

NOMBRE DEL TRABAJO

informe\_final\_PROCRASTINACIÓN\_ESTRÉS\_ACADÉMICO\_YUMARA\_Y\_GABRIELA (2).docx

RECUENTO DE PALABRAS

**17089 Words**

RECUENTO DE PÁGINAS

**97 Pages**

FECHA DE ENTREGA

**Jan 22, 2024 9:43 AM GMT-5**

RECUENTO DE CARACTERES

**98847 Characters**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**3.8MB**

FECHA DEL INFORME

**Jan 22, 2024 9:44 AM GMT-5****● 1% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 1% Base de datos de Internet
- 0% Base de datos de publicaciones

**● Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 20 palabras)



**UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO “FRANKLIN ROOSEVELT”**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**TESIS**

**Procrastinación y estrés académico en estudiantes de enfermería del V semestre de  
una Universidad Privada, 2023**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADAS EN  
ENFERMERÍA**

**AUTORES:**

**Bach. Hinostroza Bellido, Yumara Julit**

**Bach. Huaman Navarro, Gabriela Marifer**

**ASESOR:**

**Mg. Edit Nilba Quinto Allca**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

**Huancayo – Perú**

**2023**

## **Dedicatoria**

A nuestra institución, a la cual nos debemos por la prestación de enseñanzas de calidad  
para convertirnos en profesionales aptos.

Yumara

A mi familia y amigos, quienes son un pilar importante durante todo mi crecimiento  
profesional y académico

Gabriela

## **Agradecimiento**

A mis padres que siempre me apoyaron incondicionalmente, ante todas adversidad, por su  
cariño sincero y amor incondicional.

## **Página del jurado**

## **Declaratoria de autenticidad**

## Índice

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Página del jurado .....	iv
Declaratoria de autenticidad .....	v
Índice .....	vi
RESUMEN .....	vii
ABSTRACT .....	viii
I. INTRODUCCIÓN .....	9
II. MÉTODO .....	27
2.1. Tipo y diseño de investigación .....	27
2.2. Operacionalización de las variables (Anexo 2) .....	27
2.3. Población, muestra y muestreo .....	27
2.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad .....	28
2.5. Procedimiento .....	31
2.6. Método de análisis de datos .....	31
2.7. Aspectos éticos .....	33
III. RESULTADOS .....	35
CONCLUSIONES.....	52
RECOMENDACIONES REFERENCIAS .....	54
REFERENCIAS .....	55
ANEXOS .....	61

## RESUMEN

Este estudio exploró la relación entre procrastinación y estrés académico en 53 estudiantes del V semestre de enfermería de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt, 2023. Utilizando un diseño no experimental transversal y una muestra censal no probabilística, se identificó que la mayoría de los estudiantes presentan niveles moderados de procrastinación y estrés académico, con una correlación moderada entre ambas variables. Los resultados indicaron que una proporción significativa de los estudiantes experimenta niveles moderados de procrastinación (69,4%) y estrés académico (43,5%) en un nivel promedio bajo y 12,9% en un nivel promedio alto). Además, se encontró una correlación moderada (Pearson = 0,448) entre estas dos variables, sugiriendo que el aumento en la procrastinación está asociado con un incremento en el estrés académico. Este hallazgo es relevante, ya que resalta cómo la tendencia a posponer tareas puede influir en el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes. Las conclusiones del estudio destacan la importancia de implementar estrategias dirigidas a la gestión efectiva del tiempo y la reducción de la procrastinación para mejorar el rendimiento y el bienestar estudiantil. Se sugiere la necesidad de programas educativos y de apoyo psicológico que enfoquen en habilidades de planificación, establecimiento de metas y técnicas de reducción del estrés. Además, se recomienda fomentar un ambiente educativo que promueva la autodisciplina y la responsabilidad personal, elementos clave para enfrentar las demandas académicas en el ámbito de la enfermería.

**Palabras clave:** Procrastinación, Estrés Académico, Educación.



## **ABSTRACT**

This study explored the relationship between procrastination and academic stress in 53 students of the V semester of nursing at the Franklin Roosevelt Private University of Huancayo, 2023. Using a non-experimental cross-sectional design and a non-probabilistic census sample, it was identified that the majority of students They present moderate levels of procrastination and academic stress, with a moderate correlation between both variables. The results indicated that a significant proportion of students experience moderate levels of procrastination (69.4%) and academic stress (43.5%) at a low average level and 12.9% at a high average level). Furthermore, a moderate correlation (Pearson = 0.448) was found between these two variables, suggesting that an increase in procrastination is associated with an increase in academic stress. This finding is relevant, as it highlights how the tendency to postpone tasks can influence students' well-being and academic performance. The study's findings highlight the importance of implementing strategies aimed at effective time management and reducing procrastination to improve student performance and well-being. The need for educational and psychological support programs that focus on planning skills, goal setting and stress reduction techniques is suggested. Furthermore, it is recommended to foster an educational environment that promotes self-discipline and personal responsibility, key elements to face academic demands in the field of nursing.

**Keywords:** Procrastination, Academic Stress, Education.

## **I. INTRODUCCIÓN**

Esta investigación tiene como centro de análisis la procrastinación y el estrés académico en estudiantes universitarios. La procrastinación académica se puede manifestar como un factor relacionado con una adaptación deficiente por parte del estudiante al entorno universitario; en otras palabras, a medida que los niveles de procrastinación aumentan, la adaptación a la vida universitaria tiende a disminuir (1).

En ese sentido, esta problemática afecta a más del 90 % de los alumnos universitarios, y aproximadamente el 50 % admite posponer de manera constante sus tareas académicas, lo que la convierte en una conducta problemática. Esto representa una limitante no solamente a nivel de productividad escolar, si no, también presenta una limitante en cuanto a futuras interacciones académico/profesionales, pues la falta de autocontrol y regulación propia del manejo del tiempo puede afectar en cómo se desenvuelven en estos entornos, limitando su capacidad (2).

Se observa que entre un 80 y 95 % de los estudiantes tienden a tener comportamientos procrastinadores en algún momento, y aproximadamente el 75 % se identifica a sí mismo como procrastinador. Además, alrededor del 50 % admite que aplaza con frecuencia sus tareas académicas. Esto debe ser entendido en muchas formas, ya que las causas pueden ser multifacéticas, entre esta podemos ver la crianza y aprendizaje, el manejo del tiempo para un óptimo desempeño debe ser priorizado, sin necesidad de dejar de lado el tiempo de relajación y descanso; esta dualidad, sin necesariamente oposición, deben ser correctamente enseñadas para guiar correctamente a los estudiantes a un manejo adecuado del tiempo y evitar la procrastinación (3).

El panorama en naciones de Latinoamérica es similar dado que se observa que el 61 % de los estudiantes exhiben comportamientos procrastinadores, y aproximadamente el 20 % de ellos son considerados crónicos en cuanto a la tendencia a postergar tareas. Este fenómeno ha sido influido en gran medida por el uso irresponsable de las redes en línea, especialmente durante el confinamiento debido a la pandemia de COVID-19, que ha llevado a la implementación de modalidades de educación virtual o a distancia (4).

En Bolivia, señalan que la procrastinación de actividades representa un desafío significativo en el ámbito académico, especialmente en instituciones educativas secundarias y universitarias, y tiende a ser más frecuente entre adolescentes y jóvenes adultos (5).

Por otro lado, en Guatemala la procrastinación académica que presentan los alumnos se traduce en una comprensión limitada de la formación educativa y sus procedimientos con los que se gradúan (6).

Es importante destacar que nacionalmente el 92.7 % de los jóvenes menores de 18 años utilizan Internet principalmente como medio de entretenimiento, lo que implica que su uso irresponsable se traduce en diversión y distracción en las actividades diarias, lo que a menudo conduce a la procrastinación, lo cual puede desembocar en un mal entendimiento del verdadero valor de las herramientas online, pues es bien sabido que la mayor fuente de conocimiento e información es internet, sin embargo, un mal uso también puede ser perjudicial (7).

En el ámbito del sistema educativo básico, existen niveles medios de procrastinación académica del 35.3 %, que se atribuye a la dependencia de la tecnología y sus herramientas disponibles utilizadas por los adolescentes y a las excusas infundadas para eludir sus responsabilidades escolares al posponerlas en función de la disponibilidad de Internet y dispositivos electrónicos (8).

Por ejemplo, en departamentos como Madre de Dios y Tarapoto, se observaron niveles altos y muy altos de la tendencia a postergar labores entre los estudiantes en entornos educativos, alcanzando un 60.5 y un 74.4 % respectivamente. Esta situación obstaculiza el logro de un aprendizaje adecuado por parte de los alumnos y su desenvolvimiento social en su entorno (5).

Es esencial señalar que estos desafíos de estrés se vieron agravados por la pandemia del COVID-19. Esta enfermedad llevó a la suspensión de las actividades educativas presenciales en más de 190 países. Donde, para mayo de 2020, alrededor de 1,200 millones de personas que formaban parte de los estudiantes de todas las etapas educativas dejó de participar en actividades lectivas en persona, lo que incluyó a al menos 160 millones de estudiantes en América Latina y el Caribe (ALC) (9).

Un informe de la UNESCO ha señalado que el principal desafío en términos de salud mental para los alumnos en medio de la pandemia de COVID-19, ha sido el aumento del estrés académico asociado con la transición a las clases virtuales. Esta transformación en el sistema educativo ha implicado una adaptación significativa al aprendizaje en línea en una escala global. En el ámbito de ALC, en particular, se vieron afectados alrededor de 23 mil millones de estudiantes y aproximadamente un millón de docentes con este cambio. En otras palabras,

más del 98% de los estudiantes universitarios y profesores tuvieron que recibir y llevar a cabo sus clases a través de plataformas virtuales, lo cual hizo mellas en su salud mental provocando estados de estrés u otras afecciones de tipo emocional (10).

El prolongado estrés tiene efectos perjudiciales en la salud, ya que provoca un desgaste y deterioro en el cuerpo. Por esta razón, se encuentra relacionado con un aumento en la probabilidad de experimentar problemas como infartos, hipertensión, diabetes, obesidad y enfermedades crónicas y cardiovasculares. El estrés como tal, es un proceso biológico normal, Enel cual ciertas hormonas guían este proceso, crucial para activar ciertos mecanismos y funciones en el cuerpo, no obstante, al tener un exceso de las hormonas precursoras de esta, hay una saturación de todos los mecanismos asociados a este y genera un desgaste inapropiado de ellos; generando así los problemas cardiacos, elevación de la presión o a largo plazo, como el aumento de glucosa en sangre, resistencia a la insulina, ganancia de peso involuntario sin razón aparente, etc. (11).

A pesar de las consecuencias negativas mencionados, las estadísticas indican que esta problemática es prevalente a nivel global. De acuerdo con la Asociación Americana de Psicología (APA), se detectó un incremento en los niveles de ansiedad en EE. UU. en comparación con años anteriores, siendo los millennials y las mujeres los grupos que informaron niveles más altos de estrés (12).

Por otro lado, en Canadá, aproximadamente 6.7 millones de personas indicaron que la mayoría de sus días estaban marcados por niveles de estrés que variaban desde "un poco" hasta "extremadamente estresantes". Así mismo, Francia reveló aproximadamente el 40,9 % de los estudiantes universitarios, en términos generales presentaba algún tipo de trastorno mental, mientras que el 39 % manifestaba síntomas relacionados con ansiedad, estrés o trastornos depresivos. Además, un 26,3 % de los participantes informó experimentar síntomas vinculados al trauma y al estrés ocasionados por la transición a las lecciones en línea como respuesta a la crisis sanitaria ocasionada por la pandemia de COVID-19 (13) (14).

En Puerto Rico, se identificaron preocupantes niveles de estrés entre los estudiantes universitarios, los cuales estaban relacionados con diversos factores estresantes relacionados con la educación. El 83,2 % de los alumnados informaron sentir una sobrecarga de tareas académicas, el 65,3 % experimentó dificultades debida a la mala gestión de los cursos en línea, el 70,1 % mencionó la carencia de guía proporcionada por las instituciones

universitarias, y el 67,1 % señaló la falta de empatía por parte de los docentes. Estos problemas, en su conjunto, tuvieron un efecto adverso notable en la aptitud de los alumnos para adquirir nuevos conocimientos en sus respectivas asignaturas (15).

Un estudio realizado por la Compañía Peruana de Estudios de Mercados y Opinión Pública (CPI) en 19 regiones del país reveló que el 60 % de los peruanos afirmaron haber experimentado estrés en sus vidas. Asimismo, se observó que el género femenino mostró niveles de estrés más elevados. En una entrevista, el 38.8 % de los encuestados expresaron que habían experimentado estrés con frecuencia. Por otro lado, en cuanto al grupo etario, se encontró que el 36.9 % de las personas de 18 a 29 años mencionaron haber experimentado altos niveles de estrés en los últimos dos años. Estos hallazgos indican que aún persisten niveles significativos de estrés, especialmente entre las mujeres (16).

Particularmente en esta franja de edad, el estrés representa uno de los factores que tiene un impacto notorio y perjudicial en el proceso de educación y el bienestar de los alumnos universitarios. Este fenómeno incide negativamente en la capacidad de enfoque y retención de información, lo que a su vez reduce el rendimiento académico y puede llevar a la deserción estudiantil (17).

De acuerdo con el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM), se ha observado un aumento significativo en búsquedas de atención psicológica o atención de personal capacitado en salud mental, ya sea psicólogos o psiquiatras, durante la pandemia de coronavirus puesto que se llevaron a cabo alrededor de 86 mil atenciones médicas relacionadas con la salud psicológica, lo cual constituye un incremento del 12.07 % comparando con años anteriores. Además, un estudio a nivel nacional ha identificado niveles elevados de estrés, que afectaron al 83,8 % de los universitarios durante la pandemia, resultando en una sobrecarga de actividades para el 93,2 % de ellos. Este problema fue aún más pronunciado en aquellos estudiantes con recursos tecnológicos limitados, y se manifestó en forma de síntomas somáticos (18).

Asimismo, en cuanto a los universitarios en el país, el Ministerio de Educación reveló, que una de las problemáticas más prevalentes que afecta a esta comunidad es el estrés. Además, según datos INSM, el 17.8 % de los limeños son de Lima Metropolitana reportó que los estudios les generan estrés (19).

Dentro del ámbito educativo, esta forma de estrés se denomina "estrés académico". El estrés académico surge en el momento que el académico afronta continuamente situaciones de alta

demanda, al ser percibidas como estresantes, ocasionando un desequilibrio en su sistema, manifestándose a través de diversos síntomas que requieren que. Por ejemplo, en departamentos como Madre de Dios y Tarapoto, se observaron elevados niveles y niveles extremadamente altos de aplazamiento de tareas en estudiantes de educación básica, alcanzando un 60.5 y un 74.4 % respectivamente. Esta situación obstaculiza el logro de un aprendizaje adecuado por parte de los alumnos y su desenvolvimiento social en su entorno (5).

En consecuencia, es importante resaltar los *estudios internacionales y nacionales* relacionados al presente estudio de interés.

Se halla el primer artículo científico Camarillo et al. 2021, correlacional, transversal, descriptivo; el cual tuvo como objetivo examinar la conexión entre la tensión académica y la postergación en un grupo de 102 estudiantes de la FESI. Para efectuar este estudio, se emplearon dos herramientas, el primero fue un cuestionario que incluyó la Escala de Procrastinación Académica (EPA). El segundo instrumento fue el Inventario de SISCO. Los resultados, obtenidos después de aplicar los cuestionarios y posteriormente procesados por el SPSS, para posteriormente utilizar el coeficiente de correlación de Pearson, estos señalaron que se evidencia una correlación entre el estrés académico y la procrastinación en los estudiantes analizados (20).

Lo cual nos demuestras que el estrés académico afecta directamente a la procrastinación. Sin herramientas para controlar este, el procrastinar es un acto inevitable, pues no ven otras alternativas para manejo de este y la frustración puede desembocar en problemas más graves aún.

Según Ramírez et al. 2022 la crisis de COVID-19 transformó el panorama educativo, haciendo que las herramientas digitales, especialmente la Internet, se volvieran esenciales para mantener el ritmo académico. Sin embargo, también emergió una preocupación paralela: la propensión de los estudiantes a usar inapropiadamente dichas tecnologías, llevando a comportamientos como la procrastinación. El objetivo de este estudio consistió en analizar la interacción entre el estrés académico, el uso inapropiado de Internet, la dependencia a las plataformas sociales y la tendencia a posponer tareas académicas. En lo que respecta a la metodología, se realizó un enfoque cuantitativo de tipo transversal y sin componente experimental. Se emplearon herramientas como el Inventario Sisco para medir el estrés académico, el CUPI para identificar el uso inadecuado de Internet, la SMAS-SF con

el fin de establecer la dependencia a las redes y una escala para medir la procrastinación académica. Se analizaron respuestas de 448 jóvenes universitarios mexicanos, que tienen edades comprendidas entre 17 y 34 años. Al analizar los datos, se observó que las respuestas varían según el género. Las mujeres demostraron una relación entre el empleo de redes sociales y la postergación, mientras que los hombres exhibieron una asociación entre las dificultades vinculadas al uso de redes y las respuestas emocionales al estrés académico. Finalmente, se concluyó que el tránsito hacia el aprendizaje virtual ha traído retos a la comunidad universitaria, manifestándose en estrés académico, retraso en tareas y uso incorrecto de las plataformas digitales (21).

Otra investigación de Córdova et al. 2022 buscó en identificar y analizar los elementos que influyen en la procrastinación académica de los alumnos del Bachillerato en Ecuador. Referente a la metodología que emplearon fue cuantitativa y no experimental, con un planteamiento transversal y un diseño investigativo descriptivo y correlativo y analítico. Mientras que la muestra fueron 178 estudiantes de diferentes niveles del bachillerato. Las herramientas de obtención de información, un test y una encuesta, se aplicaron a estos estudiantes para evaluar sus niveles de procrastinación y los factores asociados, estos fueron recolectados y posteriormente procesados con el coeficiente de Pearson para hallar la asociación entre estos. Entre los principales hallazgos, evidenciaron que la mayoría de los alumnos, especialmente aquellos de género masculino y con edades entre los 14 y 17 años, presentaban altos niveles de procrastinación. Un hallazgo importante fue que la utilización de elementos distractores, como las redes sociales y otras tecnologías emergentes, estaba significativamente asociado con la postergación de tareas académicas. Adicionalmente, se descubrió que la edad juega un papel fundamental en la dinámica educativa, ya que a medida que los estudiantes eran mayores, mostraban una mayor tendencia a postergar sus responsabilidades académicas. Finalmente, concluyen con que, la procrastinación académica en estos estudiantes está estrechamente asociado al uso excesivo de redes sociales y tecnologías emergentes (22).

Es evidente que se debe controlar el manejo de las tic, así como se debe dar una correcta guía y mención de estos, sin desestimar su uso y productividad en otros aspectos.

