



UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP

FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

ESTRÉS Y RENDIMIENTO ESCOLAR EN ESTUDIANTES

DEL 5TO GRADO DEL NIVEL DE EDUCACIÓN

SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

PÚBLICA DE MACUSANI, PUNO 2020

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTORES:

Bach. APAZA QUISPE, PATRICIA BRAULIA,

Bach. VILLANUEVA CONDORI, EDITH

LIMA-PERÚ

2020

ASESOR DE TESIS

Dra. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTÁROLA

JURADO EXAMINADOR

Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE
Presidente

Dra. ROSA ESTHR CHIRINOS SUSANO
Secretario

Dra. WILLIAM MIGUEL MOGROVEJO COLLANTES
Vocal

DEDICATORIA

A Dios por ser el arquitecto de mi vida, darme las fuerzas y sabiduría de seguir adelante, por estar siempre conmigo en todo momento.

A mi único hijo por el amor, paciencia. Me brindo un apoyo muy significativo invaluable para yo seguir con mis propósitos.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por todo lo que tengo y lo que soy, por su infinito amor y misericordia.

A nuestros hijos porque fueron el impulso para seguir adelante. A mis padres y hermanos por su apoyo incondicional.

A los estudiantes de la Institución Educativa José Macedo Mendosa de Macusani por brindarnos el apoyo en esta investigación.

A mi asesora Dra. Capacyachi Otárola Nancy Mercedes

por ser guía de nuestra investigación, mucha paciencia que tuvo.

RESUMEN

El propósito de la presente investigación tiene como finalidad. “Determinar la relación entre el estrés y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel secundaria de la Institución Educativa Publica Macusani, Puno 2020”. En lo metodológico, la investigación corresponde al enfoque cuantitativo del tipo de investigación básica y del nivel descriptivo correlacional no experimental. La población está comprendida por 87 estudiantes del 5to. Grado del nivel de educación secundaria, siendo la muestra estimada intencional de 71 estudiantes comprendidas entre 16 a 17 años de edad. El instrumento que se utilizó es el cuestionario de inventario SISCO del estrés académico y la técnica aplicada es la encuesta con 24 ítems, y para la evaluación del rendimiento escolar se utilizó el registro auxiliar de notas del área de desarrollo personal, ciudadanía y cívica. Resultados. Según el Rho de Spearman una $r = -0.007$, el valor sig. bilateral de 0,953 es mayor al 0,05. que indica una relación inversa por el signo negativo; sin embargo, existe una correlación prácticamente nula, lo cual significa que no existe una correlación significativa al nivel de significancia del 0,05. Conclusión, existe prácticamente una correlación nula al 5% del nivel de significancia.

Palabra clave: Estrés, rendimiento escolar.

ABSTRACT

The purpose of this research is to. "Determine the relationship between stress and school performance in 5th grade students of secondary level of the Public Educational Institution Macusani, Puno 2020". Methodologically, the research corresponds to the quantitative approach of the type of basic research and the non-experimental correlational descriptive level. The population is comprised of 87 students from the 5th. Grade of secondary education level, with the estimated intentional sample of 71 students between 16 to 18 years of age. The instrument used is the SISCO inventory questionnaire on academic stress and the applied technique is the survey with 24 items, and for the evaluation of school performance the auxiliary record of grades from the area of personal development, citizenship and civics was used. Results. According to Spearman's Rho an $r = -0.007$, the value sig. 0.953 bilateral is greater than 0.05. indicating an inverse relationship by the negative sign; however, there is practically no correlation, which means that there is no significant correlation at the 0.05 level of significance. Conclusion, that there is practically a null correlation at 5% of the significance level.

Keyword: Stress, school performance.

ÍNDICE DE CONTENIDO

CARÁTULA	i
ASESOR DE TESIS	ii
JURADO EXAMINADOR	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE DE CONTENIDO	viii
ÍNDICE DE TABLAS	xi
ÍNDICE DE FIGURA	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	16
1.1. Planteamiento del problema	16
1.2. Formulación del problema	18
1.2.1. Problema general	18
1.2.2. Problemas específicos	19
1.3. Justificación del estudio	19
1.3.1. Justificación Teórica	19
1.3.2. Justificación Metodológica	20
1.3.3. Justificación Practica	20
1.4. Objetivos de la investigación	21
1.4.1. Objetivo general	21
1.4.2. Objetivos específicos	21
II. MARCO TEÓRICO	22
2.1. Antecedentes de la investigación	22
2.1.1. Antecedentes nacionales	22
2.1.2. Antecedentes internacionales	26
2.2. Bases teóricas de las variables	30
2.2.1. Etimología del estrés	30
2.2.2. Rendimiento académico	39
2.3. Definición de términos básicos	44

III. MÉTODOS Y MATERIALES	47
3.1. Hipótesis de la investigación.	47
3.1.1. Hipótesis general.	47
3.1.2. Hipótesis específicos.	47
3.2. Variables de Estudio:.....	47
3.2.1. Definición conceptual.....	48
3.2.2. Definición operacional	48
3.3. Tipo y nivel de la investigación:	50
3.3.1. Tipo de investigación	50
3.3.2. Nivel de investigación	50
3.4. Diseño de la investigación.....	51
3.5. Población y muestra de Estudio	51
3.5.1. Población	51
3.5.2. Muestra.....	52
3.5.3. Muestreo.....	53
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	53
3.6.1. Técnicas de recolección de datos:.....	53
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos:	53
3.7. Métodos de análisis de datos.	57
3.8. Aspectos Éticos	58
IV. RESULTADOS	59
4.1. Análisis de la investigación.....	59
4.1.1. Resultados de los objetivos específicos	60
4.2. Contrastación de la prueba de hipótesis.....	63
4.2.1. Validación de la hipótesis general.	63
4.2.2. Validación de las hipótesis específicas.....	64
V. DISCUSIÓN.....	65
VI. CONCLUSIONES	67
VII. RECOMENDACIONES.....	70
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	71
ANEXOS	76
Anexo 1: Matriz de consistencia	77
Anexo 2: Matriz de operacionaliación de las variables	79
Anexo 3: Instrumento.....	81

