en la ciudad de Medellín, Colombia; Concluyeron que la presencia y existencia de la depresión en los estudiantes es de 47,2% y el nivel de asociación de la misma con el grado de estrés académico que padecen, tienen significancia elocuente con los estresores académicos manejados, datos y situación que ratifica que el vigor y fortaleza física y su anatomía se encuentra asociada directamente con el equilibrio emocional del estudiante y por ende con su salud (p. 14-15).

### **2.1.2 Antecedentes nacionales**

A partir de la investigación realizada por López (2016). Cuyo título fue “Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad ciencias de la salud Arequipa, 2016”. Universidad Ciencias de la Salud de Arequipa, Perú. Llegando a la conclusión: que la presencia de estrés en estudiantes de enfermería influye negativamente en su rendimiento académico, donde los estudiantes presentan niveles de estrés de nivel medio (43.9%) y alto (43.9%).

Por otro lado señala, que el rendimiento académico con mayor frecuencia es regular (47.4%), con promedios entre 11 a 15. Las situaciones estresantes como: inquietud por la competencia, sobrecarga de tareas, personalidad del docente y



tiempo limitado influyen en el rendimiento académico regular o malo ( $x^2$  19.790;  $p=0.01$ )).

Al final, sostiene que frente a la mayor frecuencia de estímulos estresores el rendimiento académico predominante es regular a malo ( $x^2$  22.140 ( $p= 0.00$ )). Las estrategias de afrontamiento como la asertividad, plan de tareas y otros persisten asociadas al regular rendimiento académico ( $x^2$  23.054; ( $p=0.00$ )) (p. 1).

Por otro lado, en el trabajo de investigación desarrollada por Del Risco; Gómez y Hurtado (2015). Titulado “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de enfermería - Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos – 2015”. Universidad Nacional de la Amazonía Peruanas, Iquitos-Perú. En donde llegan a la conclusión: que el rendimiento académico, se observó que del 100,0% (120) de éstos procedentes del semestre 2014-II que cursaron del 2° al 4° nivel de estudios de 18 años a más de edad y de ambos sexos, el 57,5% (69) presentaron un rendimiento académico bueno; y el 42,5% (51) presentaron un rendimiento académico regular.

Así mismo, en relación al nivel de estrés se observó que del 100,0% (120) de éstos que cursan de 3° a 5° nivel de estudios del semestre 2015-I de 18 años a más de edad y de ambos sexos, el 83,3% (100) presentaron un nivel de estrés medio; mientras que, sólo un 3,4% (4) presentaron un nivel de estrés bajo.

Al final, también llegan a la conclusión, que el rendimiento académico según estrés en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana 2015, al aplicar la prueba no paramétrica de distribución libre Chi cuadrada se obtuvo resultados significativos  $p=0,003$  (p) (p. 58).

Celis et al. (2001). En su trabajo de investigación “Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año”; trabajo realizado por encargo de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos Lima, Perú. En la que llega a concluir, que existen mayores niveles de ansiedad estado y

rasgo en estudiantes de medicina de primero que en los de sexto año, donde se encontró que los estudiantes de primer y segundo ciclo académico presentaban mayores niveles de ansiedad y estrés académico (AE:  $x = 28,68$ ; AR:  $x = 22,70$ ) respecto a los estudiantes de los últimos semestres, casi egresantes de la Carrera Profesional (AE:  $x = 19,09$ ; AR:  $x = 18,84$ ), información que refleja el nuevo escenario en el que se encuentran los estudiantes de haber transitado de la educación básica a la educación superior y que el mismo se relaciona de manera consistente con el ambiente en el cual se desenvuelven los nuevos estudiantes universitarios (p. 28-30).

### **2.1.3. Antecedentes locales**

En el estudio realizado por Quenaya (2017). Cuyo título fue “Estrés académico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de medicina humana, UNSAAC, 2016”. Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, Perú. Se puede ver que llega a la conclusión: que el 60.4% (131) estudiantes presentan estrés medio bajo y el 2.3% (5) presentan estrés alto, el 63.6% (138) estudiantes presentan un rendimiento académico de regular y solo el 2.3% (5) con un rendimiento académico excelente.

Siendo el estresor que está presente en su mayoría es evaluación de los profesores, causando estrés “casi siempre” y “siempre” en un 53%; los principales síntomas producidos por el estrés que están presentes “casi siempre” y “siempre” son somnolencia en un 39.6%, problemas de concentración en un 26.2% y aumento o reducción del consumo de alimentos en un 23.5%. La principal medida de afrontamiento utilizada por los estudiantes “casi siempre” y “siempre” es habilidad asertiva en un 38.2%.

Al final, sostiene que existe una asociación entre el estrés académico y el rendimiento académico en los estudiantes de Medicina Humana, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, por lo que se acepta la hipótesis (p. 5).

Por su parte, Larico (2015). A partir de la investigación desarrollada “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de obstetricia de la Universidad Nacional

de Huancavelica, 2014”. Universidad Andina del Cusco, Perú. Llega a la conclusión: que existe mayor frecuencia de estudiantes con nivel de estrés académico medio que presentaron un nivel de rendimiento bajo en un 25.44%. Donde el valor de Chi cuadrado llega a señalar que al 95% de confianza no existe asociación y/o relación significativa del grado de estrés con el rendimiento académico.

Por otro lado, a través de los valores de los coeficientes de Pearson se pudo determinar que el estrés académico influye en mayor medida en las reacciones psicológicas con un  $r=0.82$ , seguido de las reacciones físicas con  $r=0.79$ , mientras que el estrés influye en menor grado en las reacciones comportamentales y en los estresores académicos con  $r=0.77$  y  $r=0.73$  respectivamente (p. 1).

## **2.2. BASES TEÓRICAS O CIENTÍFICAS**

### **2.2.1 El estrés académico.**

El termino estrés es uno de los más usados en la vida diaria y es catalogado como algo que perjudica. Sin embargo, según las investigaciones hoy se sabe que no son del todo negativos, pues, si bien en la mayoría de casos produce malestar y enfermedad en muchos otros sirven para proteger la integridad personal. Para lograr entender de mejor manera este fenómeno, se proponen algunos conceptos que guiarán el estudio.

Según indica Orlandini (2012) “El estrés es una respuesta biología a un estímulo o factor que lo provoca o estresor”. Cuando un estímulo sobrepasa la capacidad de respuesta de un individuo se produce una respuesta biológica en respuesta al estímulo estresor (p. 20).

Del mismo modo Rossi (2001) manifiesta que el estrés “es toda intranquilidad que se presente en el interior de una persona, situación que se origina a partir de las influencias y apremios internos y externos que debe sobrellevar y afrontar

cada individuo”. Es decir en el mundo existen situaciones que nos obligan a adaptarnos al mismo. De no hacerlo pues nuestra vida corre peligro (p. 11).

Por otra parte, el estrés académico es un complejo fenómeno que implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico. Todos estos factores aparecen en un mismo entorno organizacional: la Universidad. En particular, este entorno representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador –con otros factores- del fracaso académico universitario (Martín, 2007, p. 89).

En otra línea, Adams (2000). Propone que “el estrés es esencial para la vida como motivación y como guía. Pero el exceso de estímulo puede convertirse en un riesgo muy serio para la salud”. El estrés en definitiva nos prepara para la acción, permite proteger nuestra vida y si los estímulos son excesivos pueden contribuir a la saturación las mismas que generan riesgos para la integridad (p. 12).

Con estas definiciones se puede tener más claro la naturaleza del estrés. Se puede ver que la misma en términos adecuados puede proteger la vida y si es excesiva por el contrario generar malestar y enfermedad física y/o psicológica.

Por otro lado y últimamente Marshall (2010) el estrés se viene definiendo ni como acontecimiento estímulo ni como respuesta fisiológica sino como proceso. Indican los teóricos que el proceso es la mejor definición pues cada persona puede responder al estrés no de una sola manera sino más bien de varias, esta diferencia hace que el estímulo no genere las mismas respuestas en diferentes personas, por eso es mejor entenderla como un proceso (p. 280).

Es así, que en los estudios realizados por el Dr. Benson Herbert, se ha encontrado que las escuelas pueden comenzar por prestar servicios de apoyo para hacer frente a una serie de problemas de salud mental, incluida el estrés. Un número creciente de instituciones universitarias están seleccionando expertos en la reducción del estrés académico en el estudiante a través del trabajo del Dr. Benson, autor de la respuesta de relajación. Para que los ejercicios de relajación practicados por estudiantes universitarios sean útiles, Benson sugiere que una persona debe desarrollar una práctica fundacional de al menos 20 minutos de descanso por día; sin importar que sólo sean periodos pequeños y cortos (uno o dos minutos), en su forma más básica, la relajación requiere centrarse en la respiración, con los ojos cerrados y la columna vertebral erguida (Del Rosario et al., 2011, p. 3).

De acuerdo a una investigación realizada en la Universidad de Chile a un grupo de Maestros que han tenido licencias por diagnóstico psiquiátrico, se estableció que, en el sistema educativo, existen factores que determinan estrés en los docentes. Estos factores se relacionan con aquellos, que los profesores señalan como generadores de licencias por diagnóstico psiquiátrico al interior de la institución educativa conforme señala (Corvalán, 2005, p. 69-70), donde los profesores aseguran que su personalidad se ve afectada como resultado de las condiciones psicológicas y sociales en que ejerce la docencia, por el imperativo cambio social acelerado, teniendo así los siguientes factores:

- Condiciones de trabajo
- Percepción de la Reforma
- Relación escuela-comunidad
- Perfeccionamiento
- Situaciones contextuales
- Problemas económicos
- Enseñanza en la Universidad
- Especialización docente
- Exigencias administrativas

- Horarios recargados

Los hallazgos hechos por los investigadores permiten afirmar que el estrés académico tiene una estrecha relación con el rendimiento académico universitario. Por otro lado, el propósito de mostrar información del estrés que experimentan los profesores, obedece al estudio integral alumno-ambiente, pues ello repercute de manera directa en los estudiantes.

Finalmente, manifestar que los estudios realizados en la educación superior, buscan mostrar el alcance del estrés a estudiantes de temprana edad y el cual persiste a lo largo de su formación académica. Al comparar las investigaciones en universidades, únicamente un trabajo ha demostrado que algunas instituciones educativas han puesto en marcha la etapa de prevención y tratamiento, mientras que la mayoría de los países, incluido el nuestro, se encuentra en la etapa de análisis y en pocos casos han implementado sistemas de tutoría y orientación para asistir profesionalmente al estudiante desde un punto de vista clínico psicológico, situación que probablemente disminuya los excesivos índices de estrés académico en estudiantes universitarios.

#### ***2.2.1.1 Estresor.***

Un estresor como indica Orlandini (2012) “son estímulos que provocan la respuesta biológica o psicológica tanto del estrés normal como de los desarreglos que llegan a convertirse en enfermedades”. Estos estímulos en su mayoría son externos de no manejarlos adecuadamente pueden generar daño psicológico o físico (p. 22).

Según Melgosa (1999 citado en Campos, 2006, p. 3) “el estrés tiene dos componentes básicos: los agentes estresantes o estresores, que son las circunstancias del entorno que las producen y las respuestas al estrés, que son las reacciones del individuo ante los mencionados agentes”. Los estresores

como se observa generan reacciones que en un nivel leve se pueden controlar y en un nivel mayor pueden ocasionar daños en la integridad del hombre.

A partir de Comín, De la Fuente y Gracia (s.f.). Mencionan que “los estresores pueden ser los factores laborales, familiares y personales”. A continuación y tomando en cuenta a los autores se describen los mismos:

**Factores laborales,** dentro de estos se indica que el ruido, la iluminación y la temperatura son elementos que coadyuvan a la aparición y permanencia del estrés. Dentro de estos factores es importante también tomar en cuenta a los factores del ámbito del trabajo como cantidad de trabajo, relaciones interpersonales, etc. Del mismo modo, los factores que dependen de la organización del trabajo pueden contribuir a la aparición del estrés.

**Factores familiares,** dentro de este punto se debe considerar que las relaciones intrafamiliares, la organización y dinámica de la familia son uno de los aspectos de mayor importancia para la aparición y permanencia del estrés. Los constantes cambios que se experimentan en el núcleo de la familia generan tensión y malestar.

**Factores personales,** un aspecto a considerar dentro de los influyentes para la aparición del estrés es la personalidad. Como un ejemplo el patrón de conducta tipo A se presenta en individuos quienes desean obtener logros cada vez más altos (p. 7-17).

Por otro lado Reeve (1994) indica que existen estresores potenciales y están divididos en acontecimientos vitales mayores, molestias y alegrías diarias y circunstancias crónicas.

A continuación se explica cada una de los estresores:

- Acontecimientos vitales mayores; existen 43 acontecimientos vitales los que por tener un impacto importante en la vida de las personas pueden ser motivo de estrés. De entre estas podemos mencionar a la muerte del cónyuge, el divorcio, la cárcel, la enfermedad, el trabajo, embarazo, dificultades sexuales, economía, hijos, éxito personal, cambios en las condiciones de vida, actividades sociales, entre otros.
- Molestias y alegrías diarias; las molestias son las exigencias irritantes, frustrantes y angustiantes que generan incomodidad y preocupación. Dentro de ellas encontramos a las preocupaciones por el peso, salud de la familia, el trabajo. Tomando las alegrías diarias son situaciones que generan tranquilidad y que por su naturaleza pueden contribuir a la disminución del estrés. Dentro de ellas podemos mencionar al estar en paz con la pareja, amigos, trabajo y otros.
- Circunstancias crónicas; son situaciones persistentes y desagradables que generan estrés, dentro de ellas se puede consignar los ingresos económicos bajos, salud, en general dificultades persistentes (p. 24).

#### ***2.2.1.2 Fases del estrés.***

Melgosa (2006) indica que el estrés tiene fases la de alarma, la de resistencia y de agotamiento. A continuación se describe las mismas:

**Fase de alarma**, esta es una fase en la cual se activan las señales de alarma ante la presencia de un agente estresor. Estas señales se manifiestan a través de reacciones fisiológicas y si se maneja adecuadamente la situación estresante esta etapa puede quedar allí y no generar dificultades.

**Fase de resistencia**, esta fase se evidencia cuando sobrepasa la fase de alarma. Es aquí cuando la persona siente frustración y sufre como resultado de la situación estresante que experimenta. Una de las características es la pérdida de energía y disminución de la eficacia en el trabajo o actividad que realiza.



**Fase de agotamiento**, esta fase es la que finaliza la experiencia del estrés y está caracterizada por presentar fatiga, ansiedad y depresión. Es en este momento donde la persona no halla salidas y como indica en la triada cognitiva de Beck se ve a uno mismo, los otros y la vida en general como negativa y se da la pérdida de esperanza. Es en esta etapa cuando la persona inicia la búsqueda de apoyo (p. 19).

### ***2.2.1.3 Dinámica del estrés.***

Trianes (2002). Indica sobre la dinámica del estrés que existen elementos que componen la experiencia del estrés. Dentro de estas se pueden mencionar tres:

- Variables antecedentes: estas variables tienen que ver con estímulos y situaciones estresantes que pueden ser percibidas como tales. Dentro de ellas se encuentran las de desarrollo y maduración, familia, escuela, relaciones con iguales y factores socioculturales.
- Variables mediadoras: estas variables pueden dividirse en factores protectores, que son las condiciones personales que disminuyen el impacto en la vivencia del estrés; moduladores, las que influyen en la calidad e intensidad de la vivencia del estrés; y de afrontamiento, que tiene que ver con las condiciones personales y ambientales que ayudan a manejar el estrés.
- Variables consecuencia: estas tienen que ver con las respuestas del estrés. Estas respuestas pueden ser negativas si no se controlan adecuadamente (p. 25).

### ***2.2.1.4 Respuesta del estrés en el organismo.***

Considerando a Teixidó (2003). Quién indica que una persona se enfrenta a una situación amenazante responde con el cuerpo. En este caso la adrenalina y la noradrenalina estas por medio de fibras nerviosas pasan por la medula

espinal e hipotálamo y activan las glándulas suprarrenales hacen que aumente la secreción de adrenalina y pueden llegar hasta mil veces por encima de los valores normales otras hormonas tardan varios minutos hasta ahora en actuar.

Se produce un aumento de la presión arterial y de este modo la sangre fluye rápidamente, se da un aumento del aporte sanguíneo hacia el cerebro, además se incrementa la estimulación de los músculos del esqueleto que los van a poner en marcha, aumento de los ácidos grasos para la energía que necesitamos en el momento, activándose los opiáceos –endorfinas para anular la percepción de dolor, sin embargo también se producen disminución de del riego sanguíneo en piel y de la secreción de las hormonas sexuales (p. 153)

El estrés tal como indica López (2005) es sinónimo de desequilibrio. Es necesario indicar que cuando las demandas psicológicas y sociales sobrepasan la capacidad de respuesta los efectos están relacionados con el distrés o estrés malo. Por el contrario cuando la capacidad de respuesta es adecuada a las situaciones a la que nos enfrentamos entonces los efectos están relacionados con el eustrés o estrés bueno (p. 35).

#### ***2.2.1.5 Consecuencias del estrés.***

Cuando una persona está fuera de la situación de estrés todo funciona adecuadamente, sin embargo frente a situación de estrés la persona pierde equilibrio y su cuerpo empieza a funcionar de manera alterada.

Es así, según Piqueras, Ramos, Martínez y Oblitas (2009), Indicaron que las alteraciones que provocan los estresores son tres, alteración emocional, alteración cognitiva, alteración fisiológica. A continuación detallamos tomando en cuenta al mismo autor:

- Alteración emocional; esta es reconocida por sensación de ansiedad irritabilidad, rabia, depresión y culpabilidad. Estas sin duda generan malestar en quien la padece.
- Alteración cognitiva; se presentan pensamientos confusos, hay olvida y deterioros, se caracteriza por una elevada preocupación y distorsiones cognitivas.
- Alteraciones fisiológicas; provoca alteración en el sistema nervioso aumentando su actividad y generando conductas en respuesta a ello (p. 88-89).

#### ***2.2.1.6 Estrés en los estudiantes.***

En la actualidad muchos estudios viene desarrollándose en función a la tensión que sufren los estudiantes. Se habla de la inseguridad, la violencia psicológica y física, o problemas relacionado son la estima personal. Todas estas situaciones perturban las actividades diarias generando estrés y viéndose las consecuencias en el ámbito académico.

Los estresores más comunes en los estudiantes están relacionados con el cambio de dinámica entre la secundaria y la universidad. Los efectos de la presión que ejerce la universidad en los estudiantes son varios y todos relacionados con el estrés. Las evaluaciones, las asignaciones la relaciones interpersonales y otros contribuyen a la acumulación de tensiones y como se mencionó anteriormente si no son manejados adecuadamente pueden generar consecuencias negativas a nivel de salud en el estudiante.

El malestar que el estudiante presenta debido a las presiones que impone la universidad contribuye a un elevado nivel de distrés. Esta situación lo que hace es activar el sistema nervioso y con ello los otros sistemas también se ven afectados. Dentro de los cambios que se pueden observar son los siguientes, malestar emocional, cambios a nivel cognitivo, y reacción fisiológica lo que conlleva a conductas desadaptativas.