Se halló la investigación de Mullani 2020 cuyo objetivo principal consistió en establecer la conexión existente entre el nivel de estrés y la postergación de tareas en estudiantes de primer año de enfermería. Para realizar este estudio, se implementó un diseño transversal con enfoque correlativo, y se eligió una muestra de 145 estudiantes utilizando un método de

muestreo de tipo censal. La recopilación de datos se efectuó utilizando la Escala de Procrastinación Académica (APS) y el Cuestionario del Inventario de Estrés de la Vida Estudiantil (SSI), cuyos resultados fueron sometidos a un análisis estadístico mediante la prueba de rango de Spearman. Los resultados del estudio pusieron de manifiesto que la mayoría de los estudiantes presentaban niveles moderados de estrés, representando un 82.5%, y procrastinación académica moderada en un 81.4%. Además, se identificó una conexión relevante de intensidad moderada entre el grado de estrés y la tendencia a postergar tareas académicas, según lo evidenció la prueba de rango de Lanceros, con un valor de  $p=0.000$  y  $r_s=0.442$ . En resumen, los autores mencionan que la universidad podría desempeñar un papel fundamental en la asistencia a los estudiantes, brindándoles orientación y motivación para aliviar la carga de responsabilidades que enfrentan durante su período de estudio inicial (23)

Finalmente, se encontró un estudio de Luna 2021 optando por explorar la interacción Entre la postergación de actividades académicas y el estrés académico en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología en la UCA de Paraná. Respecto a la metodología, lo enfocó desde el campo cuantitativo, específicamente de carácter descriptivo, de correlación y con una estructura transversal. El grupo de participantes en este estudio consistió en 64 estudiantes. Dentro de los principales resultados, encontró una conexión relevante entre la postergación de tareas académicas y el estrés académico en el conjunto de estudiantes evaluados. Específicamente, el coeficiente de correlación de 0.55 con un grado de significación de  $p < 0.01$ , sugiere una relación positiva de magnitud moderada entre ambas variables. Esto implica que a medida que aumenta el Estrés Académico, hay una tendencia correspondiente a que aumente la Procrastinación Académica, y viceversa (24).

En el *contexto nacional*, se encontró un estudio, Orco et al. (2023) con el propósito de examinar el vínculo entre estrés y la tendencia a postergar entre estudiantes de medicina en un plantel universitario ubicado en Lima, Perú. Realizaron un análisis transversal en el cual se seleccionó a estudiantes en el curso de Metodología de la Investigación en un contexto destacado de una universidad limeña. Se evaluaron niveles de estrés y tendencias a la procrastinación mediante instrumentos previamente validados. Posteriormente, se compararon estas variables considerando factores como el género y la edad de los involucrados. Referente al análisis de los datos, se utilizaron modelos lineales generalizados, tomando como referencia valores  $p \leq 0,05$  para determinar significancia estadística. Respecto a los hallazgos, dedujeron una notable correlación entre la tendencia a postergar y



el género masculino de los participantes ( $p = 0,001$ ), así como con su edad ( $p = 0,035$ ) y niveles de estrés ( $p = 0,022$ ). Concluyeron con que el grupo analizado, la procrastinación mostró estar fuertemente vinculada al estrés experimentado por los estudiantes y también se relacionó significativamente con factores demográficos como el género y la edad (25).

Otro estudio de Del Pilar y Matarines (2022) buscó la correlación entre la postergación de tareas académicas entre estudiantes universitarios, se examinó la relación entre la edad y el género de diversas disciplinas en una entidad gubernamental durante el período de la pandemia. Para llevar a cabo esta investigación, se empleó un enfoque descriptivo o comparativo, y la muestra se conformó mediante un procedimiento de selección probabilística, con la participación de 194 alumnos, de los cuales el 44.8% eran varones y el 55.2% eran mujeres. En lo que concierne a la franja etaria, el 49% de los participantes se encontraba en el intervalo de 19 a 23 años. Se empleó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) como instrumento de medición, y el análisis estadístico reveló que, con respecto al control académico propio, las mujeres exhibieron niveles superiores en contraste con los hombres. Asimismo, en relación a la comparación por edad, se notó que los alumnos de 23 años o más tendieron a postergar sus actividades en mayor medida, mientras que la categoría de edad comprendido entre 19 y 22 años experimentó niveles más altos de procrastinación académica. En resumen, este estudio concluye que los estudiantes varones tienden a mostrar menos autorregulación, que los participantes menores de 23 años tienen una mayor tendencia a procrastinar y que los estudiantes mayores de 23 años tienden a postergar sus actividades académicas (26).

Se halló una investigación de Gamarra (2022) teniendo como objetivo investigar la relación entre el estrés académico y la propensión a la postergación en estudiantes de enfermería que cursaban el IX ciclo. Respecto a la metodología, adoptó un enfoque cuantitativo, empleando un método deductivo hipotético. La naturaleza de esta investigación fue descriptiva teórica, y se empleó un diseño de investigación correlativo. La muestra estuvo compuesta por 53 alumnos del noveno ciclo del programa de enfermería. Referente a los principales resultados, determinó que se detectó una relación relevante, demostrada por un coeficiente de 0,379 y un valor  $p$  de 0,005, que está por debajo del umbral de significancia establecido en 0,01 (27).

En otro estudio, Huamanlazo (2022) tuvo el propósito de detectar si existía un nexo entre el estrés y la tendencia a la postergación de tareas académicas en estudiantes de enfermería de una institución universitaria privada en Lima, en medio del escenario de la pandemia COVID-19 durante el año 2022. En lo que respecta a la metodología, la investigación se

fundamentó en un enfoque hipotético deductivo y cuantitativo. Aunque fue una investigación aplicada, como muestra fue de 312 estudiantes. Además, empleó un método de muestreo no probabilístico. Para evaluar tanto el estrés como la tendencia a la postergación de tareas académicas, se emplearon la escala de estrés académico de Barraza y el cuestionario de Procrastinación académica de Rodríguez, respectivamente. Respecto a los hallazgos principales, fue a través de la prueba de normalidad de Kolmogorov y el coeficiente de correlación de Spearman (Rho) de 0,884, revelaron una correlación significativa entre el estrés y la procrastinación académica, con una significancia de 0,000. Esto llevó a la decisión de rechazar la  $H_0$  y aceptar la  $H_1$ . Finalmente, se identificó una relación sólida y positiva entre el estrés y la tendencia a postergar tareas académicas en los estudiantes de enfermería durante el período de la pandemia (28).

Finalmente, en el plano nacional se encontró otra investigación, Quispe (2020) quiso explicar la relación que existe entre el estrés académico y la tendencia a postergar tareas (procrastinación) entre 98 estudiantes universitarios que cursan su primer año. Esta muestra estaba conformada por un 51% de hombres y un 49% de mujeres, con edades que fluctuaban entre los 18 y 23 años. Con el propósito de evaluar el estrés académico se empleó el Inventario SISCO, creada por Barraza en 2007, mientras que para evaluar la procrastinación se usó la versión colombiana validada de la Escala de Procrastinación Académica (PASS) de Garzón y Gil (2016). Respecto a los hallazgos, se evidencia una relación directa y significativa entre el nivel de estrés académico y la tendencia a procrastinar. Específicamente, los factores estresantes y los síntomas relacionados al estrés mostraron estar vinculados con varias razones para procrastinar, incluyendo la falta de energía, la autorregulación y el perfeccionismo, miedo a ser evaluados y la falta de seguridad y asertividad en sí mismos. Además, se observó que las alumnas mujeres informaron niveles más elevados de estrés académico en contraste con los hombres. Interesantemente, Se identificó una conexión negativa de intensidad moderada entre la frecuencia con la que se postergan tareas y el rendimiento académico, según lo informado por los estudiantes. Finalmente, subrayó la relevancia de continuar indagando en esta temática. Entender estos patrones puede ayudar a diseñar estrategias que faciliten una transición más saludable y efectiva para los estudiantes en sus primeros ciclos universitarios (29).

Abordando el *marco teórico* del estudio actual, donde se identifica las variables que son de interés: la procrastinación y el estrés académico, siendo estos fenómenos tema de enfoque y análisis por parte de diversos autores a lo largo del tiempo. En ese sentido, se parte de la

conceptualización de la *variable procrastinación*, siendo este como una tarea inherente a cualquier organismo viviente que implica retrasar una situación en favor de otra. Esta definición, aunque genérica, captura la esencia del acto de aplazar o retrasar algo (30).

El término "procrastinación" se deriva del latín "procrastinare", que se traduce como "dejar para mañana" o "postergar" prolongar, retrasar o posponer un trabajo. Esta etimología resalta la acción deliberada de posponer algo para más tarde, un comportamiento que se manifiesta en distintas áreas de la vida, pero que en el contexto académico puede ser especialmente problemático (31).

Aunado a lo anterior, proporcionan una perspectiva más detallada al respecto, argumentando que la procrastinación se trata de un patrón caracterizado por posponer el inicio y la finalización de las tareas. Esta dilación no es simplemente un retraso, sino que es percibida como contraproducente por el individuo. La procrastinación, en este sentido, está vinculado a la dificultad en la toma de decisiones y a un temor a las consecuencias negativas de la tarea en cuestión y un rechazo general hacia las tareas, especialmente en el ámbito académico (32).

Las causas pueden ser multifacéticas, sin embargo, el estrés en diferentes ámbitos es un común denominador en este, la incapacidad de manejar las situaciones demandantes de alto estrés, puede concluir con el miedo a enfrentar estas, sin herramientas adecuadas esto termina en la procrastinación involuntaria muchas veces, generando conflictos internos y una incapacidad de desarrollo académico, que posteriormente puede convertirse en laboral.

Baker teorizaba en el modelo Psicodinámico, que la postergación de tareas o deberes, proviene de conflictos internos sin resolver que nacen desde la infancia y se van almacenando a lo largo del crecimiento, esto puede revelarse hacia el "ego" mediante diferentes mecanismos, por ejemplo el estrés y la ansiedad; producto de la presión social o familiar en la exigencia de ciertos resultados, e incluso de una presión autoimpuesta por sensación de responsabilidad con los resultados académicos para con los padres, estos conflictos que pueden representar el miedo al fracaso o la carencia de la capacidad de manejo de dicha presión, los estudiantes tienden a presionar o ajustar el manejo de este evitando conflictos sentimentales con su interior, postergando este conflicto al no realizar los deberes que conscientemente saben deberían realizar (1).

Así mismo Dymond teoriza que fenómeno se arraiga en la respuesta de evitación del ser humano ante situaciones percibidas como amenazantes o estresantes. En el contexto del

estudiante, La procrastinación puede funcionar como un mecanismo temporal de defensa, proporcionando un alivio inmediato de la ansiedad asociada con el potencial fracaso en el examen. Sin embargo, esta evitación a corto plazo a menudo conduce a mayores niveles de estrés y ansiedad aumentan a medida que se acerca la fecha del examen, creando un ciclo vicioso de evitación y ansiedad (34).

Este comportamiento puede ser analizado desde varias perspectivas psicológicas. Desde la teoría cognitiva, la procrastinación se puede entender como el resultado de distorsiones cognitivas, como la catastrofización, donde el individuo anticipa resultados irracionalmente negativos para una situación. Por otro lado, desde el enfoque conductual, se observa que la procrastinación se refuerza mediante el alivio temporal de la ansiedad, lo que hace más probable que este comportamiento se repita en el futuro.

La procrastinación emerge como un fenómeno preocupante en la formación de estudiantes. Si bien se entiende generalmente como el aplazamiento deliberado de tareas a pesar de anticipar resultados adversos, su manifestación en el contexto académico de la enfermería adquiere matices particulares. En una profesión donde la precisión, la prontitud y la responsabilidad son esenciales, posponer tareas y decisiones puede tener consecuencias significativas en la calidad de la formación y, eventualmente, en la atención al paciente. Al coincidir con el cambio abrupto hacia la educación virtual debido a la pandemia, la procrastinación se entrelaza con otros desafíos, como el estrés académico y el uso problemático de las tecnologías, complicando aún más el panorama y destacando la necesidad urgente de abordar este fenómeno en futuros enfermeros. El cuidado de un enfermo, así como el monitoreo de signos vitales y la administración de medicamentos, son situaciones mortales, pero comunes en un ambiente de enfermería, el mal manejo del tiempo, la procrastinación, así como diversos factores que provoquen este, es el causante de desenlaces fatales, desde una negligencia, hasta el olvido de medicaciones de soporte vital, como puede suceder en UCI; la importancia de saber controlar el tiempo y manejar situaciones de alto rendimiento son obvias, sin embargo no se da la atención pertinente, cuando debería ser un elemento esencial en la capacitación de profesionales en el campo de la salud.

Estas definiciones y conceptualizaciones nos permiten comprender a la procrastinación, no solo como un simple retraso en la acción, sino como un comportamiento complejo, arraigado en diversas causas y manifestaciones, que puede afectar significativamente el desempeño y

bienestar de los individuos, en particular en el contexto educativo. *Las dimensiones de la procrastinación académica* son:

a) *Procrastinación crónica emocional*, donde los alumnos, en ocasiones, tienden a postergar sus responsabilidades académicas en favor de actividades que les brindan una gratificación instantánea. Esta tendencia a completar tareas justo antes del límite es notable, especialmente cuando logran buenos resultados bajo tales circunstancias. Estos individuos muestran una inclinación a laborar bajo tensiones autoimpuestas y, a pesar de la ansiedad que esto puede causar, demuestran ser eficaces al concluir y presentar sus deberes justo a tiempo. Este comportamiento puede verse potenciado si sienten una sensación de logro tras hacerlo. Una observación interesante es que las estructuras cerebrales de estos estudiantes parecen estar influenciadas por los mecanismos de recompensa a corto plazo, lo que lleva a que, al postergar, operen bajo una mentalidad enfocada en la obtención de placeres inmediatos, evidente en el ciclo de anhelar, realizar y lograr (35).

b) *Procrastinación por incompetencia emocional personal*: referida a un patrón de postergación de tareas o responsabilidades que surge como resultado de la incapacidad del individuo para gestionar sus propias emociones de manera efectiva. En este contexto, la incompetencia emocional abarca la carencia de aptitudes para identificar, comprender y gestionar las emociones, lo que puede desencadenar una serie de respuestas emocionales negativas, como la ansiedad, el miedo o la frustración, cuando se enfrenta a tareas desafiantes o demandantes. Estas respuestas emocionales desfavorables pueden actuar como obstáculos significativos para la ejecución o finalización de las tareas, lo que conduce a la procrastinación. La procrastinación por incompetencia emocional personal puede tener un impacto adverso en la productividad, la calidad del trabajo y el bienestar psicológico del individuo (35).

Como se ha mencionado anteriormente, sin herramientas y conocimiento sobre el manejo de emociones y sensaciones, es difícil el afrontar ciertas situaciones, lo cual es preocupante en personal de la salud.

c) *Procrastinación por estímulo demandante*: refiere al aplazamiento de tareas o actividades debido a la presencia de estímulos o distracciones que requieren una alta demanda de atención, tiempo o energía. Estos estímulos suelen ser atractivos o inmediatos, lo que resulta en la elección de posponer tareas menos atractivas, pero igualmente importantes. Este tipo de procrastinación se caracteriza por la tendencia del individuo a ceder ante la tentación de

distracciones externas o actividades gratificantes a corto plazo en lugar de comprometerse con tareas más relevantes o prioritarias. La procrastinación por estímulo demandante puede ser especialmente perjudicial en contextos académicos o laborales, ya que puede resultar en la falta de logro de metas, plazos incumplidos y una disminución en el rendimiento general. Para combatirla, es importante desarrollar estrategias de autorregulación y gestión del tiempo para resistir las distracciones y mantener el enfoque en las tareas importantes (35).

*d) Procrastinación por aversión a la tarea:* los estudiantes que postergan tareas a menudo ven estas actividades como desagradables o aversivas, optando por retrasar su inicio. Asimismo, tales individuos muestran altos niveles de nerviosismo y aprensión ante la posibilidad de no tener éxito, lo que los lleva a creer que no pueden obtener resultados satisfactorios en sus asignaciones. Aunque suelen ser introspectivos respecto a su comportamiento, estos estudiantes están plagados de obsesiones recurrentes, que con el tiempo pueden transformarse en pensamientos distorsionados no deseados. Estas tendencias pueden estar vinculadas a experiencias o métodos de crianza durante su infancia (35).

Por otro lado, con relación a la *variable estrés académico*, la OMS conceptualiza el estrés como una percepción de tensión, presión, o ansiedad resultante de circunstancias desafiantes. Aunque todos experimentamos niveles variables de estrés, debido a que es una reacción innata ante amenazas o desafíos, la manera en que gestionamos esa respuesta determina su impacto en nuestra salud y bienestar. Como consecuencia, se caracteriza la fatiga extrema, falta de interés por la comida y una disminución notable en la masa corporal y falta de motivación. Asimismo, denominaron a esta serie de manifestaciones como el "Síndrome General de Adaptación". La respuesta del cuerpo humano al estrés involucra transformaciones tanto físicas como químicas internas, conduciendo a alteraciones emocionales. Estas reacciones pueden resultar en síntomas de incomodidad a nivel físico y mental (36).

El estrés en el ámbito académico según las teorías de Orlandini desde una perspectiva psicológica, se puede comprender como una manifestación de la tensión excesiva y recurrente que se experimenta en el ámbito educativo, desde la educación preescolar hasta el nivel de posgrado. Este tipo de tensión se manifiesta durante el proceso de aprendizaje, tanto en situaciones de estudio en solitario como en contextos de aula (37).

El estrés académico es una respuesta natural a las demandas percibidas como desafiantes o abrumadoras en el entorno educativo. Estas demandas pueden incluir la presión de los

exámenes, las expectativas de rendimiento, la carga de trabajo, y la gestión del tiempo, entre otros factores. Cuando los alumnos se encuentran ante estos requerimientos, pueden experimentar una variedad de síntomas de estrés, como ansiedad, irritabilidad, dificultades para concentrarse, y problemas para dormir.

De igual manera, en un entorno de rendimiento académico, el estudiante enfrenta diversas exigencias que pueden actuar como agentes estresantes. Esto resulta en un desbalance sistémico denominado estrés académico, donde el alumno experimenta incomodidad debido a las percepciones de amenaza y restricción, lo que reduce el disfrute y satisfacción en sus tareas (38).

Con lo contextualizado en anterioridad, se pueden evidenciar los tipos de estrés, siendo estos, eustrés y distrés: *a) Estrés positivo (Eustrés):* El *eustrés* impulsa una interacción constructiva con los factores estresantes, caracterizada por una mentalidad abierta y creativa, resultando en sensaciones de alegría, bienestar y equilibrio (36).

El estrés académico se presenta como una barrera significativa para el desempeño y bienestar de los estudiantes. Si bien el estrés es una reacción natural ante situaciones desafiantes, en el ámbito académico de la enfermería, se relaciona con la percepción de una sobrecarga o la sensación de incapacidad para enfrentar las demandas educativas. Esta profesión, que exige alta responsabilidad y toma de decisiones críticas, se ve amplificada en su complejidad al añadir el estrés derivado de cambios en modalidades educativas, como la transición forzada a la educación virtual por la pandemia. Tal estrés, no solo compromete el aprendizaje y la absorción de habilidades esenciales, sino que también puede afectar la salud mental de los estudiantes, repercutiendo en su futura labor como cuidadores y en la calidad de atención que proporcionarán. Esta dinámica resalta la importancia de comprender y gestionar el estrés académico en la formación de enfermeros, especialmente en tiempos de cambio y adaptación.

Por otro lado, todo individuo o persona que experimentan este tipo de estrés positivo, son por naturaleza, creativas y buscan abordar los desafíos con entusiasmo. Estos individuos tienen la habilidad de expresar su talento único y desplegar su imaginación e iniciativa. Además, este tipo sirve como catalizador para enriquecer el conocimiento, mejorar habilidades cognitivas y fomentar la motivación, siendo esencial para mantener la vitalidad y el crecimiento holístico del ser humano (38).

**b) Estrés negativo (Distrés):** Es una respuesta psicofisiológica y emocional desfavorable que surge cuando un individuo ve un evento como abrumador, amenazante o perjudicial para su bienestar físico o psicológico. A diferencia del "eustrés" (estrés positivo), que puede ser estimulante y motivador en ciertas circunstancias, el distrés representa una experiencia de tensión, ansiedad y malestar que puede manifestarse de diversas maneras, incluyendo síntomas físicos tales como cefaleas o trastornos gastrointestinales, así como síntomas emocionales como la irritabilidad, la tristeza o la sensación de agobio. Además, se manifiesta cuando las exigencias del entorno son demasiado abrumadoras, intensas o se prolongan en el tiempo, incluso si en ocasiones pueden parecer atractivas o placenteras. Si estas demandas sobrepasan la habilidad del individuo para resistir o adaptarse, se produce un desequilibrio en el organismo (39).

