

NOMBRE DEL TRABAJO: Procrastinación y Estrés Académico en Estudiantes de Enfermería del V Semestre de una Universidad Privada, 2023

ASESOR:

- Mg.Quinto Allca, Edit Nilba

AUTORES:

- Bach.Hinostroza Bellido, Yumara Julit
- Bach.Huaman Navarro, Gabriela Marifer

RESUMEN DEL SOFTWARE DE DETECCIÓN DE SIMILITUDES

RECuento DE PALABRAS

17089 Words

RECuento DE CARACTERES

98847 Characters

RECuento DE PÁGINAS

97 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

3.8MB

FECHA DE ENTREGA

Jan 22, 2024 9:43 AM GMT-5

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

- 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
- Coincidencia baja (menos de 20 palabras)



**FACULTAD 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 TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

AUTORAS

Bach. Hinostroza Bellido, Yumara Julit

Bach. Huaman Navarro, Gabriela Marifer

ASESORA

Mg. Edit Nilba Quinto Allca

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Salud Pública y Epidemiología

HUANCAYO – PERÚ

2024

DEDICATORIA

A mis padres, porque ellos fueron el motivo para seguir adelante, estuvieron siempre brindándome su apoyo y su consejo para llegar a cumplir esta meta y a mi hermana por sus palabras de aliento y confianza.

Yumara

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

Gabriela

AGRADECIMIENTO

A nuestra alma mater la Universidad Privada de Huancayo “Franklin Roosevelt”, por brindarnos la oportunidad de llevar a cabo esta investigación.

A nuestra asesora la Mg. Edit Nilba Quinto Allca de investigación, por su orientación, apoyo y dedicación a lo largo de todo este proceso.

Y por último a nuestros padres que siempre nos apoyaron incondicionalmente, ante todas adversidad.

Las autoras

PÁGINA DEL JURADO

Mg. Viter Gerson Carlos Trinidad

Presidente

Mg. Edith Suasnabar Cueva

Secretario

Mg. Edit Nilba Quinto Allca

Vocal

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Bachiller Yumara Julit Hinostraza Bellido con DNI N°71200645 y Bach. Gabriela Marifer Huaman Navarro identificada con DNI N°72079941 , egresadas de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería.

Que a efectos de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el registro de grados y títulos de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería. Declaramos bajo juramento que toda documentación que acompañamos es veraz y autentica.

A si mismo declaramos bajo juramento que todos los datos e información que se encuentra en el presente estudio de investigación son auténticos y veraces.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos o información aportada por la cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt.

Huancayo, 12 de Febrero del 2024



Bach. Yumara Julit Hinostraza
Bellido
DNI:71200645



Bach. Gabriela Marifer Huaman
Navarro
DNI:72079941

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 | 25 |
| 2.1. Tipo y diseño de investigación | 25 |
| 2.2. Operacionalización de las variables | 25 |
| 2.3. Población, muestra y muestreo..... | 25 |
| 2.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad | 26 |
| 2.5. Procedimiento..... | 29 |
| 2.6. Método de análisis de datos..... | 29 |
| 2.7. Aspectos éticos | 30 |
| III. RESULTADOS | 31 |
| IV. DISCUSIÓN..... | 35 |
| V. CONCLUSIONES | 38 |
| VI. RECOMENDACIONES | 39 |
| REFERENCIAS | 40 |
| ANEXOS | 45 |

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo establecer la relación entre estrés académico y procrastinación en 62 estudiantes del V semestre de enfermería de una universidad privada, 2023. La investigación fue de tipo básico, con diseño no experimental, transversal-correlacional, en una muestra censal no probabilística. Como instrumentos de recolección de datos, se emplearon la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA) y el “Inventario de Estrés Académico” (SISCO). Los resultados indicaron que una proporción significativa de los estudiantes experimenta niveles moderados de procrastinación (69,4%), estrés académico (43,5%) en un nivel promedio bajo y 12,9% en un nivel promedio alto. Además, se encontró una correlación moderada, positiva y significativa (Rho de Spearman = 0,445; p-valor=0,000) entre estas dos variables. En conclusión, se determinó que existe relación entre la procrastinación y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada durante el periodo 2023 (Rho de Spearman = 0,445; p-valor=0,000).

Palabras clave: Procrastinación, Estrés Académico, Estudiantes de enfermería.

ABSTRACT

This study aimed to establish the relationship between academic stress and procrastination in sixty-two semester nursing students at a private university in 2023. The research was basic, with a non-experimental, cross-sectional correlational design, using a non-probabilistic census sample. Data collection instruments included the Academic Procrastination Scale (EPA) and the Academic Stress Inventory (SISCO). The results indicated that a significant proportion of students experience moderate levels of procrastination (69.4%) and academic stress (43.5%) at a below-average level and 12.9% at an above-average level. Furthermore, a moderate, positive, and significant correlation was found (Rho Spearman = 0.445; p-value = 0.000) between these two variables. In conclusion, it was determined that there is a relationship between procrastination and academic stress among fifth-semester nursing students at a private university during the 2023 period (Rho Spearman = 0.445; p-value = 0.000).

Keywords: Procrastination, Academic Stress, Nursing Students.



I. INTRODUCCIÓN

La procrastinación académica es un fenómeno global que impacta a estudiantes universitarios en diversas partes del mundo. Estudios internacionales, como los Ma et al. desarrollado en el año 2023, han señalado que la procrastinación no solo obstaculiza el desempeño académico eficiente, sino que también contribuye al estrés y la ansiedad entre los estudiantes. Este fenómeno se observa en múltiples disciplinas, incluyendo la enfermería, donde los rigores académicos y prácticos son especialmente elevados (1).

Un estudio de OneClass en el 2020 reveló que, aproximadamente el 80% de los estudiantes a nivel mundial exhiben comportamientos procrastinadores, situación exacerbada por la pandemia, destacando la falta de acompañamiento emocional y académico adecuado. Esta situación se refleja en múltiples áreas de estudio, incluyendo la enfermería, donde las demandas académicas y prácticas son particularmente intensas (2).

En América Latina, la situación es igualmente preocupante; un informe de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2020) informó que cerca de 1200 millones de estudiantes han cambiado sus hábitos de estudio, con un 95% mostrando signos de procrastinación. Esta tendencia afecta las relaciones interpersonales y el rendimiento en el entorno académico, resaltando la necesidad de un enfoque regional en la solución de estos problemas (3).

En países específicos como Argentina, Chile y Colombia, el estrés académico alcanza niveles notablemente elevados, afectando hasta al 80% de la población estudiantil. En México, una encuesta reveló que el 86.3% de los estudiantes universitarios experimenta estrés debido a la procrastinación. Estos altos niveles de estrés están vinculados con una gestión ineficiente de cursos en línea, sobrecarga de tareas y falta de orientación por parte de las instituciones educativas (4,5,6,7).

En el ámbito nacional, la situación es similar; un estudio, desarrollado en la ciudad de Lima, identificó que el 83,8% de los universitarios experimentaron niveles elevados de estrés durante la pandemia, lo que llevó a una sobrecarga de actividades para el 93,2% de ellos. Este estrés se manifiesta también en síntomas somáticos, afectando no solo el rendimiento académico sino también la salud física de los estudiantes (8,9).

En consonancia, Huamanlazo (7) y Gamarra (10), en sus respectivas investigaciones, han señalado que la procrastinación en universidades peruanas representa una preocupación en constante aumento, especialmente en disciplinas del ámbito de la salud como la enfermería.

Este comportamiento, a menudo vinculado con el estrés académico, puede derivar en consecuencias negativas como el bajo rendimiento académico y problemas de salud mental. En tanto, el impacto de estos problemas en el rendimiento académico es significativo, así lo evidencian Danitz y Orsillo (11), quienes descubrieron que el 30.5% de los estudiantes universitarios estresados mostraban un descenso en sus calificaciones, afectando su rendimiento académico y su bienestar emocional, de modo que, la persistencia de estos problemas puede llevar a consecuencias negativas a largo plazo en la formación y la práctica profesional.