El estrés ciertamente aumenta en los tiempos de evaluación y presentación de asignaciones por la acumulación de actividades. Esta situación genera desgaste físico y emocional lo que al mismo tiempo afectaría en el rendimiento académico del estudiante.

Todas estas situaciones sin duda tienen influencia en la autoestima del estudiante. De no ser manejada adecuadamente el estrés podría perjudicar la seguridad del estudiante y el adecuado trabajo dentro del aula. Esta situación puede llevarlo a repetir las asignaturas o lo que es peor abandonar la universidad. Junto con la inseguridad viene la ansiedad y preocupación de los padres quienes costean en su mayoría los gastos que la universidad genera.

Desde esta perspectiva, que un estudiante presente estrés no afecta solamente a él sino también al contexto. Es por esta razón que esta investigación puede conllevar a generar estrategias para disminuir los índices de estrés y contribuir al éxito académico.

#### ***2.2.1.7 Estrés y su influencia en los estudiantes.***

En nuestro país actualmente se ha elevado el costo de vida. Es común que los jóvenes universitarios tengan que ayudar a sus familias desde el tema económico, es decir, deben trabajar de manera formal e informal para ayudarse y costear los gastos de la Universidad. El trabajar sin duda trae beneficios a los estudiantes pues conocen de mejor manera la dinámica laboral y adquieren experiencia, sin embargo, el hecho de trabajar no es igual para todos. Hay quienes toman esta experiencia como una carga y trae consigo insatisfacción y pesar, dificultando más bien su actividad como estudiante.

El estrés como indica Trianes (2003). Es definido como la presencia de una situación o acontecimiento identificable capaz de alterar el equilibrio fisiológico y psicológico del organismo. Toda vez que es la irradiación de la situación del individuo, la misma que se genera por factores tipo

neurofisiológico, cognitivo y emocional que inciden en la acomodación del ser humano. Esta situación es una realidad en todas las personas. Si bien es cierto el estrés en ciertas ocasiones nos ayuda a sobrevivir, en otra ocasiones contribuye al malestar y enfermedad física y psicológica. Los estudiantes universitarios no escapan de esta realidad. La dinámica establecida por las instituciones universitarias está llena de presiones académicas y si el estudiante trabaja en los tiempo libres esta realidad acrecienta. Se ha evidenciado en muchos casos que los estudiantes vienen cansados y no tienen tiempo ni fuerzas para desarrollar con eficacia sus labores académicas impidiendo de este modo su desarrollo personal (p. 14).

La universidad siendo un ámbito de formación académico tiene una serie de exigencias que deben ser cumplidas para así contribuir al desarrollo académico del estudiante. Entonces, con el fin de lograr esta meta en ocasiones se sobrecarga al estudiante de actividades las mismas que representan factores estresantes, que aunque son transitorias afectan a la persona. Entonces, un punto importante en esta situación es el manejo de las mismas para superar adecuadamente las posibles consecuencias.

### **2.2.2. Rendimiento académico.**

Para Pizarro (2015). El rendimiento académico es el logro obtenido por el individuo en determinada actividad académica. Como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación. Es el sentido lógico de las puntuaciones y calificaciones que se da entre los educandos en el desarrollo de nuevos contenidos y así poder verificar un nivel de conocimiento aceptable por las instituciones educativas. (p. 49).

Por otro lado, el rendimiento académico como indica (Cutance, 1987). Citado por Sosa (2008) hace reseña el grado de efectividad y equidad que brindan las

instituciones educativas, expresados en los promedios de los puntajes obtenidos a través de las evaluaciones y la compensación a las características de entrada de los estudiantes. En esta línea el rendimiento académico tiene que ver con las notas que el estudiante obtiene en diversas evaluaciones, de acuerdo al criterio puede ser visto como estudiantes con buen rendimiento o mal rendimiento (p. 119).

Según Chadwick, (1979) citado por Zambrano (2011) el rendimiento académico es la manifestación del desempeño y los atributos de carácter psicológicos, las mismas se presentan durante las etapas de desarrollo y formación profesional del discente, que permiten alcanzar niveles de aprendizaje significativos durante los semestres de estudios y obtener notas satisfactorias al final de cada ciclo académico. Dicho de otra manera el rendimiento académico predice desde este teórico el logro a nivel académico. Supone del mismo modo la capacidad del estudiante (p. 30).

Por otro lado, Bedoya (2012). Sostiene que el rendimiento académico es aquel proceso en el que el alumno logra una calificación aprobatoria o no aprobatoria mediante la evaluación de sus conocimientos adquiridos en la institución (p. 43)

#### ***2.2.2.1. Factores del rendimiento académico.***

Para González (2015). Los factores asociados al rendimiento académico son los socioeconómicos, el currículo, las metodologías de enseñanza, entre otros. Refieren que se puede tener una buena capacidad intelectual y unas buenas aptitudes y sin embargo no estar obteniendo un rendimiento adecuado, es así que podemos manifestar que el rendimiento académico es un fenómeno multifactorial.

De otra parte, se presentan otros elementos que repercuten en la satisfacción académica del estudiante, empezando desde los obstáculos que se presentan en comprender los cursos y culminando en las pruebas que deben rendir muchas

veces de manera simultánea e improvisada en fechas no previstas, que determinan la magra y deficiente obtención de notas y que señalan una baja productividad académica.

Otras cuestiones están directamente relacionadas con el factor emocional, como: una escasa motivación, la falta de interés o los descuidos que brinda a lo largo de las sesiones didácticas, que generan dificultades en la asimilación y entendimiento de la información impartida por el profesor y culmina repercutiendo en el rendimiento estudiantil al momento de aplicar los exámenes.

Los factores de riesgo del estudiante incluyen déficits cognitivos del lenguaje, escasas habilidades sociales y problemas emocionales y de la conducta. Los factores de riesgo se refieren a aquellas características y circunstancias específicas ligadas a los docentes y administrativos como los prejuicios y las bajas expectativas de rendimiento, la inhabilidad para modificar el currículo, la falta de recursos y la carencia de estrategias de enseñanza adecuadas, la estructura, el clima organizacional y los valores del sistema universitario (p. 2-3).

#### ***2.2.2.2. Clasificación del rendimiento académico.***

De acuerdo a Pimienta (2008), la clasificación del rendimiento escolar es un juicio de valor producto de la interpretación, ya que la SEP formula una escala (numérica) global que es entendida por las autoridades competentes; sin embargo la escala cualitativa que va de “deficiente”, “regular”, “bien”, “muy bien” a excelente” que también puede ser representada por letras (A, B, etc.) no responde a los propósitos que plantean las competencias que aparecen descritas en los programas de estudios; en los que se requiere de un proceso sistemático y general para la evaluación educativa, pues ello permite emitir un juicio fundamentado que contribuya a la mejoría del sistema de enseñanza-aprendizaje con “parámetros fiables” para emitirlos (p. 52).

Por tanto, según Romo (2015). El rendimiento académico se constituye en un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el estudiante, representa el nivel de eficacia en la consecución de los objetivos curriculares para las diversas asignaturas, y en nuestro país se expresa mediante un calificativo o promedio ponderado basado en el sistema vigesimal; es decir, las notas varían de 0 a 20 puntos, donde el puntaje de 10 o menos es reprobatorio (p. 69).

Es así que el anterior autor precedente considera que las calificaciones que representan el rendimiento académico se clasificaran de la siguiente manera:

- ✓ Rendimiento académico bajo (suficiente o no acreditado), cuando el estudiante tiene calificaciones igual o menor a 10.
- ✓ Rendimiento académico medio (bien), representado por la calificación entre 11 y 15.
- ✓ Rendimiento académico alto (muy bien o excelente), correspondiente a calificaciones entre 16 y 20 (p. 67).

#### *2.2.2.2.1 Rendimiento académico bajo.*

Según Romo (2015). Llegar a sostener un bajo rendimiento académico, es señal de aquel discente que no llegó a captar los nuevos conocimientos de forma satisfactoria y que la misma no se encuentra completa, demostrando que no cuenta con los instrumentos necesarios y por ende no tiende a desarrollar sus habilidades respectivas tendiente a la resolución de las contingencias de la asignatura materia de estudio (p. 67).

A nivel universitario, las causas que probablemente influyen en esta clasificación se deben según Gómez (1992) a los siguientes factores:

- En el alumno, una escasa preparación para llegar a la universidad, inadecuado progreso de aptitudes y actitudes específicas y carencia de hábitos de estudio.



- En el profesor, anomalías pedagógicas, carencias o mala asesoría personal y de dedicación (p. 182).

A partir de Vallejo (2011). Que señala tres factores y/o causas determinantes en el bajo rendimiento académico de los estudiantes universitarios, las mismas son:

- **Causas personales:** ausencia de aptitudes y capacidades, poco dominio de técnicas de estudio, escasa o nula dedicación al estudio durante el periodo escolar inasistencia a clases, desorganización del tiempo y planificación del estudio, falta de auto exigencia o de sentido de responsabilidad, insatisfacción con la carrera elegida, desproporción entre esfuerzos y resultados y problemas personales o sentimentales (p. 50).
- **Causas ambientales:** se consideró el tipo de residencia (si viven en casa para estudiantes o en casa familiar) y distractores que limitan la concentración en el estudio (p. 50).
- **Causas académicas:** dificultad de las materias o carrera; desajuste y ausencia de criterios objetivos en la programación, exigencia y evaluación de exámenes, deficiencia con las clases prácticas y carencia de coordinación entre materias, programas y cursos, grupos numerosos en el aula, falta de capacidad y motivación del personal docente, altos criterios de evaluación y ausencia de relación personal entre profesor y estudiante (p. 51).

Por otro lado, Tierno (1984). Considera e identifica las principales causas generales que generan un bajo rendimiento académico estudiantil, citando:

- No tener hábitos de estudio (falta de análisis)

- Falta de constancia en el estudio del material enseñado
- Falta de comprensión de lectura
- Desorganización y no planificación de los estudios y actividades académicas
- Falta de atención y esfuerzo en las actividades académicas
- No aprender de los errores
- Falta de concentración
- Falta de motivación
- Falta de compromiso y responsabilidad.

Emprender una carrera universitaria constituye un desafío personal que implica expectativa de progreso, miedo al fracaso y presión del entorno familiar, social y/o laboral. El adulto que realiza una elección para ingresar a una universidad, generalmente lo hace con compromiso y responsabilidad, pero también con dudas e incertidumbre. Poniendo en énfasis dicha incertidumbre como una de las causas de abandono en el nivel superior (Tinto, 2007, p. 10).

#### 2.2.2.2.2. *Rendimiento académico medio.*

De acuerdo a Romo (2015). El rendimiento académico medio, es el promedio mínimo adecuado que se acepta en lo educativo y social. En lo académico, es el promedio requerido para obtener beneficios de algunas becas. En cuanto a lo social, indica la aprobación para llevar a cabo una actividad laboral (p. 67).

Además, señala el autor precedente, que el alumno con un rendimiento académico medio puede ser funcional; sin embargo, requiere de mayor esfuerzo para aumentar su preparación. El autor explicó, que, al dedicar más tiempo en la realización de trabajos, hay una mejoría en el rendimiento académico, cualquiera que sea la capacidad del alumno, las características del contexto familiar y demás factores considerados

anteriormente, de tal modo que algunos de los factores pueden presentarse con determinadas deficiencias, pero no afectan significativamente el rendimiento (Romo, 2015, p. 68).

Por otra parte Martínez (2015), afirmó que el rendimiento académico medio está relacionado con las siguientes estrategias de afrontamiento: esforzarse en tener éxito con ambición y dedicación, asistiendo a clase y comprometiéndose con las tareas académicas como es debido, sin ellas, los alumnos se verán suspendidos (p. 69-75).

#### *2.2.2.2.3. Rendimiento académico alto.*

Romo (2015). Manifiesta, que se han comprendido los conocimientos de manera íntegra y se tiene la habilidad en el manejo de la información. Lograr esta clasificación en el rendimiento escolar requiere de cualidades de atención y perseverancia (p. 69).

A los alumnos más avanzados se les considera “capaces de una atención concentrada, de un esfuerzo continuo y un ritmo de trabajo rápido o medio”, (Romo, 2015, p. 69).

Por otra parte, por haber obtenido éxito en su trayectoria escolar previa, en un país como México, donde la mayoría de jóvenes quedan excluidos de la universidad, De Garay (2004) reconoció que los universitarios son un grupo social importante. Donde clasifica a los estudiantes del nivel superior como una elite que ha destacado por su resistencia, permanencia, compromiso, dedicación y habilidad para sobrevivir en las instituciones educativas (p. 162-163).

## **2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS**

### **Estrés académico**

Son factores psicosociales que se presentan en el estudiante que pueden originarse, concebirse y generarse por las demandas que impone el ámbito educativo. En consecuencia, tanto alumnos como docentes, pueden verse afectados por este problema (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 80).

### **Rendimiento académico**

Es el nivel de conocimiento demostrado en un área o asignatura, comparado con la norma, y que generalmente es medido por el promedio escolar. (Willcox, 2011, p. 1).

### **Afrontamiento**

Esfuerzos por controlar, reducir o aprender a tolerar las amenazas que conducen al estrés (Me gusta Volar, 2012, p. 1).

### **Autocontrol**

Capacidad de modular y controlar las propias acciones en una forma apropiada a su edad; sensación de control interno (Goleman, 1977, p. 304).

### **Confianza**

Es toda sensación de controlar y dominar el propio cuerpo, la propia conducta y el propio mundo (Goleman, 1977, p. 304).

### **Cooperación**

La capacidad de armonizar las propias necesidades con las de los demás en las actividades grupales (Goleman, 1977, p. 304).

## **Promedio ponderado**

Es un método de cálculo que se aplica cuando, dentro de una serie de datos, uno de ellos tiene una importancia mayor. Hay, por lo tanto, un dato con mayor peso que el resto (Pérez y Gardey, 2015, p. 1).

## **El estrés sociolaboral**

Se define como un conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido, la organización o el entorno de trabajo (Campos, 2006).

## **Eustrés**

“Es un tipo de estrés a corto plazo que proporciona una resistencia inmediata. Surge en puntos de mayor actividad física, entusiasmo y creatividad” (Martinez, 2015, p. 15).

## **Eustrés positivo**

“Un estrés positivo, surge cuando la motivación y la inspiración son necesarias”. (Martinez, 2015, p. 15)

## **Distrés**

“El distrés es un estrés negativo provocado por los reajustes constantes o alteraciones en una rutina. La angustia crea sentimientos de malestar y falta de familiaridad”. (Martinez, 2015, p. 15)

## **Estímulos**

Acontecimiento físico o cambio en la energía física que causa actividad fisiológica en un organismo sensorial.

### **Estímulos estresantes**

Sucesos importantes de la vida, como la muerte de un familiar, que tienen consecuencias negativas inmediatas que por lo general se desvanecen con el tiempo.

### **Estímulos estresantes de fondo**

Dificultades de la vida diaria, como quedar atrapado en un embotellamiento de tráfico, que causan irritaciones menores, pero que no tiene efectos dañinos a largo plazo, a menos que continúen o se compliquen con otros sucesos estresantes.

### **Estresores**

Demandas físicas o psicológicas a las que un individuo responde.

### **Intrepidez**

Característica de la personalidad asociada con un índice menor de enfermedades relacionadas con el estrés, que consta de tres componentes: compromiso, reto y control.

### **Dispositivos de defensa**

Estrategias inconscientes que usan las personas para reducir la ansiedad ocultando su fuente de sí mismos u de los demás.

### **Motivación extrínseca**

Se basa en todos aquellos incentivos externos, como recompensas y castigos.

### **Motivación intrínseca**

Se basa en factores internos, como la autodeterminación, la curiosidad, el desafío y el esfuerzo.

## **Resistencia**

Mecanismo de defensa que se manifiesta por síntomas físicos y otras señales de tensión mientras luchamos contra la creciente desorganización psicológica.

## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS Y VARIABLES**

#### **3.1 HIPÓTESIS GENERAL**

HG. El estrés académico universitario presenta una relación significativa con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

#### **3.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS**

HE1. Existe relación significativa entre los estresores del nivel de estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil que se manifiestan en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

HE2 Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico universitario y el nivel de rendimiento estudiantil reflejado en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

HE3 Existe relación significativa, entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario y rendimiento estudiantil que se reflejan en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.



### **3.3 DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES**

#### **3.3.1 DEFINICIÓN CONCEPTUAL**

##### **Variable X y/o Variable 1:**

Estrés académico (EA): Son factores psicosociales que se presentan en el estudiante que pueden originarse, concebirse y generarse por las demandas que impone el ámbito educativo. En consecuencia, tanto alumnos como docentes, pueden verse afectados por este problema. (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 8)

##### **Variable Y y/o Variable 2:**

Rendimiento estudiantil (RE): Es el nivel de conocimiento demostrado en un área o asignatura, comparado con la norma, y que generalmente es medido por el promedio escolar. (Willcox, 2011, p. 1)

#### **3.3.2 DEFINICIÓN OPERACIONAL**

##### **Variable X y/o Variable 1:**

Es todo sentimiento y sensación que contiene el discente provocados por ambientes físicos y emotivos, donde estos se encuentran asociados a entornos intrínsecos y extrínsecos que repercuten en su desempeño y comportamiento individual y que debe enfrentarse en el escenario y producción académica.

##### **Variable Y y/o Variable 2:**

Es el cumplimiento de las metas, logros y objetivos establecidos en la asignatura que cursa el estudiante, que se expresa por medio de las notas y que son resultado de una evaluación para superar o no la determinada prueba o asignatura.

### 3.4 CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
<b>V1: X.</b>  Estrés académico (EA)	Son factores psicosociales que se presentan en el estudiante que pueden originarse, concebirse y generarse por las demandas que impone el ámbito educativo. En consecuencia, tanto alumnos como docentes, pueden verse afectados por este problema (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 8).	Es todo sentimiento y sensación que contiene el discente provocados por ambientes físicos y emotivos, donde estos se encuentran asociados a entornos intrínsecos y extrínsecos que repercuten en su desempeño y comportamiento individual y que debe enfrentarse en el escenario y producción académica.	<b>Intrínsecos y Extrínsecos: (SISCO, Barraza, 2007)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia.</li> <li>- Personalidad.</li> <li>- Sobrecargas.</li> <li>- Evaluaciones.</li> <li>- Participación.</li> </ul>	Escala de medición tipo Likert:  1. Nunca. 2. Rara vez. 3. Algunas veces. 4. Casi siempre. 5. Siempre.
			<b>Estresores:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Síntomas o reacciones físicas</li> <li>- Síntomas o reacciones psicológicas.</li> <li>- Síntomas o reacciones Comportamentales.</li> </ul>	
			<b>Estrategias de afrontamiento:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad.</li> <li>- Tareas.</li> <li>- Asistencia.</li> <li>- Confidencialidad.</li> <li>- Preocupación.</li> </ul>	

<p><b>V2 : Y.</b></p> <p>Rendimiento estudiantil (RE)</p>	<p>Es el nivel de conocimiento demostrado en un área o asignatura, comparado con la norma, y que generalmente es medido por el promedio escolar. (Willcox, 2011, p. 1)</p>	<p>Es el cumplimiento de las metas, logros y objetivos establecidos en la asignatura que cursa el estudiante, que se expresa por medio de las notas y que son resultado de una evaluación para superar o no la determinada prueba o asignatura.</p>	<p><b>Promedio ponderado</b></p>	<p>- Constancia de notas</p>	<p>Escala de medición tipo Likert:</p> <p>1 = 00 – 06 : Muy bajo  2 = 07 – 10 : Bajo  3 = 11 – 14 : Bueno  4 = 15 – 17 : Muy Bueno  5 = 18 – 20 : Excelente</p>
---	--	---	----------------------------------	------------------------------	---

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **4.1 TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

##### **4.1.1 Tipo de Investigación.**

Se parte de una investigación cuyo enfoque es cuantitativo, la misma intenta responder a una problemática teórica de las variaciones de un determinado escenario y se dirige a describir y explicar de manera estructurada las asociaciones causales del objeto de la investigación (Sánchez y Reyes, 2015, p.18).