Anexo 4: Validación de instrumentos	83
Anexo 5: Matriz de datos	89

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Operacional de la variable estrés	49
Tabla 2.	Escala de calificación cuantitativa	50
Tabla 3.	Estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública José Macedo Mendoza, Macusani Puno, 2020.	52
Tabla 4.	Resumen de procesamiento de casos	56
Tabla 5.	Confiabilidad o fiabilidad del instrumento	56
Tabla 6.	Calificación cuantitativa según categorías.....	57
Tabla 8.	Correlación entre el estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Pública de Macusani, Puno, 2020	59
Tabla 9.	Correlaciones entre las dimensiones estresores y rendimiento escolar	60
Tabla 10.	Correlaciones entre las dimensiones reacciones físicas y rendimiento escolar	60
Tabla 11.	Correlaciones entre las dimensiones psicológicas y rendimiento escolar	61
Tabla 12.	Correlaciones entre las dimensiones reacciones comportamentales y rendimiento escolar	62
Tabla 13.	Rendimiento escolar de los estudiantes	62

ÍNDICE DE FIGURA

Figura 1. Rendimiento escolar de los estudiantes.....	63
---	----

INTRODUCCIÓN

El estrés, es un problema fisiológico en todo el ámbito Mundial, la razón por la cual se convirtió en un tema de gran importancia debido que hoy en día se requiere de personas competentes y competitivos para lograr los objetivos que demanda la sociedad. Como consecuencia se ha visto afectos a nivel físico mental, académico y laboral. El estrés es un problema de notable incidencia en nuestra vida diaria, lo cual es tema de gran atención, así como de suma importancia en el ámbito académico debido al impacto que este puede llegar sobre la salud, y en el bienestar del rendimiento escolar de los estudiantes.

Las consecuencias de esta podrían ser positivas, y negativas, su manifestación es de forma silenciosa provocando cambios comportamentales ya sea constructivas o destructivas ejemplo: dolores de cabeza, ira, gastritis, etc.

En el ámbito escolar es muy elevada en estos últimos años tales a falta de comprensión, confianza, seguridad y mucho afecto hacia los adolescentes de parte de los padres de familia para con sus hijos, en el ámbito escolar los exámenes, las tareas, la relación social entre profesor y alumno, entre compañeros, etc. es por ello que el interés de buscar una alternativa de solución mediante la presente investigación.

El estrés, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS,). Define al estrés como las reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción. El estrés sería una alarma, un estímulo que conduce a la acción de una respuesta necesaria para la supervivencia, respuesta que puede ser coherente con las demandas del entorno, o bien, insuficientes y exageradas.

Martínez y Díaz (2007) definen al estrés escolar como malestar que el estudiante presenta debido a muchos factores, tales como: físico, emocional, intrarrelacional, ambiental que pueda ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar un contexto escolar en el rendimiento académico, habilidad meta cognitiva para la solución de problemas perdida un ser querido, exámenes que se presenta, relación entre compañeros, y docentes, búsqueda de reconocimiento e identidad.

En el rendimiento escolar hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar en los tres niveles de la educación. Un estudiante con un buen rendimiento escolar es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir durante el proceso de enseñanza aprendizaje.

Cascon (2000), el factor psicopedagógico tiene más peso en el rendimiento escolar, desde luego parece hacer uso de instrumento de inteligencia estandarizado con la intención de detectar posibles grupos de fracaso escolar. Las aptitudes y la inteligencia son variables con mayor frecuencia en el rendimiento escolar ya que dicha actividad exige la utilización de procesos cognitivos.

La investigación de estudio comprende los siguientes capítulos:

CAPITULO I. Planteamiento del problema que nos permite hacer la descripción concisa de un tema a investigar, identificar, explicar de forma clara el estudio realizado, dentro de ella se considera la formulación del problema general y problemas específicos; Justificación del estudio, objetivo de la investigación general y objetivos específicos.

CAPITULO II. Marco teórico, nos permite elaborar e identificar o definir las teorías y características paso a paso de un tema o una variable, dentro de esta tenemos, antecedentes de la investigación nacionales e internacionales, bases teóricas de las variables y dimensiones y definición de términos básicos.

CAPITULO III. Métodos y materiales, comprende el enfoque de investigación, Hipótesis de la investigación general y hipótesis específicos, Variables de estudio, definición conceptual y operacional, tipo y nivel de investigación, diseño de investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de información de datos para obtener resultados de la investigación.

CAPITULO IV. Resultados de la investigación que comprende la obtención de resultados según objetivos planteados a cerca de las variables del estrés y del rendimiento escolar.

CAPITULO V Discusión. Esta describe y examina el hallazgo obtenido de un hecho o una investigación comparando con los antecedentes de estudio de otras investigaciones.

CAPITULO VI. Conclusión. Es el resumen final en función a los objetivos planteados en la presente investigación realizado entre variables del estrés y rendimiento escolar de los estudiantes en estudio.

CAPITULO VII. Recomendaciones. Sugerir y aconsejar en forma constructiva sobre una problemática a solucionar haciendo la proposición de un argumento.

I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) precisa el estrés como respuesta fisiológica frecuente que prepara al cuerpo para la acción. En este quejoso, el estrés es una amonestación, un estímulo al procedimiento y una respuesta necesario para la persistencia. (Cruz; 2017).

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) afirma que el estrés en el lugar de trabajo afecta negativamente la salud psicológica y física de los trabajadores, así como el desempeño de las organizaciones en las que trabajan. (Cruz; 2017).

La Organización de los Estados Americanos (OEA 2016), la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y las Oficinas Regionales de la OIT en América Latina y el Caribe están trabajando juntas para abordar el estrés laboral a través de una serie de conferencias virtuales.