Específicamente en el ámbito de los estudiantes de enfermería, la prevalencia del estrés es una preocupación significativa; las demandas académicas y clínicas únicas de este campo de estudio pueden exacerbar tanto la procrastinación como el estrés, dando lugar a un ciclo vicioso que afecta el aprendizaje y el desarrollo profesional (12). Naranjo (13) y Castillo (14) señalan que el estrés no solo impacta el rendimiento académico, sino también la salud física y mental, con síntomas que incluyen dolores lumbares y cervicales. Si este problema persiste, podría llevar a una alta incidencia de agotamiento académico, bajo rendimiento y, en el peor de los casos, la deserción universitaria. Además, tiene el potencial de impactar negativamente en la calidad de los cuidados de salud proporcionados por estos futuros enfermeros, ya que el estrés y la procrastinación pueden afectar su competencia y eficacia profesional.

En línea con lo expuesto, el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM) ha constatado un marcado incremento en la demanda de servicios de salud mental, destacando la necesidad de atención por parte de profesionales como psicólogos o psiquiatras. Esta tendencia se manifiesta en las cerca de 86 mil consultas médicas relacionadas con la salud psicológica, representando un aumento del 12.07% en comparación con años previos. Estos datos ponen de relieve el impacto significativo que la salud mental tiene en una amplia parte de la población, subrayando la urgencia de implementar medidas de apoyo emocional para abordar problemáticas recurrentes como el estrés y la procrastinación, y así garantizar un funcionamiento adecuado tanto en la vida cotidiana como académica (9).

No obstante, a pesar de estos incrementos en las necesidades de atención en salud mental, y pese a las diversas investigaciones relacionadas con el estrés y la procrastinación en estudiantes, parece haber una falta de implementación efectiva de estrategias integrales para reducir estas problemáticas. La inacción en este frente podría perpetuar y agravar los

problemas de salud mental, bienestar y rendimiento académico de los estudiantes universitarios, resaltando la necesidad urgente de políticas y programas más eficaces y de mayor alcance (13).

A nivel local, el estudio de Inga y Zuasnabar (15) en una indagación realizada en estudiantes en el distrito de Sicaya de la provincia de Huancayo, hallaron que la procrastinación y el estrés académicos están directamente relacionados, indicando una relación moderada positiva. Por otro lado, en la Universidad Franklin Roosevelt-Huancayo, se ha constatado que los estudiantes del quinto semestre de la carrera de Enfermería muestran una inclinación a postergar las tareas académicas, especialmente aquellas vinculadas a prácticas clínicas y proyectos de investigación. Este fenómeno se intensifica durante periodos críticos, caracterizados por un incremento significativo en la carga académica y las expectativas, lo cual se refleja en sus registros académicos. Esta situación potencialmente conduce a niveles elevados de procrastinación y estrés académico, los cuales, a su vez, podrían repercutir negativamente tanto en el rendimiento académico como en el bienestar general de los estudiantes. Además, se prevé que esta problemática pueda incidir en la preparación profesional y la calidad de la formación de futuros profesionales de la salud.

Por tanto, esta realidad subraya la importancia de esta investigación para identificar estrategias efectivas que aborden estos problemas en la educación de enfermería. Este estudio busca no solo identificar y analizar las relaciones entre la procrastinación y el estrés académico en este grupo específico, sino también que, a partir de los hallazgos, se puedan desarrollar estrategias de intervención y prevención. Al hacerlo, se contribuirá a mejorar el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería, optimizando así su formación profesional.

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

Orco et al. en el 2023 en el estudio “Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina”, tuvieron como objetivo examinar el vínculo entre estrés y la tendencia a postergar actividades 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. Respecto a los hallazgos, identificaron 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 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 (16).

Silva M y Matalinares M. en Lima, el año 2022, en su artículo “Estudio comparativo de la procrastinación académica en estudiantes universitarios en tiempos de pandemia”, tuvieron como objetivo principal identificar 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, con 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. Se concluyó 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 (17).

Gamarra N. en el año 2022, en su investigación “Estrés académico y la procrastinación en estudiantes del noveno ciclo de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima, 2021”, se planteó como objetivo investigar la relación entre el estrés académico y la propensión a la postergación en estudiantes de la referida universidad. Respecto a la metodología, se adoptó un enfoque cuantitativo, empleando un método deductivo hipotético, asimismo la naturaleza de esta investigación fue descriptiva teórica, y se empleó un diseño de investigación correlativo. La muestra estuvo compuesta por 62 alumnos del noveno ciclo del programa de enfermería. Referente a los principales resultados, se determinó 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. En tan sentido el estudio concluyó que a mayor estrés académico mayor incidencia de procrastinación académica y viceversa (10).

Huamanlazo D. durante el 2022, en su tesis “Estrés y procrastinación académica en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima en el contexto Covid-19, 2022” tuvo como objetivo detectar si existía un nexo entre el estrés y la tendencia a la postergación de tareas académicas en estudiantes de enfermería. 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 concluyó que se presenta 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 (7).

Quispe C. en el periodo 2020, en su estudio “Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana”, 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, a quienes se les administró 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. Respecto a los hallazgos, se evidenció 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, se concluyó que existe una relación entre el estrés y procrastinación académica en los universitarios investigados (18).

Durante el transcurso del estudio fue necesario realizar una búsqueda de antecedentes a nivel internacional. Entre los autores consultados, se puede mencionar a:

Ramírez E et al. durante el año 2022, en Puebla-México, realizaron una investigación denominada “Estrés académico, procrastinación y usos del Internet en universitarios durante la pandemia por covid-19”, con el objetivo de analizar la relación entre el estrés académico, el uso problemático de Internet, la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. El estudio fue de enfoque cuantitativo-transversal, no experimental, sumado a ello, la muestra estuvo conformada por 448 estudiantes universitarios. Como instrumento de recolección de datos se empleó el Inventario SISCO para medir el estrés académico. Los resultados indicaron que las reacciones psicológicas del estrés académico tienen mayor incidencia en esta población (0,85); asimismo, la incidencia de procrastinación académica es baja (0,86) en comparación con la autorregulación de actividades; por otro lado, en la submuestra de mujeres se encontró correlación significativa entre los problemas por el uso de las redes sociales y la procrastinación académica (0.357, $p < 0.01$). Se concluyó que, el cambio de modalidad de presencial a un entorno remoto ha ocasionado efectos negativos en la población universitario, como la incidencia del estrés académico, procrastinación y uso inadecuado de las tecnologías de información (19).

Córdova J et al. en Ibarra-Ecuador, durante el periodo 2022, en su estudio “Procrastinación académica de adolescentes en tiempos de pandemia”, buscó identificar y analizar los elementos que influyen en la procrastinación académica de los alumnos del Bachillerato en Ecuador. Referente a la metodología, esta fue cuantitativa, con un planteamiento transversal y un diseño no experimental, descriptivo-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. Se concluyó que, la procrastinación académica en los estudiantes investigados está estrechamente asociado al uso excesivo de redes sociales y tecnologías emergentes (20).

Camarillo J et al. en Iztacala-México, durante el año 2021, en su estudio “Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea. PsicoEducativa: Reflexiones Y Propuestas”, tuvieron el objetivo de examinar la conexión entre la tensión académica y la postergación de actividades en los estudiantes de la FESI. Este estudio se caracterizó por ser correlacional, descriptivo-transversal, la muestra estuvo conformada por 102 estudiantes. Como instrumentos de recopilación de datos se emplearon la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de SISCO. Los hallazgos del estudio demostraron que el 74,5% de los estudiantes presentaban procrastinación académica en un nivel medio y el 56,8% de los estudiantes varones presentaban estrés en un nivel moderado y el 52,30% de estudiantes mujeres presentaban estrés en un nivel severo; asimismo, el índice de correlación entre el estrés académico y la procrastinación académica indica una correlación significativa con un p valor de 0,05. El estudio concluyó que a mayor procrastinación académica mayor estrés laboral (21).

Luna M. en el año 2021, en su tesis “Relación entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná “, tuvieron el objetivo de 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. El estudio concluyó que a medida que aumenta el Estrés Académico, hay una tendencia correspondiente a que aumente la Procrastinación Académica, y viceversa (22).