El presente estudio se tipifica como una investigación básica o sustantiva, porque se busca construir nuevos conocimientos y/o adicionar elementos a los campos de investigación, asimismo porque mantiene como propósito recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento científico, orientándonos al descubrimiento de principios y leyes. En razón de los propósitos de la investigación y la naturaleza del fenómeno estudiado y de acuerdo a lo propuesto (Sánchez y Reyes, 2009, p.13)

##### **4.1.2 Nivel de investigación.**

La investigación se caracteriza por ser correlacional - descriptivo, toda vez que tiene por objeto medir el grado de relación significativa que existe entre dos o más

variables, conocer el comportamiento de una variable a partir de la información de la otra variable. Por tanto se llegara a predecir, el valor aproximado que tendrá el comportamiento de un grupo de individuos en una variable, a partir de valor que tienen en las otras variables relacionadas.

Es así , que el interés de una investigación correlacional y descriptivo, no sólo se limita a la obtención de datos basadas en el conocimiento, sino que permite determinar, identificar y advertir las correlaciones que se puedan llegar a dar y brindar entre dos o más variables en estudio, donde los datos e información se llegan a obtener de manera directa de la realidad para posteriormente ser analizados, interpretados y poder generar una explicación de sus posibles causas y sus correlaciones que pudieran existir (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 80-81 ).

## **4.2 MÉTODOS Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

### **4.2.1 Método de Investigación**

Considerando que los métodos son las formas en que se aborda o se enfrenta la investigación en relación a la postura o posición del investigador dentro de un marco ideológico de la investigación, en el presente estudio se asumen los métodos deductivo y analítico:

A partir de método deductivo y considerando los principios teóricos, se llegó a examinar los elementos determinantes del estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil en las diez (10) Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, Filial Cusco, 2016 (semestre académico 2016-II).

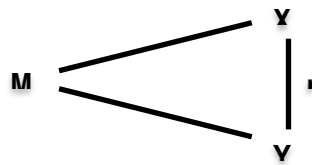
Por otro lado el método analítico, permitió identificar y explorar cada una de las variables en estudio, a partir del cual se establecieron la situación real de la problemática en los alumnos de las diez (10) Escuelas Profesionales de la

Universidad Alas Peruanas, filial Cusco, para luego analizar sus correlaciones posibles entre las dimensiones de cada variable que la componen.

#### 4.2.2 Diseño de la Investigación.

La presente investigación presenta un diseño no experimental, transversal, en el que se buscó encontrar el grado de correlación que existe entre las dos variables de interés en una misma muestra de sujetos o el nivel de relación existente entre dos fenómenos observados, describiendo y analizando los datos e información obtenidos en un solo momento, permitiendo determinar luego la descripción de las variables y analizar su interrelación en un momento determinado.

La tipología de la investigación es:



Dónde:

M = Muestra comprendida por los alumnos.

X = Variable 1 (V1): Estrés académico universitario (EA).

Y = Variable 2 (V2): Rendimiento estudiantil (RE).

r = Relación entre variables estudiadas.

### 4.3 POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN

#### 4.3.1. Población

Es de carácter finito, está constituido por 5951 alumnos universitarios de las diez (10) Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco, matriculados en el semestre académico 2016-II, distribuidos de la siguiente manera:

Tabla N° 1

***Población de estudio***

<b>UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS-FILIAL CUSCO, 2016-II</b>		
<b>N°</b>	<b>ESCUELA PROFESIONAL</b>	<b>SUB TOTAL</b>
<b>1</b>	ADMINISTRACIÓN Y NEGOCIOS INTERNACIONALES	748
<b>2</b>	CIENCIAS CONTABLES Y FINANCIERAS	842
<b>3</b>	TURISMO, HOTELERIA Y GASTRONOMÍA	176
<b>4</b>	DERECHO	629
<b>5</b>	INGENIERIA AMBIENTAL	739
<b>6</b>	INGENIERIA CIVIL	1630
<b>7</b>	INGENIERIA SISTEMAS E INFORMÁTICA	154
<b>8</b>	ESTOMATOLOGIA	326
<b>9</b>	PSICOLOGIA HUMANA	401
<b>10</b>	TECNOLOGIA MEDICA	306
	<b>TOTAL</b>	<b>5951</b>

**Fuente:** Elaboración propia y Centro de computo de la UAP, filial Cusco. 2016-II.

#### 4.3.2 Muestra

Para la obtención de la muestra se aplicó un tipo de muestreo probabilístico estratificado, (Hernández et al., 2014, p. 180), donde se llegó a desarrollar la formula estadística correspondiente a Cochran:

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

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de la población

Z = Coeficiente de Confianza o valor de Z crítico

S = La varianza de la población en estudio

d = Nivel de precisión absoluta.

Desarrollando se tiene:

n = ?

N = 5951 alumnos.

Z = Coeficiente de confianza: según la tabla al 95 % = 1.96

S = Varianza de la población: 0.5

d = Nivel de precisión absoluta: Por la tabla al 95 % = 0.05

$$n = \frac{5951 * 1.96^2 * 0.5^2}{0.05^2 * (5951 - 1) + 1.96^2 * 0.5^2}$$

$$n = \frac{5715.3404}{15.8354} = 360.92$$

**n = 361** estudiantes

La muestra de la investigación estuvo compuesta por 361 alumnos de las diez (10) Escuelas Profesionales de la UAP-Filial Cusco, las mismas se reflejan en la siguiente tabla:

Tabla N° 2.

*Muestra de la investigación*

UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS-FILIAL CUSCO, 2016-II				
N°	ESCUELA PROFESIONAL	TOTAL POBLACIÓN	%	TOTAL MUESTRA
1	ADMINISTRACIÓN Y NEGOCIOS INTERNACIONALES	748	12.6	46
2	CIENCIAS CONTABLES Y FINANCIERAS	842	14.1	51
3	TURISMO, HOTELERÍA Y GASTRONOMÍA	176	3	11
4	DERECHO	629	10.6	38
5	INGENIERIA AMBIENTAL	739	12.4	45
6	INGENIERIA CIVIL	1630	27.4	99
7	INGENIERIA SISTEMAS E INFORMÁTICA	154	2.6	9
8	ESTOMATOLOGIA	326	5.5	20
9	PSICOLOGIA HUMANA	401	6.7	24
10	TECNOLOGIA MEDICA	306	5.1	18
<b>TOTAL</b>		<b>5951</b>	<b>100</b>	<b>361</b>

Fuente: Elaboración propia.



## **4.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **4.4.1. Técnicas.**

Las técnicas de recojo de datos se refieren al conjunto de procedimientos y recursos de que se vale la ciencia para conseguir su fin. Un instrumento de recolección de datos es, en principio, cualquier recurso de que pueda valerse el investigador para acercarse a los fenómenos y extraer de ellos información (Hernández, et al., 2014, p. 198).

Por consiguiente se llegó a utilizar la encuesta aplicando a los alumnos de las diez (10) Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco. Para los cuales se inició a partir de una serie de modelos e indicadores para conocer los parámetros tanto del estrés académico universitario (EAU) como del rendimiento estudiantil (RE).

Por otro lado se utilizaron las técnicas de la observación directa documental (constancias de notas), los mismos fueron plasmados en mérito a la información a ser obtenida y que sea relevante para la investigación.

### **4.4.2 Instrumentos.**

Es mediante una adecuada construcción de los instrumentos de recolección de datos es que la investigación puede manifestar entonces la necesaria correspondencia entre teoría y práctica; es más, podríamos decir que es gracias a ellos que ambos términos pueden efectivamente vincularse (Hernández, et al., 2014, p. 200).

En así que se utilizaron un cuestionario y el análisis documental constituido por las constancias de notas para verificar los promedios ponderados de los estudiantes (rendimiento académico).

En tal sentido, en la presente investigación se utilizaron las siguientes técnicas e instrumentos de recojo de datos:

Tabla N° 3.

***Técnicas e instrumentos de recolección de datos***

TÉCNICAS	INSTRUMENTOS	DESCRIPCIÓN
Encuesta	Cuestionario SISCO	Con la finalidad de caracterizar el fenómeno en estudio y recoger datos sobre las dimensiones de las variables de estudio.
Observación documental	Análisis documental (Constancia de notas)	Con el propósito de recoger datos sobre las calificaciones finales de los estudiantes.

**Fuente:** Elaboración propia.

Para la investigación y poder captar los datos oportunamente en un solo momento se utilizó un cuestionario basado en la ficha técnica del inventario SISCO, toda vez que el presente estudio se centra en el concepto de estrés académico y sus implicaciones en el estudiante corriente. Por tanto se establece tres estados: estímulos estresores (input), síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento (output) que se determinarán mediante la realización de un sistema auto-descriptivo, denominado Inventario SISCO del Estrés Académico, para su aplicación el inventario fue autoadministrado y se solicitó su llenado de manera individual y/o colectiva; su aplicación no generó demasiado tiempo. La misma estuvo configurada de 31 ítems distribuidos en sus respectivas dimensiones y bajo una escala de medición tipo Likert de opción ordinal.

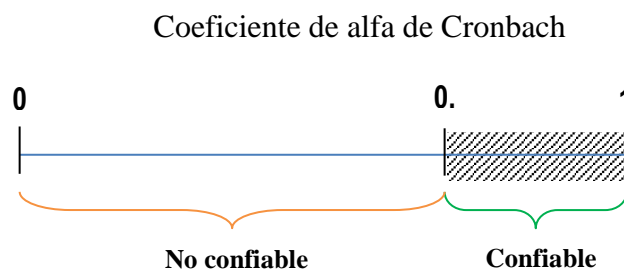
#### **4.4.3 Validez y confiabilidad.**

Las herramientas para el presente estudio, se encontraron diseñados cumpliendo con las exigencias de integridad, confianza y que permitió obtener datos e información para tabular y evaluar con seriedad y responsabilidad los resultados.

Para medir los instrumentos y desarrollarlos, se procedió en primera instancia en el perfeccionamiento y su validación respectiva a partir de:

La consideración de los ítems, su observación, evaluación y aplicación de las escalas estuvieron sometidas a la aprobación, opinión y validación de juicio de expertos (ver anexos).

Para la confiabilidad de los instrumentos utilizados e información capturada, se realizó por intermedio del análisis del índice de consistencia interna, considerando para este fin el coeficiente de alfa de Cronbach:



Considerando la información alcanzada y con la intención de realizar el análisis de los mismo, se estableció el proceso de la operación y fiabilidad del índice de consistencia interna; tomando muy en cuenta, que cuando el valor de “ $\alpha$ ” alcanzado se encuentre inferior a 0.8, se señala que el instrumento aplicado revela una inestabilidad diversificada en el contenido de sus preguntas, situación que generaría deducciones e interpretaciones erróneas, por otro lado cuando el valor de “ $\alpha$ ” que se llegue a obtener es mayor que 0.8 y esté cerca de uno (1) se determina el grado de confiabilidad del instrumento es mayor.

En consecuencia, para el presente estudio, se aplicó el cálculo respectivo y se determinó la fiabilidad del mismo a través de la ecuación de la varianza de los ítems:

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

De donde:

**K** : Número de ítems.

$\Sigma Si^2$  : Sumatoria de varianzas de los ítems.

$S_T^2$  : Varianza de la suma de los ítems.

$\alpha$  : Coeficiente de alfa de Cronbach.

$$\alpha = 0.9$$

Tabla N° 4.

*Coefficiente de confiabilidad del instrumento*

N°	Variable	N° de Actores	N° Ítems	Alfa de Cronbach
V1	Estrés académico	361	31	<b>0.908</b>
Coeficiente de confiabilidad del instrumento		361	31	<b>0.9</b>

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la tabla anterior, se llega a observar que el valor del coeficiente de alfa de Cronbach calculado está dentro del intervalo de confianza  $0.8 < \alpha = 0.9 < 1$ ; de donde se puede determinar que el instrumento considerado y aplicado brindó información relevante y muy consistente, llegando a establecer que la confiabilidad es muy alta toda vez que se encuentra muy próximo a la unidad (1), por lo tanto se considera que existe consistencia de los ítems planteados y de los resultados alcanzados.

#### 4.4.4 Plan de análisis de datos.

Se aplicó y desarrolló la estadística descriptiva e inferencial en la captura y su posterior análisis e interpretación de los datos, las mismas que fueron tabulados y sistematizados numérica y en sus respectivas figuras, distribuidos en frecuencias absolutas (f) y porcentuales (%).

Es conveniente enfatizar que previo al análisis respectivo de la información capturada, el presente estudio expondrá la imagen de las variables en un tiempo único, es así que para la finalización del análisis descriptivo se llegaron a elaborar las estrategias necesarias para contrastar las hipótesis a partir de una construcción de bases de datos de los resultados, para luego y en consideración a la concordancia entre variables estudiadas, se presentó el estadístico inferencial respectivo para conocer el nivel de relación que existe entre ellas por intermedio del coeficiente de Rho de Spearman, además que los valores obtenidos presentan una distribución no normal y los datos son ordinales, la misma se desarrolló con la aplicación del software estadístico SPSS 24.

#### **4.4.5 Ética de la investigación.**

Con la finalidad de llegar a obtener los datos de manera oportuna, lograr con todo lo establecido en la presente investigación, se procedió a presentar un documento a las autoridades de la Universidad Alas Peruanas, Filial Cusco para la autorización y apertura necesaria del desarrollo y aplicación de los cuestionarios a los discentes de las diez (10) Escuelas Profesionales de la UAP, Filial Cusco.

A lo largo de todo el proceso de investigación, el acopio de la información, se tomaron en cuenta todas las valoraciones éticas personales y de profesionalismo, llegando a cumplir con:

Consentimiento; Se solicitó la autorización en las instancias respectivas de la Universidad Alas Peruanas, Filial Cusco, para que los estudiantes tengan una participación voluntaria.

Protección; Se llegó a proteger la identidad de cada uno de los sujetos en estudio.

Confidencialidad; Los datos e información capturados no se revelaran ni se utilizará para otro fin.

Motivación: Los discentes de las diferentes Escuelas Profesionales de la UAP, Filial Cusco fueron motivados y sociabilizados sobre la importancia de la presente investigación.

Anonimato: Los estudiantes de las diez (10) Escuelas Profesionales de la UAP, Filial Cusco y los datos alcanzados contarán con la seguridad respectiva y no se divulgarán sus identidades.

## **CAPÍTULO V**

### **RESULTADOS**

Buscando realizar convenientemente el análisis, la interpretación y discusión de la información alcanzada y determinar las situaciones más determinantes del estrés académico universitario y su relación con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas-filial Cusco, 2016, se emplearon las encuestas respectivas a los discentes de las 10 Escuelas Profesionales que funcionan en la ciudad del Cusco y que fueron objeto de estudio, donde el instrumento se diseñó y consideró en mérito a la obtención de los objetivos esbozados en el presente estudio, así cómo llegar a observar y analizar las constancias de notas de cada estudiante encuestado.

Con el propósito de interpretar los datos alcanzados para poder responder a los objetivos e hipótesis planteadas, se diseñaron parámetros de estimación, donde estos fueron ajustados, armonizados y acomodados en relación a la escala de SISCO, dichas valoraciones que se ubicará en el puntaje total (PT) y dentro del rango que le corresponde en mérito a las tablas 5 y 6.

Por otro lado, se imprime que la operatividad de los cuestionarios estuvieron en virtud a escalas valorativas tipo Likert, asentados en valores de mediciones de frecuencias (f) y porcentuales (%) de acuerdo a los eventos estudiados y parámetros estimados y que se reflejan en cada una de las tablas y figuras subsiguientes:

Tabla N° 5

*Rangos valorativos del estrés académico*

Dimensión	Valoración				
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Estresores	1 a 9	10 a 18	19 a 27	28 A 36	37 a 45
Síntomas	1 a 15	16 a 30	31 a 45	46 a 60	61 a 75
Estrategias	1 a 7	8 a 14	15 a 21	22 a 28	29 a 35
<b>Estrés académico</b>	<b>1 a 31</b>	<b>32 a 62</b>	<b>63 a 93</b>	<b>94 a 124</b>	<b>125 a 155</b>

**Fuente:** Elaboración propia, (basados en las valoraciones de SISCO)

Considerando la tabla anterior (5), se determinó las equivalencias de las medias valorativas para llegar a interpretar con precisión el nivel del estrés académico de los estudiantes, para el efecto se consideraron el puntaje total (PT) que se llegó a obtener en cada estimación asignada para cada valoración, la misma se contrato con el rango de las estimaciones consideradas en la tabla siguiente (6):

Tabla N° 6

*Parámetros de estimación del nivel de estrés académico*

Nivel de estrés académico	Dimensiones			
	Estresores	Síntomas	Estrategias	PT
Muy alto	37 a 45	61 a 75	29 a 35	<b>de 125 a +</b>
Alto	28 a 36	46 a 60	22 a 28	<b>94 a 124</b>
Medio	19 a 27	31 a 45	15 a 21	<b>63 a 93</b>
Bajo	10 a 18	16 a 30	8 a 14	<b>32 a 62</b>
Muy bajo	1 a 9	1 a 15	1 a 7	<b>de 31 a -</b>

**Fuente:** Elaboración propia.



## 5.1. ANÁLISIS DESCRIPTIVO

### 5.1.1 Estrés académico universitario: Variable 1.

#### a. Dimensión estresores.

Tabla N° 7.