Documento Técnico División de Servicios de Salud Mental (MINSA): "Plan Nacional de Fortalecimiento Comunitario 2018-2021". Describe los objetivos y actividades esenciales para cumplir con las obligaciones reglamentarias y éticas exigidas. (Cruz; 2017).

El Ministerio de Educación (MINEDU 2020) ha adoptado medidas como estudiar en casa (virtual) para que el aprendizaje básico regular de los estudiantes no se vea afectado por el aislamiento social de COVID 19. Territorio nacional.

Programa Nacional de Becas (PRONABEC 2020), Consejos para familias psicológicamente felices durante el aislamiento social: Establecer el proceso, Recuperar la medicina, Llamar a familiares para aliviar el estrés y la ansiedad en el hogar Estos son algunos consejos. (Córdoba y Mogro; 2015).

Además, la cruda realidad de los docentes de hoy que viven la estrategia social a distancia de 'aprendizaje en casa' (educación virtual) impulsada por (MINEDU 2020) dificulta que los estudiantes desobedezcan sus necesidades.

Haga preguntas y pregunte durante la sesión de estudio. (Antonia, Zegara, Uribe & Tello; 2007).

Los resultados del aprendizaje se refieren a la evaluación de los conocimientos adquiridos en la escuela en tres niveles: Inicial, primaria y secundaria. Los estudiantes con buen desempeño académico son aquellos que obtienen puntajes altos al aprobar exámenes en el curso de educación y aprendizaje. (Antonio; 2016).

El problema está ocurriendo actualmente, independientemente de la calidad de vida, aparentemente su impacto en la salud física y mental de los involucrados. Las personas necesitan aprender a prevenir y manejar el estrés que no pone en peligro su cuerpo, mente, espíritu o paz, pero aquellos que saben hacen lo correcto. De esta manera lo prevenimos y lo afrontamos para llevar una vida sana y justa. (Ali & Cleofe; 2015).

De cada cuatro personas, una persona en el mundo sufre de estrés, mientras que 50 % de personas en áreas urbanas tienen problemas mentales como estrés y depresión. Por ello se puede decir que el estrés existe en todos los contextos y entornos del ámbito educativo, generando el llamado estrés escolar, independientemente del sexo, la edad, la ocupación, la religión o el nivel socioeconómico, Además, hay que decir que el género de la mujer es el más susceptible al estrés. En 2012, 70% de personas en todo el mundo se encuentran bajo estrés. (Barraza; 2005).

El estrés escolar se define como la angustia que experimentan los estudiantes debido a una variedad de factores, que incluyen las relaciones físicas, emocionales, internas y el medio ambiente. Esto puede ejercer una presión significativa sobre el desempeño que enfrentan las personas en situaciones escolares en sus resultados de aprendizaje, cognición general.

Buscan la capacidad de encontrar soluciones a los problemas de sus seres queridos, los exámenes presentados, las relaciones entre pares, la conciencia y la identidad. (Briones; 2019).

Los factores psicoeducativos tienen un impacto significativo en el rendimiento académico. Obviamente, parece que están utilizando herramientas

intelectuales estandarizadas para detectar grupos que pueden fracasar en la escuela. Las habilidades y la inteligencia son variables más frecuentes en el rendimiento académico porque esta actividad requiere el uso de procesos cognitivos. (Cruz; 2017).

Aprobación de la Resolución No. 193-2020 del Viceministro MINEDU publicada en el Diario Oficial El Peruano. Además, el estándar establece que 2020 y 2021 se consideran años complementarios, lo que brinda suficiente tiempo y oportunidades para la integración del aprendizaje.

El objetivo principal de este estudio fue abordar el estrés y el desempeño académico de los estudiantes de quinto año de secundaria del área de desarrollo personal, ciudadanía y cívica de la Institución Educativas Públicas Jose Macedo Mendoza Macusani, Puno 2020.

El estrés se ha estudiado e investigado como un problema fundamental para los alumnos de todos los grados, lo que aumenta el nivel de estrés del alumno en su conjunto. Hay muchas situaciones estresantes que afectan a los estudiantes, pero cuidar a los estudiantes de secundaria es importante, lo cual es muy difícil de manejar en la situación actual que estamos viendo.

Estoy aislado en la sociedad COVID-19, ya que en 2020 se promulgó la Ley de Emergencia Nacional ante la epidemia de COVID-19 y los estudiantes realizaron actividades académicas como parte del proceso virtual de educación y aprendizaje aprendo en casa, el problema actual es que los lazos políticos, sociales, económicos y culturales del Perú tienen un gran impacto en la ciudadanía en general, impidiendo que los estudiantes tengan acceso directo a la "educación". -aprender (profesor-alumno) y menos el acceso al internet, de esa manera creyeron tener unas vacaciones amplias, los estudiantes de dicha Institución antes mencionado y por qué no decir a nivel Nacional.

1.2. Formulación del problema.

1.2.1. Problema general

PG ¿Existe relación entre el estrés y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?

1.2.2. Problemas específicos

- PE 1 ¿Cómo es la relación entre los estresores y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?
- PE 2 ¿Cómo es la relación entre las reacciones físicas y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?
- PE 3 ¿Cómo es la relación entre las reacciones psicológicas y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?
- PE 4 ¿Cómo es la relación entre las reacciones comportamentales y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?
- PE 5 ¿Cómo es el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?

1.3. Justificación del estudio.

1.3.1. Justificación Teórica

La actual exploración se efectuó con la finalidad de identificar el nivel de estrés escolar en que se hallan los escolares del 5to grado del nivel de secundaria de la Institucion pública de Macusani Puno, a causa de la incomunicación social covid-19, ya que vivimos una situación muy difícil de afrontar a la realidad que nos rodea, dicha investigación asimismo nos consentirá conocer la reacción y conducta de los escolares en el entorno social en que viven, conocer las falencias en representación positiva y negativa y saber decretar la manera de resolver y preparar frente a esta situación. (Santiago Valderrama Mendoza; 2017).