Muliani R et al. en Indonesia, durante el año 2020, en su investigación “Relación entre el nivel de estrés y la procrastinación académica entre nuevos estudiantes de enfermería”, 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 Lancersos, con un valor de $p=0,000$ y $r_s=0,442$. En conclusión, existe una relación entre el nivel de estrés y la procrastinación académica en los investigados de la mencionada institución (12).

Por otro lado, las teorías resultan fundamentales para la conceptualización de las variables de estudio, siendo así, las teorías que dan soporte al presente estudio son, la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan y la teoría de la Autodiscrepancia de Higgins para explicar la variable de Procrastinación Académica; en cuanto a la variable Estrés Académico se consideran la teoría del Estrés de Richard Lazarus y la teoría de la Autoeficacia de Albert Bandura.

En primer lugar, la teoría de la autodeterminación, desarrollada por Deci y Ryan en 1985, es una teoría ampliamente utilizada para entender la procrastinación académica. Según esta teoría, la procrastinación académica puede ser vista como una manifestación de la falta de autodeterminación en la realización de tareas académicas. Esta teoría postula que las personas tienen una necesidad innata de sentir que tienen el control sobre sus acciones y decisiones. Cuando los individuos sienten que están siendo forzados a realizar una tarea académica o que están siendo presionados por factores externos, como la evaluación de un maestro o las expectativas de los padres, es más probable que experimenten resistencia y pospongan la tarea. Esta falta de autodeterminación disminuye su motivación intrínseca para completar la tarea, lo que lleva a la procrastinación (23).

Seguidamente, la teoría de la autodiscrepancia, propuesta por Higgins en 1987, ofrece otra perspectiva valiosa para entender la procrastinación académica. Esta teoría se centra en la idea de que las personas tienen múltiples representaciones de sí mismas, incluyendo el "yo real", el "yo ideal" y el "yo ought" (el yo que debería ser según las expectativas de los demás). Cuando un individuo percibe una discrepancia entre su "yo real" y su "yo ideal" en relación con el rendimiento académico, es decir, cuando siente que no está cumpliendo con sus propias expectativas o estándares personales, puede experimentar emociones negativas como la ansiedad o la frustración. Para evitar estas emociones desagradables, es posible que el individuo recurra a la procrastinación como una estrategia de evitación. Por otro lado, cuando un individuo percibe una discrepancia entre su "yo real" y su "yo ought", es decir, cuando siente que no está cumpliendo con las expectativas de los demás, como padres o maestros, también puede recurrir a la procrastinación para evitar enfrentar la posible desaprobación o crítica (24).

Por otro lado, relación a la variable estrés académico, se describe la teoría de Lazarus, la cual se centra en la evaluación cognitiva que las personas hacen de una situación estresante. Lazarus sostiene que el estrés no es una respuesta automática a un evento externo, sino que es el resultado de la percepción que tiene un individuo de la situación y de su capacidad para hacerle frente. En el contexto académico, esta teoría implica que el estrés se produce cuando un estudiante percibe que las demandas académicas superan sus recursos o habilidades para afrontarlas (25).

Según Lazarus, existen dos tipos de evaluación cognitiva, la evaluación primaria y la evaluación secundaria. En la evaluación primaria, el estudiante evalúa la importancia y la significación de la situación académica estresante. Si percibe que la situación es altamente relevante para su bienestar o metas académicas, es más probable que experimente estrés. La evaluación secundaria se refiere a la evaluación de los recursos y estrategias disponibles para enfrentar la situación. Si el estudiante siente que carece de recursos o no está seguro de poder manejar la situación, aumenta la probabilidad de estrés (25).

Por otro lado, la teoría de la autoeficacia de Albert Bandura se centra en la creencia de una persona en su capacidad para llevar a cabo una tarea específica con éxito. En el contexto académico, la autoeficacia se relaciona directamente con el estrés. Si un estudiante tiene una alta autoeficacia académica, es decir, confía en su capacidad para abordar las demandas académicas, es menos probable que experimente estrés académico (26).

La autoeficacia se forma a través de la experiencia y la retroalimentación. Los estudiantes que han tenido éxito en tareas académicas anteriores tienden a desarrollar una mayor autoeficacia, lo que los ayuda a lidiar mejor con situaciones académicas estresantes. Por otro lado, aquellos que han experimentado fracasos o han recibido retroalimentación negativa pueden tener una autoeficacia más baja y, por lo tanto, son más propensos a experimentar estrés académico (26).

En base a lo mencionado, los enfoques conceptuales parten de la comprensión de la procrastinación, la cual 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 y la responsabilidad son cruciales, postergar tareas puede afectar la calidad de la formación y la atención al paciente. Con el cambio hacia la educación virtual por la pandemia, la procrastinación se entrelaza con desafíos como el estrés académico y el uso problemático de tecnologías, resaltando la urgencia de abordar este fenómeno en futuros enfermeros (27,12).

El cuidado de un enfermo, así como el monitoreo de signos vitales y la administración de medicamentos, son situaciones cruciales pero comunes en un ambiente de enfermería. El mal manejo del tiempo, la procrastinación y diversos factores que la provocan pueden tener consecuencias fatales, desde negligencias hasta el olvido de medicaciones vitales, como puede ocurrir en una Unidad de Cuidados Intensivos (UCI). La importancia de saber controlar el tiempo y manejar situaciones de alto rendimiento son evidentes; sin embargo, no se brinda la atención pertinente, a pesar de ser un elemento esencial en la capacitación de profesionales en el campo de la salud (12).

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 se detallan a continuación (28).

Como primera dimensión se considera la procrastinación crónico 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 (28).

Como segunda dimensión, la procrastinación por incompetencia emocional personal, es 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 (28).

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.

Asimismo, como tercera dimensión, la procrastinación por estímulo demandante, se 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 (27, 28).

Finalmente, como cuarta dimensión la procrastinación por aversión a la tarea, menciona que 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 (28).

Con relación a la segunda variable del estudio, 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 (29).

En base a lo mencionado, 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 (27).

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 (30).

En tal sentido, se entiende que el 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 (31).

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 (31).

En relación a lo anterior, se identifican las dimensiones o componentes que tiene una afección en el estrés académico, siendo estos detallados a continuación. La primera dimensión se entiende como los estímulos estresores, en el contexto educativo, diversos estímulos pueden desencadenar estrés. Entre los más prominentes se encuentra la rivalidad entre los estudiantes (32).

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 (33).

En así que, 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 (32).

Como segunda dimensión, se identifican los 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 (32).

Por último, como tercera dimensión, comprenden las 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. 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 el 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 (33).

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 de la presente investigación, se cimentó teóricamente en los enfoques y teorías de la autodeterminación de Deci y Ryan y la autodiscrepancia de Higgins, con el fin de analizar la procrastinación académica. Paralelamente, se incorporaron las teorías del estrés de Lazarus y la autoeficacia de Bandura para examinar el estrés académico. Estos marcos teóricos posibilitaron una comprensión más profunda de cómo la ausencia de autodeterminación y las discrepancias entre el 'yo real' y el 'yo ideal' pueden inducir a la procrastinación. Se consideró también que la percepción del estrés académico es una consecuencia de la evaluación cognitiva que los estudiantes hacen de sus demandas académicas y su capacidad para afrontarlas.

Desde la perspectiva de la conveniencia, esta investigación proporcionará fundamentos que permitan el desarrollo de intervenciones dirigidas a mitigar la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de enfermería del quinto ciclo de la universidad investigada. En consecuencia, la Escuela Académico Profesional de Enfermería, a través de su área psicopedagógica, podrá diseñar estrategias de apoyo y orientación académica con el objetivo de optimizar el bienestar estudiantil y el rendimiento académico.

En cuanto a su justificación práctica, el estudio tiene como meta identificar estrategias concretas para mitigar la procrastinación y el estrés académico entre los estudiantes de enfermería. Una comprensión detallada de estas problemáticas facilitará la implementación de programas de apoyo y talleres orientados a la gestión del tiempo y el estrés.

Metodológicamente, este estudio establecerá un precedente para futuras investigaciones que aspiren a explorar la relación entre procrastinación y estrés académico en variados entornos educativos y con distintas poblaciones estudiantiles.