Aquí la gestión de emociones y tiempo es de suma importancia para llevar la frustración por buen camino y no dejar que esta encamine las situaciones de la cual provienen.

**c) Estrés académico:** es una respuesta sistémica, adaptativa y primordialmente psicológica que surge en el estudiante cuando enfrenta exigencias académicas que no concuerdan con sus capacidades y conocimientos, y que desafían sus capacidades mentales para enfrentar su formación profesional. Esta situación surge cuando el estudiante percibe ciertas demandas en el ámbito académico como estresantes, provocando un desbalance que se evidencia mediante una variedad de síntomas. Este desequilibrio conduce al estudiante a emplear estrategias de afrontamiento para restaurar la estabilidad. Además, el impacto del estrés académico es amplio, afectando aspectos como el bienestar emocional y la salud física y las interacciones sociales. Estos efectos pueden variar entre individuos y se pueden categorizar en tres áreas principales: conductual, cognitiva y fisiológica, con consecuencias tanto a corto como a largo plazo. Desde una perspectiva conductual, observaron que los hábitos de vida de los estudiantes cambian conforme se aproxima el periodo de exámenes. Estos cambios incluyen una mayor dependencia emocional hacia el uso de sustancias como la cafeína, el tabaco, estimulantes y, en algunos casos, tranquilizantes. Esta dependencia puede llevar eventualmente a problemas de salud (40).

En ese sentido, se identifican las **dimensiones o componentes** que tiene una afección en el estrés académico, siendo estos: **a) Estímulos estresores:** en el contexto educativo, diversos estímulos pueden desencadenar estrés. Entre los más prominentes se encuentra la rivalidad entre los estudiantes. Otros factores incluyen la acumulación excesiva de deberes, asumir demasiada responsabilidad en proyectos grupales, plazos ajustados para completar tareas,



pruebas rigurosas, instrucciones complejas por parte de los profesores, ausencia de estímulos o reconocimientos, entornos físicos poco propicios, interrupciones en el aprendizaje y desacuerdos con mentores o colegas. Estos factores recurrentemente inducen tensiones, generando un desbalance en cómo los estudiantes interactúan con el ámbito académico, y este desbalance necesita ser abordado para restaurar la armonía interna (41).

En ese sentido, Al enfrentarse a estos estímulos, no todos los alumnos están equipados con las herramientas adecuadas para manejarlos, a pesar de que su existencia es una característica constante en la vida académica. La reciente transición hacia la educación en línea, precipitada por la crisis sanitaria, ha introducido nuevos desafíos, tales como la falta de familiaridad con las plataformas digitales, una interacción limitada con pares y docentes, y una retroalimentación insuficiente (41).

**b) Síntomas del estrés:** El estrés académico se manifiesta en los estudiantes a través de una variedad de síntomas que pueden ser tanto físicos como psicológicos. Estos síntomas varían en su severidad y duración. A nivel físico, estos indicadores pueden causar malestar y dolor, mientras que, en el ámbito psicológico, es común experimentar ansiedad y dificultades de concentración. En ese sentido, las manifestaciones físicas del estrés académico abarcan síntomas como un incremento en la frecuencia cardíaca, tensión muscular, problemas digestivos, dificultades en la respiración, trastornos del sueño y dolores de cabeza. En cuanto a las manifestaciones conductuales, el estrés puede conducir a un rendimiento académico deficiente, retiro social, falta de interés, consumo de sustancias psicoactivas, inasistencia a clases y signos de nerviosismo (17).

**c) Estrategias de afrontamiento:** debido al desbalance generado por el estrés, los estudiantes implementan varias tácticas de afrontamiento con el objetivo de restablecer su equilibrio y bienestar (17). Estas estrategias pueden variar en relación a la personalidad del individuo, la situación particular y los recursos a disposición. Al identificar y aplicar las tácticas adecuadas, los estudiantes pueden manejar eficazmente el estrés y mejorar su rendimiento académico y bienestar general. Las tácticas de afrontamiento, como la asertividad, la organización de tareas, la serenidad, la actitud positiva, la búsqueda de distracciones, la búsqueda activa de información y el apoyo mutuo entre pares, sirven como herramientas valiosas para los estudiantes. Estas herramientas les ayudan a navegar y superar con éxito los obstáculos académicos. Al emplear estas estrategias, los estudiantes pueden enfrentarse de manera proactiva a los desafíos, lo que potencialmente conduce a mejores resultados académicos. Estas victorias, a su vez, refuerzan la confianza del estudiante en sus

habilidades, elevando su sentido de autoeficacia. Con el tiempo, al enfrentar y superar desafíos de manera efectiva, el estudiante no solo incrementa su desempeño académico, sino que también fortalece su autoestima y percepción positiva de sí mismo (41).

De todo lo expresado, se imparte el siguiente ***problema de investigación***: “¿Cuál es la relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023?”

Los problemas específicos que se establecieron son: “¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023?” y “¿Cuál es el grado de procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023?”

La justificación, se parte de la parte teórica la procrastinación y el estrés académico como dos fenómenos interrelacionados que han atraído el interés de la comunidad estudiantil y de salud en las últimas décadas. Mientras que la procrastinación se refiere al aplazamiento o la postergación deliberada de tareas a pesar de esperar resultados negativos, el estrés académico se ve relacionada con la percepción de sobrecarga o incapacidad para afrontar las demandas académicas. Es crucial investigar estos dos conceptos dentro del contexto de la educación en enfermería, pues estos profesionales requieren habilidades de gestión del tiempo, responsabilidad y capacidad para manejar situaciones estresantes. Al centrarnos en estudiantes del V semestre, se busca comprender estas problemáticas en una etapa crítica de su formación, donde se consolidan las bases de la práctica médica y la toma de decisiones.

La interacción entre la procrastinación y el estrés académico ha sido explorada en diversos ámbitos educativos, pero la comprensión completa de su interacción en profesiones de alta demanda, como la enfermería, aún presenta vacíos. Estudiar estos fenómenos en la formación de enfermería puede enriquecer el conocimiento teórico existente, proporcionando nuevas perspectivas y comprensiones. Desde un punto de vista práctico, la enfermería, como profesión, exige un alto nivel de responsabilidad, manejo del tiempo y capacidades de toma de decisiones. Entender y abordar la procrastinación y el estrés en esta etapa formativa puede llevar a profesionales más preparados y resilientes en el futuro. Moralmente, es imperativo garantizar que los futuros enfermeros estén equipados no solo con habilidades técnicas sino también con fortaleza mental y emocional para manejar situaciones estresantes y de alta presión, garantizando una atención al paciente de alta calidad. Metodológicamente, al enfocarse en estudiantes del V semestre, este estudio tiene

el potencial de capturar información en un punto crucial en su formación, permitiendo intervenciones más oportunas y efectivas. A nivel social, los profesionales de enfermería tienen una función fundamental en el sistema de atención médica. Asegurarse de que estén bien preparados, no solo técnicamente sino también emocionalmente, beneficia no solo a los individuos, sino también a la sociedad en su conjunto, que depende de su cuidado y experiencia.

Esta investigación contribuirá al cuerpo *teórico* existente al aportar conocimientos específicos sobre cómo los futuros profesionales de enfermería manejan y perciben estas cuestiones en su formación. La *metodología*, examinar la procrastinación y el estrés académico en alumnados de enfermería del V semestre requiere de un enfoque metodológico sólido y bien estructurado, un enfoque metodológico robusto es crucial para entender la prevalencia, causas y efectos de la procrastinación y el estrés académico en este grupo. La combinación de herramientas cuantitativas y cualitativas ofrecerá una comprensión profunda y servirá como modelo para futuros estudios.

Por el lado *práctico*, la identificación de niveles significativos de procrastinación y estrés académico en alumnados de enfermería posee repercusiones directas en la calidad de la educación y, a largo plazo, en la atención al paciente. Al entender las causas y consecuencias de estos fenómenos, las instituciones educativas pueden implementar intervenciones dirigidas a mejorar el bienestar de los alumnos y aumentar el rendimiento académico y, finalmente, formar profesionales de enfermería más competentes y resilientes. Reconocer y abordar estos fenómenos mejorará la formación de los estudiantes y, a largo plazo, la atención al paciente. Las intervenciones basadas en los hallazgos pueden beneficiar a futuras cohortes, llevando a enfermeros mejor preparados y a una atención médica de mayor calidad.

El *objetivo general* es: “Establecer la relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023”. Además, como *objetivos específicos* se establecieron: “Identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023” e “Identificar el grado de procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023”.

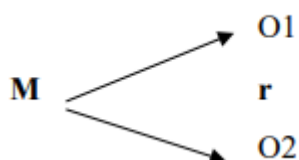
La *hipótesis* de la investigación: Hi: “Existe relación significativa entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada,

2023; e Ho: No existe relación significativa entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.”

## II. MÉTODO

### 2.1. Tipo y diseño de investigación

Este estudio se encuadrará en la categoría de este. de carácter o tipo básico, puesto que se tiene como propósito el descubrimiento de información que puede fortalecer la fundamentación teórica en la cual se sustenta la investigación y, de esta manera, contribuirá con el entendimiento y análisis del fenómeno en cuestión. Así también, este estudio se llevará a cabo mediante un enfoque no experimental de tipo transversal en el diseño puesto que no se llevará a cabo alguna alteración de las variables (42).



Donde:

M: “Muestra” (Estudiantes del V ciclo de enfermería).

O1: “Procrastinación”

O2: “Estrés Académico”

r: “Relación entre las variables de interés”

### 2.2. Operacionalización de las variables (Anexo 2)

### 2.3. Población, muestra y muestreo

La población que será objeto de estudio estará compuesta por los 53 estudiantes cursantes del ciclo regular del V semestre de la carrera de enfermería de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt del 2023.

La muestra se considera censal, no probabilístico, se optó por que la muestra sea igual que la población, por lo tanto, en este estudio, la muestra consistió en 53 estudiantes del V semestre del ciclo regular de la carrera de enfermería de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt en el año 2023.

## 2.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Se empleará la técnica de la encuesta, en la que se empleará un cuestionario como instrumento principal. En dicho cuestionario se incluirán las preguntas esenciales para recopilar la información requerida. Para obtener datos sobre la procrastinación, se recurrirá a la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA) diseñada específicamente para evaluar el comportamiento de postergación en jóvenes universitarios. Por otro lado, para medir los niveles de estrés en los estudiantes, se hará uso del Inventario de Estrés Académico SISCO. Gracias a esta técnica e instrumento, se logrará recopilar datos relevantes relacionados con un tema o situación particular.

### *Escala de procrastinación (EPA)*

Rodríguez desarrolló la EPA en Lima en el año 2014. Esta herramienta está diseñada para evaluar la tendencia a postergar tareas en individuos, ya sean adolescentes, jóvenes o adultos, que estén matriculados en programas universitarios y que tengan edades comprendidas entre los 16 y 30 años. La escala puede administrarse tanto de manera individual como en grupos, y su completado suele tomar alrededor de 7 minutos. Por tanto, la EPA se compone de cuatro dimensiones distintas que evalúan diferentes aspectos de la procrastinación: la primera dimensión es la “Procrastinación crónica emocional” y consta de 2 ítems que son el 1 y 2; la segunda dimensión es la “Procrastinación por estímulo demandante” y está compuesta por 2 ítems siendo la 3 y 4; la tercera dimensión es la “Procrastinación por incompetencia personal” y se compone de 3 ítems que son: 5, 6 y 7; y la cuarta y última dimensión es la “Procrastinación por aversión a la tarea” y contiene 9 ítems que son: 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16. En total, la escala cuenta con 16 ítems y utiliza una escala de tipo Likert con opciones de respuesta que varían desde “nunca” (0) hasta “siempre” (4). Para interpretar los resultados, se estableció un baremo con dos cortes, en el percentil 25 y el 75, dividiendo los resultados en tres niveles: alto, moderado y bajo. Cada dimensión tiene su propio rango de puntuación (35).

### *Validez*

Rodríguez analizó la validez del instrumento mediante el método de análisis subtest-test, que incluye coeficientes de correlación de Pearson estrés; estos coeficientes muestran una alta significación estadística y respaldan la robustez de la validez de constructo del cuestionario. Para la dimensión de “Procrastinación crónica emocional”, se obtuvo un valor de correlación de 0.935 con un p-valor de 0.00, lo cual señala una correlación muy fuerte y altamente

significativa. En cuanto a la dimensión de “Procrastinación por estímulo demandante”, se observa una correlación de 0.738 con un p-valor de 0.00, lo que sugiere una correlación significativa y positiva. La dimensión de “Procrastinación por incompetencia personal” presenta una correlación de 0.648 y un p-valor de 0.00, lo que indica una correlación significativa. Finalmente, la dimensión de “Procrastinación por aversión a la tarea” muestra una correlación de 0.832 con un p-valor de 0.00, lo que señala una correlación positiva y significativa. En resumen, los resultados obtenidos durante el proceso de validación indican que la EPA es una herramienta confiable y válida para medir la procrastinación en sus diferentes dimensiones, lo que lo hace adecuado para su uso en investigaciones y evaluaciones relacionadas con este comportamiento (35).

### ***Confiabilidad***

Rodríguez evaluó la confiabilidad del cuestionario en su totalidad y de sus dimensiones a través del coeficiente Alpha de Cronbach, el cual evalúa la consistencia interna. El coeficiente Alpha de Cronbach para la EPA en su conjunto, que consta de 41 ítems, alcanzó un valor de 0,913. Este valor se considera un indicador de alta fiabilidad, lo que significa que el cuestionario es consistente en la medición de la procrastinación. Además, las dimensiones individuales de la EPA también demostraron una confiabilidad significativamente elevada. La primera dimensión, denominada “Procrastinación crónico emocional”, obtuvo un coeficiente Alpha de Cronbach de 0.863, lo que indica una alta consistencia interna; la dimensión “Procrastinación por estímulo demandante” obtuvo un coeficiente Alpha de Cronbach de 0.739, este valor también indica una buena consistencia interna en relación con los ítems que componen esta dimensión; por su parte, la dimensión “Procrastinación por aversión a la tarea” exhibe un coeficiente Alpha de Cronbach de 0.715, aunque este valor es ligeramente menor que los anteriores, aún indica una consistencia interna razonable en la medición de la procrastinación. En conjunto, la EPA evidencia un elevado nivel de consistencia interna en su totalidad, esto sugiere que la escala en su conjunto es altamente fiable para evaluar el constructo de postergación (35).

### ***Inventario de Estrés Académico (SISCO)***

Desarrollado por Barraza y adaptado en Perú por Ancajima en estudiantes. La aplicación es colectiva o individualmente, con un tiempo de 10 a 15 minutos. La finalidad de este instrumento es determinar los grados e intensidad del estrés académico experimentado por los alumnos universitarios. Por tanto, este utiliza una escala de Likert compuesta por 29

ítems, los mismos que evalúan aspectos distintos en tres dimensiones: la primera es “Estímulos estresores” que incluye 8 ítems numerados del 1 al 8; la segunda es “Síntomas del estrés” que se compone de 15 ítems numerados del 9 al 23; y la tercera dimensión “Estrategias de afrontamiento” que abarca 6 ítems numerados del 24 al 29. La puntuación se obtiene de manera directa a partir de la dimensión “estresores”, sumando los valores asignados a las respuestas. Estas respuestas varían en una escala de 1 a 5, donde 1 representa “nunca”, 2 es “rara vez”, 3 indica “algunas veces”, 4 es “casi siempre” y 5 significa “siempre”. Sin embargo, en la dimensión “estrategias de afrontamiento”, los valores de los códigos se invierten. Para obtener la puntuación final, se suman todos los ítems. El rango total posible para el instrumento completo es de 0 a 145 puntos. En cuanto a las dimensiones individuales, “estresores” tiene un rango de 0 a 40, “síntomas del estrés” de 0 a 75, y “estrategias de afrontamiento” de 0 a 3 (41) (43).

### ***Validez***

Ancajima evaluó la validez del Inventario de Estrés Académico (SISCO) a través de un proceso que involucró la opinión de 10 expertos en el campo. Estos expertos llevaron a cabo un análisis exhaustivo de cada ítem del inventario para determinar si eran representativos y pertinentes para medir el estrés académico. Según los hallazgos, los expertos consideraron que los ítems del SISCO eran altamente representativos y pertinentes para medir el estrés académico. Cada dimensión del inventario obtuvo puntuaciones significativas en términos de validez que se describen a continuación: la dimensión “Estímulos estresores” alcanzó una puntuación de validez del contenido de 0.85, lo que indica una alta representatividad y pertinencia de los ítems; la dimensión “Estrategias de afrontamiento” obtuvo una puntuación de 0.74, lo cual también sugiere que los ítems relacionados con esta dimensión son representativos y pertinentes; finalmente, la dimensión “Síntomas del estrés” recibió la puntuación más alta de 0.94 en términos de validez del contenido, lo que refleja una fuerte representatividad y pertinencia. En conjunto, estos resultados respaldan la validez del contenido del Inventario de Estrés Académico (SISCO) y sugieren que el instrumento es apropiado y adecuado para evaluar el estrés académico de manera precisa y confiable. La opinión de los expertos en el campo respalda la calidad y la idoneidad del cuestionario en la evaluación del estrés académico (43).

### ***Confiabilidad***

Ancajima evaluó la validez del Inventario de Estrés Académico (SISCO) mediante el coeficiente de consistencia interna utilizando el estadístico omega. Los resultados obtenidos en esta evaluación se consideraron aceptables. Es importante destacar que el uso de la escala de Likert y el tamaño de los ítems no se vieron afectados al aplicar el análisis factorial; además, este método proporcionó una fiabilidad de consistencia en el coeficiente. Para evaluar la confiabilidad de las diferentes dimensiones del instrumento, se obtuvieron los siguientes resultados: para la dimensión “Estímulos estresores”, la confiabilidad alcanzó un valor de 0.85, lo que indica un nivel adecuado de consistencia interna en esta dimensión; en cuanto a la dimensión “Estrategias de afrontamiento”, se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0.74, que igualmente sugiere una confiabilidad aceptable en esta área; por último, la dimensión “Síntomas del estrés” mostró la confiabilidad más alta, con un valor de 0.94, lo que señala una coherencia interna sólida en esta dimensión. Estos resultados refuerzan la confiabilidad del Inventario de Estrés Académico (SISCO) como una herramienta confiable para medir diferentes dimensiones relacionadas con el estrés académico. La consistencia interna adecuada en estas dimensiones sugiere que el instrumento puede proporcionar mediciones precisas y coherentes de las variables que busca evaluar (43).

## **2.5. Procedimiento**

La investigación deberá ser aprobada para poder iniciar la aplicación de los instrumentos a través de solicitud a los encargados de la universidad y posterior a los estudiantes de enfermería del V semestre de la Universidad Roosevelt. En este sentido, la aproximación de los investigadores será a través del consentimiento informado donde se explica el objetivo de la investigación.

## **2.6. Método de análisis de datos**

En este estudio, se cotejarán las propiedades de fiabilidad y validez del instrumento. Luego, se llevará a cabo la sistematización de los datos utilizando el software SPSS v26 para llevar a cabo el análisis de los datos obtenidos. Estos resultados serán expuestos a través de recursos como tablas y gráficos.

Asimismo, se aplicará la prueba no paramétrica Rho de Spearman para examinar la relación entre las variables de estrés académico y procrastinación en los estudiantes de enfermería del V semestre de la Universidad Roosevelt. Esta prueba se empleará para evaluar el grado de asociación entre estas dos variables, donde un valor por debajo de 0 indicará una



correlación negativa, mientras que un valor superior a 0 mostrará una correlación positiva. Además, se realizarán los cálculos con un nivel de significancia alfa establecido en 0,05 y un intervalo de confianza del 95% para examinar la hipótesis.