1.3.2. Justificación Metodológica.

El actual estudio de exploración hace uso de una sistemática resistente para determinar los objetivos planteados de las variables.

El estrés académico y sus resultados en especial en los educandos tales como de esta Institucion Educativa Publica, con el fin de reducir dificultades psicopedagógicos que afectan el bienestar personal y la salubridad en general. Los instrumentos serán transformados mediante la validez y la confiabilidad. Por medio de la aplicación de los instrumentos de medición y su procesamiento mediante el SPSS se busca conocer el grado de estrés que tienen los escolares y rendimiento escolar. (Santiago Valderrama Mendoza; 2017).

1.3.3. Justificación Practica

La actual exploración tiene relevancia social porque tiene que ver con la calidad de la exploración en el ámbito social y en la solución de las dificultades que involucra la detección de situaciones sociales de alguna forma hacen que se intime la ejecución de dicha exploración, con la finalidad de brindar un servicio a la comunidad estudiantil, desplegando en ellos técnicas adecuadas de afrontar el estrés.

Firmemente suministrar orientación a los progenitores sobre los factores acreditados del estrés en el rendimiento escolar de sus progenitores. Los resultados además procuran ayudar a elaborar nuevos instrumentos de exploración del estrés en la situación peruana y por ende a optimizar la calidad de vida y la educación, en los instantes actuales que estamos viviendo la era del conocimiento adentro del contexto de la globalización mundial.

Luego de estimar la realidad de los escolares, afectados podrían estar con el estrés en el rendimiento escolar, lograríamos justificar en el ámbito psicosocial que a su vez favorecerá a los escolares del nivel secundario de la Institución Educativa Pública de Macusani Puno, avisando el desorden psicosocial y la deserción escolar. De tal forma lograrían tomar medidas de prevención y control; esto facilitará a la clínica psicológica su interposición con mayor capacidad y estudio frente a esta situación. Así determinar las características estresores en los jóvenes en la etapa escolar. (Santiago Valderrama Mendoza; 2017).

1.4. Objetivos de la investigación.

1.4.1. Objetivo general

OG Determinar la relación entre el estrés y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de Educación Secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.

1.4.2. Objetivos específicos

OE 1 Determinar la relación entre los estresores y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de Educación Secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.

OE 2 Establecer la relación entre las reacciones físicas y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.

OE 3 Establecer la relación entre las reacciones psicológicas y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de Educación Secundaria de la Institución Pública de Macusani, Puno 2020.

OE 4 Establecer la relación entre las reacciones comportamentales y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de Educación Secundaria de la Institución Pública de Macusani, Puno 2020.

OE 5 Describir el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de Educación Secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes nacionales

Ali, (2017). El estrés y rendimiento académico en el área de historia, geografía y economía en estudiantes de 5to. Grado de la Institución Educativa secundaria “Independencia Nacional” Puno-2015. Tesis para obtener el título de licenciado en ciencias de la educación, con mención de la especialidad de ciencias sociales. El objetivo es determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en el área de Historia, Geografía y Economía en estudiantes del 5to. grado de la Institución Educativa Secundaria “Independencia Nacional” Puno-2015. La metodología utilizada en el trabajo de investigación es de tipo descriptivo, con diseño correlacional, la muestra está compuesta por 73 estudiantes de ambos géneros comprendidas entre las edades de 15-17 años del quinto grado, para la recolección de datos se aplicó el test inventario de SISCO y el registro auxiliar. Resultados. La hipótesis de investigación se verificó con la prueba de Pearson que dio como resultado un nivel de significancia de 0,05 %, de la investigación se afirma que si existe relación entre el estrés y rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de la I.E.S “Independencia Nacional” y el grado de estrés afecta significativamente en el rendimiento académico. Que, a mayor nivel de estrés académico, corresponden más síntomas, y mayor aplicación de estrategias de afrontamiento ante los estresores percibidos; siendo las mujeres las que perciben más estrés académico. En conclusión, los estresores que conciben los estudiantes son la participación en clases, evaluaciones sobrecarga de tareas y trabajos escolares. Importancia de la investigación. Contribuye como una orientación hacia la presente investigación de estudio y permite precisar y establecer las falencias que podría encontrarse en el camino, sabiendo que dicha investigación busca un mismo objetivo.

Medina (2017). Estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5º de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco – 2017. Tesis para obtener el grado de maestra en educación con mención en psicología Educativa.

Objetivo, determinar la relación entre Estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5º de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco – 2017. Para el desarrollo estadístico se empleó el diseño de investigación descriptivo correlacional, transaccional, aplicada a una muestra por conveniencia de 28 alumnos; empleando como instrumento de recolección de datos el cuestionario elaborado con 20 preguntas para cada variable de estudio. Para obtener las pruebas de hipótesis se empleó a prueba de normalidad de Shapiro Wilk por tratarse de una muestra pequeña, teniendo como resultado la distribución normal de los datos, por lo que se empleó la prueba de correlación “r” de Pearson y “t” de Student, teniendo como resultado los valores de la correlación $r = 0,464$ cuya relación es moderada entre las variables y la prueba $t = 8,121$ que de acuerdo al valor crítico establecido demuestra que $t > 1,96$; lo que corresponde al rechazo de la hipótesis nula y la aceptación de la hipótesis alterna Conclusión: así que “Existe relación entre Estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5º de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco – 2017. Importancia de la investigación. Sirve como un estímulo para la investigación y se caracteriza con la realidad del presente estudio que permite conocer mejor los pasos a seguir, es un instrumento de guía que sirve de ayuda para la orientación de la investigación y hacer comparaciones con respecto a los resultados.