Socialmente, los hallazgos de esta investigación podrán revelar un problema extendido en diversas instituciones universitarias, resaltando la importancia de abordar estas cuestiones para el mejoramiento del bienestar estudiantil. Al descubrir la interconexión entre la procrastinación y el estrés académico, se facilitará la creación de políticas y programas que busquen elevar el bienestar y el rendimiento estudiantil en un marco más amplio.

En cuanto a los objetivos de la investigación, el objetivo general fue: 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 los siguientes: 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.

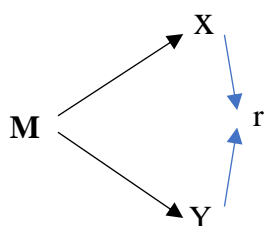
Además, como hipótesis se planteó de la siguiente manera: H_i : existe relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023; y como o nula H_0 : no existe relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.

II. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño de investigación

El presente estudio fue de tipo básico, puesto que se tuvo como propósito el descubrimiento de información que puede fortalecer la fundamentación teórica en la cual se sustenta la investigación y, de esta manera, contribuye con el entendimiento y análisis del fenómeno en cuestión.

Así también, este estudio fue mediante un diseño no experimental de tipo transversal-correlacional, puesto que no se llevó a cabo alguna alteración de las variables (34).



Donde:

M: Muestra de estudiantes del V ciclo de enfermería.

X: Procrastinación

Y: Estrés Académico

r: Relación entre las variables de interés

2.2. Operacionalización de las variables (Ver anexo 2)

2.3. Población, muestra y muestreo

La población que fue objeto de estudio estuvo compuesta por los 62 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, y el muestreo fue no probabilístico por conveniencia, se optó por que la muestra sea igual que la población, por lo tanto, en este estudio, la muestra consistió en 62 estudiantes del V semestre del ciclo regular de la carrera de enfermería de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt en el año 2023.

Criterios de inclusión

- Estudiantes que estén cursando activamente el V semestre de la carrera de enfermería en la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt en el año 2023.
- Estudiantes del ciclo regular que hayan completado todas las asignaturas requeridas hasta el IV semestre de la carrera de enfermería.
- Estudiantes que estén dispuestos y sean capaces de dar su consentimiento informado para participar en el estudio.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que están participando en programas de intercambio o que son estudiantes visitantes durante el período del estudio.
- Estudiantes con tratamientos psiquiátricos o psicológicos activos.

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

Para la recolección de datos de ambas variables de estudio, se hizo uso de la técnica de la encuesta y como instrumento el cuestionario, lo cuales permitieron llevar a cabo la recopilación de datos de forma óptima para lograr los objetivos de la investigación.

Para evaluar la variable Procrastinación Académica, se empleó la Escala de Procrastinación Académica (EPA), desarrollada por Rodríguez en el 2017, el instrumento estuvo diseñado 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 llenado suele requerir alrededor de 7 minutos (28).

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.

Tabla 1. Baremos de Escala de procrastinación (EPA)

| Procrastinación Global | |
|------------------------|-------|
| Alto | 0-22 |
| Moderado | 23-42 |
| Bajo | 43-64 |

Fuente. Tomado de la investigación de Geraldine Rodríguez Navarro, 2017 (28).

Validez

Rodríguez en el 2017, analizó la validez del instrumento mediante el método de análisis subtest-test, que incluye coeficientes de correlación de Pearson; para las 4 dimensiones los coeficientes de validez fueron: 0,935; 0,738, 0,648; 0,832, los cuatro resultados con un p valor de 0,00, por lo tanto, estos coeficientes muestran una alta significación estadística y respaldan la robustez de la validez de constructo del cuestionario. En resumen, los resultados obtenidos durante el proceso de validación indican que la EPA es una herramienta 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 (29).

Confiabilidad

Además, Rodríguez en el 2017, evaluó la confiabilidad del cuestionario 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 (28).

Por otro lado, para medir la segunda variable, se empleó el Inventario de Estrés Académico (EPA), desarrollado por Barraza y adaptado en Perú por Cabellos en el 2020, 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 (35).

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.

Tabla 2. Baremos del Inventario de Estrés Académico (SISCO)

| Inventario de Estrés Académico (SISCO) | |
|--|-------|
| Bajo nivel | 1-20 |
| Promedio bajo | 25-45 |
| Promedio alto | 50-70 |
| Alto nivel | 75-99 |

Fuente. Tomado de la investigación de Cabellos, 2020 (35).

Validez

Cabellos en el 2020, evaluó la validez del Inventario de Estrés Académico (SISCO) a través de un proceso que involucró la opinión de 6 expertos en el campo. Cada dimensión del inventario obtuvo puntuaciones significativas en términos de validez, la dimensión “Estímulos estresores” alcanzó una puntuación de validez del contenido de 0,818; la dimensión “Estrategias de afrontamiento” obtuvo una puntuación de 0,358; finalmente, la dimensión “Síntomas del estrés” recibió la puntuación más alta de 0,921. En conjunto, estos resultados respaldan la validez del contenido del instrumento y sugieren que es apropiado y adecuado para evaluar el estrés académico de manera precisa (35).

Confiabilidad

Cabello en el 2020, evaluó la confiabilidad del Inventario de Estrés Académico (SISCO) mediante el coeficiente de consistencia interna utilizando el estadístico omega. 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 0,842; en cuanto a la dimensión “Estrategias de afrontamiento”, se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0,701; por último, la dimensión “Síntomas del estrés” mostró la confiabilidad más alta, con un valor de 0,904. Estos resultados refuerzan la confiabilidad del Inventario de Estrés Académico (SISCO) como una herramienta confiable para medir diferentes dimensiones relacionadas con el estrés académico (35).

2.5. Procedimiento

- Primero: la investigación fue presentada y aprobada por la Oficina de Grados y Títulos de la Universidad Privada Franklin Roosevelt. Esta aprobación fue esencial para legitimar el estudio y proceder con la recolección de datos.
- Segundo: Se asignó un asesor académico a la investigación, quien trabajó en conjunto con los tesisistas para asegurar la correcta formulación y ejecución del proyecto.
- Tercero: Se obtuvo el permiso necesario de las autoridades competentes de la universidad para realizar el estudio con los estudiantes de enfermería del V semestre.
- Cuarto: Se contactó a los estudiantes de enfermería del V semestre para explicarles los objetivos y alcance del estudio. Se aclararon todas las dudas y preguntas, y se obtuvo su consentimiento informado por escrito, garantizando así su voluntaria participación en la investigación.
- Quinto: A los estudiantes que accedieron a participar, se les entregaron los instrumentos de medición, que incluyen cuestionarios validados para evaluar los niveles de procrastinación y estrés académico.
- Sexto: Durante el llenado de los cuestionarios, las investigadoras estuvieron presentes para responder cualquier consulta y asegurar que el proceso se desarrollara sin inconvenientes.
- Séptimo: Una vez completados, los cuestionarios fueron recolectados, revisados para verificar su correcto llenado, y numerados para su posterior análisis.
- Octavo: Se expresó gratitud a los estudiantes por su tiempo y disposición para participar en el estudio, lo cual es fundamental para fomentar una buena relación y respeto hacia los participantes.

2.6. Método de análisis de datos

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

Asimismo, se aplicó 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 elección se justificó debido a que las variables mencionadas no presentaron una distribución normal al evaluar los puntajes finales

de cada una de las escalas utilizadas. El coeficiente de correlación, cuyo rango va de -1 a +1, permitió determinar tanto la fuerza como la dirección de dicha relación. Un coeficiente próximo a -1 indicaría una correlación negativa significativa, mientras que un valor cercano a +1 implicaría una correlación positiva. Además, se realizaron los cálculos con un nivel de significancia alfa establecido en 0,05 y es el nivel de confianza del 95% para examinar la hipótesis.

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 mantuvo una comunicación oportuna con todos los participantes, proporcionándoles información clarificada acerca de los propósitos de la investigación. Además, se solicitó 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 los hallazgos obtenidos serán comunicados a la Dirección de la Escuela Académica Profesional de Enfermería. Esto permitirá la implementación de medidas e intervenciones para mejorar las estrategias de manejo del estrés y la procrastinación, lo que a su vez potenciará su rendimiento académico y bienestar emocional.