Por otra parte, los resultados de la variable de procrastinación, se evaluarán base a lo siguiente:

**Tabla 1.** Baremos de Escala de procrastinación (EPA)

PROCRASTINACIÓN GLOBAL	
ALTO	0-22
MODERADO	23-42
BAJO	43-64

*Fuente.* Rodríguez

**Tabla 2.** Escala de valoración de las dimensiones de procrastinación

Dimensión	Nivel	Puntuación
Procrastinación crónico emocional	ALTO	06-08
	MODERADO	03-05
	BAJO	00-02
Procrastinación por estímulo demandante	ALTO	06-08
	MODERADO	03-05
	BAJO	00-02
Procrastinación por incompetencia personal	ALTO	09-12
	MODERADO	05-08
	BAJO	00-04
Procrastinación por aversión a la tarea	ALTO	25-36
	MODERADO	13-24
	BAJO	00-12

*Fuente.* Rodríguez.

Por último, los resultados obtenidos para la variable de estrés académico , se evaluarán base a lo siguiente:

**Tabla 3.** Calificación de Inventario de Estrés Académico (SISCO)

CALIFICACIÓN DEL INSTRUMENTO (SISCO)	
Estresores	0-40
Síntomas del estrés	0-75
Estrategias de afrontamiento	0-30
Total	0-145

**Fuente.** Ancajima

**Tabla 4.** Escala de valoración de las dimensiones de estrés académico

ESCALA DE VALORACIÓN DE LAS DIMENSIONES				
	Bajo nivel	Promedio bajo	Promedio alto	Alto nivel
Estresor	0-22	23-27	28-32	32 – más
Síntomas	0-32	33-43	44-55	56-más
Estrategias	0-15	16-19	20-23	24-más
Total	0-73	74-90	91-106	107-más

**Fuente.** Ancajima

## 2.7. Aspectos éticos

Para llevar a cabo este estudio, cuyo propósito es “Establecer la relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023”, se han observado los principios éticos siguientes:

**Principio de autonomía:** Se mantendrá una comunicación oportuna con todos los participantes, proporcionándoles información clarificada acerca de los propósitos de la investigación. Además, se solicitará su permiso mediante la firma o un consentimiento informado, reafirmando su participación voluntaria en el estudio.

**Principio de beneficencia:** Este estudio ofrece beneficios inherentes para los estudiantes de enfermería ya que participarán en un proceso de aprendizaje práctico en un contexto académico.

**Principio de no maleficencia:** En ningún momento se pondrá en riesgo ni se causará daño a los estudiantes. Se garantizará que los resultados obtenidos serán usados anónimamente, con fines exclusivamente relacionados al estudio.

Principio de justicia: Se mostrará respeto hacia todos los estudiantes durante la investigación, garantizando un trato equitativo sin discriminación de ningún tipo.

El principio de confidencialidad se enfocará en salvaguardar la información personal recolectada durante la investigación y garantizará la preservación del secreto profesional con respecto a los datos obtenidos.

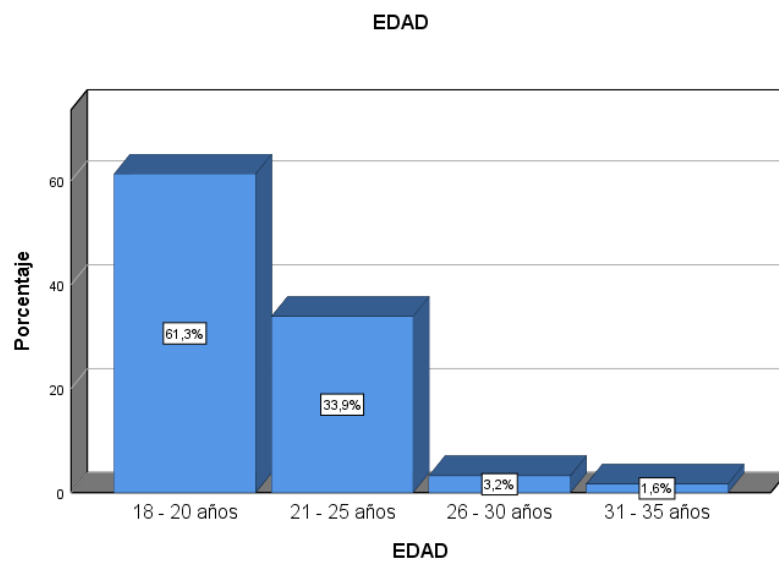
### III. RESULTADOS

#### 3.1. Resultados descriptivos

**Tabla 5.** *Edad de los participantes*

	f	%	% válido	% acumulado
Válido 18 - 20 años	38	61,3	61,3	61,3
21 - 25 años	21	33,9	33,9	95,2
26 - 30 años	2	3,2	3,2	98,4
31 - 35 años	1	1,6	1,6	100,0
Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 1.** *Edad de los participantes*

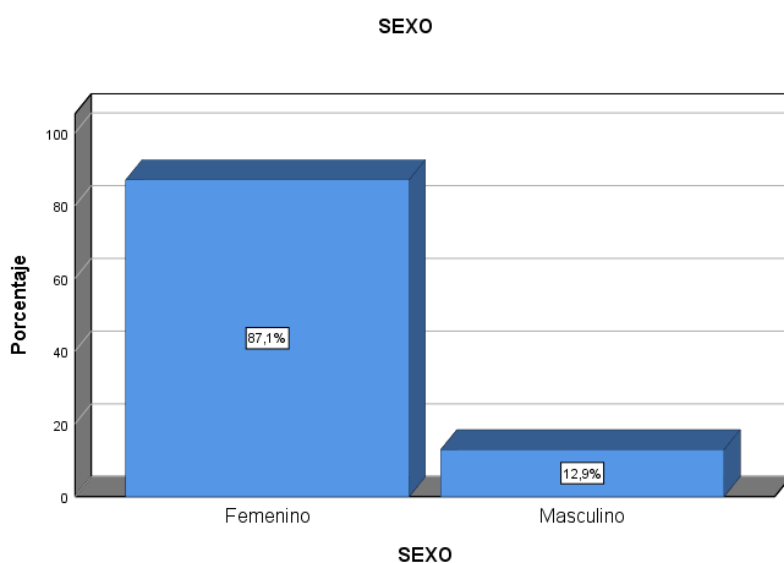


En la tabla se muestra la edad de los participantes del estudio, donde el 61,3% se ubica en el rango de edades de 18 a 20 años; el 33,9% de 21 a 25 años; el 3,2% de 26 – 30 años y el 1,6% de 31 a 35 años.

**Tabla 6.** Género de los participantes

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Femenino	54	87,1	87,1	87,1
	Masculino	8	12,9	12,9	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 2.** Género de los participantes

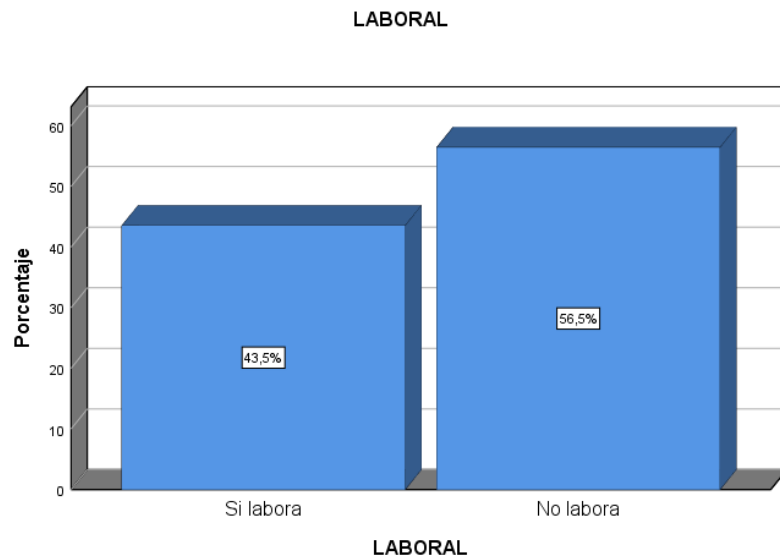


En la tabla se observa el género de los participantes del estudio, donde el 87,1% son del género femenino y el 12,9% del género masculino respectivamente.

**Tabla 7.** Vida laboral de los participantes.

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Si labora	27	43,5	43,5	43,5
	No labora	35	56,5	56,5	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 3.** Vida laboral de los participantes

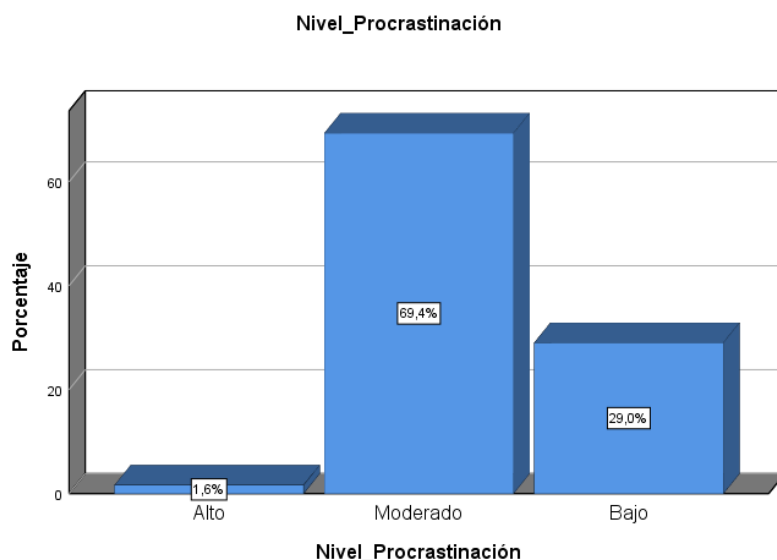


En la tabla 7 se observa el porcentaje de participantes que laboran y no laboran, donde el 43,5% refiere estar laborando a la par de cumplir sus actividades académicas y el 56,5% afirma no estar laborando.

**Tabla 8.** *Nivel de procrastinación*

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Alto	1	1,6	1,6	1,6
	Moderado	43	69,4	69,4	71,0
	Bajo	18	29,0	29,0	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 4.** Nivel de procrastinación

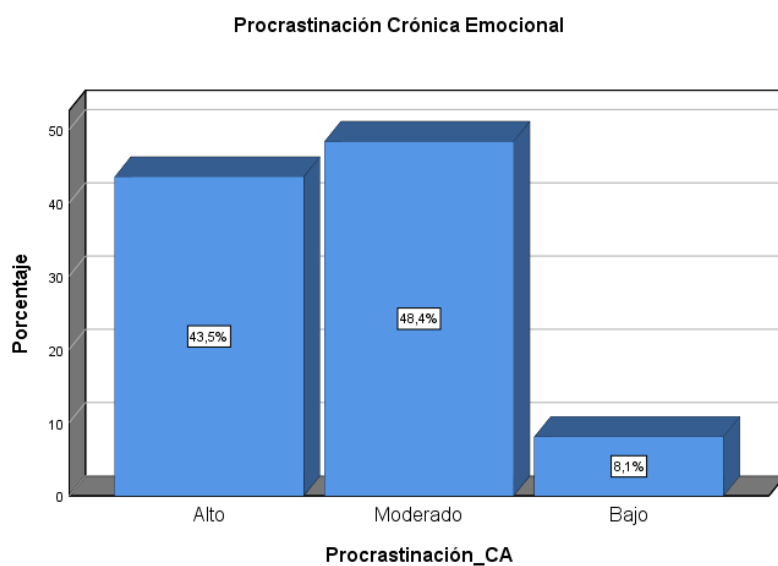


En la tabla 8 se observa el nivel de procrastinación donde el 1,6% de los participantes refiere presentar un nivel alto de procrastinación, mientras que el 69,4% manifiesta procrastinación en un nivel moderado y el 29% en un nivel bajo. Los resultados señalan que la postergación es un fenómeno presente en la muestra estudiada de estudiantes de enfermería. Es relevante destacar que la mayoría de los participantes, específicamente el 69,4%, mostró un nivel moderado de tendencia a postergar sus tareas académicas.. Esto sugiere que una proporción significativa de estudiantes tiende a postergar sus tareas, lo que podría tener implicaciones en su desempeño académico y su capacidad para manejar las demandas del programa de enfermería.

**Tabla 9.** Nivel de procrastinación crónica emocional

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Alto	27	43,5	43,5	43,5
	Moderado	30	48,4	48,4	91,9
	Bajo	5	8,1	8,1	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 5.** Nivel de procrastinación crónica emocional



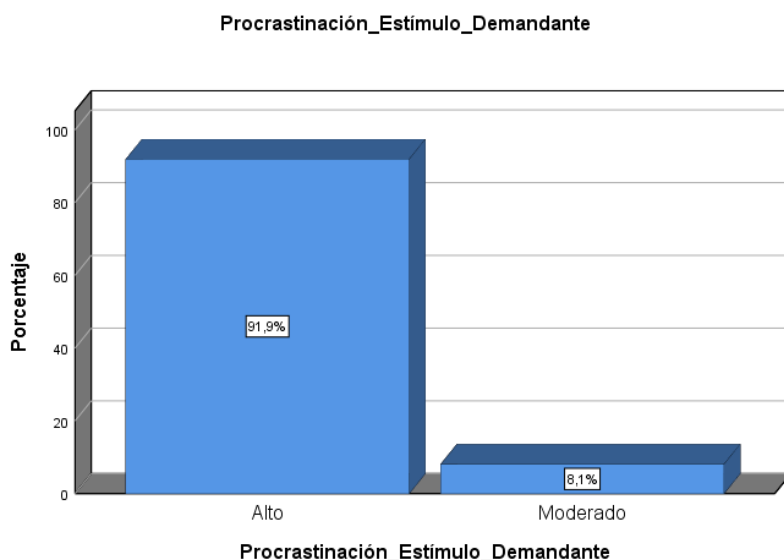
En la tabla se observa el nivel de procrastinación crónica emocional, donde el 43,5% se ubica en un nivel alto, el 48,4% se ubica en un grado moderado, y el 8,1% en un nivel bajo. Los resultados indican que un porcentaje importante de estudiantes experimenta emociones negativas y evita enfrentar sus responsabilidades académicas de manera constante. Esta alta proporción podría tener un efecto adverso en su bienestar emocional y, posiblemente, en su rendimiento académico.

**Tabla 10.** Nivel de procrastinación estímulo demandante

	f	%	% válido	% acumulado
Válido Alto	57	91,9	91,9	91,9
Moderado	5	8,1	8,1	100,0
Total	62	100,0	100,0	



**Gráfico 6.** Nivel de procrastinación estímulo demandante

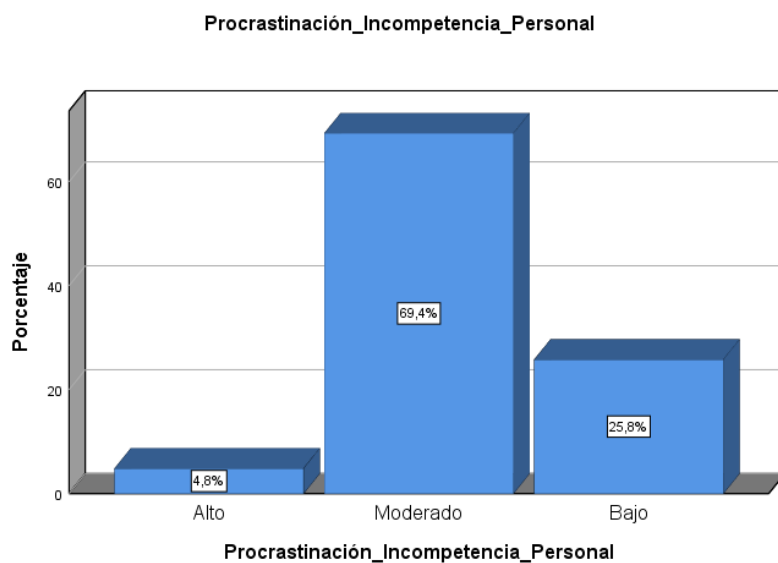


En la tabla se observa el nivel de procrastinación estímulo demandante que alcanzaron los participantes; donde el 91,5% alcanzó un nivel alto y el 8,1% un nivel moderado. Los resultados indican que una proporción tan elevada de estudiantes que reportan un nivel alto de tendencia a postergar tareas en situaciones demandantes sugiere que la mayoría de los participantes se sienten abrumados o desafiados por las demandas académicas y, como resultado, tienden a postergar sus tareas. Esto podría indicar que muchos estudiantes están experimentando dificultades para lidiar con la carga de trabajo o las exigencias del programa de enfermería.

**Tabla 11.** Nivel de procrastinación incompetencia personal

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Alto	3	4,8	4,8	4,8
	Moderado	43	69,4	69,4	74,2
	Bajo	16	25,8	25,8	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 7.** Nivel de procrastinación incompetencia personal

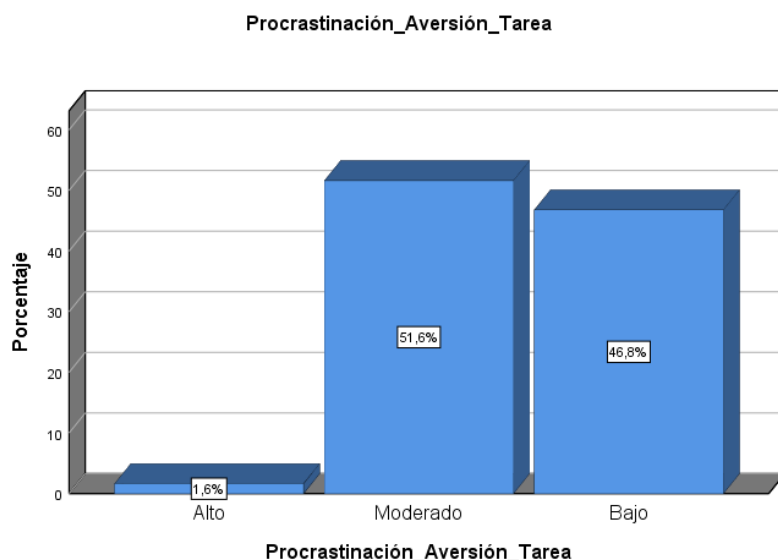


En la tabla se observan los niveles alcanzados en la dimensión procrastinación incompetencia personal; donde el 4,8% alcanzó un nivel alto, el 69,4% un nivel moderado y el 25,8% un nivel bajo. Los resultados señalan que el 69,4% de los participantes que reportan un nivel moderado de procrastinación incompetencia personal sugiere que la mayoría de los estudiantes se ven a sí mismos como competentes en su trabajo académico, pero aún experimentan ciertos niveles de procrastinación. Esto podría indicar que, a pesar de su competencia percibida, algunos estudiantes aún encuentran dificultades para iniciar o completar sus tareas en el momento adecuado.

**Tabla 12.** Nivel de procrastinación aversión tarea

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Alto	1	1,6	1,6	1,6
	Moderado	32	51,6	51,6	53,2
	Bajo	29	46,8	46,8	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 8.** Nivel de procrastinación aversión a la tarea

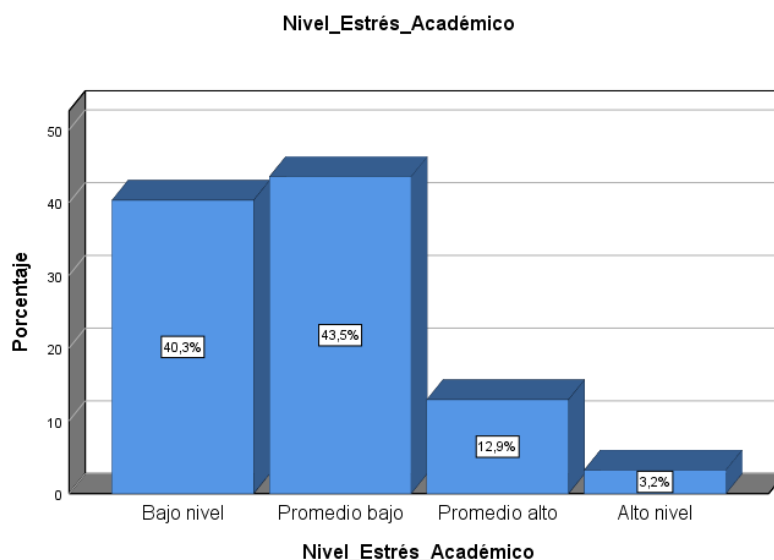


En la tabla se observa el nivel alcanzado en la dimensión procrastinación aversión a la tarea, donde el 1,6% se ubica en el nivel alto, el 51,6% en un nivel moderado y el 46,8% en un nivel bajo. Los resultados revelan que el 51,6% de los participantes que reportan un nivel moderado de aversión a la tarea sugiere que una parte significativa de la muestra experimenta cierta resistencia o aversión hacia sus tareas académicas. Aunque este nivel es moderado, sugiere que la mayoría de los estudiantes pueden enfrentar desafíos para encontrar motivación o interés en algunas de sus tareas, lo que puede llevar a la procrastinación.