Aldunate & Bravo (2018). El estrés y el Rendimiento académico de la sección de Infantería de la promoción 125 de cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos Coronel Francisco Bolognesi, año 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciado en ciencias militares. El Objetivo establecer la relación de las condiciones de Estrés de los cadetes del arma de Infantería con su Rendimiento académico. El diseño de investigación fue Cuantitativo, no experimental, transversal, exploratorio, descriptivo y correlacional; También se utilizaron los instrumentos; cuestionario – escala, con respuestas tipo Likert, para determinar en qué medida se relaciona el Estrés con el Rendimiento académico de los estudiantes cadetes. Estos instrumentos fueron aplicados a una muestra está conformado por 60 estudiantes cadetes de Infantería seleccionados de manera aleatoria. Los resultados obtenidos evidencian que los estudiantes cadetes que comprendieron y manejaron las situaciones de Estrés han obtenido un mayor rendimiento académico como parte del proceso de formación

profesional. Finalmente concluye, que el Estrés no se relaciona significativamente con el Rendimiento académico de la sección de Infantería de la promoción 125 de los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi”, investigación realizada el año 2018. Importancia de la investigación. Proporciona el alcance de los conocimientos para solucionar problemas de índole familiar y social en la comunidad y la sociedad donde conviven los seres humanos, mediante dicha investigación se pretende conocer y acercarse a un estudio profundo en el presente estudio con propósito de predecir problemas sociales en lo futuro.

La Rosa & Ochoa (2018). Estrés y Rendimiento Académico en estudiantes del Nivel Secundaria de Socos, Ayacucho -2018. Tesis para obtener el grado académico de. Maestra en psicología educativa. Objetivo conocer el grado de relación que se presenta entre las variables Estrés y Rendimiento Académico en la precisada Institución Educativa. Para el desarrollo de la investigación se hizo uso del diseño de investigación correlacional. El instrumento que se utilizó fue la encuesta y el cuestionario para la recopilación de los datos, posibilitando de esta manera determinar la relación existente entre las variables en investigación. Muestra 36 estudiantes de 4to. Grado de educación secundaria, para el tratamiento estadístico se recurrió a la prueba estadística Tau c de Kendall, el mismo que permitió determinar el nivel de correlación y el nivel de significancia. Los resultados describen que el 69,4% (25) de estudiantes tienen medianamente significativo de estrés, mientras que el rendimiento académico, el porcentaje mayoritario equivale al 69,4% (25). Inferencial mente, conclusión, que el estrés se relaciona de manera significativa con el rendimiento académico en estudiantes del 4º grado de educación secundaria de la Institución Educativa “San Cristóbal” de Socos; debido a que el valor hallado es equivalente a $r = 0,417$, que permite determinar un nivel correlación directa moderada. Asimismo, el nivel de significancia obtenido es equivalente a $0,001$ que es $< 0,05$; en consecuencia, se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0). Importancia de la investigación. El antecedente en mención aporta de que existe una correlación positiva directa entre el estrés y rendimiento académico de los estudiantes, hecho que permite relacionar con el presente estudio similar de investigación, considerando la importancia para profundizar las próximas

investigaciones, que debe ser como una guía a seguir y mejorar la calidad de vida del ser humano reconociendo el nivel del estrés y el rendimiento cognitivo.

Silva (2017). Influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la escuela académico profesional de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2016. Tesis para obtener el título profesional de licenciada en enfermería. Objetivo de determinar la influencia del estrés en el rendimiento académico del estudiante de la escuela académica profesional de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2016-II. La muestra estuvo conformada por 94 estudiantes de ambos sexos. Tipo y diseño fue cuantitativo, descriptivo correlacional. El instrumento que se utilizó fue el inventario SISCO de estrés académico. Resultados obtenidos respecto a las características socio demográficas de los estudiantes de enfermería, el mayor porcentaje tuvo entre 20 a 24 años de edad, son solteros y procedentes de Cajamarca, viven y reciben apoyo de sus padres, se dedican solo a estudiar y tienen condición académica regular. En cuanto a nivel de estrés se encuentran en un nivel moderado, siendo las manifestaciones más frecuentes que inquietaron a los estudiantes, la sobrecarga de tareas y trabajos, participación en clase, tiempo limitado para los que aceres, entre las reacciones físicas, las manifestaciones más frecuentes ha sido dolor de cabeza, migraña, somnolencia o mayor necesidad de dormir; entre las reacciones psicológicas, ansiedad, angustia, depresión, y problemas de concentración; y entre las reacciones comportamentales, desgano para realizar las labores escolares y el aumento o reducción de consumo de alimentos. Con respecto al rendimiento académico se encuentran en un nivel regular, referente a la influencia del estrés en el rendimiento académico se evidencio que el mayor porcentaje de estudiantes refieren un estrés moderado, tuvieron un rendimiento académico regular. Conclusión el estrés tiene influencia estadísticamente significativa en el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería. Importancia de la investigación. Es de mucha prioridad este tipo de investigaciones por que permite el desarrollo cognitivo, social, emocional del hombre, tomando en cuenta la importancia del estudio para mejorar y contribuir a la solución de problemas sociales de vida cotidiana.

2.1.2. Antecedentes internacionales

Cruz (2017). El documento contiene el informe final de la investigación titulada. Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicomotricidad de la Universidad Salesiana de Bolivia, gestión 2017. Tesis para optar grado académico de magister Scientiarum en educación superior. El mismo presenta como problema de investigación el siguiente: ¿Existe relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de Psicomotricidad de la Universidad Salesiana de Bolivia, gestión 2017?, para dar respuesta a este estudio se sistematizó los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan las variables de la investigación. La investigación se efectuó bajo un enfoque cuantitativo, estudiado en una población de 143 universitarios agrupados en edades de 18 a 35 años. La técnica que se utilizó durante el desarrollo del trabajo de campo fue la encuesta y los instrumentos aplicados, el cuestionario SISCO de estrés y el registro de notas correspondiente al primer semestre de la gestión 2017. Los datos fueron sistematizados a través del paquete Excel y analizados por el programa estadístico STATA. Los resultados estadísticos de distribución, correlación y el Chi² de Pearson manifestaron que los estudiantes de la carrera de Psicomotricidad presentan un nivel de estrés intermedio en relación al rendimiento académico. Del mismo modo, se evidenció que el nivel de rendimiento académico en los estudiantes es intermedio expresado en calificaciones que alcanzan los 65 y 70 puntos. De manera genera concluye el estrés explica en un 76% al rendimiento académico. Es decir que el estrés tiene una relación considerable al rendimiento académico. Pero esta relación no se manifiesta de manera contundente sino de manera indirecta a través de la variabilidad, incidiendo a unas variables de manera positiva y a otras de manera negativa. Por tanto, de acuerdo a los resultados obtenidos, la hipótesis de la investigación se confirmó demostrando de esta manera el principio de una teoría. Importancia de la investigación. Se caracteriza por ser una investigación similar, considerando que en este antecedente realiza el grado de asociación entre las variables de estudio del estrés y rendimiento académico al utilizar la prueba estadística de Chi cuadrado, pero se diferencia el presente estudio de investigación al determinar la relación o correlación de