*Situación de los estresores en los estudiantes*

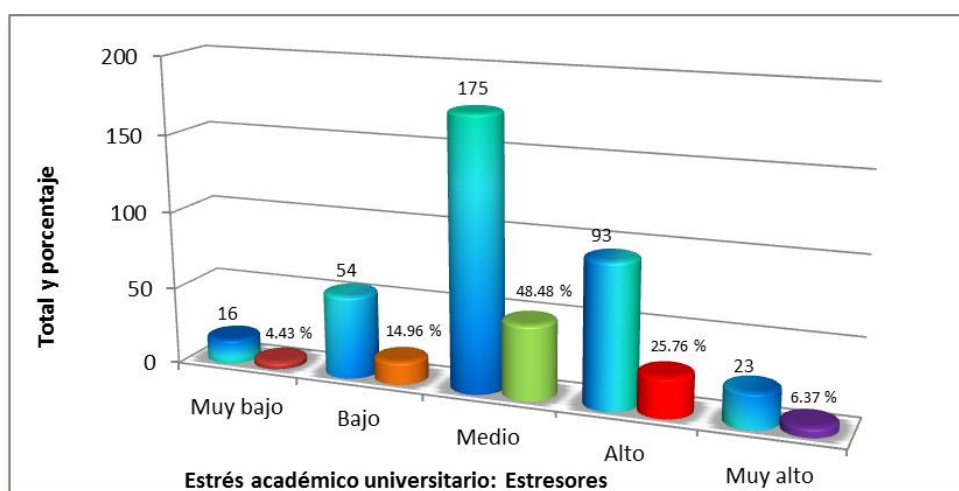
Dimensión	Afirmación	F	%	Porcentaje Acumulado
Estresores	Muy bajo	16	4.43	4.43
	Bajo	54	14.96	19.39
	Medio	175	48.48	67.87
	Alto	93	25.76	93.63
	Muy alto	23	6.37	100
<b>Total</b>		<b>361</b>	<b>100</b>	

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla precedente se aprecia que del total de estudiantes encuestados el 48.48 % indico que tienen efectos estresores medio, el 25.76 % señalo alto, seguido del 14.96 % que afirma bajo y en un porcentaje relativamente poco significativo pero no menos importante manifestaron muy alto y muy bajo con el 6.37 % y 4.43 % respectivamente.

Figura N° 1.

*Situación de los estresores en los estudiantes*



Fuente: Elaboración propia.

A partir del cuadro y figura anterior, en referencia a los elementos estresores que les llegaron a inquietar o inquietan en su estrés académico, se puede señalar que cerca del cincuenta por ciento afirmaron que existe una incidencia media de los eventos estresores en el desarrollo de los niveles de estrés académico, así como la competencia de los compañeros, la sobrecarga de tareas y trabajos, la interrelación con los profesores, las distintas evaluaciones académicas, el horario de las sesiones didácticas, la participación en clases y/o el no llegar a entender los temas que se llegan a ver en cada sesión didáctica; por otro lado los estudiantes universitarios llegaron a señalar en poco más de la cuarta parte del total de encuestados que sienten una incidencia alta de las situaciones que sostienen a los estresores; seguida de un porcentaje inferior a la cuarta parte que afirma que dicha incidencia es baja; asimismo en porcentajes muy inferiores del diez por ciento (6.37 % y 4.43 %).

Por consiguiente, las situaciones presentes de los estresores que se presentan frecuentemente a lo largo de la formación profesional del estudiante y que inciden en los estudiantes, como la competencia estudiantil con sus pares, la sobrecarga de tareas y trabajos, la interrelación y/o el carácter del profesor, el requerimiento de participación en clase, no entender los temas abordados y el tiempo limitado para presentar trabajos y asignaciones, son los estresores que les genera en esta oportunidad niveles de estrés académico medio y alto en los estudiantes de la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco y que los mismos pueden generar el agobio en los discentes, haciendo que su salud emocional se vea deteriorada y en consecuencia se pueda visualizar un probable fracaso académico.

**b. Dimensión síntomas.**

Tabla N° 8.

*Síntomas y/o reacciones del estudiante*

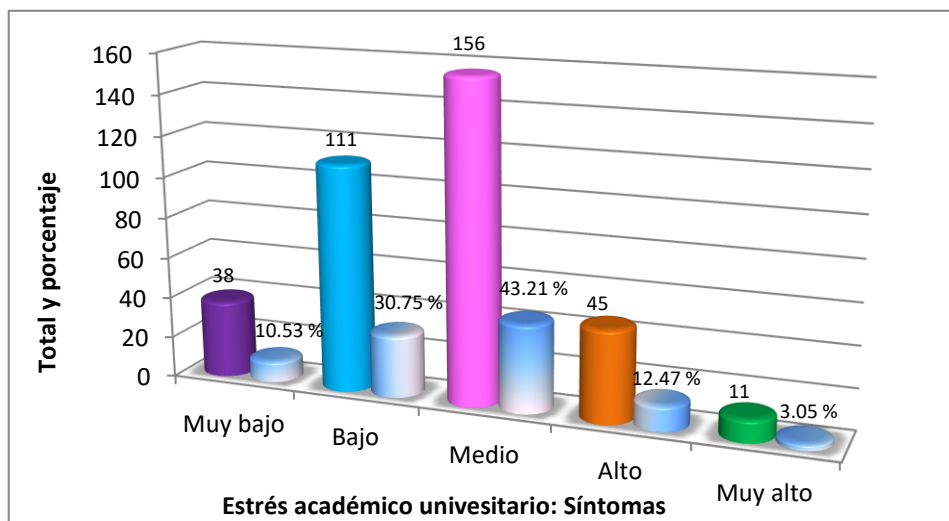
Dimensión	Afirmación	F	%	Porcentaje Acumulado
Síntomas	Muy bajo	38	10.53	10.53
	Bajo	111	30.75	41.28
	Medio	156	43.21	84.49
	Alto	45	12.47	96.96
	Muy alto	11	3.05	100
<b>Total</b>		<b>361</b>	<b>100</b>	

Fuente: Elaboración propia.

Observando la tabla anterior se puede afirmar que los síntomas presentados en los estudiantes llega a un 43.21 % que reconocen una media incidencia en la aparición de sus niveles de estrés, seguida del 30.75 % que afirman una incidencia baja; señalando además el 12.47 % llegar a tener una alta incidencia; además el 10.53 % de los estudiantes imprimieron que tienen una incidencia muy baja y al final el 3.05 % sostuvieron que la incidencia es muy alta en su salud emocional.

Figura N° 2.

*Síntomas y/o reacciones del estudiante*



Fuente: Elaboración propia.

Al enfocarnos en la tabla y figura antepuestos, en relación a los síntomas y las reacciones de los estudiantes objeto de investigación que determinaban su nerviosismo y/o preocupación en su formación profesional, se puede determinar que más del cuarenta por ciento (156 estudiantes) afirmaron que tienen una incidencia media los eventos que intervienen en los síntomas o en las reacciones que presentan cada uno de ellos en su condición de estudiantes, sobre todo en su aspecto físico, psicológico y comportamiento, situaciones tales como la presencia de trastornos en el sueño, fatiga, dolores de cabeza, inquietud, depresión, tristeza, problemas de concentración, conflictos, aislamientos, desgano y entre otros escenarios que inciden en su estrés académico estudiantil; por otro lado un poco más de la cuarta parte de estudiantes (111) afirman que tiene una incidencia baja los síntomas o reacciones de estos en el estrés académico; así mismo un poco más del doce por ciento de discentes (45) manifestaron que la incidencia de los síntomas o reacciones de estos es alta y que repercute en la manifestación del nivel de estrés académico en el estudiante.

Por tanto, se llega a fijar que las reacciones físicas y/o fisiológicas, las reacciones psicológicas y las reacciones conductuales son síntomas y/o reacciones de aparición de niveles de estrés académico estudiantil, situación que son reconocidas por los mismos estudiantes y estos son conscientes de cómo puede afectar en su rendimiento estudiantil durante su formación profesional, Situación que debe superarse, diseñando estrategias de mejora para salir del estado medio, alto y muy alto, donde las autoridades responsables de la universidad lleguen poner en práctica acciones remediales y correctivas orientadas a disminuir el estrés académico estudiantil.

**c. Dimensión estrategias de afrontamiento.**

Tabla N° 9.

*Estrategias de afrontamiento del estudiante*

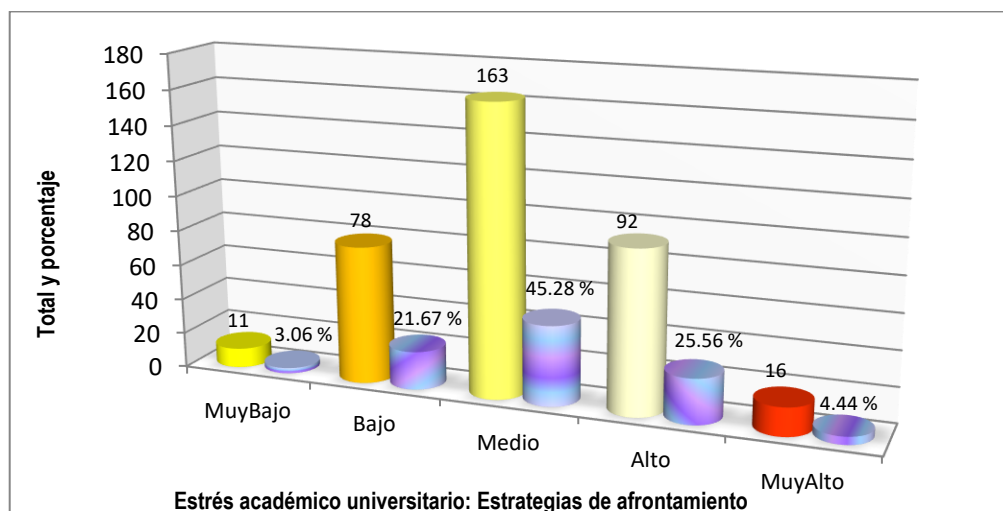
Dimensión	Afirmación	f	%	Porcentaje Acumulado
estrategias de afrontamiento	Muy bajo	11	3.06	3.06
	Bajo	78	21.67	24.73
	Medio	163	45.28	70.01
	Alto	92	25.56	96.00
	Muy alto	16	4.44	100
<b>Total</b>		<b>360</b>	<b>100</b>	

Fuente: Elaboración propia.

Al realizar el análisis de la tabla que antecede, en la que los estudiantes universitarios aseveran respecto del estrés académico que padecen, donde el 45.28 % sostienen que llegan a utilizar medianamente estrategias de afrontamiento para el mismo; seguido del 25.56 % de los discentes encuestados que afirmaron aplicar estrategias de manera alta; por otro lado el 21.67 % aseguran haber aplicado estrategias de manera baja, y finalmente el 4.44 % y 3.6 % de los sujetos afirman aplicar estrategias para enfrentar tal situación de manera muy alta y muy baja respectivamente.

Figura N° 3.

*Estrategias de afrontamiento del estudiante*



Fuente: Elaboración propia.

Partiendo de la tabla y figura vinculada a las estrategias utilizadas por parte del discente para llegar a enfrentar las situaciones que les causaba preocupación y/o el nerviosismo en su formación profesional, se puede esgrimir que cerca del cincuenta por ciento de los estudiantes (163) llegaron a manifestar que aplicaron medianamente estrategias de afrontamiento para afrontar el estrés académico estudiantil, diseñando planes de análisis de la situación y desarrollo de tareas, aplicando ideas y sentimientos sin perjuicio de sus pares, cambio de actitud, autoestima, el acercamiento a Dios por medio de oraciones y entre otras situaciones; así mismo un poco más de la cuarta parte (92) y un poco menos de la cuarta parte (78) de todos los estudiantes sostuvieron que llegaron a utilizar estrategias de manera alta y baja respectivamente para contraponer la situación que les generaba nerviosismo y/o preocupación en su desarrollo académico y poder llegar a disminuir sus niveles de estrés académico estudiantil.

Como resultante, se puede aseverar que las estrategias de afrontamiento respecto del estrés académico son necesarias para disminuir a niveles muy bajos de estrés o en su defecto erradicarlos completamente, de manera que los discentes sean los primeros en hacer frente a esta enfermedad del siglo XXI; poniendo de relieve su habilidad asertiva, elogios a sí mismo, construcción de un autoconcepto positivo, el tema de la religiosidad y la elaboración de un plan y su correspondiente ejecución, son entre otros, las estrategias (de medio y bajo a niveles altos o muy altos) y puedan llevar adelante para enfrentar el estudiante en base a un reconocimiento de su yo personal y de sus potencialidades y la búsqueda constante de la afirmación de su identidad. Situación que exige la mejora respectiva para superar este escenario de medio y bajo.

**d. Nivel del estrés académico universitario.**

Tabla N° 10.

*Estrés académico estudiantil*

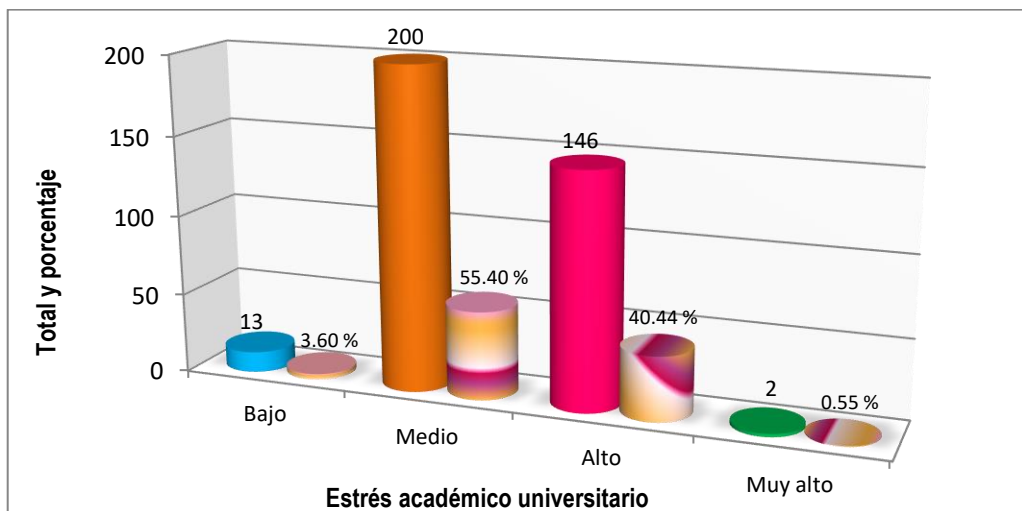
<b>Estado</b>	<b>Afirmación</b>	<b>F</b>	<b>%</b>	<b>Porcentaje Acumulado</b>
Estrés académico universitario	Bajo	13	3.60	3.60
	Medio	200	55.40	59.00
	Alto	146	40.44	99.44
	Muy alto	2	0.55	100
<b>Total</b>		<b>361</b>	<b>100</b>	

Fuente: Elaboración propia.

Respecto al estado del estrés académico, en la tabla se aprecia que el 55.40 % de los estudiantes encuestados presentan estrés académico medio; el 40.44 % de los mismos evidencian presentar estrés académico alto; así mismo un 3.60 % afirman tener bajo y finalmente el 0.55% señala presentar muy alto estrés académico estudiantil.

Figura N° 4.

*Estrés académico estudiantil*



Fuente: Elaboración propia.

La tabla y gráfico precursora, muestra en referencia el estado del estrés académico universitario que presentan los discentes a partir de las tres dimensiones estudiadas, donde se puede afirmar que más del cincuenta por ciento de los estudiantes encuestados (200), llegan a sostener que presentan un estrés medio por la presencia frecuente de las situaciones producidas por los elementos que sostienen a los estresores, los síntomas y reacciones tanto físicas y/o fisiológicas, psicológicas y de comportamiento, así mismo por las estrategias utilizadas para poder enfrentar las situaciones que llegaban a causar sus preocupaciones y/o nerviosismos en el ambiente estudiantil durante su formación profesional; por otro lado 146 estudiantes (40.44 %) llegaron a afirmar que presentan un estrés alto por los eventos y situaciones antes citadas y que se presentaron e inquietaron a las que tuvo que enfrentar y enfrentarán hasta culminar su formación profesional.

En consecuencia, se llega a esgrimir y que concurre un reconocimiento de parte de los estudiantes que presentan síntomas de estrés y que son influenciados por determinados estresores que los agobia, fastidian y los abrumba en el cumplimiento de sus responsabilidades académicas sintiendo presión y tensión en todo momento, que no les posibilita un desempeño estudiantil universitario satisfactorio y conforme a sus expectativas e intereses personales y de formación profesional. Escenario que permite diseñar estrategias para superar esta situación de medio y alto estrés académico universitario en la UAP, filial Cusco.

### 5.1.2. Rendimiento estudiantil: Variable 2.

#### a. Promedio ponderado.

Tabla N° 11.

*Promedio ponderado del estudiante 2016-II*

<b>Dimensión</b>	<b>Afirmación</b>	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>Porcentaje Acumulado</b>
Promedio ponderado	Bajo	155	42.94	42.94
	Medio	118	32.69	75.63
	Alto	88	24.37	100
<b>Total</b>		<b>361</b>	<b>100</b>	

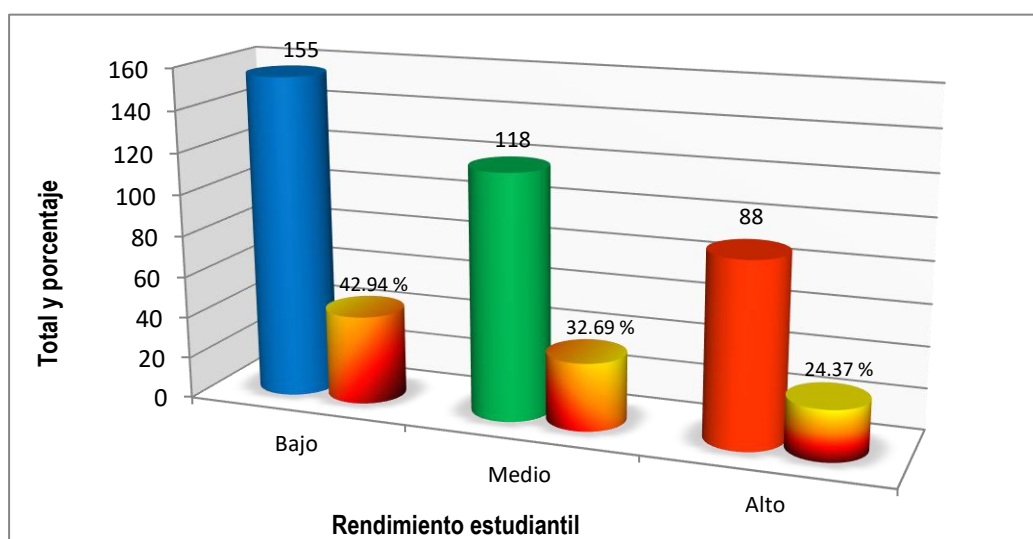
Fuente: Elaboración propia.



Prestando atención a la tabla anterior, en la que se observa el contexto del promedio ponderado del rendimiento estudiantil, donde el 42.94 % de los sujetos objeto de investigación presentan bajo promedio ponderado, seguido del 32.69 % con un promedio ponderado medio y el 24.37 % de los estudiantes mostraron promedios ponderados altos en su formación profesional.

Figura N° 5.

*Promedio ponderado del estudiante 2016-II*



Fuente: Elaboración propia.

A partir de la tabla y figura antepuesta en referencia a la dimensión del promedio ponderado del rendimiento estudiantil en la UAP, filial Cusco, se puede aser que 155 estudiantes (42.94 %) del total de la muestra, presentaron rendimientos bajos en el ciclo académico (2016-II), situación tangible que se refleja en sus constancias de notas, las mismas que están en el rango de 07 a 10 puntos de sus promedios ponderados; por otro lado se afirma que más de la tercera parte de los estudiantes (118 = 32.69 %) alcanzan rendimientos medios, los mismos llegaron a obtener notas en su promedio ponderado que se encuentra en un rango de 11 a 14 puntos y finalmente un poco menos del cuarto por ciento de los discentes (24.38 %) presentan rendimientos académicos altos, quienes obtuvieron notas que se encuentran entre un rango de 15 a 17 puntos de promedio ponderado.