**Tabla 13.** Nivel de estrés académico

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo nivel	25	40,3	40,3	40,3
	Promedio bajo	27	43,5	43,5	83,9
	Promedio alto	8	12,9	12,9	96,8
	Alto nivel	2	3,2	3,2	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 9.** Nivel de estrés académico



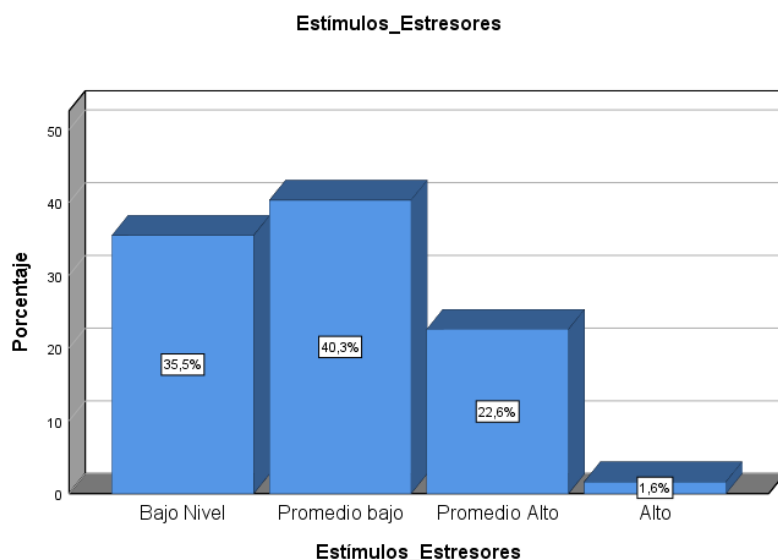
En la tabla se observa el nivel de estrés académico presentado por los participantes del estudio, donde el 40,3% se ubica en un nivel bajo, el 43,5% en un nivel medio bajo, el 12,9% en un nivel medio alto y el 3,2% en un nivel alto. Los resultados sugieren que el estrés académico indica que la mayoría de los estudiantes podrían estar experimentando dificultades, con una mayoría experimentando niveles moderados. Sin embargo, es esencial prestar atención a aquellos estudiantes que experimentan niveles más altos de estrés y proporcionar recursos y estrategias para ayudarles a afrontar estas demandas académicas de manera más efectiva.

**Tabla 14.** Nivel de estímulos estresores

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo Nivel	22	35,5	35,5	35,5
	Promedio bajo	25	40,3	40,3	75,8
	Promedio Alto	14	22,6	22,6	98,4
	Alto	1	1,6	1,6	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 10.** Nivel de estímulos estresores

**Gráfico 11.** Nivel de estímulos estresores



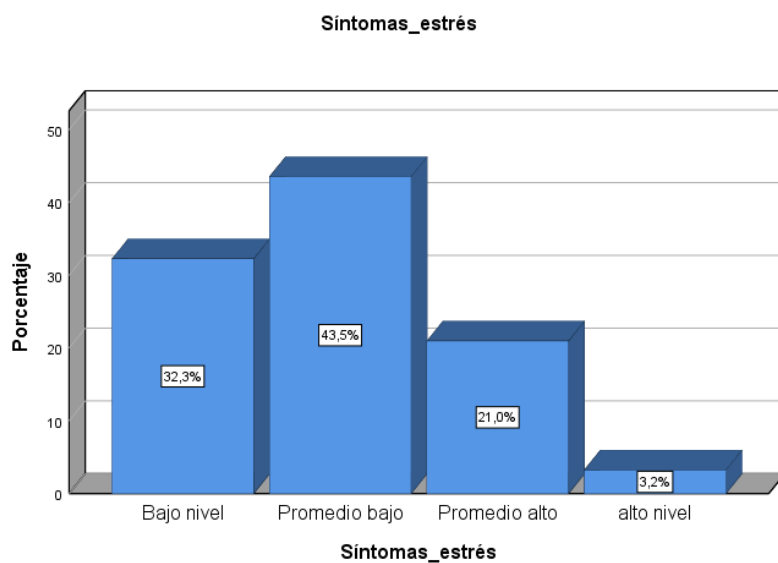
En la tabla se observa el nivel de estímulos estresores que experimentan los participantes del estudio; donde el 35,5% experimenta estos estímulos a un nivel bajo, el 40,3% a un nivel medio bajo, el 22,6% a un nivel medio alto y el 1,6% a un nivel alto. Los resultados indican que los factores estresantes son una vivencia frecuente entre los estudiantes de enfermería, aunque la intensidad varía dentro de la muestra. Es importante prestar atención a aquellos estudiantes que experimentan niveles más elevados de estrés y proporcionarles recursos y estrategias para gestionar y reducir eficazmente estos estímulos estresores en su vida académica y personal.

**Tabla 15.** Nivel de síntomas del estrés

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo nivel	20	32,3	32,3	32,3
	Promedio bajo	27	43,5	43,5	75,8
	Promedio alto	13	21,0	21,0	96,8
	alto nivel	2	3,2	3,2	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 12.** Nivel de síntomas del estrés

**Gráfico 13.** Nivel de síntomas del estrés

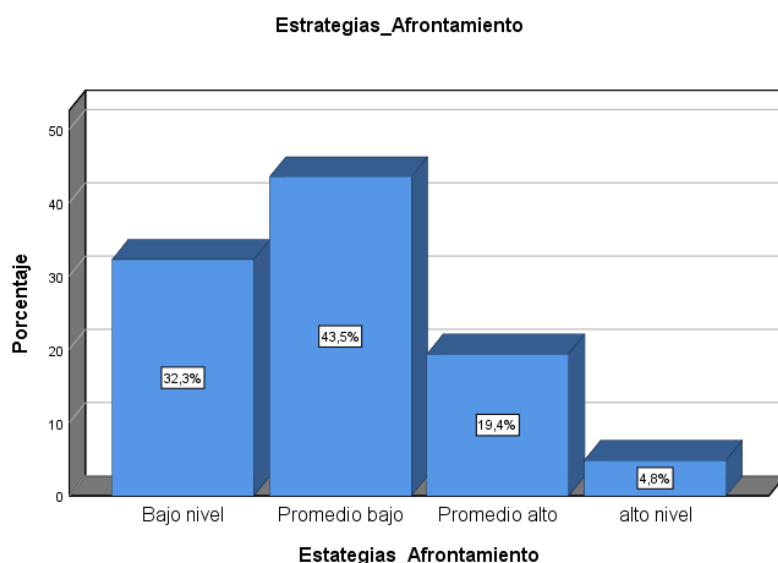


En la tabla se observa el nivel de síntomas del estrés experimentado por los participantes; donde el 32,3% presenta un nivel bajo, el 43,5% un nivel medio bajo, el 21% un nivel medio alto y el 3,2% un nivel alto. Los resultados sugieren que el estrés es una experiencia común entre los estudiantes de enfermería, con una mayoría experimentando síntomas de estrés en algún grado. Es esencial prestar atención a aquellos estudiantes que experimentan niveles más elevados de síntomas de estrés y proporcionarles apoyo adecuado, como servicios de consejería o recursos para el manejo del estrés, para garantizar su bienestar y capacidad para afrontar las demandas académicas y personales.

**Tabla 16.** Nivel de estrategias de afrontamiento

		f	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo nivel	20	32,3	32,3	32,3
	Promedio bajo	27	43,5	43,5	75,8
	Promedio alto	12	19,4	19,4	95,2
	alto nivel	3	4,8	4,8	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

**Gráfico 14.** Nivel de estrategias de afrontamiento



En la tabla se observa el nivel de técnicas de afrontamiento presentado por los participantes del estudio; donde el 32,3% se encuentra en un nivel bajo, el 43,5% en un nivel medio bajo, el 19,4% en un nivel medio alto y el 4,8% en un nivel alto. Los hallazgos indican que gran parte de los alumnos de enfermería utilizan estrategias de afrontamiento en diferentes niveles, pero una proporción considerable podría beneficiarse de la mejora de sus habilidades de afrontamiento. Proporcionar recursos y apoyo específicos para el manejo del estrés podría ser esencial para facilitar a los estudiantes el afrontamiento efectivo de las demandas de sus estudios y promover su bienestar emocional.

### 3.2. Pruebas de normalidad

**Tabla 17.** Prueba de normalidad

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Procrastinación	,102	62	,178	,937	62	,003
Estrés Académico	,068	62	,200*	,980	62	,404

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla se muestra la prueba de normalidad para los datos del estudio, donde para la investigación se emplea la prueba de Kolmogorov-Smirnov (>50) la cual determina que los datos son paramétricos (>0.05), en tal sentido se determina que la prueba de correlación que se emplea en el estudio siguiente la prueba de correlación de Pearson.

**Hi:** Existe relación significativa entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.

**Tabla 18.** *Correlación entre la procrastinación y el estrés académico*

		<b>Correlaciones</b>	
		Procrastinación	Estrés_Académico
Procrastinación	Correlación de Pearson	1	,448**
	1 Sig. (bilateral)		,000
	N	62	62
Estrés_Académico	Correlación de Pearson	,448**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	62	62

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

En la tabla se observa el nivel de correlación entre la variable procrastinación y estrés académico, donde el coeficiente de correlación de Pearson es de 0,448 siendo una correlación moderada con significancia estadística ( $p < 0.05$ ). Un coeficiente de correlación de Pearson de 0,448 sugiere que existe una correlación positiva entre la tendencia a postergar tareas académicas y el estrés académico. En otras palabras, a medida que la procrastinación aumenta, también lo hace el grado de estrés académico, y viceversa. Esta relación indica que los estudiantes que tienen una tendencia más pronunciada a postergar tienen una mayor probabilidad de experimentar niveles más elevados de estrés académico. La correlación moderada sugiere que la relación entre estas dos variables no es extremadamente fuerte, pero aún es lo suficientemente significativa como para ser relevante. Esta información es valiosa, ya que puede indicar que abordar la procrastinación podría ser una estrategia eficaz con el fin de mitigar el estrés académico en los estudiantes de enfermería.



## DISCUSIÓN

5 El propósito de este estudio fue establecer la relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023. En donde se determinó una correlación positiva, moderada y una relación importante entre la postergación y el estrés académico, sugiriendo que, a medida que se incrementa la procrastinación, también lo hace el estrés académico en los estudiantes de enfermería. Esta correlación, aunque no extremadamente fuerte, es lo suficientemente significativa para indicar que la procrastinación es un factor que contribuye al estrés académico en esta población.

Comparando este resultado con investigaciones previas, como la realizada por Huamanlazo (28), que identificó una correlación sólida entre el estrés y la tendencia a postergar tareas académicas en un contexto de pandemia, se observa que la relación entre estas variables puede fluctuar según el entorno y las circunstancias. Es probable que el contexto pandémico haya exacerbado la procrastinación y el estrés, mientras que, en situaciones más normales, como la de este estudio, la relación sigue siendo relevante pero menos intensa. Esto refuerza la noción de que la postergación y el estrés académico están estrechamente relacionados, pero su intensidad puede variar dependiendo de factores externos.

Por otro lado, el estudio de Gamarra (27) y Mullani (23) también mostraron relaciones significativas entre el estrés académico y la procrastinación, aunque con coeficientes de correlación más bajos, respaldando la idea de que la postergación influye en el estrés académico, aunque en magnitudes variables. Esto sugiere que las intervenciones dirigidas a reducir la procrastinación podrían ser beneficiosas para disminuir el estrés académico en estudiantes de enfermería.

Desde un punto de vista teórico, la procrastinación se comprende como una respuesta de evitación ante situaciones percibidas como amenazantes o estresantes, según describe Dymond (34). En el contexto de los estudiantes, esta evitación proporciona un alivio temporal de la ansiedad, pero a largo plazo puede aumentar el estrés y la ansiedad, especialmente a medida que se acercan los exámenes o las fechas límite. Este ciclo vicioso de evitación y ansiedad subraya la necesidad de abordar tanto la procrastinación como el estrés académico de manera integral.

El estrés académico, por su parte, surge como una respuesta a demandas desafiantes en el entorno educativo. Los estudiantes enfrentan presiones de rendimiento, carga de trabajo y

gestión del tiempo, lo que puede generar síntomas de estrés como ansiedad e irritabilidad. Este desbalance sistémico, donde el alumno experimenta incomodidad debido a percepciones de amenaza, puede reducir el disfrute y la satisfacción en sus tareas académicas.

En suma, la relación moderada entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de enfermería indica la necesidad de estrategias de intervención que aborden ambos aspectos. La universidad desempeña un papel clave en brindar a los alumnos herramientas y apoyo para manejar su tiempo de manera efectiva y desarrollar estrategias de afrontamiento saludables. Estas intervenciones no solo podrían mejorar no solo el rendimiento académico, sino también el bienestar general de los alumnos, preparándolos para enfrentar desafíos futuros en su carrera profesional.

Respecto al segundo objeto específico, se pudo identificar que casi la mitad (43.5%) Los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes de enfermería presentan un nivel moderado o bajo de estrés académico, y solo una minoría (3,2%) experimenta un nivel alto y sugieren una prevalencia significativa pero variada de estrés. Este hallazgo es crucial, ya que refleja una experiencia compartida entre muchos estudiantes, pero también resalta la necesidad de prestar especial atención a aquellos que se encuentran en los extremos del espectro.

Al comparar con hallazgos anteriores, como las indagaciones realizadas por Camarillo et al. (20) y Ramírez et al. (21), se observa una tendencia consistente en la relación entre el estrés académico y otros factores como la procrastinación y el uso de Internet. Estos estudios, aunque enfocados en diferentes aspectos, convergen en la idea de que el estrés académico es una variable compleja que se ve influenciada por diversos componentes y que varía según el individuo y el contexto. La correlación encontrada entre el estrés y la procrastinación en estos estudios respalda la idea de que el manejo del estrés académico debe ser multifacético, abordando no solo las demandas académicas, sino también los hábitos y comportamientos de los estudiantes.

Desde un marco teórico, la teoría de Orlandini destaca que este no es simplemente una respuesta a las demandas académicas, sino un fenómeno más amplio que involucra la percepción de amenaza y restricción en el entorno educativo. Esto implica que las estrategias para manejar el estrés académico deben ir más lejos de la carga de trabajo. Deben incluir la

promoción de un entorno de aprendizaje que sea percibido como apoyador y enriquecedor, en lugar de amenazante o restrictivo (37).

Los hallazgos de esta investigación sugieren la necesidad de una intervención integral en el ámbito académico que aborde el estrés desde múltiples ángulos. La universidad tiene un papel crucial en proporcionar apoyo a los estudiantes, no solo en términos de manejo de la carga de trabajo y las expectativas académicas, sino también en el fomento de habilidades de afrontamiento, técnicas de manejo del tiempo y uso saludable de tecnologías digitales. Al hacerlo, se puede apoyar a los alumnos a gestionar mejor el estrés académico y, por extensión, mejorar su bienestar y rendimiento académico en el competitivo campo de la enfermería.

Finalmente, con referencia al segundo objetivo específico se halló que una mayoría de estudiantes (69.4%) experimentaron un nivel un nivel moderado de procrastinación, se destaca la prevalencia de este comportamiento y sus potenciales implicaciones en el desempeño académico. Este dato es particularmente revelador, ya que indica que, aunque la procrastinación no se presenta en niveles extremadamente altos, su presencia moderada es un factor común que impacta negativamente a la gran parte de los alumnos.

En consonancia, Córdova et al. (22) y Luna (24), también destacan la relación entre la procrastinación y otros factores como el empleo de redes sociales y el estrés académico. Esto sugiere que la procrastinación en el contexto académico es un fenómeno multidimensional, influenciado por varios factores externos e internos. El estudio de Del Pilar y Matarines (26) añade una dimensión de género y edad a esta discusión, resaltando cómo estos factores pueden influir en la tendencia a postergar tareas.

Desde una perspectiva teórica, el modelo psicodinámico de Baker ofrece un entendimiento más detallado de las causas de la procrastinación, sugiriendo que puede ser una manifestación de conflictos internos y mecanismos de defensa. Esto implica que abordar la procrastinación requiere una comprensión integral de los factores psicológicos subyacentes, además de los aspectos conductuales y ambientales (33).

La prevalencia de la procrastinación moderada en nuestra muestra estudiada sugiere que las intervenciones deben enfocarse no solo en mejorar las técnicas de gestión del tiempo y la planificación, sino también en abordar las causas subyacentes del comportamiento procrastinador. Esto podría incluir técnicas para afrontar el estrés y la ansiedad, así como el desarrollo de competencias de autorregulación y afrontamiento.

En conclusión, la procrastinación en estudiantes de enfermería parece ser un fenómeno común, aunque moderado. Las implicaciones de este hallazgo son significativas, ya que la procrastinación puede afectar no solo el desempeño académico, sino también el bienestar psicológico de los estudiantes. Por lo tanto, es crucial que las instituciones educativas y los expertos de la salud mental aborden este problema desde un enfoque holístico, considerando tanto los aspectos conductuales como los psicológicos.

## CONCLUSIONES

1. Acorde con el objetivo principal de la investigación, los hallazgos indican una correlación moderada entre la procrastinación y el estrés académico (Pearson = 0,448), lo que revela una relación positiva y significativa. Este resultado es crucial, ya que sugiere que la tendencia a postergar tareas no solo afecta el rendimiento académico, sino que también contribuye significativamente al estrés de los estudiantes. La procrastinación, en este contexto, podría estar relacionada con una variedad de factores, como la percepción de la carga de trabajo, dificultades en la gestión del tiempo, y posiblemente una sensación abrumante ante las demandas académicas. Estos resultados reflejan un ciclo en el que la procrastinación y el estrés se alimentan mutuamente, creando un bucle que puede ser difícil de romper para los estudiantes. Por ejemplo, un estudiante que pospone sus tareas académicas puede experimentar un aumento en el estrés a medida que se acercan los plazos, lo que a su vez puede llevar a una mayor procrastinación, creando así un ciclo vicioso. Este fenómeno es particularmente relevante en el contexto del exigente programa de enfermería, donde los estudiantes a menudo enfrentan altas cargas de trabajo y presiones temporales.
2. Siguiendo con el primer objetivo específico, la distribución del estrés académico en la muestra de estudiantes de enfermería revela una tendencia hacia niveles moderados de estrés. Con un 43,5% de los estudiantes reportando un nivel promedio bajo y un 12,9% experimentando un nivel promedio alto de estrés académico, estos hallazgos indican que una proporción significativa de la población estudiantil se encuentra lidiando con niveles considerables de estrés. Este estrés puede atribuirse a varios factores, como las demandas del programa de enfermería, la gestión del tiempo, la carga de trabajo académico y las responsabilidades personales. Es notable que una minoría de estudiantes (3,2%) experimente niveles altos de estrés, lo que podría tener implicaciones graves en términos de su salud mental, su capacidad para desempeñarse académicamente y su bienestar general.
3. Finalmente, con lo correspondiente al segundo específico, el análisis de los datos revela que una proporción considerable de estudiantes de enfermería experimenta niveles moderados de procrastinación, con un 69,4% de la muestra cayendo en esta categoría. Este hallazgo es significativo ya que indica que, aunque la mayoría de los estudiantes no se encuentra en el extremo alto del espectro de procrastinación, una

proporción importante aún enfrenta desafíos significativos relacionados con la postergación de tareas. Es relevante observar que solo un 1,6% de los estudiantes reporta un nivel alto de procrastinación, lo que sugiere que casos extremos son relativamente raros. Sin embargo, el 29% que reporta bajos niveles de procrastinación indica que una fracción de la población estudiantil maneja sus responsabilidades académicas de manera más eficiente. Esto sugiere que, si bien la procrastinación es una preocupación para muchos estudiantes de enfermería, la mayoría no la experimenta en un grado que comprometa gravemente su rendimiento académico. Sin embargo, la prevalencia de niveles moderados de procrastinación sugiere que existe una tendencia general a posponer tareas entre los estudiantes, lo cual puede ser un indicador de otros problemas subyacentes como estrés, sobrecarga de trabajo, o posiblemente dificultades en la gestión del tiempo y la organización. Esta tendencia puede afectar negativamente su rendimiento académico y su bienestar general, especialmente en un programa tan exigente como el de enfermería.