dependencia entre las variables de estudio mediante el instrumento estadístico de Rho de Spearman.

Reinoso (2017). Influencia del Estrés en el Rendimiento Académico de los estudiantes del Quinto Semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad Central Del Ecuador. Tesis para optar título de odontóloga. Objetivo del presente trabajo es determinar la influencia que existe entre el Estrés y el Rendimiento Académico en los estudiantes del quinto semestres de la facultad de odontología de la universidad central de ecuador. La investigación fue de tipo transversal, descriptivo y observacional. La población estuvo conformada de 178 estudiantes. La muestra consistió en 150 estudiantes con edades de entre 20 y 29 años, la mayoría de participantes fueron del sexo femenino (77,3%) versus solo el 22,7% del sexo masculino. Se le aplico como instrumento el inventario SISCO del estrés académico. Los resultados se observó una concentración en los niveles de muy bueno (50,7%) y bueno (40,7%), además el 5,3% presentó un rendimiento excelente, el 2,7% un nivel regular y apenas el 0,7% un nivel insuficiente. En Conclusión, que el 100% de los encuestados afirmó haber presentado un cuadro de estrés durante el periodo académico. El nivel de preocupación fue ligeramente superior en las mujeres que, en los hombres, y en el grupo más joven versus el grupo de mayor edad, sin embargo, ambos grupos se encuentran en un nivel de estrés moderado. La Importancia de la investigación. Es relativamente comparable el antecedente de esta investigación, porque trata de determinar el grado de influencia entre las variables de estudio del estrés y rendimiento académico, permite reconocer los obstáculos de los que puedan presentar los estudiantes en su proceso de aprendizaje, en ello también puede afectar en su aspecto emocional que presenta el estudiante el cual dificulta su rendimiento académico.

Quito, Tamayo; Buñay y Neira (2017). En la investigación titulada, estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Particular del Ecuador. Este trabajo tuvo como objetivo caracterizar el estrés académico, para lo cual se realizó un estudio de tipo descriptivo, observacional y transversal, con una muestra no probabilística por conveniencia de tipo

intencional en la cual participaron 60 estudiantes, con edades comprendidas entre 16 a 18 años de ambos géneros. El instrumento utilizado fue el inventario SISCO de estrés académico. Como resultado el estrés fue identificado en un 88,2% en los estudiantes de 18 años de edad, en un 90,9% en la edad de 17 años, y un 100% en los estudiantes de 16 años, sin diferencias notables en su distribución por edad ($X=0,4623$; $p=0,7936$) y por sexo (X Con corrección de Yates= $0,1075$; $p=0,7430$), que de nota homogeneidad en cuanto a la frecuencia de presentación del estrés en ambos sexos (tabla1). En conclusión, el estrés auto percibido es un problema frecuente y de elevada intensidad en la muestra investigada, asociada fundamentalmente a agentes estresores como la competencia entre los compañeros del grupo, la personalidad y carácter del docente, así como a las evaluaciones y participación en clases. Se identificaron como manifestaciones de estrés tales como el rascarse o morderse las uñas, somnolencia y trastornos del sueño, la ansiedad, angustia y desesperación, intranquilidad, sentimientos de tristeza y depresión, así como los cambios en la alimentación y el aislamiento social. Importancia de la investigación. El de relevancia la investigación de homogeneidad que se realiza con la prueba estadística de Yates, siendo esta una referencia para la presente investigación de estudio, donde los estudiantes presentan dificultades de problemas en el aspecto emocional y su rendimiento académico encontrando así, la diferencia de competencias entre estudiantes y la relación con el docente.

Domínguez; Guerrero y Domínguez (2015). En la investigación titulada, Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. Universidad Autónoma de Yucatán. Tiene como objetivo describir la influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes, la metodología en la que se sustenta esta investigación es descriptiva y correlacional. La muestra estuvo conformada por 20 estudiantes de distintos sexos. el tipo de muestreo que se utilizó fue no probabilístico. Para reunir los datos, se aplicó el inventario SISCO del estrés académico configurado por 31 ítems. Los resultados, el 100% de los sujetos que contestaron el instrumento externaron tener momentos de preocupación y nerviosismo durante el transcurso del semestre que se encuentran cursando. En cuanto al nivel de preocupación o nerviosismo de los estudiantes, el promedio fue de 3.20 tomando en cuenta que

el instrumento maneja una escala de 1 al 5. En conclusión, que a pesar de que el 70% de los encuestados expresaron que el estrés afecta su rendimiento académico, este no se ve reflejado en las calificaciones de los mismos, debido a que el 55% afirmaron poseer un rendimiento alto, un 40% un rendimiento regular y solo el 5%, un rendimiento académico bajo. En cuanto a las situaciones que generan inquietudes en los estudiantes, se encontró la carga de tareas y las evaluaciones; no obstante, las actividades donde el estrés alcanza sus mayores niveles de influencia son los proyectos finales y la concentración durante las clases. Importancia de la investigación. Se aprecia el rendimiento académico bajo por los cambios que enfrentan los estudiantes en su vida social y familiar universitaria, tratando de evitar el estrés que pueda presentarse en su rendimiento académico personal, la cual permite analizar y hacer comparaciones de los resultados de dicha investigación con el presente estudio.