Contexto que imprime, que los estudiantes presentan competencias de formación profesional y de rendimiento académico sustancialmente bajo y medio en las diez Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco; toda vez que los promedios ponderados de ellos se encuentran entre los rangos de 07 a 10 y de 11 a 14 puntos en el semestre académico 2016-II. Espacio y atmosfera que exige atención y deben diseñarse estrategias para superar ese estado de bajo y medio en el promedio ponderado del rendimiento estudiantil y conseguir desarrollar las capacidades y competencias previstas a lo largo de su formación profesional y/o evidenciar las dificultades para el desarrollo de estas; por tanto ello se puede deber y entre otros aspectos a los niveles de estrés académico que padecen los estudiantes, de allí que se tiene una gran responsabilidad para revertir estas cifras desalentadoras a partir de una evaluación institucional.

### 5.1.3 Estado del estrés académico-promedio ponderado

Tabla N° 12.

*Estado del estrés académico universitario y del rendimiento estudiantil*

Variables	Nivel	Estado del rendimiento estudiantil			Total	%
		Bajo	Bueno	Muy Bueno		
Estado del estrés académico universitario	Bajo	4	5	4	13	3.60
	Medio	84	64	52	200	55.40
	Alto	66	48	32	146	40.44
	Muy Alto	1	1	--	2	0.55
<b>Total</b>		155	118	88	361	
<b>%</b>		42.94	32.69	24.37		100

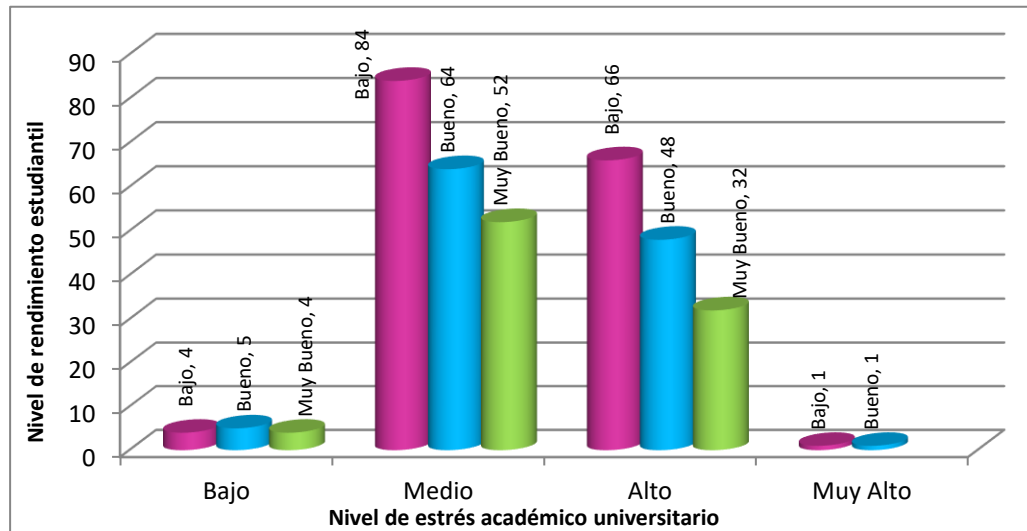
**Fuente:** Elaboración propia.

Al observar la tabla precedente, se puede señalar que los estudiantes encuestados presentan estados de estrés académico medio (55.40 %) con rendimientos estudiantiles bajo, bueno y muy bueno; así mismo muestran un 40.44 % de estrés académico alto con un rendimiento estudiantil bajo, bueno y muy bueno; por otro lado llegaron a afirmar un 3.60 % que tienen un estrés académico universitario bajo con rendimientos estudiantiles de bueno, muy

bueno y bajo, y finalmente se ve que los discentes presentan un estrés académico muy alto (0.55 %) con rendimientos de bajo y bueno en sus promedio ponderados del ciclo académico 2016-II.

Figura N° 6.

*Estado del estrés académico universitario y del rendimiento estudiantil*



Fuente: Elaboración propia.

Los datos obtenidos que se aprecian en la tabla y figura antecesoras, generadas a partir de las encuestas y verificación de las constancias de notas de los estudiantes de las diez (10) Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco en el semestre académico 2016-II, se puede determinar que un porcentaje mayoritario presenta un estado de estrés académico universitario medio con un bajo rendimiento estudiantil; seguido de aquellos estudiantes que presentan estrés académico alto con rendimientos bajos en sus promedios ponderados y que refleja el proceso de su formación académica profesional; por otro lado se afirma en un porcentaje significativo de estudiantes muestran estrés estudiantil medio con rendimientos medios cuyos promedios ponderados se encuentran en un rango de 11 a 14 puntos, así mismo los discentes exhiben estrés académico altos con rendimientos medios en sus promedio ponderados obtenidas al final del semestre respectivo; además se establece que los estudiantes presentan estrés medio y alto con rendimientos estudiantiles

satisfactorios que llegan a un estado muy bueno, encontrándose dentro del rango de 15 a 17 puntos en sus promedios ponderados.

## 5.2 ANÁLISIS INFERENCIAL

Con el propósito de mostrar y explicar las hipótesis del estudio, se aplicó el estadístico Rho Spearman para determinar las correlaciones existentes entre las variables. Es así que la tabulación de la información obtenida se efectuó mediante la estadística inferencial a partir de la cual se pudo determinar los elementos fundamentales que inciden y actúan de forma directa en el estrés académico universitario con el rendimiento estudiantil en los discentes de las diez (10) Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco durante el semestre académico 2016-II.

Por consiguiente se llega a exhibir las significancias estadísticas de la investigación:

### a. Prueba de hipótesis general.

Tabla N° 13.

*Correlación del estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil*

		Correlaciones		
			Estrés académico universitario	Rendimiento estudiantil
Rho de Spearman	Estrés académico universitario	Coefficiente de correlación	1,000	-,055
		Sig. (bilateral)	.	,299
		N	361	361
	Rendimiento estudiantil	Coefficiente de correlación	-,055	1,000
		Sig. (bilateral)	,299	.
		N	361	361

Fuente: Elaboración propia.

Tabla N° 14.

**Análisis e interpretación:**

Hipótesis estadística	Ho = El estrés académico universitario no tiene relación significativa con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016. H1 = El estrés académico universitario tiene relación significativa con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.
Nivel de significancia	$\alpha = 5\% = 0.05$
Coefficiente de correlación Rho Spearman	-0.055
Valor p calculado	$p = 0.299$
Conclusión	Puesto que $p > 0.05$ , rechazamos la hipótesis alterna quedando con la hipótesis nula, deduciendo que el estrés académico universitario no tiene relación significativa con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

**Fuente:** Elaboración propia.

Así mismo, se adiciona a la interpretación realizada de la tabla precedente, de acuerdo a la prueba estadística de Rho Spearman donde el coeficiente de correlación de Spearman es = - 0.055, la misma señala que no existe relación entre la variable estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil, siendo esta negativa, estando muy cerca -1 y lejos de 0, además que el p-valor o sig. calculado = 0.299 (sig. 0.299 > 0.05) por lo que no existe significancia entre variables, lo que ratifica la no correlación entre el estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil durante el ciclo académico 2016-II de la UAP, filial Cusco.

**b. Prueba de sub hipótesis.**

**b.1 Estresores del estrés académico (EA) y Promedio ponderado del rendimiento estudiantil (RE).**

Tabla N° 15.

*Estresores y promedio ponderado*

		Correlaciones		
			Estresores del EA	Promedio ponderado del RE
Rho de Spearman	Estresores del EA	Coefficiente de correlación	1,000	,008
		Sig. (bilateral)	.	,876
		N	361	361
	Promedio ponderado del RE	Coefficiente de correlación	,008	1,000
		Sig. (bilateral)	,876	.
		N	361	361

**Fuente:** Elaboración propia.

Tabla N° 16.

*Análisis e interpretación*

Hipótesis estadística	<p>Ho= No existe relación significativa entre los estresores del estrés académico universitario con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p> <p>H1 = Existe relación significativa entre los estresores del estrés académico universitario con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p>
Nivel de significancia	$\alpha = 5 \% = 0.05$
Coefficiente de correlación Rho Spearman	0.008
Valor p calculado	$p = 0.876$
Conclusión	Puesto que $p > 0.05$ , rechazamos la hipótesis alterna quedando con la hipótesis nula, deduciendo que no existe relación significativa entre los estresores del estrés académico universitario con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

**Fuente:** Elaboración propia.

Las tablas precedentes de contrastación de la sub hipótesis 1, advierte que la dimensión estresores del estrés académico universitario no tiene incidencia significativa en el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016, toda vez que el p-valor alcanzado es mayor al nivel de significancia de 0.05 (p-valor = 0.876 > 0.05) existiendo suficiente evidencia estadística para afirmar que la dimensión antes señalada no está relacionada significativamente con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil. Por otro lado de acuerdo al coeficiente de correlación alcanzado (Rho de Spearman = 0.008) se establece que no existe una correlación consistente, la misma implica que está mucho más próximo a 0 que a 1, por lo que la asociación es positiva pero muy baja de los estresores con el promedio ponderado que obtuvo el alumno universitario.

## b.2 Síntomas del estrés académico (EA) y el promedio ponderado del rendimiento estudiantil (RE).

Tabla N° 17.

*Síntomas (Reacciones) y promedio ponderado*

		Correlaciones		
			Síntomas (reacciones ) del EA	Promedio ponderado del RE
Rho de Spearman	Síntomas (reacciones) del EA	Coefficiente de correlación	1,000	-,022
		Sig. (bilateral)	.	,673
		N	361	361
	Promedio ponderado del RE	Coefficiente de correlación	-,022	1,000
		Sig. (bilateral)	,673	.
		N	361	361

Fuente: Elaboración propia.

Tabla N° 18.

*Análisis e interpretación:*

Hipótesis estadística	<p>Ho = No existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico universitario con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p> <p>H1 = Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico universitario con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p>
Nivel de significancia	$\alpha = 5\% = 0.05$
Coefficiente de correlación Rho Spearman	-0.022
Valor p calculado	$p = 0.673$
Conclusión	Puesto que $p > 0.05$ , rechazamos la hipótesis alterna quedando con la hipótesis nula, deduciendo que no existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico universitario con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

Fuente: Elaboración propia.

A partir de la tabla 17 y 18, en la que se aprecia la contrastación de la sub hipótesis 2, en donde la dimensión síntomas (reacciones) del estrés académico universitario no tiene asociación ni guarda relación significativa con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016; donde el p-valor alcanzado es mayor al nivel de significancia de 0.05 (p-valor = 0.673 > 0.05) situación manifiesta y de evidencia estadística que señala

que la dimensión antes vista no está relacionada consistentemente con el promedio ponderado. Así mismo de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho de Spearman alcanzado (-0.022), se determina que existe una correlación mínima, que implica que la misma está mucho más cerca 0 que a -1, por lo que la asociación es negativa muy baja de los síntomas (reacciones): físicas, psicológicas y comportamentales con el promedio ponderado que el alumno universitario llegó a alcanzar.

### b.3 Estrategias de afrontamiento del estrés académico (EA) y el promedio ponderado del rendimiento estudiantil (RE).

Tabla N° 19.

#### *Estrategias de afrontamiento y promedio ponderado*

Correlaciones				
			Estrategias de afrontamiento del EA	Promedio ponderado del RE
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento del EA	Coeficiente de correlación	1,000	-,117*
		Sig. (bilateral)	.	,027
		N	361	361
	Promedio ponderado del RE	Coeficiente de correlación	-,117*	1,000
		Sig. (bilateral)	,027	.
		N	361	361

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Fuente: Elaboración propia.

Tabla N° 20.

#### *Análisis e interpretación:*

Hipótesis estadística	Ho = Las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario no tiene relación significativa con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016. H1 = Las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario tiene relación significativa con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.
Nivel de significancia	$\alpha = 5 \% = 0.05$
Coefficiente de correlación Rho Spearman	-0.117*
Valor p calculado	$p = 0.027$
Conclusión	Puesto que $p < 0.05$ , rechazamos la hipótesis nula quedando con la hipótesis alterna, deduciendo que Las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario tiene relación significativa con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.

Fuente: Elaboración propia.



Considerando las tablas predecesoras de contrastación de la sub hipótesis 3, se evidencia que la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario tiene incidencia significativa en el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016; toda vez que el p-valor alcanzado es menor a 0.05 ( $p\text{-valor} = 0.027 < 0.05$ ) existiendo suficiente evidencia estadística para afirmar que la dimensión antes establecida está relacionada significativamente con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil. Donde además y de acuerdo al coeficiente de correlación alcanzado de Rho de Spearman = - 0.117\*, se establece que existe un nivel de correlación mínima, estando toda vez mucho más próximo a 0 que a -1, existiendo una asociación negativa, es decir inversa, por cuanto al mejorar el promedio ponderado del rendimiento estudiantil, disminuirá el estrés académico universitario, debiendo disponer de estrategias de afrontamiento para enfrentar las situaciones causantes de su nerviosismo y/o preocupación, y viceversa.

En síntesis, de las pruebas de hipótesis realizadas se pudo sostener cada uno de las hipótesis establecidas considerando las variables de estudio, situación confirmada mediante el modelo de regresión lineal simple, donde el ANOVA muestra un modelo de regresión lineal p-valor o sig. = 0.121 es mayor a 0.05 ( $\text{sig. } 0.121 > 0.05$ ) la misma no es significativa, entonces existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis alterna y aceptar la hipótesis nula (el estrés académico universitario no tiene relación significativa con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016). Por otro lado según el cuadro de coeficiente de determinación R cuadrado es = 0.007 la misma está muy cerca de 0 y muy lejos de 1, por lo que el modelo no se ajusta adecuadamente, lo que explica al multiplicar por 100 % da un resultado de 0.7 % y que señala que el modelo de regresión lineal simple explica el 0.7 % de la variabilidad del rendimiento estudiantil es decir de la variable dependiente, mientras que el 99.3 % de la variabilidad queda explicada el rendimiento estudiantil por otros factores diferentes al estrés académico universitario presente en los estudiantes de las diez (10) Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco, en el semestre académico 2016-II (ver anexos).

## CAPÍTULO VI

### DISCUSIÓN DE RESULTADOS

1.- Partiendo de la información obtenida, se arriba a las discusiones de manera concreta; de donde en referencia a la realidad latente que se presenta en el estrés académico universitario y la manera de cómo se asocia con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas-Filial Cusco, 2016, por lo que se llega a determinar de acuerdo a la prueba Rho de Spearman que dio un coeficiente de correlación de  $-0.055$ , la misma que señala la no existencia de una relación significativa entre la variable estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil, la misma que es negativa, donde se encuentra muy cerca  $-1$  y lejos de  $0$ , además el p-valor o sig. calculado =  $0.299$  (sig.  $0.299 > 0.05$ ) lo que establece que no existe significancia entre variables, ratificando la no correlación entre variables y que el estrés académico universitario no llegó a tener concatenación positiva con en el rendimiento estudiantil durante el ciclo académico 2016-II de la UAP, filial Cusco. Situación alcanzada en la tabla (12) donde  $84$ ,  $64$  y  $52$  discentes ( $55.40\%$ ) con estrés académico medio y promedios ponderados de bajo, bueno y muy buenos respectivamente, contextos producidos por los elementos que sostienen a los estresores, los síntomas y reacciones tanto físicas y/o fisiológicas, psicológicas y de comportamiento, así mismo por las estrategias utilizadas para poder enfrentar las situaciones que llegaban a causar sus preocupaciones y/o nerviosismos en el ambiente estudiantil durante su formación profesional, evento que se puede contrastar tal como sostiene Larico (2015). Que existe mayor frecuencia de estudiantes con nivel de estrés académico medio que presentaron un nivel de rendimiento bajo en un  $25.44\%$ . Donde el

valor de Chi cuadrado llega a señalar que al 95% de confianza no existe asociación y/o relación significativa del grado de estrés con el rendimiento académico (p. 1).

2.- De otra parte y en primera instancia abordamos la variable estrés académico universitario concatenados con sus componentes de éxito y el nivel de relación que pueda tener con el rendimiento estudiantil (promedio ponderado), por cuanto en referencia a la dimensión estresores del estrés académico (EA) se puede advertir la misma no tiene asociación significativa en el promedio ponderado del rendimiento estudiantil, toda vez que el p-valor alcanzado es mayor al nivel de significancia de 0.05 (p-valor = 0.876 > 0.05) existiendo suficiente evidencia estadística para afirmar que la dimensión antes señalada no está relacionada significativamente con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil, donde su coeficiente de correlación (Rho de Spearman = 0.008) establece que no existe una correlación consistente. Contexto desencadenante por 175 (48.48%) de estudiantes (tabla 7) que señalaron que existe una incidencia media de los eventos estresores en el desarrollo de los niveles de estrés académico como la competencia de los compañeros, la sobrecarga de tareas y trabajos, la interrelación con los profesores, la participación en clases y/o el no llegar a entender los temas que se llegan a ver en cada sesión didáctica, estableciendo de manera integral que el 55.40% de discentes presentan un estado de estrés académico universitario medio con un bajo rendimiento estudiantil (promedio ponderado). Tal como señalaron Martínez y Díaz (2007). Que el estrés que llegan a padecer los alumnos de los diferentes grados, presentan contextos psicológicos y sociales, siendo estos determinantes para el estrés que padecen, donde estos están relacionados a la desgracia y muerte de uno de sus progenitores, al padecimiento de sus hermanos o algún familiar por alguna enfermedad, la exigencia de los trabajos que brindan en las escuelas, el desempeño académico deficiente, la publicación y programación de los exámenes, etc. elementos que se acumulan de sobre manera y genera un cumulo de preocupaciones y que se reflejan en la realidad latente de hoy en día en los estudiantes y su formación académica (p. 20-21).

3.- En otro contexto y discurriendo en la dimensión síntomas del estrés académico y el rendimiento estudiantil (promedio ponderado), se llega a determinar la dimensión antes citada no tiene asociación ni guarda relación significativa con el promedio

ponderado del rendimiento estudiantil, toda vez que el p-valor alcanzado es mayor al nivel de significancia de 0.05 ( $p\text{-valor} = 0.673 > 0.05$ ) situación manifiesta y de evidencia estadística que señala que la dimensión antes vista no está relacionada consistentemente con el promedio ponderado. Así mismo de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho de Spearman alcanzado (-0.022), se determina que existe una correlación mínima, por lo que la asociación es negativa muy baja de los síntomas (reacciones), contexto establecido por 156 (43.21 %) de estudiantes (tabla 8) que afirmaron que tienen una incidencia media los eventos que intervienen en los síntomas o en las reacciones que presentan cada uno de ellos en su condición de estudiantes, sobre todo en sus atributos físicos, psicológicas y comportamentales con el promedio ponderado que el alumno universitario llegó a alcanzar; generándose de manera grupal un 42.94 % del total de la muestra rendimientos bajos en el ciclo académico (2016-II), situación tangible que se refleja en sus constancias de notas, las mismas que están en el rango de 07 a 10 puntos de sus promedios ponderados. Tal como manifiesta Larico (2015). Que a través de los valores de los coeficientes de Pearson pudo determinar que el estrés académico influye en mayor medida en las reacciones psicológicas con un  $r=0.82$ , seguido de las reacciones físicas con  $r=0.79$ , mientras que el estrés influye en menor grado en las reacciones comportamentales y en los estresores académicos con  $r=0.77$  y  $r=0.73$  respectivamente (p. 1).