Principio de no maleficencia: En ningún momento se puso en riesgo ni se causó daño a los estudiantes. Se garantizó que los resultados obtenidos fueron usados anónimamente, con fines exclusivamente relacionados al estudio.

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

Además, se mantuvo la confidencialidad para salvaguardar la información personal recolectada durante el estudio y garantizar la preservación del secreto profesional en relación con los datos obtenidos.

III. RESULTADOS

Tabla 3.

Nivel de procrastinación y estrés académico en estudiantes de enfermería del v semestre de una universidad privada, 2023

| | | | Nivel de Estrés Académico | | | | Total |
|--------------------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|------------|-------|
| | | | Bajo nivel | Promedio bajo | Promedio alto | Alto nivel | |
| Nivel de Procrastinación | Alto | Recuento | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| | | % del total | 1,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 1,6 |
| | Moderado | Recuento | 20 | 20 | 2 | 1 | 43 |
| | | % del total | 32,3 | 32,3 | 3,2 | 1,6 | 69,4 |
| | Bajo | Recuento | 4 | 7 | 6 | 1 | 18 |
| | | % del total | 6,5 | 11,3 | 9,7 | 1,6 | 29,0 |
| Total | Recuento | 25 | 27 | 8 | 2 | 62 | |
| | % del total | 40,3 | 43,5 | 12,9 | 3,2 | 100,0 | |

Fuente: Recolección de datos de los cuestionarios aplicados a los alumnos del V semestre de enfermería

La Tabla 3 revela que la mayoría de los estudiantes (69.4%) de enfermería del V semestre en una universidad privada en 2023, muestra un nivel moderado de procrastinación, asociado principalmente con niveles promedio de estrés. Aquellos con bajo nivel de procrastinación (29.0%) tienen una distribución más equilibrada de estrés. Una conclusión importante es que la procrastinación moderada está vinculada con un mayor estrés, aunque no necesariamente con niveles altos. Esto sugiere la influencia de otros factores en el estrés académico. Es necesario abordar la procrastinación en todos los niveles para mitigar su contribución al estrés entre estudiantes investigados.

Tabla 4

Grado de procrastinación en estudiantes de enfermería del v semestre de una universidad privada, 2023

| Nivel de procrastinación | | fi | % |
|--------------------------|----------|----|-------|
| Válido | Alto | 1 | 1,6 |
| | Moderado | 43 | 69,4 |
| | Bajo | 18 | 29,0 |
| | Total | 62 | 100,0 |

Fuente: Recolección de datos de los cuestionarios aplicados a los alumnos del V semestre de enfermería

En la tabla 4 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 enfermería.

Tabla 5

Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería del v semestre de una universidad privada, 2023

| Nivel de estrés académico | | fi | % |
|---------------------------|---------------|----|-------|
| Válido | Bajo nivel | 25 | 40,3 |
| | Promedio bajo | 27 | 43,5 |
| | Promedio alto | 8 | 12,9 |
| | Alto nivel | 2 | 3,2 |
| Total | | 62 | 100,0 |

Fuente: Recolección de datos de los cuestionarios aplicados a los alumnos del V semestre de enfermería

En la tabla 5, 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 6

Relación de la procrastinación con el estrés académico en estudiantes de enfermería del v semestre de una universidad privada, 2023

| | | Procrastinación | Estrés Académico |
|-----------------|------------------|-----------------------------|------------------|
| Rho de Spearman | | Coefficiente de correlación | 1,000 |
| | Procrastinación | Sig. (bilateral) | 0,445** |
| | | N | 62 |
| Rho de Spearman | | Coefficiente de correlación | 0,445** |
| | Estrés Académico | Sig. (bilateral) | 1,000 |
| | | N | 62 |

Fuente: análisis inferencial de los cuestionarios aplicados a los alumnos del V semestre de enfermería

En la tabla 6 se observa el nivel de correlación entre la variable procrastinación y estrés académico, donde el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es de 0,445 siendo una correlación moderada con significancia estadística ($p < 0.05$). Esta relación, 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. Este hallazgo implica que los estudiantes con una tendencia más marcada a postergar tienen una mayor probabilidad de experimentar niveles más elevados de estrés académico. Aunque la correlación es moderada, esta sigue siendo significativa y 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.

IV. DISCUSIÓN

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.

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 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 primer objetivo específico, se pudo identificar que casi la mitad (43,5%) 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.

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.

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.

V. CONCLUSIONES

1. Se estableció que existe una relación entre el estrés académico y la procrastinación en los alumnos de enfermería del V semestre de una universidad privada en el 2023. Los hallazgos revelan una correlación moderada entre las variables investigadas (Rho de Spearman = 0,445; p-valor=0,000), lo cual indica una relación moderada, positiva y significativa.
2. Se identificó una tendencia hacia niveles promedio bajo de estrés, como se reflejó en el 43,5% del total de estudiantes encuestados. Estos hallazgos sugieren que una proporción considerable de la población estudiantil está experimentando niveles regulares de estrés.
3. Se identificó que el grado de procrastinación era moderado, afectando al 69,4% de la muestra. Esto indica que una fracción considerable de la población estudiantil no gestiona adecuada y eficientemente sus responsabilidades académicas.

VI. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a la Escuela Académico Profesional de Enfermería a través del área psicopedagógica de la universidad, a implementar talleres y programas dirigidos a promover la salud mental y el bienestar estudiantil. Así como la promoción de la autoevaluación y la autorregulación como competencias esenciales para identificar y gestionar las tendencias a la procrastinación y estrés entre los estudiantes.
2. A las autoridades de la universidad, se recomienda la investigación e implementación de políticas flexibles que puedan reducir la carga y el estrés en los estudiantes, sin comprometer su rendimiento académico.
3. A los estudiantes, se sugiere fomentar la creación de grupos de estudio y redes de apoyo entre pares para compartir técnicas efectivas de estudio, así como estrategias para manejar el estrés y la procrastinación.
4. A los estudiantes e investigadores, a realizar estudios adicionales para explorar los factores subyacentes que contribuyen a la procrastinación y el estrés académico, especialmente en programas académicos altamente demandantes.

REFERENCIAS

1. Ma Xiaole, Li Zeheng, Lu Furong. The influence of stressful life events on procrastination among college students: multiple mediating roles of stress beliefs and core self-evaluations. *Front. Psychol* [Internet]. 2023 [citado el 29 de septiembre de 2023]; (14) 1104057:1-8. Disponible en: doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1104057>
2. Cruz Álvarez Quintana Ortiz. Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios del último año en Lima Este en el 2021. [Internet] [Tesis de licenciatura]. [Lima]: Universidad Privada del Norte; 2023 [citado el 27 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/17/33768/Cruz%20Alvarez%2c%20Ana%20Isabel%20-%20Quintana%20Ortiz%2c%20Karina.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
3. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Informe CEPAL, OREALC y UNESCO: “La educación en 52 Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios de último año en Lima Metropolitana en el 2021 tiempos de la pandemia de COVID-19. [Internet]. 2020 [citado el 28 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.iesalc.unesco.org/2020/08/25/informe-cepal-y-unesco-la-educacion-en-tiempos-de-la-pandemia-de-covid-19/>
4. Mamo Abebe, Girma Kebede, Fikir Mengistu. Prevalence of stress and associated factors among regular students at Debre Birhan Governmental and Nongovernmental Health Science Colleges North Showa Zone, Amhara Region, Ethiopia 2016. *Psychiatry Journal* [Internet]. 2018 [citado el 29 de septiembre de 2023]; 2018 (ID 7534937):1-7. Disponible en: <https://doi.org/10.1155/2018/7534937>
5. Magnín Luna. Relación entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná [Internet] [Tesis de licenciatura]. [Paraná]: Pontificia Universidad Católica Argentina; 2021 [citado el 30 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/13817>
6. Rosario Rodríguez, González Rivera, Cruz Santos, Rodríguez Ríos. Demandas tecnológicas, académicas y psicológicas en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Caribeña de Psicología* [Internet]. 2020 [citado el