Jerez y Oyarzo (2015). Realizaron una investigación titulada, *Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. El objetivo de la presente investigación pretende identificar la prevalencia de estrés en estudiantes de la Universidad de Los Lagos, Osorno.* Se trata de un estudio no experimental descriptivo de corte transversal. La población a estudiar son todos los estudiantes del área de salud conformado de 712 estudiantes. La muestra estuvo compuesta por 314 estudiantes de las carreras de Enfermería, Fonoaudiología, Kinesiología y de Nutrición. Para la recolección de la información se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el inventario SISCO del estrés académico. Resultados, Un 98% de los estudiantes han presentado estrés académico, señalando estar más estresadas las mujeres (96,24%) que los hombres (88,57%). Los estresores más mencionados por los alumnos fueron las evaluaciones de los profesores (95,6%) y la sobrecarga de tareas y trabajos (92,3%). Existiendo diferencia significativa entre las carreras en las evaluaciones de los profesores (Sig. 0,009). Con respecto a los síntomas la mayoría de los encuestados señalan haber tenido somnolencia (86,3%) y problemas de concentración (77,4%), presentando diferencia por carreras en fatiga crónica (0,002) y problemas de digestión (0,006) y en cuanto al género existe diferencia en varios de los síntomas que son presentados mayormente en las mujeres *Conclusión, Existe una alta prevalencia*

de estrés en los estudiantes del área de la salud, indicando un mayor estrés el género femenino existiendo diferencia por carreras en las evaluaciones de los profesores, fatiga crónica y dolores abdominales, siendo la carrera de Kinesiología la que presenta menor nivel de estrés en cada una de ellas. Importancia de la investigación. En el antecedente de la investigación prevalece altamente el estrés en lo estudiantes, en tanto que en el estudio realizado no existe correlación entre las variables de estrés y rendimiento escolar dado que las actividades académicas desarrolladas son virtuales.

2.2. Bases teóricas de las variables

2.2.1. Etimología del estrés

El término estrés “proviene del latín stringere” que indica presionar, comprimir, oprimir, atar que en francés se dio principio con el cuerpo, aprendand con fuerza acompañado de sentimientos opuestos” (Hernández, 2011).

2.2.1.1. Definición del estrés.

El estrés. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS,). Define al estrés como las reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción El estrés sería una alarma, un estímulo que conduce a la acción una respuesta necesaria para la supervivencia, respuesta que puede ser coherente con las demandas del entorno, o bien, insuficientes y exageradas.

Produce una sobre carga de tensión que repercute en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano. Ejemplo: olvido, falta de concentración, nerviosismo, en las mujeres puede producir cambios hormonales, dolores en el abdomen, etc. (OMS. 1994).

Consideran al estrés como la “contestación fisiológica, psicológica y conductual de un sujeto que intenta acomodarse y concordarse a las presiones internas y externas en los acontecimientos”. Matteson e Ivancevich (1980).

Define al estrés como respuesta general del organismo ante cualquier violencia física, psicológica, emocional, etc. Producido por factores de nuestra conducta humana (psicosocial), que daña a la humanidad. El ser humano afronta

sus preocupaciones día a día para ver el reto a las exigencias de una sociedad globalizada. En algunos casos de los discentes, el estrés les genera un desequilibrio en sus construcciones mentales que afecta inmensamente lo cognitivo (conductas y emociones), haciendo que el niño o adolescente no tenga aspecto consiente de su entorno. Selye (1956),

El estrés es un estado de fatiga mental producido por la exigencia de un rendimiento muy elevado a lo normal, y que presenta diversos trastornos físicos y psicológicos, de igual modo se dice que está formado de un conjunto de alteraciones que se producen en nuestro organismo que se nos presenta como respuesta física ante estímulos repetitivos (frio, miedo, alegría, satisfacción, ira, frustración etc.). en nuestra vida diaria en la primera instancia está relacionado en los procesos de adecuación de demanda del entorno. y en la segunda instancia es cuando la persona es incapaz de dar una respuesta a las exigencias que se presenta, el estrés, afecta a toda nuestra sociedad actual, cuyas causas son destructores como son la ansiedad y la depresión centradas en el cerebro. El estrés está cada vez más consecutivo al orden del día, sus efectos negativos son varios, que afectan en nuestra salud y forma de vida de cada uno de nosotros. (J. Melgosa 2019).

Hans Selye, (1936) concluyó al estrés como la aparición de enfermedades somáticas, lo que denominó “síndrome general de adaptación”, para lo cual consideró tres fases:

1) Fase de Alarma:

es cuando la persona muestra la espectro de una amenaza, luego se desencadenan los procesos fisiológicos inespecíficos de respuesta ante un peligro. Es entonces, que el cerebro analiza los nuevos elementos que recurre a la memoria de experiencias, no se dispone de acumulación de energía, por lo que envía órdenes para que así nuestro cuerpo libere adrenalina. El cuerpo se prepara para el tensando de los músculos para responder a la demanda del organismo, específicamente el hipotálamo y la hipófisis, ubicada en el cerebro, y las glándulas suprarrenales localizadas sobre los riñones, en la zona posterior de la cavidad abdominal (Selye, 1936).

2) Fase de Resistencia:

En esta fase, el organismo intenta superar, adaptarse o afrontar la presencia de los factores que percibe como una amenaza, y mientras la persona se mantiene en actividad y dura la estimulación, aunque aparecen los primeros síntomas de cansancio, sigue respondiendo positivamente, cuando la situación estresante finaliza, el organismo vuelve a la normalidad. Mientras dure esta fase, se exige al organismo un sobre esfuerzo entre el medio ambiente interno y externo del individuo. Así el organismo tiene la capacidad para resistir por tiempo prolongado, y no presenta problema alguno, y la persona mantiene su salud con toda normalidad (Selye,1936).