4.- Así mismo, considerando a la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil (promedio ponderado), se puede establecer que la dimensión antes mencionada tiene concatenación significativa en el promedio ponderado del rendimiento estudiantil, toda vez que el p-valor alcanzado es menor a 0.05 ( $p\text{-valor} = 0.027 < 0.05$ ) existiendo suficiente evidencia estadística para afirmar que la dimensión antes establecida está relacionada significativamente con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil, además el coeficiente de correlación Rho de Spearman = - 0.117\*, señalando que existe un nivel de correlación mínima negativa. Escenario latente por 163 (45.28 % ) discentes (tabla 9) que llegaron a manifestar que aplicaron medianamente estrategias de afrontamiento para afrontar el estrés académico estudiantil, diseñando planes de análisis de la situación y desarrollo de tareas, aplicando ideas y sentimientos sin perjuicio de sus pares, cambio

de actitud, autoestima y entre otras situaciones que repercuten en su rendimiento estudiantil (promedio ponderado). Por cuanto al mejorar el promedio ponderado disminuirá el estrés académico universitario, debiendo disponer de estrategias de afrontamiento para enfrentar las situaciones causantes de su nerviosismo y/o preocupación, y viceversa. Tal como señalan Torres y Cabrera (2007). Donde más del 70 % de estudiantes en Veracruz, México, se sienten vulnerables al caer en cuadros preocupantes de estrés, identificando a los alimentos, los gastos de transporte y el material propio de la Carrera Profesional, son factores determinantes de presión; asimismo encontró que los problemas personales y de la vida cotidiana sumado a los factores anteriores, afectan su desempeño académico (p. 2).

5.- Por otra parte, se establece y determina que existen diferencias significativas en los estados de estrés académico universitario y del rendimiento estudiantil, situaciones señaladas que permite desprender que si se diseña y ejecuta estrategias de cometidos no solamente en una de las variables, sobre todo mirando al rendimiento estudiantil se llegaría a tener y se advertiría un crecimiento e intensificación con el correr de los semestres académicos en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas que brindan sus servicios educativos en la filial Cusco. Escenario que se llega revalidar por los datos de distribución normal alcanzados por intermedio del estadístico de la prueba de normalidad de Kolmogorow – Smirnov, donde el p-valor o Sig. obtenido es menor a 0.05 por lo que no es normal (sig. = 0.00 < 0.05) por tanto las variables estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil no se llegan a distribuir manera normal, escenario que ratifica las figuras alcanzadas, donde dichos eventos se alejan de la recta y no se encuentran pegadas a la misma, deduciendo que existe indicios que las variables no se distribuyen como una normal, existiendo demasiados puntos atípicos que inciden en su normalidad (ver anexos).

## CONCLUSIONES

**Primero.-** Se concluye a partir de los datos alcanzados y por intermedio de la prueba estadística inferencial Rho de Spearman, alcanzó un coeficiente de correlación -0.055, que determina la existencia de una correlación muy baja negativa entre el estrés académico universitario que sufren los estudiantes y su rendimiento académico estudiantil, toda vez que el coeficiente de determinación está muy cercano a -1 y lejos de cero (0), y donde el *p-valor* o *sig.* calculado 0.299 es mayor al error del 5 % = 0.05 (*sig.* 0.299 > 0.05) no existiendo relación significativa entre las variables (tabla 13), escenario que llega a enmarcar por los datos del modelo de regresión lineal simple, donde el ANOVA muestra un *p-valor* o *sig.* = 0.121 que es mayor a 0.05 (*sig.* 0.121 > 0.05) la misma no es significativa y que el R cuadrado es = 0.007 que está muy cerca de cero (0) y muy lejos de 1, determinando que el rendimiento estudiantil no está asociado ni guarda relación consistente con el estrés académico universitario que pueda haber sufrido el estudiante en el semestre académico 2016-II. Situación reflejada por el 55.40 % que revelan que presentan un nivel medio de estrés académico y un 42.94 % de los estudiantes (tabla 12) presentan rendimientos académicos bajos con promedios ponderados que se encuentra dentro del rango de 07 a 10 puntos, situación generada por la frecuencia e inquietud latente de los factores que sostienen a los estresores, los síntomas y/o reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, y de las estrategias de afrontamiento utilizadas para enfrentar los escenarios que llegaban a causar sus preocupaciones y nerviosismo en el seno interno y externo universitario.

**Segundo.-** Además se llega a concluir, que la dimensión estresores del estrés académico universitario no tiene relación significativa en el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016; donde el *p-valor* calculado es superior al nivel de significancia de 5 % = 0.05 (*p-valor* o *sig.* (bilateral) = 0.876 > 0.05), que determina la existencia suficiente para imprimir que la dimensión objeto de estudio (estresores) no está relacionada significativamente con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil y además de acuerdo al coeficiente de correlación Rho de Spearman alcanzado (0.008)-(tabla 15) la misma se encuentra muy próxima a cero (0) que a la unidad (1), estableciendo que no existe una correlación

consistente, siendo la misma muy baja entre los estresores del estrés académico con el promedio ponderado que obtuvieron los alumnos universitarios en el semestre 96-II. Contexto reflejado en el 48.48% (tabla 7) de estudiantes que señalaron que existe una asociación media de los elementos estresores, tales como la competencia de los compañeros, la sobrecarga de tareas y trabajos, la interrelación con los profesores, la participación en clases y/o el no llegar a entender los temas que se llegan a ver en cada sesión didáctica, generando una concatenación muy baja poco significativa con el rendimiento estudiantil.

**Tercero.-** Se percibe y concluye, que la dimensión síntomas (reacciones) del estrés académico universitario no tiene asociación ni guarda relación significativa con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016; donde el p-valor alcanzado es mayor al nivel de significancia de 5 % = 0.05 (p-valor o sig. (bilateral) = 0.673 > 0.05) situación manifiesta y evidente que la dimensión antes vista no está relacionada significativamente con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil y que de acuerdo al coeficiente de correlación Rho de Spearman alcanzado (-0.022) que está próximo a cero (0) que a menos uno (-1) (tabla 17), determinando que existe una correlación muy baja negativa de los síntomas (reacciones). Donde el 43.21 % de estudiantes (tabla 8) sostuvieron una asociación media a los eventos que intervienen en los síntomas o en las reacciones que presentan cada uno de ellos: físicas, psicológicas y comportamentales con el promedio ponderado que llegó a obtener el alumno universitario en el referido ciclo académico, escenarios revalidados por los datos de distribución normal alcanzados en la prueba de normalidad de Kkolmogorow–Smirnov, donde el p-valor o Sig. obtenido es menor a 0.05 por lo que no es normal (sig. = 0.00 < 0.05) la distribución, existiendo varios puntos atípicos.

**Cuarto.-** Concluyendo por otro lado, que la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario tiene asociación significativa con el promedio ponderado del rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016; toda vez que el p-valor alcanzado es menor a 0.05 = 5 % (p-valor o seg. (bilateral) = 0.027 < 0.05) existiendo suficiente evidencia estadística para afirmar que la dimensión antes señalada está relacionada significativamente con el promedio

ponderado del rendimiento estudiantil, y de acuerdo al coeficiente de correlación alcanzado (tabla 19) (Rho de Spearman = - 0.117\*) estando más próximo a cero (0) que a menos uno (-1), existe una asociación mínima negativa, es decir, inversa. Situación expresada por el 45.28 % de estudiantes (tabla 9) manifestando que aplicaron medianamente estrategias de afrontamiento para el estrés académico estudiantil, diseñando planes de análisis de la situación y desarrollo de tareas, cambio de actitud y autoestima; por cuanto al mejorar el promedio ponderado del rendimiento estudiantil, disminuirá el estrés académico universitario y que deben estar asociados a las estrategias de afrontamiento del estrés académico para enfrentar el nerviosismo y/o la preocupación del discente en su formación profesional.



## RECOMENDACIONES

**Primero.-** A los docentes, funcionarios y autoridades de la Universidad Alas Peruanas, filial Cusco, deben innovar los procesos y servicios educativos, toda vez que al determinar que el estrés académico de la población estudiantil no afecta ni está asociado de forma consistente y sólida al rendimiento estudiantil, situación que hace necesario abordar cada problemática de manera independiente, entendiendo que estas pueden actuar como variables independientes como consecuencia de otros factores y hechos que responden a la naturaleza compleja del quehacer educativo, donde este abordaje debe incluir actividades concretas que se deben prever en el Proyecto Estratégico Institucional (PEI) y el Plan Operativo Institucional (POI) de la comunidad universitaria.

**Segundo.-** La Oficina de Bienestar Universitario, y proyección social y extensión universitaria o el que haga sus veces debe contar con una línea de acciones de base seria y confiable respecto a los estresores del estrés académico que pueden estar padeciendo los estudiantes y la obtención de sus promedios ponderados en sus rendimientos académicos, que sirvan de elemento de discusión y toma de decisiones por parte de la autoridad universitaria del referido centro de estudios y su consecuente priorización dentro de las políticas y estratégicas administrativas-académicas de la vigente gestión universitaria.

**Tercero.-** A La Oficina de Servicios Académicos, Bienestar Universitario o el que haga sus veces debe contar con una línea de base madura, sobria y confiable respecto a la sistematización de los síntomas (reacciones): físicas, psicológicas y comportamentales del estrés académico y los promedios ponderados semestrales del rendimiento estudiantil de todo el alumnado de manera integral, de manera que se encamine y desarrolle decisiones y acciones estratégicas, para revertir posibles resultados adversos y estadísticas desfavorables en el desarrollo de sus competencias de formación profesionales en el estudiantado uapino.

**Cuarto.-** Se sugiere a los investigadores, instituciones y organizaciones interesados en las problemáticas abordadas en la presente investigación, una reflexión y profundización sobre estos aspectos y la conveniencia de adoptar diseños experimentales en las estrategias de afrontamiento del estrés académico y los promedios ponderados del rendimiento estudiantil, proponiendo sistemas remediales y correctivos a nivel actitudinal, emocional, sinérgico, y de índole organizacional y gerencial para prevenir la manifestación de los estados de estrés académico en los estudiantes universitarios o en su defecto disminuir las mismas, así como diseñar e implementar acciones y actividades estratégicas para garantizar resultados positivos y satisfactorios en el rendimiento estudiantil de los discentes de la UAP, filial Cusco de manera integral.

## FUENTES DE INFORMACIÓN

- Adams, Jenni (2000). *Estrés: Un amigo de por vida; Cómo vivir con él, cómo usarlo y vivir creativamente a consecuencia del estrés*. 1ra. Ed. Buenos Aires. Argentina. Edit. Kier S.A.
- Barraza, A. y Silerio, J. (2007). *El estrés académico en los alumnos de educación media superior. Un estudio comparativo*. Investigación Educativa Duranguense, 7, 48-65.
- Barredo, A. (2000). *Estrés y Ansiedad*. Superación Interactiva. España: Libro-Hobby.
- Bedoya, S (2012). *Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de la facultad de estomatología* (Tesis para optar el título de cirujano dentista). Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima.
- Benson, Herbert (s.f.). *La respuesta de relajación y la meditación trascendental parece ser similar*. Consultado el 25/03//2017 y disponible en: <http://www.relaxationresponse.org/>
- Benson, D. (2000). *Reduccion del Estres Academico*. Obtenido de Reducción del Estres Academico.
- Caldera, J.F., Pulido, B.E. y Martínez, M.G. (2007). *Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos* [Versión electrónica]. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82.
- Campos, M. A. (2006). *Causas y efectos del estrés laboral*. San Salvador: Universidad de El Salvador, Escuela de Ingeniería Química.
- Celis, Juan; Bustamante, Marco; Cabrera, Dino; Cabrera, Magno; Alarcón, Walter, Monge, Eduardo (2001). *Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año*. *Anales de la Facultad de Medicina*, 62. Consultado el 23/02/2017 y disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=37962105>
- Comboni, J. (2002). *Rendimiento Académico*. Obtenido de Rendimiento Académico.

- Comín A., Enrique; De la Fuente A., Ignacio y Gracia G., Alfredo (s.f.). *El estrés y el riesgo para la salud*. Consultado el 20/03/2017 y disponible en: <https://www.uma.es/publicadores/prevencion/wwwuma/estres.pdf>
- Corvalán, M. (2005). *La realidad escolar cotidiana y la salud mental de los profesores*. Revista Enfoques Educativos, 7(1), 69-7
- Chadwick, C. (1979). *Teorías del aprendizaje*. Santiago: Tecla
- De Garay, A. (2004). *Integración de los jóvenes en el sistema universitario. Prácticas sociales, anémicas y de consumo cultural*. México: Pomares. Obtenido de Integración de los jóvenes en el sistema universitario. Prácticas sociales, anémicas y de consumo cultural. México: Pomares.
- Del Rosario, M.E., Enriquez, V., Alonso, M.B., García, M., García, S., Mera, R. (2011). *Un día en la UHB. Comunicación en el XXVIII Congreso Nacional de Enfermería de Salud Mental, Tarragona: España*. Consultado el 15/02/2017 y disponible en: <http://www.codem.es/Canales/Ficha.aspx?IdMenu=5EB46F5D-D732-4BA2-A96C4E438E63A2D9%20&Cod=92DC4967-1E55-43BD-82DC5C9C2A06657A>
- Del Risco T., Mariela C; Gómez M., Diandra S. Y Hurtado F., Frescia S. (2015). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de enfermería - Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos – 2015*. Consultado el 28/02/2018 y disponible en: [http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3954/Mariela\\_Tesis\\_T%3%ADtulo\\_2015.pdf.pdf?sequence=1](http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3954/Mariela_Tesis_T%3%ADtulo_2015.pdf.pdf?sequence=1)
- El Peruano (2014). *Ley universitaria 30220*. Consultado el 10/04/2017 y disponible en: <https://www.sunedu.gob.pe/wp-content/uploads/2017/04/Ley-universitaria-30220.pdf>
- Extremera P., Natalio; Durán, Auxiliadora y Rey, Lourdes (2007). *Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios*. Consultado el 10/02/2017 y disponible en: [http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf50niveles\\_burnout.pdf](http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf50niveles_burnout.pdf)
- Goleman, Daniel (1977). *Inteligencia emocional*. Colección ensayo. Editorial Kairos.
- Gómez D., G. (1992). *Rasgos del alumno, eficiencia docente y éxito escolar*. Madrid: La Muralla.

- González F., Bertha (2015). *Rendimiento académico en estudiantes de quinto año de estomatología del curso 2013-2014*. Sancti Spíritus. Consultado el 10/03/2017 y disponible en: <http://www.estomatologi2015.sld.cu/ondex.php/estomtologia/nov2015/paper/download/801/>
- Gutiérrez R., Javier A.; Montoya V., Liliana P.; Toro I., Beatriz E; Briñón Z. María A.; Rosas R., Esmeralda Y Salazar Q., Luz E. (2010). *Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico*. Rev CES Med; 24(1): 7-17. Consultado el 25/01/2017 y disponible en: <http://revistas.ces.edu.co/index.php/medicina/article/view/1011>
- Greenglas, B. (1995). *Variables Organizacionales*. Obtenido De Variables Organizacionales.
- Hernández S., Roberto; Fernández C., Carlos y Baptista L., Pilar (2014). *Metodología de la Investigación*. (6° ed.). México, Ed. Mcgraw-HILL/Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Larico L., Ada L. (2015). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de obstetricia de la Universidad Nacional de Huancavelica, 2014*. Consultado el 01/03/2018 y disponible en: <http://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/UAC/307/1/RESUMEN.pdf>
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona. Ediciones Martínez Roca, S.A.
- López C., José A. (2016). *Influencia del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad ciencias de la salud Arequipa, 2016*. Consultado el 28/02/2018 y disponible en: <http://repositorio.ucs.edu.pe/bitstream/UCS/10/1/lopez-cruz-jose.pdf>
- Martín M., Isabel María (2007). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Apuntes de Psicología. Colegio Oficial de Psicología, Vol. 25, número 1, págs. 87-99. Consultado el 25/01/2017 y disponible en: [http://copao.cop.es/files/contenidos/VOL25\\_1\\_7.pdf](http://copao.cop.es/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf)
- Martínez, E. (2015). *Una aproximación psicosocial al estrés universitario*. Madrid – España. Casa editora sudamericana.
- Maslach. (1999). *Concepto de Estres*. Obtenido de Concepto de Estres.

- Marshall R., John (2010). *Motivación y emoción*. 2da. Edi. México. McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Medina M., M.E., Villatoro J, López E, Berenzon S, Carreño S, Juárez F. (1995). *Los factores que se relacionan con el inicio, el uso continuado y el abuso de sustancias psicoactivas en adolescentes mexicanos*. Gac Med Mex;131:383-387.
- Medina M., M.E, Rojas E, Juárez F, Berenzon S, Carreño S, Galván J. et al. (1993). *Consumo de sustancias con efectos psicotrópicos en la población estudiantil de enseñanza media y media superior de la República Mexicana*. Salud Mental;16: 2-8.
- Melgosa, J. (2006). *Sin Estrés: Nuevo estilo de vida*. (1ª. ed.). España: Editorial SAFELIZ, S.L.
- Orlandini, A. (2012). *El estrés: qué es y cómo evitarlo*. (5ª Ed.). México: Fondo de cultura económica.
- Pérez P., Julián y Gardey, Ana (2015). *Definicion.de: Definición de promedio ponderado*. Consultado el 15/03/2017 y disponible en. <https://definicion.de/promedio-ponderado/>
- Perez, Andrea (2012). *Afrontamiento del estrés I*. Consultado el 13/03/2017 y disponible en: <http://megustavolar.iberia.com/2012/07/afrontamiento-del-estres-i/>
- Pimienta P., Julio H. (2008). *Cómo evaluar los aprendizajes de los estudiantes: evaluación de los aprendizajes. Un enfoque basado en competencias*. México, Pearson
- Piqueras R., José A.; Ramos L., Victoriano; Martínez G., Agustín E. y Oblitas G., Luis A. (2009). *Emociones Negativas y su Impacto en la Salud Mental y Física*. Suma Psicológica. Consultado el 24 de julio de 2017 y disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007>.
- Pizarro, A. (2015). *Rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Perú. Consultado el 22/02/2017 y disponible en: <http://www.researchgate.net/publication>
- Porter. (2007). *Estres*. Obtenido de estres.