## RECOMENDACIONES

1. Dado los hallazgos pertinentes del objetivo principal, la correlación significativa entre la procrastinación y el estrés académico es crucial que la universidad implemente estrategias de intervención dirigidas específicamente a estos aspectos. Se recomienda el desarrollo de talleres y programas educativos centrados en la gestión del tiempo y la reducción de la procrastinación. Estos programas deberían incluir técnicas de planificación efectiva, establecimiento de metas realistas y estrategias para evitar la dilación. Además, sería beneficioso proporcionar servicios de apoyo psicológico y asesoramiento para los estudiantes, ayudándoles a abordar las causas subyacentes de su estrés y procrastinación. Esto no solo mejoraría su bienestar emocional y mental, sino que también podría tener un impacto positivo en su rendimiento académico y profesional.
2. Ante los hallazgos del primer objetivo específico, es esencial que la institución educativa tome medidas proactivas para abordar el estrés académico. Se recomienda la implementación de programas de bienestar estudiantil que incluyan talleres sobre técnicas de manejo del estrés, mindfulness y bienestar emocional. Además, sería provechoso establecer un sistema de mentoría o consejería que permita a los estudiantes discutir sus preocupaciones académicas y personales en un entorno de apoyo. También sería beneficioso integrar en el currículo actividades y espacios que promuevan el equilibrio entre la vida académica y personal, como el yoga, la meditación o los grupos de discusión. Estas iniciativas no solo ayudarían a gestionar el estrés, sino que también contribuirían al desarrollo personal y profesional de los estudiantes, preparándolos para los desafíos de la profesión de enfermería.
3. Ante lo hallado sobre el segundo objetivo específico, es recomendable que la institución educativa adopte medidas específicas para ayudar a los estudiantes a mejorar su manejo del tiempo y reducir la procrastinación. Sería beneficioso ofrecer talleres y asesoramiento en gestión del tiempo, establecimiento de objetivos y priorización de tareas. Además, la implementación de programas de mentoría o coaching respaldaría el desarrollo de habilidades de estudio y enfoques proactivos. Estas intervenciones mejorarían eficiencia académica, bienestar emocional y reducirían el estrés. Fomentar un entorno académico de autodisciplina y responsabilidad cultivaría hábitos saludables y sostenibles a largo plazo.

## REFERENCIAS

1. Morales M, Chavez J. Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología. *Revisita electrónica del desarrollo humano para la innovación social*. [Online].; 2017 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://www.cdhis.org.mx/index.php/CAGI/article/view/121> .
2. Natividad L, García R, Pérez F. Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios [Tesis de postgrado].; Valencia: Universidad de Valencia; 2014. Available from: <https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis%20Luis%20A.%20Natividad.pdf?sequence=1&isAllowed=y> .
3. García V, Silva M. Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura*. [Online].; 2019 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <http://www.udgvirtual.udg.mx/apertura/index.php/apertura/article/view/1673> .
4. Silva A, Camellón L, Echemendía N. Redes Sociales: Imprescindible Herramienta en la Comunicación Universitaria. *Pedagogía y Sociedad*. [Online].; 2020 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://revistas.uniss.edu.cu/index.php/pedagogia-y-sociedad/article/view/1069> .
5. Estrada E, Gallegos N, Huaypar K. Procrastinación académica en estudiantes peruanos de educación superior pedagógica. *CPI*. [Online].; 2020 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://doi.org/10.26423/rcpi.v8i2.382> .
6. Morales A. Procrastinación en estudiantes del nivel superior. *Revista Ciencia Multidisciplinaria CUNORI*. [Online].; 2021 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://doi.org/10.36314/cunori.v5i2.169> .
7. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Estado de la Niñez y Adolescencia. [Online].; INEI. [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/02-informe-tecnico-ninez-y-adolescencia-ene-feb-mar-2021.pdf> .
8. Carbajal J, Salazar M, Cadenillas V. Incidencia de la procrastinación en la autoeficacia académica de estudiantes en tiempos de COVID-19. *Horizontes*. [Online].;



2022 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i22.327> .

9. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. La CEPAL y la UNESCO publican documento que analiza los desafíos para la educación que ha traído la pandemia en América Latina y el Caribe. [Online].; CEPAL [Consultado el 28 de septiembre de 2023]. Available from: <https://www.cepal.org/es/comunicados/la-cepal-la-unesco-publican-documento-que-analiza-desafios-la-educacion-que-ha-traido-la> .

10. Sanchez B, Capcha A, Capcha M, Quispe J, Reza S. Estrés académico en estudiantes universitarios en contexto de la pandemia por covid-19: una revisión sistemática Ciencia Latina. [Online].; 2021 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v5i6.1167](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1167) .

11. American Psychological Association. Comprendiendo el estrés crónico. [Online].; APA. [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://www.apa.org/topics/stress/estres-cronico> .

12. American Psychological Association. El estrés es un problema de salud serio en los Estados Unidos. [Online]. Available from: <https://www.apa.org/topics/stress/estres-problema> .

13. Statistics Canada. Estrés vital percibido, 2014. [Online].; STATCAN [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/82-625-x/2015001/article/14188-eng.htm> .

14. Huski M, Kovess V, Gobin C, Swendsen J. La depresión previa predice un mayor estrés durante el confinamiento obligatorio por Covid-19 entre los estudiantes universitarios en Francia. Psiquiatría Integral. [Online].; 2021 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2021.152234> .

15. Rosario A, Gonzáles J, Cruz A, Rodríguez L. Demandas Tecnológicas, Académicas y Psicológicas en Estudiantes Universitarios durante la Pandemia por COVID-19. Revista de Psicología. [Online].; 2020 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4915> .

16. Instituto de Opinión Pública. Una mirada a la salud mental desde la opinión de los peruanos. [Online].; Academia.edu [Consultado el 28 de septiembre de 2023]. Available from:

[https://www.academia.edu/42923474/Una Mirada a la Salud Mental desde la Opini%C3%B3n de los Peruanos IOP 2018](https://www.academia.edu/42923474/Una_Mirada_a_la_Salud_Mental_desde_la_Opini%C3%B3n_de_los_Peruanos_IOP_2018) .

17. Gutiérrez A, Amador M. Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. Quipukamayoc. [Online].; 2016 [Consultado el 25 de septiembre de 2023]. Available from: <https://doi.org/10.15381/quipu.v24i45.12457> .
18. MInisterio de Salud. El 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia de la COVID-19. [Online].; GOB.PE [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/499838-el-52-2-de-limenes-sufre-de-estres-debido-a-la-pandemia-de-la-covid-19> .
19. El Peruano. Ansiedad, violencia y estrés en universidades. [Online].; elperuano.pe [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://elperuano.pe/noticia/85499-ansiedad-violencia-y-estres-en-universidades> .
20. Camarillo J, Morales G, Rangel D, Urbina B. Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea. PsicoEducativa: Reflexiones Y Propuestas. [Online].; 2021 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/136> .
21. Ramirez Gil E, Reyes Castillo G, Rojas Solis J, Fragoso Luzuriaga R. Estrés académico, procrastinación y usos del Internet en universitarios durante la pandemia por COVID-19. Revista de Investigación Educativa [Internet]. 2022 septiembre; 20(3). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6619418/>
22. Córdova J, Hidrobo JS, Hidrobo JF, Estrella M, Rueda G, Rosero X, et al. Procrastinación académica de adolescentes en tiempos de pandemia. Ciencia Latina. [Online].; 2022 [Consultado el 25 de septiembre de 2023]. Available from: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i3.2490](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2490) .
23. Mullani R, Imam H, Dendiawan E. Relación entre el nivel de estrés y la procrastinación académica entre nuevos estudiantes de enfermería. La Revista de Enfermería de Malasia. [Online].; 2020 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://doi.org/10.31674/mjn.2020.v11i03.010> .
24. Luna M. Relación entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná [Tesis de pregrado]. Panamá: Pontificia Universidad Católica Argentina; 2021.

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/13817/1/relaci%C3%B3n-entre-procrastinaci%C3%B3n-acad%C3%A9mica.pdf>

25. Orco E, Huamán D, Ramirez S, Torres J, Figueroa L, Mejía C,. Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina. OCIMED. [Online].; 2022 [Consultado el 25 de septiembre de 2023]. Available from: <http://scielo.sld.cu/pdf/ibi/v41/1561-3011-ibi-41-e704.pdf> .

26. Del Pilar M. & Matalinares M. Estudio comparativo de la procrastinación académica en estudiantes universitarios en tiempos de pandemia. EDUCAUMCH. [Online].; 2022 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]. Available from: <https://doi.org/10.35756/educaumch.202220.244> .

27. Gamarra N. Estrés académico y la procrastinación en estudiantes del noveno ciclo de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima, 2021 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2022. [https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7816/T061\\_47943435\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7816/T061_47943435_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

28. Huamanlazo D. Estrés y procrastinación académica en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima en el contexto Covid-19, 2022 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2022. [https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7821/T061\\_42557941\\_T.pdf?sequence=1](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7821/T061_42557941_T.pdf?sequence=1)

29. Quispe C. Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana [Tesis de pregrado]. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú; 2020. [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17440/QUISPE\\_MAR\\_TIJENA\\_CAMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17440/QUISPE_MAR_TIJENA_CAMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

30. Real Academia Española. Procrastinar. [Online].; RAE [Consultado 22 de septiembre de 2023]. Available from: <https://dle.rae.es/procrastinar> .

31. Schouwenburg H, Lay C, Pychyl T, Ferrari J. Asesoramiento al procrastinador en entornos académicos. Asociación Americana de Psicología. [Online].; 2004 [Consultado 25 de septiembre de 2023]. Available from: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/10808-000> .

32. Solomon L, Rothblum E. Procrastinación académica: frecuencia y correlatos cognitivo-conductuales. *Revista de Psicología de Consejería*. [Online].; 1984 [Consultado 22 de septiembre de 2023]. Available from: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.31.4.503> .
33. Maganto C, Ávila A. Psychodynamic diagnosis: conceptual framework. *Clínica y Salud. Colegio Oficial de la Psicología de Madrid*. 1999; 10(3). <https://journals.copmadrid.org/clysa/archivos/50621.pdf>
34. Dymond S. Overcoming avoidance in anxiety disorders: The contributions. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 2019; 1(98). <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.01.007>
35. Rodríguez G. Construcción y validación de las propiedades psicométricas del cuestionario de procrastinación académica para estudiantes universitarios, 2015. *Revista de Investigación Apuntes Científicos Estudiantiles de Psicología*. [Online].; 2017 [Consultado el 25 de septiembre de 2023]. Available from: [https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r\\_psicologia/article/view/938](https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r_psicologia/article/view/938) .
36. Selye H. *El estrés de la vida* [Internet]; McGraw-Hill; 1956 [Consultado el 25 de septiembre de 2023].
37. Barraza Macías A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Universidad Autónoma de Durango*. 2006. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
38. Barraza A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*. [Online].; 2010 [Consultado el 22 de septiembre de 2023]. Available from: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/19028> .
39. Martín I. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*. [Online].; 2007 [Consultado el 25 de septiembre de 2023]. Available from: [https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file\\_1.pdf?sequence=1](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf?sequence=1) .
40. Polo A, Hernández J, Pozo C. Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*. [Online].; 1996 [Consultado el 25 de septiembre de 2023]. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=186664> .

41. Barraza A. Estrés académico: Un estado de la cuestión. Revista Psicología Científica. [Online].; 2007 [Consultado el 22 de septiembre de 2023]. Available from: <https://psicologiacientifica.com/estres-academico-un-estado-de-la-cuestion/> .
42. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la Investigación [Internet]; Mexico: McGraw-Hill; 2014[Consultado el 25 de septiembre de 2023].
43. Ancajima L. Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Trujillo [Tesis de pregrado]. Trujillo: Universidad Cesar Vallejo; 2017.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/650/Ancajima\\_CLP-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/650/Ancajima_CLP-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

## ANEXOS

### ANEXO 01.

#### MATRIZ DE CONSISTENCIA

**TÍTULO:** Procrastinación y estrés académico en estudiantes de enfermería del v semestre de una universidad privada, 2023.

Problema General	Objetivo General	Hipótesis general	Variables	Dimensiones	Metodología
¿Cuál es la relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023?	Establecer la relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.	<p><b>Hi:</b> Existe relación significativa entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.</p> <p><b>Ho:</b> No existe relación significativa entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.</p>	Estrés Académico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estímulos estresores</li> <li>- Síntomas del estrés</li> <li>- Estrategias de afrontamiento</li> </ul>	<p><b>Tipo de estudio:</b> Básica</p> <p><b>Diseño:</b> correlacional</p> <p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Población:</b> Estudiantes de una universidad privada.</p> <p><b>Muestra:</b> 53 estudiantes del V ciclo de enfermería de la Universidad Roosevelt.</p> <p><b>Tipo de muestra:</b> Censal no probabilístico</p> <p><b>Técnica:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b> Inventario SISCO del Estrés Académico Escala de Procrastinación Académica (EPA)</p>
Problemas específicos	Objetivos específicos				
<p><b>P1:</b> ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023?</p>	<p><b>O1:</b> Identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.</p>		Procrastinación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Procrastinación crónica emocional</li> <li>- Procrastinación por estímulo demandante</li> <li>- Procrastinación por incompetencia</li> </ul>	
<p><b>P2:</b> ¿Cuál es el grado de procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023?</p>	<p><b>O2:</b> Identificar el grado de procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.</p>				

**ANEXO 02.**

**OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES**

**TÍTULO:** Procrastinación y estrés académico en estudiantes de enfermería del v semestre de una universidad privada, 2023.

<b>VARIABLES</b>	<b>TIPO DE VARIABLE</b>	<b>DEFINICIÓN CONCEPTUAL</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>NIVEL DE MEDICIÓN</b>
<b>Procrastinación</b>	Categoría	Se trata de un enfoque que se distingue por prolongar tanto el inicio como la finalización de las tareas (2).	Procrastinación crónica emocional	- 1, 5, 10, 15, 20, 25, 30, 34, 3, 7, 13, 18, 23, 27, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41	0 = nunca 1 = Rara vez 2 = algunas veces 3 = Casi siempre 4 = siempre
			Procrastinación por estímulo demandante	- 19, 32, 16, 21, 26	
			Procrastinación por incompetencia personal	- 24, 26, 28, 29	
			Procrastinación por aversión a la tarea	- 2, 4, 6, 8, 9, 11, 12, 14, 17, 22, 31	
<b>Estés Académico</b>	Categoría	Sensación de tensión o presión emocional y mental que surge en respuesta a situaciones o demandas que percibimos como desafiantes o abrumadoras. O ansiedad resultante de circunstancias desafiantes (3).	Estímulos estresores	- 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	1 = nunca 2 = rara vez 3 = algunas veces 4 = casi siempre 5 = siempre
			Síntomas del estrés	- 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 21, 23	
			Estrategias de afrontamiento	- 24, 25, 26, 27, 28, 29	

## ANEXO 03. CUESTIONARIOS

### Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (González, 2014)

#### I. Datos generales:

Edad: \_\_\_\_ Sexo: F ( ) M ( ) Residencia: \_\_\_\_\_

¿Labora? SI ( ) NO ( ) Ciclo académico: \_\_\_\_

#### II. Instrucciones:

Esta escala contiene presenta una serie de afirmaciones diseñadas para evaluar cómo los individuos enfrentan y estructuran sus tareas académicas. El objetivo es que los participantes indiquen cuán cierto es cada enunciado en relación con sus propias percepciones, pensamientos o acciones habituales. Es esencial que los participantes comprendan que no hay respuestas “correctas” o “incorrectas”. Lo que se busca es obtener una visión auténtica de su comportamiento y actitud habituales, no de cómo desearían o creen que deberían ser.

Para responder utilice los siguientes criterios:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4

Nº	Ítems	0	1	2	3	4
<b>PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL</b>						
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					
<b>PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE</b>		<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
3	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
4	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
<b>PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL</b>		<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
5	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
6	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy					
7	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
<b>PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA</b>		<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
8	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
9	Asisto regularmente a clases					
10	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					



11	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
12	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior					
13	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.					
14	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
15	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
16	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					

## Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

### III. Datos generales:

Edad: \_\_\_\_ Sexo: F ( ) M ( ) Residencia: \_\_\_\_\_

¿Labora? SI ( ) NO ( ) Ciclo académico: \_\_\_\_\_

### IV. Instrucciones:

El presente cuestionario está diseñado para identificar las particularidades del estrés académico que afecta a estudiantes de educación media, superior y postgrado a lo largo de su trayectoria educativa. Es esencial que las respuestas sean honestas y reflejen su experiencia real, ya que esto contribuirá significativamente a la investigación. Aseguramos que toda la información proporcionada se mantendrá en estricta confidencialidad, y solo se presentarán resultados generales, sin identificar a ningún participante. Agradecemos su colaboración y sinceridad en este estudio.

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Nº	Ítems	1	2	3	4
<b>Estresores</b>					
1	La competencia con los compañeros de grupo.				
2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos.				
3	La personalidad, el carácter y/o el estilo del profesor.				
4	Las instancias de evaluación (exámenes, monografías, trabajos prácticos, etc.).				
5	Las actividades propuestas por los profesores (guía de preguntas, resúmenes, ensayos, mapas conceptuales, trabajos prácticos, lectura de textos, etc.)				
6	No entender los temas que se abordan en clase.				
7	La participación en clase (responder a preguntas de los docentes, exposiciones, etc.)				
8	El tiempo limitado para realizar los trabajos solicitados por los docentes.				
<b>Síntomas</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
9	Problemas o dificultades para conciliar el sueño (insomnio o pesadillas).				
10	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).				
11	Tendencia a polemizar, discutir y generar conflictos.				
12	Fatiga crónica (cansancio permanente).				
13	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).				

14	Aislamiento de los compañeros de clase, familiares o amigos.				
15	Dolores de cabeza o migrañas.				
16	Ansiedad, angustia o desesperación.				
17	Desgano para realizar trabajos académicos.				
18	Problemas digestivos, dolor abdominal o diarrea.				
19	Problemas para concentrarse				
20	Aumento o reducción de la ingesta de alimentos.				
21	Conductas involuntarias como rascarse, morderse las uñas o frotarse las manos.				
22	Sentimientos de agresividad y/o aumento de irritabilidad.				
23	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.				
<b>Estrategias</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).				
25	Elaboración de un plan y ejecución de tareas.				
26	Elogios a sí mismo.				
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).				
28	Búsqueda de información sobre la situación.				
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)				

## ANEXO 04. VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

### Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA)

En cuanto a la validez del instrumento de procrastinación académica la muestra (n=210) de participantes obtienen un valor en la Medida Kaiser-Meyer Olkin de adecuación de muestreo (KMO) de .827, significa que la muestra es adecuada, suficiente para continuar con el análisis factorial. Del mismo modo, en la Prueba de esfericidad de Bartlett se obtiene un valor de .000, siendo significativo.