- 30 de septiembre de 2023]; 4(2):76-185. Disponible en: <https://revistacaribenadepsicologia.com/index.php/rcp/article/view/4915>
7. Huamanlazo Contreras. Estrés y procrastinación académica en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima en el contexto Covid-19, 2022 [Internet] [Tesis de licenciatura]. [Lima]: Universidad Norbert Wiener; 2022 [citado el 02 de octubre de 2023] Disponible en: https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7821/T061_42557941_T.pdf?sequence=1
 8. Ministerio de Salud. El 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia de la COVID-19. [Internet]. 2021 [citado el 29 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/499838-el-52-2-de-limenos-sufre-de-estres-debido-a-la-pandemia-de-la-covid-19>
 9. El Peruano. Ansiedad, violencia y estrés en universidades. [Internet]. 2019 [citado el 29 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/85499-ansiedad-violencia-y-estres-en-universidades>
 10. Gamarra Astahuaman. Estrés académico y la procrastinación en estudiantes del noveno ciclo de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima, 2021 [Internet] [Tesis de licenciatura]. [Lima]: Universidad Norbert Wiener; 2022 [citado el 02 de octubre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7816/T061_47943435_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 11. Danitz S, Orsillo S. The mindful way through the semester: An investigation of the effectiveness of an acceptance based behavioral therapy program on psychological wellness in first-year students. Behaviour Modification [Internet]. 2014 [citado el 03 octubre de 2023]; 38(4):549-566. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24452372/>
 12. Rizki Muliani, Haerul Imam, Egi Dendiawan. Relación entre el nivel de estrés y la procrastinación académica entre nuevos estudiantes de enfermería. La Revista de Enfermería de Malasia. [Internet]. 2020 [citado el 30 de septiembre de 2023]; 11(3): 63-67. Disponible en: <https://doi.org/10.31674/mjn.2020.v11i03.010>
 13. Naranjo Pereira, M. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. Revista educación [Internet]. 2009 [citado el 06 de octubre de 2023]; 33 (171). Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>

14. Ministerio de salud. Plan de Salud Mental Perú, 2020-2021 [Internet]. 2021. [citado el 05 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5092.pdf>
15. Inga Castro, Zuasnabar Paucar. Procrastinación y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Sicaya-2021 [Internet] [Tesis de licenciatura]. [Huancayo]: Universidad Peruana los Andes; 2023 [citado el 27 de agosto de 2023]. Disponible en: https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/6967/T037_62008204-72129857_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Orco León, Huamán Saldívar, Ramírez Rodríguez, Torres Torreblanca, Figueroa Salvador, Mejía Christian. Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas [Internet]. 2022 [citado el 25 de septiembre de 2023]; 41(1):1-15. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/ibi/v41/1561-3011-ibi-41-e704.pdf>
17. Silva Berrospi, Matalinares Calvet. Estudio comparativo de la procrastinación académica en estudiantes universitarios en tiempos de pandemia. Revista EDUCA UMCH [Internet]. 2022 [citado el 29 de septiembre de 2023]; 20:175–189. Disponible en: <https://doi.org/10.35756/educaumch.202220.244>
18. Quispe Martijena. Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana [Internet] [Tesis de licenciatura]. [Lima]: Pontificia Universidad Católica del Perú; 2020 [citado el 05 de octubre de 2023]. Disponible en: https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17440/QUISPE_MARTIJENA_CAMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Ramírez Gil, Reyes Castillo, Rojas Solís, Fragozo Luzuriaga. Estrés académico, procrastinación y usos del Internet en universitarios durante la pandemia por COVID-19. Revista de Ciencia de la Salud [Internet]. 2022 [citado el 29 de septiembre de 2023]; 20(3): 1-26. Disponible en: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/revsalud/article/view/11664/11082>
20. Córdova Cruz, Hidrobo Sevilla, Hidrobo Guzmán, Estrella Coello, Rueda, Rosero Tejada, Rueda Chuquirima, Mina Minda, Castro Cuchala, Díaz Collaguazo. Procrastinación académica de adolescentes en tiempos de pandemia. Ciencia Latina

- Revista Científica Multidisciplinar [Internet]. 2022 [citado el 07 de octubre de 2023]; 6(3): 3658-3677. Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2490
21. Camarillo Morales, Morales Escobar, Rangel Jerónimo, Urbina Granado. Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea. PsicoEducativa: Reflexiones Y Propuestas. [Internet]. 2021 [Consultado el 29 de septiembre de 2023]; 7(14):28–41. Disponible en: <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/136>
 22. Luna Magnín. Relación entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná [Internet] [Tesis de licenciatura]. [Panamá]: Pontificia Universidad Católica Argentina; 2021. [citado el 08 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/13817>
 23. Moreno Juan, MA. Importancia de la teoría de la autodeterminación en la práctica físico-deportiva: fundamentos e implicaciones prácticas. Cuadernos de Psicología del Deporte [Internet]. 2006 [citado el 08 de octubre de 2023]; 6(2): 39-54. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2270/227017635004.pdf>
 24. Sánchez Bernardos, Ángeles Quiroga, Bragado Álvarez, Martín Rey. Autodiscrepancias y relaciones interpersonales en la adolescencia. Psicothema [Internet]. 2004 [citado el 25 de setiembre de 2023]; 16(4): 582-586. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/28091957_Autodiscrepancias_y_relaciones_interpersonales_en_la_adolescencia
 25. Cuevas Torres, García Ramos. Análisis crítico de tres perspectivas psicológicas de estrés en el trabajo. Trabajo y Sociedad [Internet]. 2012 [Consultado el 10 de octubre del 2023]; 19: 87-102. Disponible en: <http://www.scielo.org.ar/pdf/tys/n19/n19a05.pdf>
 26. Merino Tejedor. La expectativa de autoeficacia: su influencia y relevancia en el desarrollo personal. International Journal of Developmental and Educational Psychology. [Internet]. 2010 [citado el 10 de octubre de 2023]; 3(1): 371-377. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832326039.pdf>
 27. Otero Potosí, Fuertes Narváez, Casanova Imbaquingo, Arichábala Vallejos, Freire Reyes. La Procrastinación: Una Exploración Teórica. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar [Internet]. 2023 [citado el 11 de octubre de 2023]; 7(3): 76-93. Disponible en: <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6065>

28. Rodríguez Navarro. Construcción y validación de las propiedades psicométricas del cuestionario de procrastinación académica para estudiantes universitarios, 2015. Revista de Investigación Apuntes Científicos Estudiantiles de Psicología [Internet]. 2017 [citado el 12 de octubre de 2023]; 1:1-11. Disponible en: https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r_psicologia/article/view/938
29. Selye Hans. The stress of life [Internet]; McGraw-Hill; 1956 [Consultado el 25 de septiembre de 2023]. <https://archive.org/details/stressoflife00sely/mode/2up>
30. Barraza Macías. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Revista Electrónica De Psicología Iztacala. [Internet].; 2010 [citado el 22 de septiembre de 2023]. 356 p. Disponible en: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028> .
31. Polo Antonia, Hernández López, Pozo Muñoz. Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. Ansiedad y estrés [Internet]. 1996 [citado el 25 de septiembre de 2023]; 2: 2-3. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=186664>
32. Tirado Amador, Morales Vega, Vargas Quiroga, Arce Vanegas. Estrés académico autopercebido y factores relacionados en una escuela privada de odontología en Cartagena, Colombia. Universidad y Salud [Internet]. 2023 [citado el 12 de octubre de 2023]; 25(1): 1-7. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-71072023000100006&script=sci_arttext
33. Gusqui Bonilla, Galárraga Andrade. Análisis de disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes universitarios de primer y último nivel. Prometeo Conocimiento Científico [Internet]. 2023 [citado el 12 de octubre de 2023]; 3(2):1-12. <https://prometeojournal.com.ar/index.php/prometeo/article/view/49>
34. Hernández Sampieri, Fernández Collado, Baptista Lucio. Metodología de la Investigación [Internet]; México: McGraw-Hill; 2014[Consultado el 25 de septiembre de 2023]
35. Cabellos Chirito. Análisis psicométrico del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Piura, 2020 [Tesis de licenciatura]. Piura: Universidad Cesar Vallejo; 2020. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56963/Cabellos_CAE-SD.pdf?sequence=1&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>Hi: Existe relación entre estrés académico y la procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023.</p> <p>Ho: No existe relación 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"> - Estímulos estresores - Síntomas del estrés - Estrategias de afrontamiento | <p>Tipo de estudio: Básica</p> <p>Diseño: correlacional</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Población: Estudiantes de una universidad privada.</p> <p>Muestra: 62 estudiantes del V ciclo de enfermería de la Universidad Roosevelt.</p> <p>Tipo de muestra: Censal no probabilístico</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Inventario SISCO del Estrés Académico Escala de Procrastinación Académica (EPA)</p> |
| Problemas específicos | Objetivos específicos | | | | |
| <p>P1: ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023?</p> | <p>O1: 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"> - Procrastinación crónica emocional - Procrastinación por estímulo demandante - Procrastinación por incompetencia | |
| <p>P2: ¿Cuál es el grado de procrastinación en estudiantes de enfermería del V semestre de una universidad privada, 2023?</p> | <p>O2: 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.