- PCM (1993). *Constitución Política del Perú del 93*. Consultado el 15/03/2017 y disponible en: <http://www.pcm.gob.pe/wp-content/uploads/2013/09/Constitucion-Pol%C3%ADtica-del-Peru-1993.pdf>
- Quenaya T., Juana D. (2017). *Estrés académico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de medicina humana, UNSAAC, 2016*. Consultado el 01/03/2018 y disponible en: <http://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/UNSAAC/2577/253T20170411.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Reeve, J. M. (1994). *Motivación y emoción*. Madrid: McGraw-Hill.
- Robles, H. y Peralta, M. I. (2011). *Programa para el control del estrés*. Madrid: Pirámide.
- Romo P., Abel (2015). *El enfoque sociocultural del aprendizaje de Vygotsky*. Consultado el 25/02/2017 y disponible en: <http://www.monografia.Com/trabajosio/enso/enso.Shtml>.
- Rossi, Roberto. (2001). *Para superar el estrés*. Barcelona: Editorial De Cecchi.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima. Quinta edición. Business Support. Aneth.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2009). *Metodología de la Investigación y Diseños en la Investigación Científica*. Lima, Perú: Visión Universitaria.
- Sosa C., Manuel. (2008). *Escala autoinformada de inteligencia emocional (EAIE): validación de la Escala de Inteligencia Emocional Autoinformada*, E-Prints Complutense. Consultado el 21/03/2017 y disponible en: Portal de Recursos Educativos Abiertos (REA); <http://www.temoa.info/es/node/639143>
- Tierno, J. B. (1984). *Del Fracaso al Éxito Escolar*. España: Editorial Plaza & Janes.
- Tinto, Vincent (2007). *Research and practice of student Retention: what next?* J. College Student Retention, Vol. 8(1) pp. 1-19,
- Teixidó G., Francisco (2003). *Biología de las emociones*, Editorial Filarias. Calamonte (Badajoz). pp. 165
- Trianes M., Victoria (2002). *Niños con estrés*, México: Alfa Omega-Narcea.
- Vallejo A., Laura (2011). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de la carrera química farmacéutica- biológica de la UNAM*. Consultado el 10/03/2017 y disponible en: <http://200.23.113.51/pdf/28007.pdf>

- Willcox, M. del R. (2011). *Factores de riesgo y protección para el rendimiento académico: Un estudio descriptivo en estudiantes de Psicología de una universidad privada*. Revista Iberoamericana de Educación, 55(1), 1-9. Consultado el 07/03/2018 y disponible en: <http://www.rieoei.org/deloslectores/3878Wilcox.pdf>
- Zambrano V., Gladys E. (2011). *La Inteligencia Emocional y el Rendimiento Académico en Historia y Geografía y Economía, en alumnos del 2º Grado de Secundaria, de una Institución Educativa de Ventanilla*. Consultado el 20/02/2017 y disponible en: [http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1318/1/2011\\_Zambrano\\_Inteligencia%20emocional%20y%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20en%20Historia,%20Geograf%C3%ADa%20y%20Econom%C3%ADa%20en%20alumnos%20de%20segundo%20de%20secundaria%20de%20una%20insti.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1318/1/2011_Zambrano_Inteligencia%20emocional%20y%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20en%20Historia,%20Geograf%C3%ADa%20y%20Econom%C3%ADa%20en%20alumnos%20de%20segundo%20de%20secundaria%20de%20una%20insti.pdf)



## **ANEXOS**

## Anexo N° 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA.

**Título:** “Estrés académico universitario y su relación con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas-filial Cusco, 2016”.

PROBLEMA PRICIPAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	VARIABLES/ DIMENSIONES	METODOLOGÍA									
¿Cuál es la relación del estrés académico universitario con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016?	Determinar la relación existente entre el estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.	El estrés académico universitario presenta una relación significativa con el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.	<p><b>Variable de estudio 01:</b> Estrés académico</p> <p><b>Variable de estudio 02:</b> Rendimiento académico.</p>	<p><b>Enfoque:</b> Cuantitativa. <b>Tipo:</b> Básica o fundamental. <b>Nivel:</b> Correlacional-descriptivo. <b>Diseño:</b> No experimental-transversal</p> <div style="text-align: right;"> </div>									
PROBLEMAS SECUNDARIOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	DIMENSIONES	<p><b>Donde:</b> M=Muestra de estudio V1 = Estrés académico V2 = Rendimientos estudiantil. r = Relación entre variables.</p> <p><b>Población y Muestra:</b> <b>Población:</b> Los estudiantes de las 10 Escuelas Profesionales de la UAP, filial Cusco, Total <b>5951</b>. <b>Muestra:</b> El extracto de la muestra, se efectuó de manera probabilística por la fórmula de Cochran: <b>361</b> estudiantes.</p> <p><b>Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos:</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">VARIABLE DE ESTUDIO</th> <th style="background-color: #d9ead3;">TÉCNICA</th> <th style="background-color: #d9ead3;">INSTRUMENTO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Estrés académico</td> <td>Encuesta</td> <td>Cuestionario</td> </tr> <tr> <td>Rendimiento estudiantil</td> <td>Análisis documental</td> <td>Observación constancias de notas</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Métodos de análisis de datos:</b> Se utilizó la estadística descriptiva, donde los datos obtenidos fueron resumidos y tabulados en frecuencias y porcentajes con el uso de software estadístico: SPSS 24 y Excel 2016.</p>	VARIABLE DE ESTUDIO	TÉCNICA	INSTRUMENTO	Estrés académico	Encuesta	Cuestionario	Rendimiento estudiantil	Análisis documental	Observación constancias de notas
VARIABLE DE ESTUDIO	TÉCNICA	INSTRUMENTO											
Estrés académico	Encuesta	Cuestionario											
Rendimiento estudiantil	Análisis documental	Observación constancias de notas											
<p>PS1 ¿Qué relación existe entre los estresores del nivel de estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil que se manifiestan en el promedio ponderado obtenidos de parte de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016?</p> <p>PS2 ¿De qué manera se relaciona los síntomas del estrés académico universitario y el nivel del rendimiento estudiantil, que demuestran en los resultados del promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016?</p> <p>PS3 ¿Cuál es la relación existente entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil que reflejan en los resultados de los promedios ponderados de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016?</p>	<p>OE1 Determinar la relación existente de los estresores del nivel de estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil que se manifiesta en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p> <p>OE2 Determinar la relación existente entre los síntomas del estrés académico universitario y el nivel de rendimiento estudiantil reflejado en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p> <p>OE3 Determinar la relación existente entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario con el rendimiento estudiantil reflejado en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p>	<p>HE1 Existe relación significativa entre los estresores del nivel de estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil que se manifiestan en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p> <p>HE2 Existe relación significativa entre los síntomas del estrés académico universitario y el nivel de rendimiento estudiantil reflejado en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p> <p>HE3 Existe relación significativa, entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario y rendimiento estudiantil que se reflejan en el promedio ponderado de los alumnos de la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.</p>	<p><b>V1:Estrés académico:</b> <b>(SISCO, 2007)</b></p> <p>Estresores. Síntomas. Estrategias de afrontamiento.</p> <p><b>V2:Rendimiento estudiantil:</b></p> <p>Promedio ponderado.</p>										

**Anexo N° 02**

<b>CUESTIONARIO PARA ESTUDIANTES</b> Adecuado del Inventario SISCO de Estrés Académico (Barraza, 2007)																																																																																										
<b>Escuela Profesional</b>		<b>Edad:</b> (en Años)																																																																																								
<b>Ciclo / Semestre</b>		<b>Sexo:</b>	( ) <b>Hombre</b> ( ) <b>Mujer</b>																																																																																							
<b>Créditos acumulados al 2016-I</b>		<b>PROMEDIO PONDERADO 2016-II</b>																																																																																								
<p><b>Estimado (a) estudiante:</b></p> <p>El presente cuestionario tiene como objetivo primordial reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes universitarios durante sus estudios. La sinceridad con que respondas cada cuestionamiento será de gran utilidad para una investigación que se viene realizando en nuestra universidad en el presente semestre académico 2015-II.</p> <p>1. Durante el transcurso de este semestre académico ¿has tenido momentos de <b>preocupación o nerviosismo</b>?</p> <p>( ) SÍ ( ) NO</p> <p><i>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.</i></p> <p>2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5, señala con un aspa (X) tu <b>nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) es mucho.</b></p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">1</th> <th style="width: 15%;">2</th> <th style="width: 15%;">3</th> <th style="width: 15%;">4</th> <th style="width: 15%;">5</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>3. En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: left;"><b>DIMENSIÓN 1: ESTRESORES</b></th> <th style="text-align: center;">1 Nunca</th> <th style="text-align: center;">2 Rara vez</th> <th style="text-align: center;">3 Algunas veces</th> <th style="text-align: center;">4 Casi siempre</th> <th style="text-align: center;">5 Siempre</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>La competencia con los compañeros del grupo.</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Sobrecarga de tareas y trabajos académicos.</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>La personalidad y el carácter de los profesores.</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, monografías, trabajos de investigación, etc.).</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">5</td> <td>Problemas con el horario de clases (cruces, incompatibilidad, etc.)</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">6</td> <td>El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, mapas conceptuales, resúmenes, trabajos de investigación, etc.).</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">7</td> <td>No entender los temas que se abordan en la clase.</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">8</td> <td>Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, intervenciones orales, etc.).</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">9</td> <td>Tiempo limitado para hacer el trabajo.</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td colspan="7">Otra (especifique) _____</td> </tr> </tbody> </table>				1	2	3	4	5						<b>DIMENSIÓN 1: ESTRESORES</b>		1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre	1	La competencia con los compañeros del grupo.						2	Sobrecarga de tareas y trabajos académicos.						3	La personalidad y el carácter de los profesores.						4	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, monografías, trabajos de investigación, etc.).						5	Problemas con el horario de clases (cruces, incompatibilidad, etc.)						6	El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, mapas conceptuales, resúmenes, trabajos de investigación, etc.).						7	No entender los temas que se abordan en la clase.						8	Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, intervenciones orales, etc.).						9	Tiempo limitado para hacer el trabajo.						Otra (especifique) _____						
1	2	3	4	5																																																																																						
<b>DIMENSIÓN 1: ESTRESORES</b>		1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre																																																																																				
1	La competencia con los compañeros del grupo.																																																																																									
2	Sobrecarga de tareas y trabajos académicos.																																																																																									
3	La personalidad y el carácter de los profesores.																																																																																									
4	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, monografías, trabajos de investigación, etc.).																																																																																									
5	Problemas con el horario de clases (cruces, incompatibilidad, etc.)																																																																																									
6	El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, mapas conceptuales, resúmenes, trabajos de investigación, etc.).																																																																																									
7	No entender los temas que se abordan en la clase.																																																																																									
8	Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, intervenciones orales, etc.).																																																																																									
9	Tiempo limitado para hacer el trabajo.																																																																																									
Otra (especifique) _____																																																																																										

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

<b>DIMENSIÓN 2: SÍNTOMAS (REACCIONES)</b>		1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
<b>Subdimensión: Síntomas o Reacciones Físicas</b>						
10	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
11	Fatiga crónica (cansancio permanente).					
12	Dolores de cabeza o migrañas.					
13	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
14	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
15	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
<b>Subdimensión: Síntomas o Reacciones Psicológicas</b>						
16	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
17	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
18	Ansiedad, angustia o desesperación.					
19	Problemas de concentración.					
20	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Subdimensión: Síntomas o Reacciones Comportamentales</b>						
21	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
22	Aislamiento de los demás.					
23	Desgano para realizar las labores académicas.					
24	Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
Otra (especifique) _____						

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

<b>DIMENSIÓN 3: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b>		1 Nunca	2 Rara vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
25	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
26	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
27	Elogios a sí mismo.					
28	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
29	Búsqueda de información sobre la situación.					
30	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.					
31	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra (especifique) _____						

*¡Gracias por tu colaboración!*



	Comportamentales.	<p>16. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).</p> <p>17. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).</p> <p>18. Ansiedad, angustia o desesperación.</p> <p>19. Problemas de concentración.</p> <p>20. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad</p> <p>21. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.</p> <p>22. Aislamiento de los demás.</p> <p>23. Desgano para realizar las labores académicas.</p> <p>24. Aumento o reducción del consumo de alimentos.</p>		
<b>Estrategias de afrontamiento:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad.</li> <li>- Tareas.</li> <li>- Asistencia.</li> <li>- Confidencialidad.</li> <li>- Preocupación.</li> </ul>	<p>25. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).</p> <p>26. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.</p> <p>27. Elogios a sí mismo.</p> <p>28. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).</p> <p>29. Búsqueda de información sobre la situación.</p> <p>30. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.</p> <p>31. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)</p>		

## MATRIZ DE ELABORACION DE INSTRUMENTOS

<b>TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN</b>				
“ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL EN LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - FILIAL CUSCO, 2016”				
<b>OBJETIVO GENERAL</b>		Determinar la relación existente entre el estrés académico universitario y el rendimiento estudiantil en la Universidad Alas Peruanas – Filial Cusco, 2016.		
<b>VARIABLE Y</b>		Rendimiento estudiantil		
<b>DEFINICION CONCEPTUAL</b>		Es el nivel de conocimiento demostrado en un área o asignatura, comparado con la norma, y que generalmente es medido por el promedio escolar. (Willcox, 2011, p. 1)		
<b>DEFINICION OPERACIONAL</b>		Es el cumplimiento de las metas, logros y objetivos establecidos en la asignatura que cursa el estudiante, que se expresa por medio de las notas y que son resultado de una evaluación para superar o no la determinada prueba o asignatura.		
DIMENSIONES	INDICADORES	REDACCION DE ITEMS	TIPO DE INSTRUMENTO	ESCALA DE MEDICION
Promedio Ponderado	Constancias de notas	Registro de alumnos.	Guía de documento:	Escala de medición tipo Likert: 1 = 00 – 06 : Muy bajo 2 = 07 – 10 : Bajo 3 = 11 – 14 : Bueno 4 = 15 – 17 : Muy Bueno 5 = 18 – 20 : Excelente

Anexo 04

“FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO APLICADO EN LA INVESTIGACIÓN”



INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

- 1.1 APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO  
MEJIA MASIAS AMERICO
- 1.2 GRADO ACADÉMICO DEL EXPERTO  
MAGISTER
- 1.3 INSTITUCIÓN DONDE LABORA  
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
- 1.4 TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN  
ESTRATEGIA ACADÉMICA UNIVERSITARIA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL EN LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - FILIAL - CUSCO
- 1.5 INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN

II. VALIDACIÓN

Indicadores de Validación	Criterios Cualitativos / cuantitativos	Deficiente 20	Regular 21 -40	Bueno 41 - 60	Muy Bueno 61 -80	Excelente 81 -100
Claridad						
Objetividad						
Actualidad				/		
Organización					/	
Suficiencia				/		
Intencionalidad					/	
Consistencia					/	
Coherencia				/		
Metodología				/		
Conveniencia				/		
SUB TOTAL				/		
TOTAL						

Fecha 06/04/2018  
 Firma [Firma]  
 Postfirma America Mejia Masias  
 DNI 23979357



**INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**

- 1.1 APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO  
..... ANSELITA RITA MORUELI MOLINO .....
- 1.2 GRADO ACADÉMICO DEL EXPERTO  
..... MAGISTER .....
- 1.3 INSTITUCIÓN DONDE LABORA  
..... UNIVERSIDAD DUDINA DEL CUSCO .....
- 1.4 TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN  
..... ESTRES ACADEMICO UNIVERSITARIO Y SU RELACION CON EL  
..... RENDIMIENTO ESTUDIANTIL EN LA UNIVERSIDAD ALAS  
..... PERUANAS - FILIAL CUSCO 2016 .....
- 1.5 INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN  
.....

**II. VALIDACIÓN**

Indicadores de Validación	Criterios Cualitativos / cuantitativos	Deficiente 20	Regular 21-40	Bueno 41-60	Muy Bueno 61-80	Excelente 81-100
Claridad				✓		
Objetividad				✓		
Actualidad					✓	
Organización						
Suficiencia				✓		
Intencionalidad					✓	
Consistencia					✓	
Coherencia				✓		
Metodología				✓		
Conveniencia				✓		
SUB TOTAL						
TOTAL						

Fecha... 09-04-18 .....

Firma.....  .....

Postfirma... ANSELITA MORUELI .....

DNI... 42903641 .....

**INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**

- 1.1 APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO  
DEL CASTILLO ESTRADA GABRIEL
- 1.2 GRADO ACADÉMICO DEL EXPERTO  
MAGISTER
- 1.3 INSTITUCIÓN DONDE LABORA  
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS DEL CUSCO
- 1.4 TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN  
ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO Y SU RELACION CON EL RENDIMIENTO ESTUDIANTEL EN LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - FILIAL CUSCO, 2016
- 1.5 INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN

**II. VALIDACIÓN**

Indicadores de Validación	Criterios Cualitativos / cuantitativos	Deficiente 20	Regular 21 -40	Bueno 41 - 60	Muy Bueno 61 -80	Excelente 81 -100
Claridad					✓	
Objetividad				✓	✓	
Actualidad					✓	
Organización					✓	
Suficiencia				✓	✓	
Intencionalidad					✓	
Consistencia					✓	
Coherencia					✓	
Metodología					✓	
Conveniencia					✓	
SUB TOTAL						
TOTAL						

Fecha.....  
 Firma.....  
 Postfirma..... GABRIEL DEL CASTILLO ESTRADA  
 DNI..... 41884386.....

## Anexo N° 05

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO** (Debe ser redactado por el investigador de acuerdo a la estructura de su investigación y los principios éticos correspondiente)

<b>TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN</b>
<b>“ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL EN LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS-FILIAL CUSCO,2016”</b>
<b>PROPÓSITO DEL ESTUDIO</b>
<b>EL PROPÓSITO OBEDECE A QUE SE QUIERE AMPLIAR LOS CONOCIMIENTOS YA DADOS CON ESTUDIOS ANTERIORES CORROBORANDO O NO SU RELACIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO CON EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL.</b>
<b>PROCEDIMIENTO PARA LA TOMA DE INFORMACIÓN</b>
SE PARTE DE UN ENFOQUE CUANTITATIVA, CON UN TIPO DE INVESTIGACIÓN BÁSICA O FUNDAMENTAL, DE NIVEL CORRELACIONAL-DESCRIPTIVO, CON DISEÑO NO EXPERIMENTAL-TRANSVERSAL Y MLOS MÉTODOS DEDUCTIVOS Y ANALÍTICOS.
<b>RIESGOS</b>
LOS RIESGOS SON NULOS.
<b>BENEFICIOS</b>
LOS BENEFICIOS SON MAYORES Y SUSTANCIALES YA QUE SE DETERMINARÍA LA RELACIÓN QUE EXISTE ENTRE EL ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO. AL ESTUDIANTE SÓLO LE CORRESPONDERÍA TENER ACCESO A LA INFORMACIÓN, NO CONSTITUYENDO BENEFICIO MONETARIO.
<b>COSTOS</b>
FINANCIADA Y ASUMIDA POR EL INVESTIGADOR Y NO REPRESENTA ALGÚN COSTO A LOS DISCENTES DE LA UAP, FILIAL CUSCO.
<b>INCENTIVOS O COMPENSACIONES</b>
NO EXISTE INCENTIVO ECONÓMICO ALGUNO AL ENCUESTADO ESTUDIANTE, TAN SÓLO SE LO LLEGO A MOTIVAR PARA QUE SE ESFUERCE EN EL LOGRO DE SUS OBJETIVOS.
<b>TIEMPO</b>

EL TIEMPO QUE SE TOMÓ PARA DESARROLLAR LA INVESTIGACIÓN FUE DE 06 (SEIS MESES)

**CONFIDENCIABILIDAD**

SI SE TUVO PARTICIPACIÓN VOLUNTARIO POR EL LADO DE LOS ENCUESTADOS SIENDO ESTA INFORMACIÓN MANTENIDA Y UTILIZADA SOLAMENTE PARA EL PRESENTE ESTUDIO.