SUB-TEST	TEST R	P-VALUE
Procrastinación crónico emocional	0.935	0.00
Procrastinación por estímulo demandante	0.738	0.00
Procrastinación por incompetencia personal	0.648	0.00
Procrastinación por aversión a la tarea	0.832	0.00

### Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

Adicionalmente, la validez fue llevada a cabo una evaluación de la validez del inventario de SISCO. Para ello, utilizó el criterio de 10 expertos, quienes determinaron que cada ítem del inventario era representativo y pertinente para medir el estrés académico

VALIDEZ DEL CONTENIDO SISCO	VALIDEZ
Estímulos estresores	0.85
Estrategias de afrontamiento	0.74
Síntomas del estrés	0.94

## ANEXO 05. CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

### Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Para determinar la confiabilidad del cuestionario de procrastinación académica, se utilizó el coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach, cuya fórmula es:

$$\alpha = \left( \frac{k}{k-1} \right) \times \left( 1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right)$$

La fiabilidad fue analizada en términos de consistencia interna usando el Alfa de Cronbach. Los datos indican que los coeficientes de fiabilidad para las 3 dimensiones (Tabla 5), indican que fueron superiores a 0,505 para el cuestionario total (16 ítems). Los resultados avalan la adecuada fiabilidad tanto de la escala como de sus dimensiones.

DIMENSIONES	ÍTEMS	ALPHA DE CRONBACH
Procrastinación crónico emocional	21	0.863
Procrastinación por estímulo demandante	5	0.739
Procrastinación por incompetencia personal	4	0.725
Procrastinación por aversión a la tarea	11	0.715
Total	41	0.913

### Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

Respecto a la confiabilidad del instrumento SISCO, se evaluó la confiabilidad del instrumento utilizando el coeficiente de consistencia interna a través del estadístico omega. Los hallazgos obtenidos fueron considerados aceptables. Se destacó que la escala de Likert y el tamaño de los ítems no se vieron comprometidos al emplear las cargas factoriales.

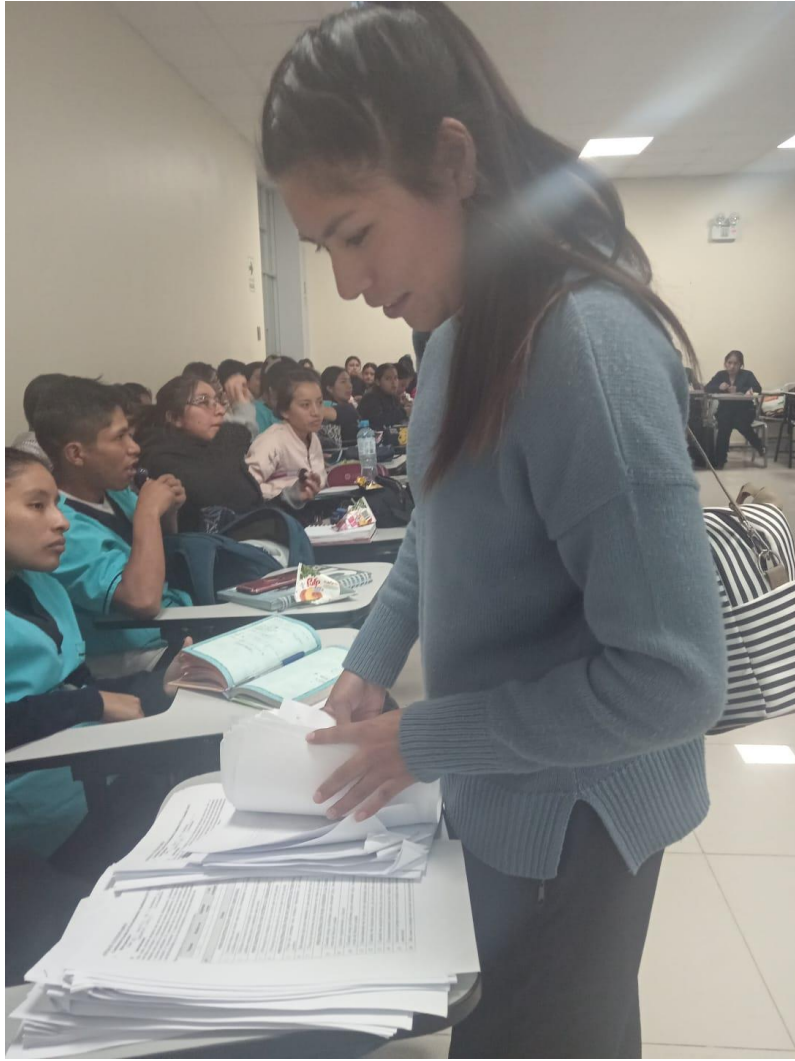
$$\omega = \frac{\left[ \sum_{i=1}^i \lambda \right]^2}{\left[ \sum_{i=1}^i \lambda \right]^2 + \left[ \sum_{i=1}^i 1 - \lambda_i^2 \right]}$$

DIMENSIONES	CONFIABILIDAD
Estímulos estresores	0.85
Estrategias de afrontamiento	0.74
Síntomas del estrés	0.94

La confiabilidad para las dimensiones del instrumento presenta como válidas para esta variable, obteniendo para estímulos estresores 0.85, estrategias de afrontamiento 0.74 y síntomas del estrés 0.94, siendo esta última la más alta.

**ANEXO 06. EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE LA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS**







# ANEXO 07. EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE LOS CUESTIONARIOS RELLENADOS

## Consentimiento Informado

### 1. Información

El presente trabajo de investigación titulado "PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL V SEMESTRE DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA,2023".es conducida por estudiantes de la escuela de Enfermería.

### 2.Consentimiento

Acepto participar del estudio por lo que doy mi consentimiento voluntario. Asimismo, todas mis preguntas fueron respondidas y resueltas por los investigadores.

#### Participante:

Código: .....2129259..... Firma: ..........

#### Investigadores:

Gabriela Marifer Huaman Navarro  
Yumara Julit Hinostroza Bellido

Firma: .....



## Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (González, 2014)

### I Datos generales:

Edad: 19 Sexo: F (X) M ( ) Residencia: Chupaca - San Juan 2do  
 ¿Labora? SI ( ) NO (X) Ciclo académico: V

### II Instrucciones:

Esta escala contiene presenta una serie de afirmaciones diseñadas para evaluar cómo los individuos enfrentan y estructuran sus tareas académicas. El objetivo es que los participantes indiquen cuán cierto es cada enunciado en relación con sus propias percepciones, pensamientos o acciones habituales. Es esencial que los participantes comprendan que no hay respuestas "correctas" o "incorrectas". Lo que se busca es obtener una visión auténtica de su comportamiento y actitud habituales, no de cómo desearían o creen que deberían ser.

Para responder utilice los siguientes criterios:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4

Nº	Ítems	0	1	2	3	4
<b>PROCRASITINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL</b>						
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.			X		
2	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.			X		
<b>PROCRASITINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE</b>						
3	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan			X		
4	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan		X			
<b>PROCRASITINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL</b>						
5	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.				X	
6	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy		X			
7	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio				X	
<b>PROCRASITINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA</b>						
8	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.				X	
9	Asisto regularmente a clases					X
10	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda				X	
11	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.		X			
12	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior		X			
13	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.		X			
14	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio				X	
15	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido			X		
16	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas				X	

### Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

#### III. Datos generales:

Edad: 19 Sexo: F (X) M ( ) Residencia: chupaca - san juan 2/a

¿Labora? SI ( ) NO (X) Ciclo académico: v

#### IV. Instrucciones:

El presente cuestionario está diseñado para identificar las particularidades del estrés académico que afecta a estudiantes de educación media, superior y postgrado a lo largo de su trayectoria educativa. Es esencial que las respuestas sean honestas y reflejen su experiencia real, ya que esto contribuirá significativamente a la investigación. Aseguramos que toda la información proporcionada se mantendrá en estricta confidencialidad, y solo se presentarán resultados generales, sin identificar a ningún participante. Agradecemos su colaboración y sinceridad en este estudio.

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

N°	Ítems	1	2	3	4
<b>Estresores</b>					
1	La competencia con los compañeros de grupo.		X		
2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos.				X
3	La personalidad, el carácter y/o el estilo del profesor.		X		
4	Las instancias de evaluación (exámenes, monografías, trabajos prácticos, etc.).				X
5	Las actividades propuestas por los profesores (guía de preguntas, resúmenes, ensayos, mapas conceptuales, trabajos prácticos, lectura de textos, etc.)				X
6	No entender los temas que se abordan en clase.		X		
7	La participación en clase (responder a preguntas de los docentes, exposiciones, etc.)			X	
8	El tiempo limitado para realizar los trabajos solicitados por los docentes.				X
<b>Síntomas</b>					
9	Problemas o dificultades para conciliar el sueño (insomnio o pesadillas).				X
10	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).				X
11	Tendencia a polemizar, discutir y generar conflictos.		X		
12	Fatiga crónica (cansancio permanente).		X		
13	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).		X		

14	Aislamiento de los compañeros de clase, familiares o amigos.	X			
15	Dolores de cabeza o migrañas.				X
16	Ansiedad, angustia o desesperación.		X		
17	Desgano para realizar trabajos académicos.	X			
18	Problemas digestivos, dolor abdominal o diarrea.	X			
19	Problemas para concentrarse		X		
20	Aumento o reducción de la ingesta de alimentos.		X		
21	Conductas involuntarias como rascarse, morderse las uñas o frotarse las manos.		X		
22	Sentimientos de agresividad y/o aumento de irritabilidad.	X			
23	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.			X	
<b>Estrategias</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).			X	
25	Elaboración de un plan y ejecución de tareas.			X	
26	Elogios a sí mismo.		X		
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).			X	
28	Búsqueda de información sobre la situación.			X	
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)			X	

## Consentimiento Informado


### 1. Información

El presente trabajo de investigación titulado "**PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL V SEMESTRE DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA,2023**".es conducida por estudiantes de la escuela de Enfermería.

### 2.Consentimiento

Acepto participar del estudio por lo que doy mi consentimiento voluntario, Asimismo, todas mis preguntas fueron respondidas y resueltas por los investigadores.

**Participante:**

Código: 2128086 ..... Firma: 

**Investigadores:**

Gabriela Marifer Huaman Navarro

Yumara Julit Hinostrza Bellido

Firma: .....

## Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (González, 2014)

### I Datos generales:

Edad: 20 Sexo: F (X) M ( ) Residencia: HYO  
 ¿Labora? SI ( ) NO ( ) Ciclo académico: \_\_\_\_\_

### II Instrucciones:

Esta escala contiene presenta una serie de afirmaciones diseñadas para evaluar cómo los individuos enfrentan y estructuran sus tareas académicas. El objetivo es que los participantes indiquen cuán cierto es cada enunciado en relación con sus propias percepciones, pensamientos o acciones habituales. Es esencial que los participantes comprendan que no hay respuestas "correctas" o "incorrectas". Lo que se busca es obtener una visión auténtica de su comportamiento y actitud habituales, no de cómo desearían o creen que deberían ser.

Para responder utilice los siguientes criterios:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4

N°	Ítems	0	1	2	3	4
<b>PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL</b>						
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.			X		
2	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.	X				
<b>PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE</b>						
3	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan	X				
4	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			X		
<b>PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL</b>						
5	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.				X	
6	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy			X		
7	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio				X	
<b>PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA</b>						
8	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.				X	
9	Asisto regularmente a clases					X
10	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda				X	
11	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					X
12	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior				X	
13	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.	X				
14	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio				X	
15	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido				X	
16	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas				X	

### Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

**III. Datos generales:**

Edad: 20 Sexo: F () M (  ) Residencia: HYO

¿Labora? SI () NO (  ) Ciclo académico: Y

**IV. Instrucciones:**

El presente cuestionario está diseñado para identificar las particularidades del estrés académico que afecta a estudiantes de educación media, superior y postgrado a lo largo de su trayectoria educativa. Es esencial que las respuestas sean honestas y reflejen su experiencia real, ya que esto contribuirá significativamente a la investigación. Aseguramos que toda la información proporcionada se mantendrá en estricta confidencialidad, y solo se presentarán resultados generales, sin identificar a ningún participante. Agradecemos su colaboración y sinceridad en este estudio.

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Nº	Ítems	1	2	3	4
<b>Estresores</b>					
				X	
1	La competencia con los compañeros de grupo.				X
2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos.				X
3	La personalidad, el carácter y/o el estilo del profesor.				X
4	Las instancias de evaluación (exámenes, monografías, trabajos prácticos, etc.).				X
5	Las actividades propuestas por los profesores (guía de preguntas, resúmenes, ensayos, mapas conceptuales, trabajos prácticos, lectura de textos, etc.)			X	
6	No entender los temas que se abordan en clase.				X
7	La participación en clase (responder a preguntas de los docentes, exposiciones, etc.)		X		
8	El tiempo limitado para realizar los trabajos solicitados por los docentes.				X
<b>Síntomas</b>					
		1	2	3	4
9	Problemas o dificultades para conciliar el sueño (insomnio o pesadillas).				X
10	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).				X
11	Tendencia a polemizar, discutir y generar conflictos.			X	
12	Fatiga crónica (cansancio permanente).			X	
13	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).				X

14	Aislamiento de los compañeros de clase, familiares o amigos.			X	
15	Dolores de cabeza o migrañas.				X
16	Ansiedad, angustia o desesperación.				X
17	Desgano para realizar trabajos académicos.			X	
18	Problemas digestivos, dolor abdominal o diarrea.				X
19	Problemas para concentrarse			X	
20	Aumento o reducción de la ingesta de alimentos.				X
21	Conductas involuntarias como rascarse, morderse las uñas o frotarse las manos.			X	
22	Sentimientos de agresividad y/o aumento de irritabilidad.				X
23	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.				X
<b>Estrategias</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).			X	
25	Elaboración de un plan y ejecución de tareas.		X		
26	Elogios a sí mismo.				X
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).				X
28	Búsqueda de información sobre la situación.			X	
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)				X



## Consentimiento Informado

### 1. Información

El presente trabajo de investigación titulado "PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL V SEMESTRE DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, 2023" es conducida por estudiantes de la escuela de Enfermería.

### 2. Consentimiento

Acepto participar del estudio por lo que doy mi consentimiento voluntario, Asimismo, todas mis preguntas fueron respondidas y resueltas por los investigadores.

#### Participante:

Código: ...2128098..... Firma: 

#### Investigadores:

Gabriela Marifer Huaman Navarro

Yumara Julit Hinojosa Bellido

Firma: 

### Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

**III. Datos generales:**

Edad: 26 Sexo: F ( ) M () Residencia: IPS

¿Labora? SI ( ) NO () Ciclo académico: 5

**IV. Instrucciones:**

El presente cuestionario está diseñado para identificar las particularidades del estrés académico que afecta a estudiantes de educación media, superior y postgrado a lo largo de su trayectoria educativa. Es esencial que las respuestas sean honestas y reflejen su experiencia real, ya que esto contribuirá significativamente a la investigación. Aseguramos que toda la información proporcionada se mantendrá en estricta confidencialidad, y solo se presentarán resultados generales, sin identificar a ningún participante. Agradecemos su colaboración y sinceridad en este estudio.

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Nº	Ítems	1	2	3	4
<b>Estresores</b>					
1	La competencia con los compañeros de grupo.			/	
2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos.			.	/
3	La personalidad, el carácter y/o el estilo del profesor.		/		
4	Las instancias de evaluación (exámenes, monografías, trabajos prácticos, etc.).			/	.
5	Las actividades propuestas por los profesores (guía de preguntas, resúmenes, ensayos, mapas conceptuales, trabajos prácticos, lectura de textos, etc.)		.	/	
6	No entender los temas que se abordan en clase.		/		
7	La participación en clase (responder a preguntas de los docentes, exposiciones, etc.)		/		
8	El tiempo limitado para realizar los trabajos solicitados por los docentes.				/
<b>Síntomas</b>					
9	Problemas o dificultades para conciliar el sueño (insomnio o pesadillas).		/		
10	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).				/
11	Tendencia a polemizar, discutir y generar conflictos.		/		
12	Fatiga crónica (cansancio permanente).		/		
13	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).				/

14	Aislamiento de los compañeros de clase, familiares o amigos.	/			
15	Dolores de cabeza o migrañas.				/
16	Ansiedad, angustia o desesperación.			/	
17	Desgano para realizar trabajos académicos.			/	
18	Problemas digestivos, dolor abdominal o diarrea.		/		
19	Problemas para concentrarse		/		
20	Aumento o reducción de la ingesta de alimentos.				/
21	Conductas involuntarias como rascarse, morderse las uñas o frotarse las manos.			/	
22	Sentimientos de agresividad y/o aumento de irritabilidad.	/			
23	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.			/	
<b>Estrategias</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).			/	
25	Elaboración de un plan y ejecución de tareas.		/		
26	Elogios a sí mismo.				/
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).			/	
28	Búsqueda de información sobre la situación.		/		
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)				/

## Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (González, 2014)

### I Datos generales:

Edad: 22 Sexo: F ( ) M () Residencia: Perú  
 ¿Labora? SI ( ) NO () Ciclo académico: 5

### II Instrucciones:

Esta escala contiene presenta una serie de afirmaciones diseñadas para evaluar cómo los individuos enfrentan y estructuran sus tareas académicas. El objetivo es que los participantes indiquen cuán cierto es cada enunciado en relación con sus propias percepciones, pensamientos o acciones habituales. Es esencial que los participantes comprendan que no hay respuestas "correctas" o "incorrectas". Lo que se busca es obtener una visión auténtica de su comportamiento y actitud habituales, no de cómo desearían o creen que deberían ser.

Para responder utilice los siguientes criterios:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4

N°	Ítems	0	1	2	3	4
<b>PROCRATITNACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL</b>						
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.				✓	
2	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.			✓		
<b>PROCRATINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE</b>						
3	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan		✓			
4	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan		✓			
<b>PROCRATINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL</b>						
5	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.				✓	
6	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy			✓		
7	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio				✓	
<b>PROCRATINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA</b>						
8	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.			✓		
9	Asisto regularmente a clases				✓	
10	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda			✓		
11	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.		✓			
12	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior		✓			
13	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.			✓		
14	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio				✓	
15	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido				✓	
16	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					✓

## Consentimiento Informado

### 1. Información

El presente trabajo de investigación titulado "PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL V SEMESTRE DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA,2023".es conducida por estudiantes de la escuela de Enfermería.

### 2.Consentimiento

Acepto participar del estudio por lo que doy mi consentimiento voluntario, Asimismo, todas mis preguntas fueron respondidas y resueltas por los investigadores.

**Participante:**

Código: 202828 ..... Firma: 

**Investigadores:**

Gabriela Marifer Huaman Navarro

Yumara Julit Hinostrroza Bellido

Firma: .....

**Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (González, 2014)**

**I Datos generales:**

Edad: 22 Sexo: F () M ( ) Residencia: palmar / Av. 20 de Agosto 217  
 ¿Labora? SI ( ) NO () Ciclo académico: ✓

**II Instrucciones:**

Esta escala contiene presenta una serie de afirmaciones diseñadas para evaluar cómo los individuos enfrentan y estructuran sus tareas académicas. El objetivo es que los participantes indiquen cuán cierto es cada enunciado en relación con sus propias percepciones, pensamientos o acciones habituales. Es esencial que los participantes comprendan que no hay respuestas "correctas" o "incorrectas". Lo que se busca es obtener una visión auténtica de su comportamiento y actitud habituales, no de cómo desearían o creen que deberían ser.