| Variables | Tipo De Variable | Definición Conceptual | Dimensiones | Indicadores | Nivel De Medición |
|------------------------|-------------------------|---|--|---|--|
| Procrastinación | Categorica | Se trata de un enfoque que se distingue por prolongar tanto el inicio como la finalización de las tareas (2). | Procrastinación crónica emocional | <ul style="list-style-type: none"> - Dejar las tareas para el último momento. - Disfrutar de la emoción y desafío de esperar para completar una tarea | Alto: 0-22 Moderado: 23-42 Bajo: 43-64 |
| | | | Procrastinación por estímulo demandante | <ul style="list-style-type: none"> - Postergar los trabajos de los cursos desagradables - Postergar las lecturas de los cursos desagradables | |
| | | | Procrastinación por incompetencia personal | <ul style="list-style-type: none"> - Intentar terminar trabajos con tiempo. - Evitar postergar tareas. - Motivarse para mantener el ritmo de estudio | |

| | | | | | |
|------------------------|-----------|---|---|---|---|
| | | | Procrastinación por aversión a la tarea | <ul style="list-style-type: none"> - Buscar ayuda al tener dificultades. - Asistir regularmente a clases. - Prepararse por adelantado para exámenes. - Leer y revisar tareas asignadas con antelación. - Mejorar hábitos de estudio constantemente. - Invertir tiempo en estudiar, aunque sea aburrido. - Revisar tareas antes de entregarlas. | |
| Estés Académico | 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 | <ul style="list-style-type: none"> - Sobrecarga de tareas - Competencias de pares - Carácter del profesor - Evaluación de examen - No entender la Clase - Tipos de trabajo - Responder preguntas | Bajo nivel: 1-20 Promedio bajo: 25-45 Promedio alto: 50-70 Alto nivel: 75-99 |
| | | | Síntomas del estrés | <ul style="list-style-type: none"> - Reacciones físicas - Reacciones psicológicas - Reacciones Comportamentales | |
| | | | Estrategias de afrontamiento | <ul style="list-style-type: none"> - Habilidad asertiva - Elaborar un plan - Elogios a uno mismo - Religiosidad - Buscar información - Contar lo que te preocupa | |

ANEXO 03. CUESTIONARIOS

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

Datos generales:

Edad: _____ Sexo: F () M () Residencia: _____

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

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 |
|---|---|----------|----------|----------|----------|----------|
| PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL | | | | | | |
| 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. | | | | | |
| PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan | | | | | |
| 4 | Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan | | | | | |
| PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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 | | | | | |
| PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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

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 |
|-------------------|--|---|---|---|---|
| Estresores | | | | | |
| 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. | | | | |
| Síntomas | | | | | |
| 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. | | | | |
| Estrategias | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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 dimensiones 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 | 2 | 0.863 |
| Procrastinación por estímulo demandante | 2 | 0.739 |
| Procrastinación por incompetencia personal | 3 | 0.725 |
| Procrastinación por aversión a la tarea | 9 | 0.715 |
| Total | 16 | 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. PRUEBAS DE NORMALIDAD

Pruebas de normalidad

| Variables | Kolmogorov-Smirnov ^a | | |
|------------------|---------------------------------|----|--------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| Procrastinación | 0,102 | 62 | 0,178 |
| Estrés Académico | 0,068 | 62 | 0,200* |

Fuente: Recolección de datos de los cuestionarios aplicados a los alumnos del V semestre de enfermería

La tabla presenta los resultados de la prueba de normalidad para los datos del estudio. Se empleó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar si las variables siguen una distribución normal. Los resultados indican que, según el valor de significancia ($p > 0,05$), ambas variables podrían tener una distribución normal. Sin embargo, al analizar los histogramas correspondientes, se observa que la curva de distribución no es normal. Por lo tanto, se opta por utilizar la prueba de correlación de Rho de Spearman en el estudio, la cual es más adecuada para variables que no siguen una distribución normal.

ANEXO 07. RESULTADOS DESCRIPTIVOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Edad de los participantes

| | Edad | fi | % |
|--------|--------------|----|-------|
| | 18 - 20 años | 38 | 61,3 |
| | 21 - 25 años | 21 | 33,9 |
| Válido | 26 - 30 años | 2 | 3,2 |
| | 31 - 35 años | 1 | 1,6 |
| | Total | 62 | 100,0 |

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.

Sexo de los participantes

| | Sexo | fi | % |
|--------|-----------|----|-------|
| Válido | Femenino | 54 | 87,1 |
| | Masculino | 8 | 12,9 |
| | Total | 62 | 100,0 |

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.

Vida laboral de los participantes.

| | Vida laboral | fi | % |
|--------|--------------|----|-------|
| | Si labora | 27 | 43,5 |
| Válido | No labora | 35 | 56,5 |
| | Total | 62 | 100,0 |

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.

ANEXO 08. EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE LA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS

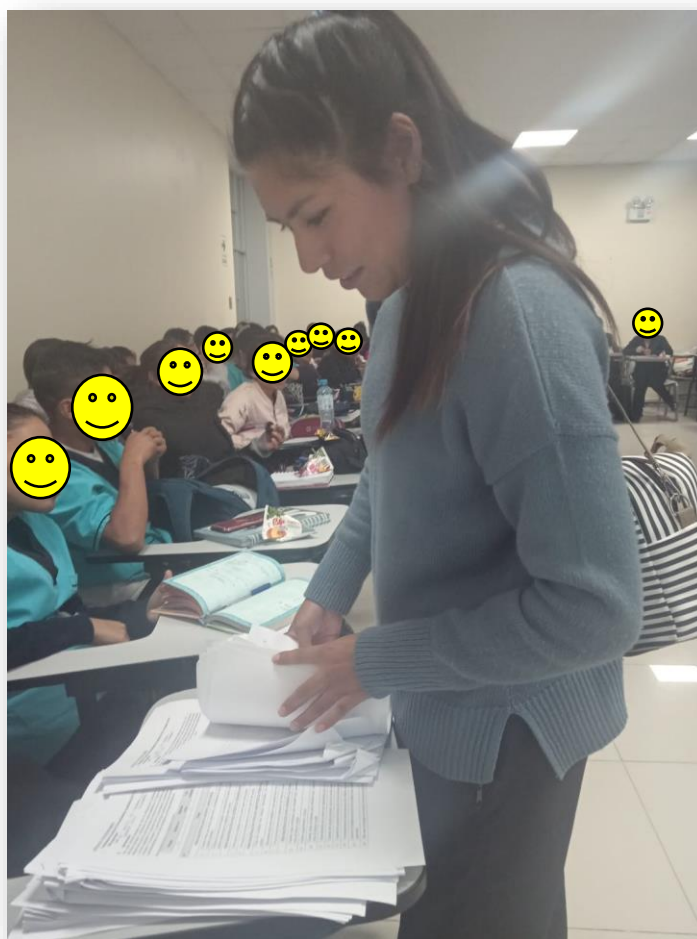
Figura 1. Indicaciones a los alumnos, sobre la aplicación de los cuestionarios



Figura 2. Entrega de los cuestionarios a los alumnos



Figura 3. Recopilación de los cuestionarios desarrollados por los participantes de la muestra de estudio.