**CONSENTIMIENTO:**

Acepto voluntariamente participar en esta investigación. Tengo pleno conocimiento del mismo y entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio si los acuerdos establecidos se incumplen.

En fe de lo cual firmo a continuación:

-----  
**Apellidos y Nombres**

**DNI N°** \_\_\_\_\_

## Anexo 06

# AUTORIZACIÓN DE LA ENTIDAD DONDE SE DESARROLLO LA INVESTIGACIÓN

**UNIVERSIDAD  
ALAS PERUANAS**  
FILIAL CUSCO

"AÑO DE LA DIVERSIFICACIÓN PRODUCTIVA Y EL FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACIÓN"

Cusco, 16 de Noviembre del 2015

Carta N° 011-2015-DG-UAP-FILIAL-CUSCO

*Señor:*  
**PAUL GERALDY ESPINOZA NIZAMA**  
*Estudiante de Maestría UAP*

Presente.-

**ASUNTO:       AUTORIZACION PARA APLICACIÓN DE ENCUESTA.**

**Ref.             FUT 0041810**

Es grato dirigirme a Ud., manifestarle que de acuerdo al documento de la referencia se le autoriza acceder a la aplicación de encuesta a los alumnos de las diferentes Escuelas Profesionales de la Universidad Alas Peruanas, para la elaboración de su tesis intitulado "Estrés Académico Universitario Y Su Relación Con El Rendimiento Estudiantil En La Universidad Alas Peruana-Filial Cusco,2016".

Sin otro particular.

Atentamente,

  
  
**MS MARIO ACOSTA TAPIA**  
Director General UAP-FILIAL CUSCO

Condominio Huáscar A-21 Wanchaq - Cusco | Telf.: (084) 234091

**DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD DEL INFORME DE TESIS**



VICERRECTORADO ACADEMICO  
ESCUELA DE POSGRADO

ANEXO 3. DECLARACION JURADA

ASESOR 2

**DECLARACION JURADA**

Yo, PAUL GERALDY ESPINOZA NIZAMA Estudiante de  
la Sección de POSGRADO DOCENCIA UNIVER. y GESTION EDUCATIVA de la Universidad ALAS PERUANAS, con  
Código N° ..... identificado (a) con DNI N° 40381307

Con la Tesis titulada:

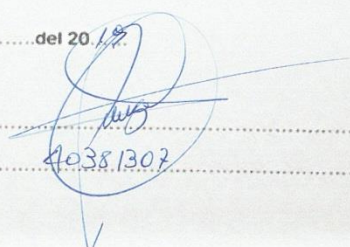
ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO Y SU RELACION  
CON EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL EN LA  
UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS - FILIAL CUSCO, 2016

Declaro bajo juramento que:

- 1) La Tesis es de mi autoría.
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes Consultas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni copiados y Por tanto los resultados que se presentan en la tesis se constituirán en aporte a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), de plagio (información sin citar a autores), de piratería (uso ilegal de información ajena) o de falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad ALAS PERUANAS.

Lima, 16 de ENERO del 2018

Firma:   
DNI: 40381307

## Anexo N° 08

### PRUEBAS ESTADISTICAS

#### Explorar

##### Resumen de procesamiento de casos

	Casos					
	Válido		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Estrés académico universitario	361	100,0%	0	0,0%	361	100,0%
Rendimiento estudiantil	361	100,0%	0	0,0%	361	100,0%

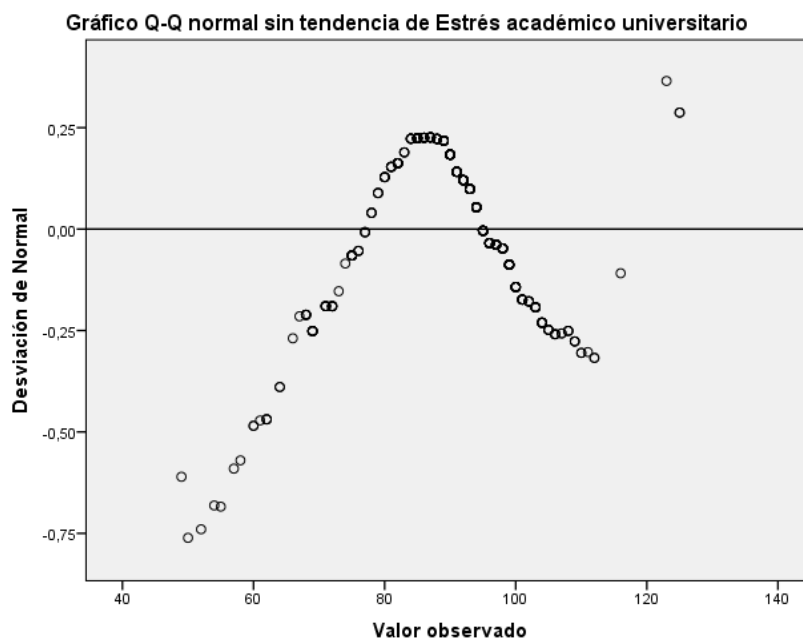
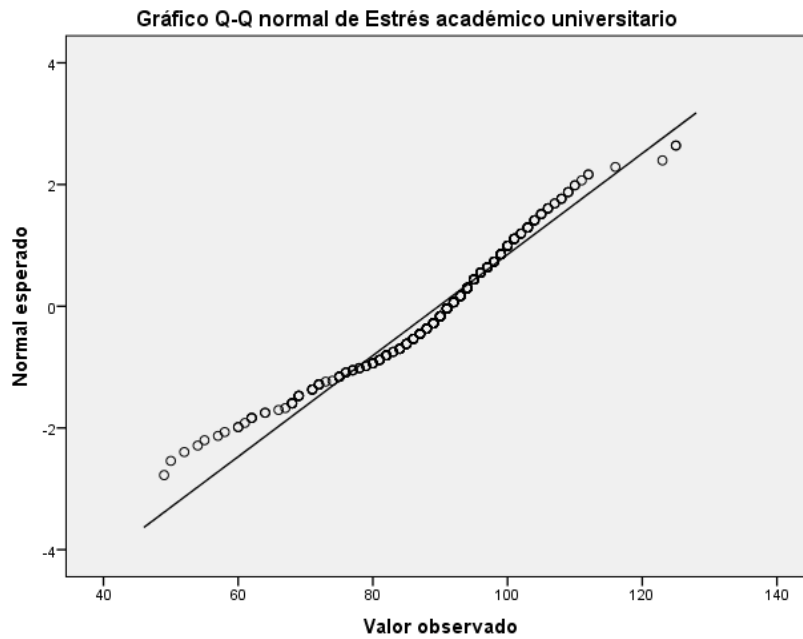
##### Descriptivos

			Estadístico	Error estándar
Estrés académico universitario	Media		89,76	,634
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	88,51	
		Límite superior	91,00	
	Media recortada al 5%		90,20	
	Mediana		91,00	
	Varianza		144,952	
	Desviación estándar		12,040	
	Mínimo		49	
	Máximo		125	
	Rango		76	
	Rango intercuartil		13	
	Asimetría		-,657	,128
	Curtosis		1,095	,256
Rendimiento estudiantil	Media		11,94	,137
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	11,67	
		Límite superior	12,21	
	Media recortada al 5%		11,90	
	Mediana		11,00	
	Varianza		6,804	
	Desviación estándar		2,608	
	Mínimo		7	
	Máximo		17	
	Rango		10	
	Rango intercuartil		4	
	Asimetría		,311	,128
	Curtosis		-1,167	,256

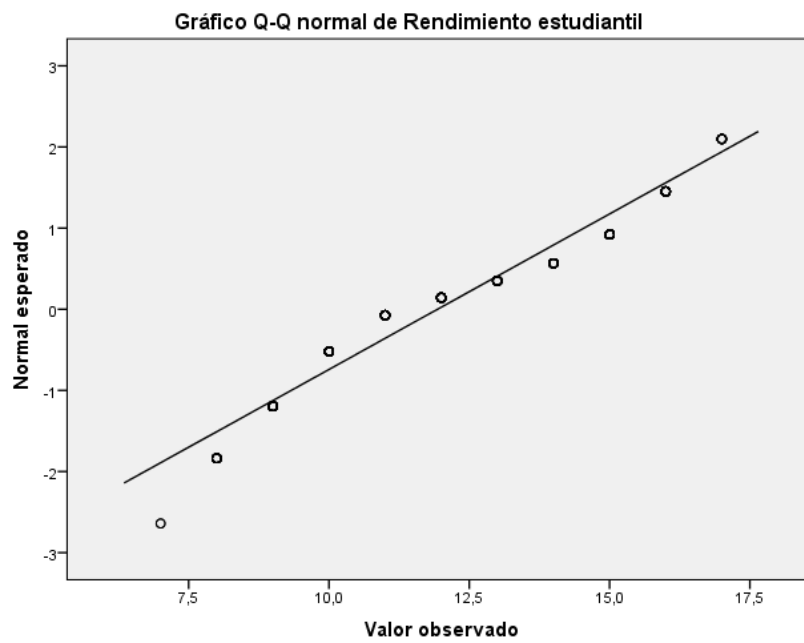
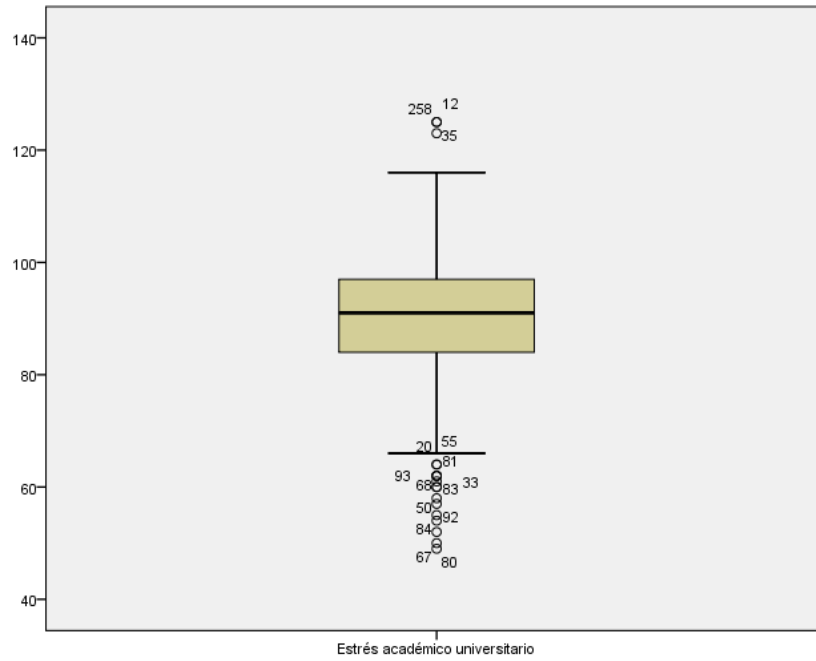
**Pruebas de normalidad**

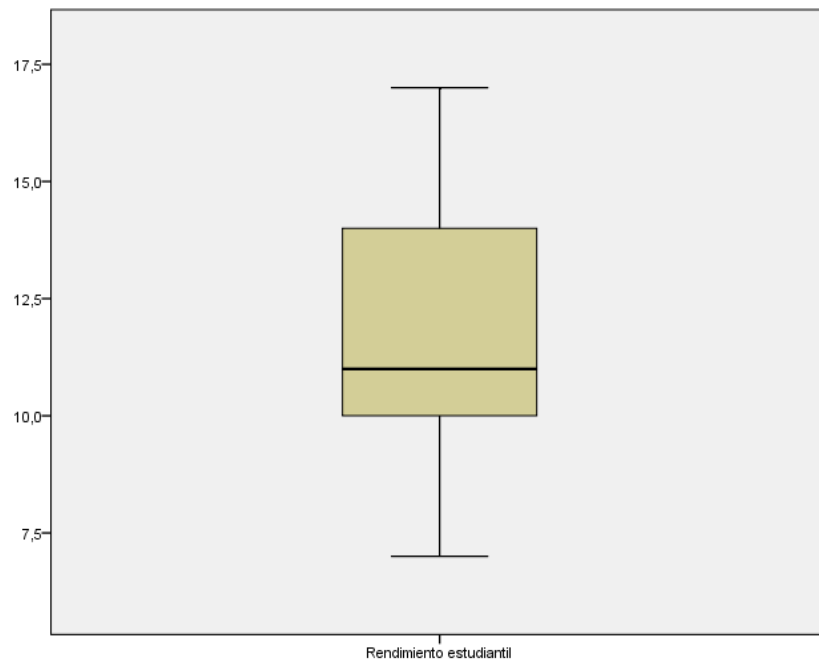
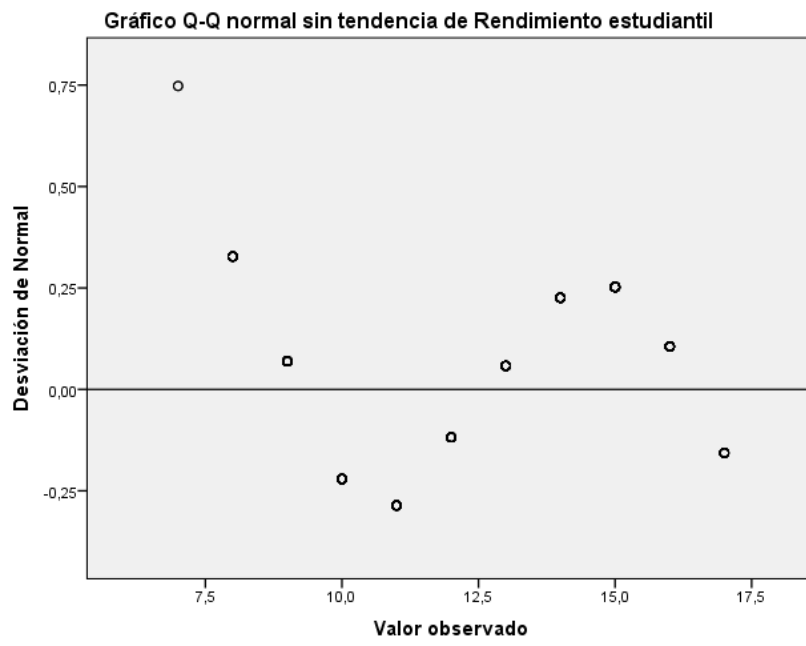
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
Estrés académico universitario	,104	361	,000	,961	361	,000
Rendimiento estudiantil	,200	361	,000	,922	361	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors









## Regresión:

### Variables entradas/eliminadas<sup>a</sup>

Modelo	Variables introducidas	Variables eliminadas	Método
1	Estrés académico universitario <sup>b</sup>		Intro

a. Variable dependiente: Rendimiento estudiantil

b. Todas las variables solicitadas introducidas.

### Resumen del modelo<sup>b</sup>

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación	Durbin-Watson
1	,082 <sup>a</sup>	,007	,004	2,603	1,702

a. Predictores: (Constante), Estrés académico universitario

b. Variable dependiente: Rendimiento estudiantil

### ANOVA<sup>a</sup>

Modelo		Suma de cuadrados	Gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	16,347	1	16,347	2,412	,121 <sup>b</sup>
	Residuo	2433,187	359	6,778		
	Total	2449,535	360			

a. Variable dependiente: Rendimiento estudiantil

b. Predictores: (Constante), Estrés académico universitario

### Coeficientes<sup>a</sup>

Modelo		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.	95.0% intervalo de confianza para B	
		B	Error estándar	Beta			Límite inferior	Límite superior
1	(Constante)	13,525	1,032		13,105	,000	11,495	15,555
	Estrés académico universitario	-,018	,011	-,082	-1,553	,121	-,040	,005

a. Variable dependiente: Rendimiento estudiantil

### Estadísticas de residuos<sup>a</sup>

	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar	N
Valor pronosticado	11,31	12,66	11,94	,213	361
Residuo	-4,879	5,404	,000	2,600	361
Valor pronosticado estándar	-2,927	3,385	,000	1,000	361
Residuo estándar	-1,874	2,076	,000	,999	361

a. Variable dependiente: Rendimiento estudiantil

b.

Gráfico P-P normal de regresión Residuo estandarizado

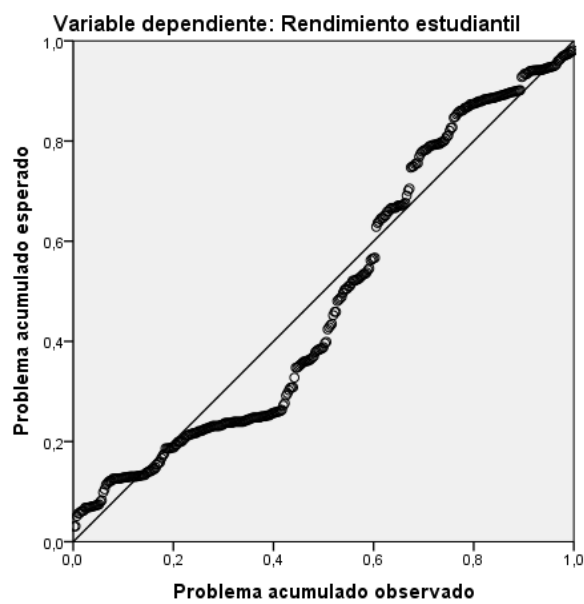
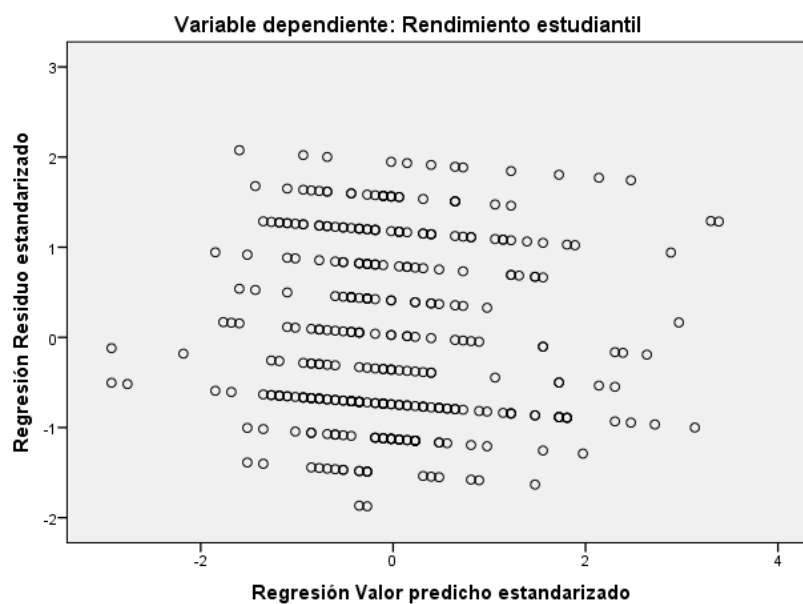


Diagrama de dispersión



## Anexo N° 09

### Figuras de aplicación del cuestionario