Para responder utilice los siguientes criterios:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4

Nº	Ítems	0	1	2	3	4
<b>PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL</b>						
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.		X			
2	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.		X			
<b>PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE</b>						
3	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan	X				
4	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan		X			
<b>PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL</b>						
5	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.				X	
6	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy	X				
7	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					X
<b>PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA</b>						
8	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					X
9	Asisto regularmente a clases					X
10	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					X
11	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					X
12	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior			X		
13	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.			X		
14	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					X
15	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido			X		
16	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					X

### Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

#### III. Datos generales:

Edad: 22 Sexo: F () M (  ) Residencia: Palmas - At. San Martín de los Andes

¿Labora? SI (  ) NO ( ) Ciclo académico: ✓

#### IV. Instrucciones:

El presente cuestionario está diseñado para identificar las particularidades del estrés académico que afecta a estudiantes de educación media, superior y postgrado a lo largo de su trayectoria educativa. Es esencial que las respuestas sean honestas y reflejen su experiencia real, ya que esto contribuirá significativamente a la investigación. Aseguramos que toda la información proporcionada se mantendrá en estricta confidencialidad, y solo se presentarán resultados generales, sin identificar a ningún participante. Agradecemos su colaboración y sinceridad en este estudio.

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Nº	Ítems	1	2	3	4
<b>Estresores</b>					
1	La competencia con los compañeros de grupo.			x	
2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos.			x	
3	La personalidad, el carácter y/o el estilo del profesor.				x
4	Las instancias de evaluación (exámenes, monografías, trabajos prácticos, etc.).			x	
5	Las actividades propuestas por los profesores (guía de preguntas, resúmenes, ensayos, mapas conceptuales, trabajos prácticos, lectura de textos, etc.)				x
6	No entender los temas que se abordan en clase.			x	
7	La participación en clase (responder a preguntas de los docentes, exposiciones, etc.)				x
8	El tiempo limitado para realizar los trabajos solicitados por los docentes.			x	
<b>Síntomas</b>					
		1	2	3	4
9	Problemas o dificultades para conciliar el sueño (insomnio o pesadillas).			x	
10	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).			x	
11	Tendencia a polemizar, discutir y generar conflictos.			x	
12	Fatiga crónica (cansancio permanente).			x	
13	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).			x	

14	Aislamiento de los compañeros de clase, familiares o amigos.			α	
15	Dolores de cabeza o migrañas.			α	
16	Ansiedad, angustia o desesperación.			α	
17	Desgano para realizar trabajos académicos.			α	
18	Problemas digestivos, dolor abdominal o diarrea.			α	
19	Problemas para concentrarse			α	
20	Aumento o reducción de la ingesta de alimentos.			α	
21	Conductas involuntarias como rascarse, morderse las uñas o frotarse las manos.			α	
22	Sentimientos de agresividad y/o aumento de irritabilidad.			α	
23	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.			α	
<b>Estrategias</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).			α	
25	Elaboración de un plan y ejecución de tareas.				α
26	Elogios a sí mismo.				α
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).		α		
28	Búsqueda de información sobre la situación.				α
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)			α	



## Consentimiento Informado

### 1. Información

El presente trabajo de investigación titulado "PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL V SEMESTRE DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA,2023".es conducida por estudiantes de la escuela de Enfermería.

### 2.Consentimiento

Acepto participar del estudio por lo que doy mi consentimiento voluntario, Asimismo, todas mis preguntas fueron respondidas y resueltas por los investigadores.

#### Participante:

Código: .....2110663..... Firma: .....



#### Investigadores:

Gabriela Marifer Huaman Navarro

Yumara Julit Hinostrza Bellido

Firma: .....

## Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (González, 2014)

### I Datos generales:

Edad: 20 Sexo: F (X) M ( ) Residencia: Córdoba Ortega Casto Algarrobo  
 ¿Labora? SI ( ) NO (X) Ciclo académico: ✓

### II Instrucciones:

Esta escala contiene una serie de afirmaciones diseñadas para evaluar cómo los individuos enfrentan y estructuran sus tareas académicas. El objetivo es que los participantes indiquen cuán cierto es cada enunciado en relación con sus propias percepciones, pensamientos o acciones habituales. Es esencial que los participantes comprendan que no hay respuestas "correctas" o "incorrectas". Lo que se busca es obtener una visión auténtica de su comportamiento y actitud habituales, no de cómo desearían o creen que deberían ser.

Para responder utilice los siguientes criterios:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4

N°	Ítems	0	1	2	3	4
<b>PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL</b>						
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.			X		
2	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.			X		
<b>PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE</b>						
3	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan	X				
4	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			X		
<b>PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL</b>						
5	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.				X	
6	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy			X		
7	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio			X		
<b>PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA</b>						
8	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.			X		
9	Asisto regularmente a clases					X
10	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda			X		
11	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	X				
12	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior		X			
13	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.	X				
14	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio				X	
15	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido			X		
16	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas				X	

### Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

#### III. Datos generales:

Edad: 20 Sexo: F (X) M ( ) Residencia: Cardena pasaje tiro alegría

¿Labora? SI ( ) NO (X) Ciclo académico: "V"

#### IV. Instrucciones:

El presente cuestionario está diseñado para identificar las particularidades del estrés académico que afecta a estudiantes de educación media, superior y postgrado a lo largo de su trayectoria educativa. Es esencial que las respuestas sean honestas y reflejen su experiencia real, ya que esto contribuirá significativamente a la investigación. Aseguramos que toda la información proporcionada se mantendrá en estricta confidencialidad, y solo se presentarán resultados generales, sin identificar a ningún participante. Agradecemos su colaboración y sinceridad en este estudio.

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Nº	Ítems	1	2	3	4	5
<b>Estresores</b>						
1	La competencia con los compañeros de grupo.					X
2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos.			X		
3	La personalidad, el carácter y/o el estilo del profesor.			X		
4	Las instancias de evaluación (exámenes, monografías, trabajos prácticos, etc.).					X
5	Las actividades propuestas por los profesores (guía de preguntas, resúmenes, ensayos, mapas conceptuales, trabajos prácticos, lectura de textos, etc.)				X	
6	No entender los temas que se abordan en clase.				X	
7	La participación en clase (responder a preguntas de los docentes, exposiciones, etc.)			X		
8	El tiempo limitado para realizar los trabajos solicitados por los docentes.			X		
<b>Síntomas</b>						
9	Problemas o dificultades para conciliar el sueño (insomnio o pesadillas).					X
10	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					X
11	Tendencia a polemizar, discutir y generar conflictos.		X			
12	Fatiga crónica (cansancio permanente).			X		
13	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					X

14	Aislamiento de los compañeros de clase, familiares o amigos.					X
15	Dolores de cabeza o migrañas.	X				
16	Ansiedad, angustia o desesperación.		X			
17	Desgano para realizar trabajos académicos.		X			
18	Problemas digestivos, dolor abdominal o diarrea.	X				
19	Problemas para concentrarse			X		
20	Aumento o reducción de la ingesta de alimentos.	X				
21	Conductas involuntarias como rascarse, morderse las uñas o frotarse las manos.	X				
22	Sentimientos de agresividad y/o aumento de irritabilidad.	X				
23	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.			X		
<b>Estrategias</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).			X		
25	Elaboración de un plan y ejecución de tareas.			X		
26	Elogios a sí mismo.					X
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).		X			
28	Búsqueda de información sobre la situación.			X		
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)		X			

## Consentimiento Informado

### 1. Información

El presente trabajo de investigación titulado "PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL V SEMESTRE DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA,2023".es conducida por estudiantes de la escuela de Enfermería.

### 2.Consentimiento

Acepto participar del estudio por lo que doy mi consentimiento voluntario, Asimismo, todas mis preguntas fueron respondidas y resueltas por los investigadores.

#### Participante:

Código: 2128 076 ..... Firma: 

#### Investigadores:

Gabriela Marifer Huaman Navarro

Yumara Julit Hinostrroza Bellido

Firma: 

### Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

**III. Datos generales:**

Edad: 23 Sexo: F ( ) M () Residencia: San Carlos - HYO

¿Labora? SI () NO ( ) Ciclo académico: 5<sup>to</sup>

**IV. Instrucciones:**

El presente cuestionario está diseñado para identificar las particularidades del estrés académico que afecta a estudiantes de educación media, superior y postgrado a lo largo de su trayectoria educativa. Es esencial que las respuestas sean honestas y reflejen su experiencia real, ya que esto contribuirá significativamente a la investigación. Aseguramos que toda la información proporcionada se mantendrá en estricta confidencialidad, y solo se presentarán resultados generales, sin identificar a ningún participante. Agradecemos su colaboración y sinceridad en este estudio.

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Nº	Ítems	1	2	3	4	5
<b>Estresores</b>						
1	La competencia con los compañeros de grupo.	<input checked="" type="checkbox"/>				
2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos.			<input checked="" type="checkbox"/>		
3	La personalidad, el carácter y/o el estilo del profesor.			<input checked="" type="checkbox"/>		
4	Las instancias de evaluación (exámenes, monografías, trabajos prácticos, etc.).		<input checked="" type="checkbox"/>			
5	Las actividades propuestas por los profesores (guía de preguntas, resúmenes, ensayos, mapas conceptuales, trabajos prácticos, lectura de textos, etc.)		<input checked="" type="checkbox"/>			
6	No entender los temas que se abordan en clase.	<input checked="" type="checkbox"/>				
7	La participación en clase (responder a preguntas de los docentes, exposiciones, etc.)	<input checked="" type="checkbox"/>				
8	El tiempo limitado para realizar los trabajos solicitados por los docentes.		<input checked="" type="checkbox"/>			
<b>Síntomas</b>						
9	Problemas o dificultades para conciliar el sueño (insomnio o pesadillas).		<input checked="" type="checkbox"/>			
10	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).		<input checked="" type="checkbox"/>			
11	Tendencia a polemizar, discutir y generar conflictos.		<input checked="" type="checkbox"/>			
12	Fatiga crónica (cansancio permanente).			<input checked="" type="checkbox"/>		
13	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).		<input checked="" type="checkbox"/>			

14	Aislamiento de los compañeros de clase, familiares o amigos.	X			
15	Dolores de cabeza o migrañas.	X			
16	Ansiedad, angustia o desesperación.	X			
17	Desgano para realizar trabajos académicos.	X			
18	Problemas digestivos, dolor abdominal o diarrea.		X		
19	Problemas para concentrarse	X			
20	Aumento o reducción de la ingesta de alimentos.		X		
21	Conductas involuntarias como rascarse, morderse las uñas o frotarse las manos.	X			
22	Sentimientos de agresividad y/o aumento de irritabilidad.	X			
23	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	X			
<b>Estrategias</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).				X
25	Elaboración de un plan y ejecución de tareas.				X
26	Elogios a si mismo.				X
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).	X			
28	Búsqueda de información sobre la situación.				X
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)				X

**Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (González, 2014)**

**I Datos generales:**

Edad: 23 Sexo: F ( ) M () Residencia: SAN CARLES - HYU  
 ¿Labora? SI () NO ( ) Ciclo académico: 5<sup>to</sup>

**II Instrucciones:**

Esta escala contiene presenta una serie de afirmaciones diseñadas para evaluar cómo los individuos enfrentan y estructuran sus tareas académicas. El objetivo es que los participantes indiquen cuán cierto es cada enunciado en relación con sus propias percepciones, pensamientos o acciones habituales. Es esencial que los participantes comprendan que no hay respuestas "correctas" o "incorrectas". Lo que se busca es obtener una visión auténtica de su comportamiento y actitud habituales, no de cómo desearían o creen que deberían ser.

Para responder utilice los siguientes criterios:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4

Nº	Ítems	0	1	2	3	4
<b>PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL</b>						
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.			<input checked="" type="checkbox"/>		
2	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.		<input checked="" type="checkbox"/>			
<b>PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE</b>						
3	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan		<input checked="" type="checkbox"/>			
4	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan		<input checked="" type="checkbox"/>			
<b>PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL</b>						
5	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					<input checked="" type="checkbox"/>
6	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy					<input checked="" type="checkbox"/>
7	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					<input checked="" type="checkbox"/>
<b>PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA</b>						
8	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.		<input checked="" type="checkbox"/>			
9	Asisto regularmente a clases					<input checked="" type="checkbox"/>
10	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda		<input checked="" type="checkbox"/>			
11	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					<input checked="" type="checkbox"/>
12	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior					<input checked="" type="checkbox"/>
13	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.					<input checked="" type="checkbox"/>
14	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					<input checked="" type="checkbox"/>
15	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					<input checked="" type="checkbox"/>
16	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					<input checked="" type="checkbox"/>



# ANEXO 08. BASE DE DATOS

Excel interface showing a data table with columns labeled EDAD, SEXO, LABORAL, and 1P through 23M. The table contains numerical data for each row.

EDAD	SEXO	LABORAL	1P	2P	3P	4P	5P	6P	7P	8P	9P	10P	11P	12P	13P	14P	15P	16P	1E	2E	3E	4E	5E	
21 F	SI		2	0	0	0	2	2	3	4	3	4	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	2	2
18 F	SI		2	0	0	0	4	1	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4
20 F	NO		4	4	2	2	1	1	2	2	3	3	2	2	4	2	0	1	4	3	3	3	3	4
21 M	SI		3	2	4	4	3	2	2	1	3	0	1	1	3	2	2	2	2	4	4	4	4	4
19 F	NO		2	1	2	2	4	2	4	2	4	2	2	2	1	1	3	3	3	3	3	3	2	3
19 F	NO		0	3	2	2	4	2	4	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2	4	3	4	4	4
19 F	NO		2	1	0	1	4	2	3	3	4	3	2	2	4	1	1	4	3	4	1	2	4	4
19 M	NO		0	0	0	0	4	0	4	4	0	3	4	3	0	4	4	4	3	3	2	4	4	4
19 F	NO		0	0	0	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1
21 M	NO		2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	3	4	4	4	4
30 F	SI		3	3	4	3	4	1	3	4	3	4	4	3	4	3	1	0	3	5	4	5	5	5
21 F	NO		2	1	2	2	3	4	2	4	4	4	2	2	2	3	2	4	3	4	4	2	2	2
23 F	SI		2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3
19 F	NO		2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3
19 F	NO		3	1	2	1	1	1	3	4	4	4	1	1	1	3	1	2	1	3	2	1	4	4
21 F	NO		3	2	2	1	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	5	3	3	3	3
20 F	NO		0	1	1	2	3	1	3	1	4	1	2	3	2	1	2	2	3	4	3	3	3	3
20 M	SI		0	1	2	0	3	0	2	0	4	4	3	0	4	0	0	1	3	4	1	3	3	2
19 F	NO		0	1	0	0	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
19 F	SI		1	0	0	0	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4
19 F	SI		2	2	2	2	3	2	2	4	3	4	2	1	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3
20 F	NO		3	3	0	0	2	2	4	4	4	4	2	2	3	4	2	4	4	3	4	3	4	4
20 F	NO		1	0	0	0	1	1	3	4	4	4	4	1	0	3	1	3	1	4	1	2	1	2
20 F	SI		1	1	0	0	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	2	2
20 F	SI		0	1	0	1	3	2	2	3	4	4	2	1	2	2	3	2	3	4	4	3	4	4
21 F	NO		1	1	1	1	4	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	1	4	4	4	4	4
20 F	NO		2	0	2	2	3	1	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	1	3	3	2	2	2
19 F	NO		1	1	2	0	4	1	2	1	0	2	4	2	2	3	3	4	2	3	3	4	4	4
19 F	NO		4	4	4	4	1	1	4	3	4	3	2	1	1	3	2	2	1	4	1	4	4	4
20 F	NO		2	2	0	1	3	0	1	2	4	2	2	3	1	2	2	3	3	4	4	3	3	3
22 M	SI		2	0	4	2	3	3	3	2	4	4	3	1	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3

SPSS Statistics Editor de datos interface showing a data table with columns: @29E, Procrastinación, Nivel\_Procrastinación, Estrés\_Académico, Nivel\_Estrés\_Académico, Procrastinación\_CA, and Procras.

	@29E	Procrastinación	Nivel_Procrastinación	Estrés_Académico	Nivel_Estrés_Académico	Procrastinación_CA	Procras
1	2	2	35,00	Moderado	59,00	Bajo nivel	Alto
2	4	4	41,00	Moderado	111,00	Alto nivel	Alto
3	2	2	35,00	Moderado	82,00	Promedio bajo	Bajo
4	4	3	33,00	Moderado	87,00	Promedio bajo	Moderado
5	3	2	37,00	Moderado	76,00	Promedio bajo	Moderado
6	3	2	44,00	Bajo	99,00	Promedio alto	Moderado
7	1	2	37,00	Moderado	72,00	Bajo nivel	Moderado
8	2	4	34,00	Moderado	64,00	Bajo nivel	Alto
9	2	2	30,00	Moderado	36,00	Bajo nivel	Alto
10	3	3	39,00	Moderado	84,00	Promedio bajo	Moderado
11	3	1	47,00	Bajo	110,00	Alto nivel	Bajo
12	1	4	43,00	Bajo	74,00	Promedio bajo	Moderado
13	3	3	37,00	Moderado	77,00	Promedio bajo	Moderado
14	2	3	27,00	Moderado	62,00	Bajo nivel	Moderado
15	4	4	33,00	Moderado	70,00	Bajo nivel	Moderado
16	4	3	43,00	Bajo	88,00	Promedio bajo	Moderado
17	3	2	29,00	Moderado	84,00	Promedio bajo	Alto
18	4	2	24,00	Moderado	77,00	Promedio bajo	Alto
19	3	3	46,00	Bajo	67,00	Bajo nivel	Alto
20	3	3	41,00	Moderado	71,00	Bajo nivel	Alto
21	2	3	42,00	Moderado	89,00	Promedio bajo	Moderado
22	3	3	43,00	Bajo	94,00	Promedio alto	Bajo
23	3	4	30,00	Moderado	61,00	Bajo nivel	Alto

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
22	@3E	Numérico	1	0	3E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
23	@4E	Numérico	1	0	4E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
24	@5E	Numérico	1	0	5E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
25	@6E	Numérico	1	0	6E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
26	@7E	Numérico	1	0	7E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
27	@8E	Numérico	1	0	8E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
28	@9E	Numérico	1	0	9E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
29	@10E	Numérico	1	0	10E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
30	@11E	Numérico	1	0	11E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
31	@12E	Numérico	1	0	12E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
32	@13E	Numérico	1	0	13E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
33	@14E	Numérico	1	0	14E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
34	@15E	Numérico	1	0	15E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
35	@16E	Numérico	1	0	16E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
36	@17E	Numérico	1	0	17E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
37	@18E	Numérico	1	0	18E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
38	@19E	Numérico	1	0	19E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
39	@20E	Numérico	1	0	20E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
40	@21E	Numérico	1	0	21E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
41	@22E	Numérico	1	0	22E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
42	@23E	Numérico	2	0	23E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
43	@24E	Numérico	1	0	24E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
44	@25E	Numérico	1	0	25E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
45	@26E	Numérico	1	0	26E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
46	@27E	Numérico	1	0	27E	Ninguno	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada

## ● 1% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 1% Base de datos de Internet
- 0% Base de datos de publicaciones

### FUENTES PRINCIPALES

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

1	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b>	<1%
	Internet	
2	<b>repositorio.uladech.edu.pe</b>	<1%
	Internet	
3	<b>repositorio.uroosevelt.edu.pe</b>	<1%
	Internet	
4	<b>repositorio.uss.edu.pe</b>	<1%
	Internet	
5	<b>repositorio.uwiener.edu.pe</b>	<1%
	Internet	

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 20 palabras)

---

BLOQUES DE TEXTO EXCLUIDOS

**FACULTAD DE CIENCIAS**

repositorio.uroosevelt.edu.pe

---

**víndiceCarátula**.....

repositorio.uroosevelt.edu.pe