ANEXO 09. 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 Hinostraza Bellido

Firma:

Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (Gonzales, 2014)

I Datos generales:

Edad: 19 Sexo: F (X) M () Residencia: Chupaca-Son Zuni 3ro
 ¿Labora? SI () NO (X) Ciclo académico: V

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 |

| Nº | Ítems | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL | | | | | | |
| 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 | | |
| PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE | | | | | | |
| 3 | Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan | | | X | | |
| 4 | Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan | | X | | | |
| PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL | | | | | | |
| 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 | |
| PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA | | | | | | |
| 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 3/4

¿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 |
|-------------------|--|---|---|---|---|
| Estresores | | | | | |
| 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 |
| Síntomas | | | | | |
| 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 | |
| Estrategias | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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 | |

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: 2128096 Firma: 

Investigadores:

Gabriela Marifer Huaman Navarro

Yumara Julit Hinostriza Bellido

Firma:

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

I Datos generales:

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

¿Labora? SI () NO () 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 |

| Nº | Ítems | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL | | | | | | |
| 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 | | | | |
| PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE | | | | | | |
| 3 | Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan | X | | | | |
| 4 | Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan | | | X | | |
| PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL | | | | | | |
| 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 | |
| PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA | | | | | | |
| 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: HYO

¿Labora? SI (X) 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 |
|-------------------|--|---|---|---|---|
| Estresores | | | | | |
| 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 |
| Síntomas | | | | | |
| 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 |
| Estrategias | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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: 2128008 Firma: 

Investigadores:

Gabriela Marifer Huaman Navarro

Yumara Julit Hinostroza Bellido

Firma: 

Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

III. Datos generales:

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

¿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 |

| N° | Ítems | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-------------------|--|---|---|---|---|
| Estresores | | | | | |
| 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. | | | | / |
| Síntomas | | | | | |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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. | | | / | |
| Estrategias | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL | | | | | | |
| 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. | | | ✓ | | |
| PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE | | | | | | |
| | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan | | ✓ | | | |
| 4 | Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan | | ✓ | | | |
| PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL | | | | | | |
| | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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 | | | | ✓ | |
| PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA | | | | | | |
| | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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 Hinostraza Bellido

Firma:

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

I Datos generales:

Edad: 22 Sexo: F () M () Residencia: pedernales / Av. San Martín 7/h
 ¿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 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL | | | | | | |
| 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 | | | |
| PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE | | | | | | |
| 3 | Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan | X | | | | |
| 4 | Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan | | X | | | |
| PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL | | | | | | |
| 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 |
| PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA | | | | | | |
| 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 (X) M () Residencia: Palmas - At. San Mateo de los

¿Labora? SI () NO (X) 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 |

| N° | Ítems | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-------------------|--|---|---|---|---|
| Estresores | | | | | |
| 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 | |
| Síntomas | | | | | |
| 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 | |
| Estrategias | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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:2118 663..... Firma:



Investigadores:

Gabriela Marifer Huaman Navarro

Yumara Julit Hinostrza Bellido

Firma:



Cuestionario Escala de Procrastinación Académica (EPA) (Gonzales, 2017)

I Datos generales:

Edad: 20 Sexo: F () M () Residencia: Candela Orsaja este colegio
 ¿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 |
|---|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| PROCRASTINACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL | | | | | | |
| 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"/> | | |
| PROCRASTINACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE | | | | | | |
| 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"/> | | |
| PROCRASTINACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL | | | | | | |
| 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"/> | | |
| PROCRASTINACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA | | | | | | |
| 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"/> | |

Cuestionario Inventario SISCO del Estrés Académico

III. Datos generales:

Edad: 20 Sexo: F M () Residencia: Cardena Pasaje Ciro Alegria

¿Labora? SI () NO 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 |
|-------------------|--|---|---|---|---|---|
| Estresores | | | | | | |
| 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 | | |
| Síntomas | | | | | | |
| 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 |

41

| | | | | | | |
|--------------------|--|----------|----------|----------|----------|---|
| 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 | | |
| Estrategias | | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 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 | | | |

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 (X) Residencia: SAN CARLOS - HYD

¿Labora? SI (X) NO () Ciclo académico: 5^{to}

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 |
|-------------------|--|---|---|---|---|---|
| Estresores | | | | | | |
| 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 | | | |
| Síntomas | | | | | | |
| 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 | | | |
| Estrategias | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 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 | |

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

I Datos generales:

Edad: 23 Sexo: F () M () Residencia: SAN CARLOS - HYU
 ¿Labora? SI () NO () Ciclo académico: 5^{to}

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 |
|---|---|---|-------------------------------------|-------------------------------------|---|-------------------------------------|
| PROCRASITNACIÓN CRÓNICA EMOCIONAL | | | | | | |
| 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"/> | | | |
| PROCRASITNACIÓN POR ESTÍMULO DEMANDANTE | | | | | | |
| 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"/> | | | |
| PROCRASITNACIÓN POR INCOMPETENCIA PERSONAL | | | | | | |
| 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"/> |
| PROCRASITNACIÓN POR AVERSIÓN A LA TAREA | | | | | | |
| 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 09. BASE DE DATOS

| 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 | 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 |
| 20 F | NO | | 4 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 0 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 21 M | SI | | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 0 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 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 | 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 |
| 19 F | NO | | 2 | 1 | 0 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 4 | 3 | 4 | 1 | 2 | 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 |
| 19 F | NO | | 0 | 0 | 0 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 21 M | NO | | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 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 |
| 21 F | NO | | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 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 |
| 19 F | NO | | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 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 |
| 21 F | NO | | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 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 |
| 20 M | SI | | 0 | 1 | 0 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 4 | 4 | 3 | 0 | 4 | 0 | 0 | 1 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 |
| 19 F | NO | | 0 | 1 | 0 | 0 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 |
| 19 F | SI | | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 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 |
| 20 F | NO | | 3 | 3 | 0 | 0 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 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 |
| 20 F | SI | | 1 | 1 | 0 | 0 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 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 |
| 21 F | NO | | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 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 |
| 19 F | NO | | 1 | 1 | 2 | 0 | 4 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 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 |
| 20 F | NO | | 2 | 2 | 0 | 1 | 3 | 0 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 22 M | SI | | 2 | 0 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 |

| | @29E | Procrastinación | Nivel_Procrastinación | Estrés_Académico | Nivel_Estrés_Académico | Procrastinación_CA | Procrastinación |
|----|------|-----------------|-----------------------|------------------|------------------------|--------------------|-----------------|
| 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 | Número | 1 | 0 | 3E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 23 | @4E | Número | 1 | 0 | 4E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 24 | @5E | Número | 1 | 0 | 5E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 25 | @6E | Número | 1 | 0 | 6E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 26 | @7E | Número | 1 | 0 | 7E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 27 | @8E | Número | 1 | 0 | 8E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 28 | @9E | Número | 1 | 0 | 9E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 29 | @10E | Número | 1 | 0 | 10E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 30 | @11E | Número | 1 | 0 | 11E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 31 | @12E | Número | 1 | 0 | 12E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 32 | @13E | Número | 1 | 0 | 13E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 33 | @14E | Número | 1 | 0 | 14E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 34 | @15E | Número | 1 | 0 | 15E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 35 | @16E | Número | 1 | 0 | 16E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 36 | @17E | Número | 1 | 0 | 17E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 37 | @18E | Número | 1 | 0 | 18E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 38 | @19E | Número | 1 | 0 | 19E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 39 | @20E | Número | 1 | 0 | 20E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 40 | @21E | Número | 1 | 0 | 21E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 41 | @22E | Número | 1 | 0 | 22E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 42 | @23E | Número | 2 | 0 | 23E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 43 | @24E | Número | 1 | 0 | 24E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 44 | @25E | Número | 1 | 0 | 25E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 45 | @26E | Número | 1 | 0 | 26E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 46 | @27E | Número | 1 | 0 | 27E | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |

Hoja de datos | **Vieta de variables**