3) Fase de agotamiento:

en esta fase, el organismo, ya sin recursos, pierde de manera progresiva, incluso en ocasiones de forma repentina, su capacidad de activación. si a pesar de todo se intenta mantener la activación al máximo, el resultado será el agotamiento total con consecuencias negativas para el organismo. se inician las alteraciones físicas y psíquicas (Selye ,1936).

2.2.1.2. Tipos de estrés

Hans Selye (1995) clasifica al estrés de la siguiente manera:

1) Estrés agudo

Este tipo de estrés es la más común procede de las peticiones y presiones del pasado inmediato, y se pronostica a las demandas y las presiones del futuro próximo; esta es interesante y vivificante a pequeñas dosis, pero es demasiado agotador, asimismo puede producir molestias psicológicas, tensión, dolor de estómago, etc.

Los síntomas más comunes son: desequilibrio emocional, problemas musculares, problemas en la digestión, manifestaciones generales. Hans Selye (1995).

2) Estrés agudo episódico

Existe personas que soportan con este tipo de estrés y es más habitual, cuyas vidas están tan desreglamentadas que siempre soportan estar inmersas en una crisis, caos, van siempre corriendo, y alcanzan tarde, si algo puede ir mal va mal, no tienen la capacidad de organizar sus vidas. Hans Selye (1995).

3) Estrés crónico

La persistencia del individuo ante los agentes estresantes durante mucho tiempo, produce enfermedades de carácter más permanente de mayor importancia y de mayor gravedad. El estrés genera inicialmente alteraciones fisiológicas, pero su persistencia crónica produce serias alteraciones de carácter psicológico, los más frecuentes son:

Gastritis, ansiedad, accidente, frustración, insomnio, colitis nerviosa, migraña, depresión, agresividad, disfunción familiar, neurosis de angustia, trastorno sexual, hipertensión arterial, infarto, trombosis cerebral, adicciones. Hans Selye (1995).

2.2.1.3. Causas del estrés

Se muestra de diferente forma en las personas, consigue ser causa de desafíos malos o buenos. Algunas fuentes concluyen: Melgosa J. (1995) hace referencia a experiencias traumáticas:

- Molestias cotidianas
- Ambiente físico y social
- Las elecciones conflictivas
- Factor económico
- Sobrecarga de trabajo
- Falta de satisfacción laboral
- Relaciones personales
- Atención a la familia
- Presión en vacaciones
- No tener tiempo libre
- Obsesión

- Falta de interés
- Desorden y confusión.

2.2.1.4. Síntomas del estrés

Trae consigo ciertos síntomas asociados a tres aspectos:

- 1) Social, está reconocido como aquellos síntomas que forma bajos niveles de desempeño académico como asimismo en el trabajo. Santos. (1993) citado por Velásquez (2010).
- 2) Fisiológico, es la superior padecimientos trae consigo por que llega a alterar todo el aspecto psicosomático de la persona, los más acreditados son la gastritis, dolor de cabeza, problemas en el corazón, aumento de azúcar en la sangre, aumento de peso, etc. Santos. (1993) citado por Velásquez (2010).
- 3) Psicológico, dentro de esta poseemos el estado emotivo de la persona, se siente angustiado, intolerante, derrotado por los problemas. Santos. (1993) citado por Velásquez (2010).

2.2.1.5. Consecuencias del estrés.

Graw, H. (1990) considera como consecuencias principales de estrés:

- Sujetos autosuficientes, y negativita.
- Baja calidad de trabajo, productividad y satisfacción.
- Relaciones humanas insatisfactorias.
- Desarrollo de enfermedades cardiacas.
- Ansiedad, depresión, neurosis, alcohol, suicidios, droga, homicidios, fracaso escolar, embarazos no deseados, pérdida de control, baja auto estima, enojo, ira, etc.

2.2.1.6. Categorías del estrés.

Según, Melgosa J. (1995) son tres:

1) Área Cognitiva:

El escolar tiene problemas para estar condensado en una actividad académica y muestra una frecuente pérdida de atención al aprendizaje. La capacidad intelectual del escolar se siente incapaz de evaluar apropiadamente una situación actual y tampoco puede proyectarla en el futuro. Además, su forma de pensar carece de patrones lógicos y coherentes dentro de un orden

2) Área Emotiva:

El escolar tiene la dificultad para mantenerse relajado tanto física como emotivamente. Partidamente de los desajustes físicos, se emprende a observar nuevos padecimientos como la hipocondría; aparecen signos de impaciencia, intolerancia, autoritarismo y la falta de consideración por los demás compañeros.

3) Área conductual:

En relación al lenguaje se presenta una dificultad para dirigirse verbalmente a un grupo de personas de forma adecuada, se observa tartamudez y un descenso de fluidez verbal. Los discentes carecen de entusiasmo por sus sueños preferidos, así como por sus pasatiempos favoritos. Es frecuente el ausentismo laboral y escolar cuando el sueño presenta alteraciones. Habitualmente el estudiante sufre de insomnio. Al momento de evaluar es importante considerar que un estudiante bajo condiciones de estrés se ve afectado su funcionamiento general y pueden aparecer síntomas asociados tales como:

- Disminución de habilidades cognitivas
- Disminución de rendimiento escolar
- Baja motivación o fatiga crónica
- Baja concentración-atención
- Dificultad en la interacción con pares y compañeros
- Dificultad en la interacción y comunicación con profesores
- Mayor ausentismo escolar o deseos de no asistir al colegio.

2.2.1.7. Prevención del estrés

El buen uso del tiempo previene el estrés y hemos de saber cómo organizarlo. El tiempo es uno de los bienes que todos recibimos por igual y su uso depende exclusivamente del estilo de cada uno. (Melgosa, 2019).

Se realista no debes presionarte innecesariamente para cualquier caso que tengas que solucionarlo, saber enfrentarlo una pérdida.

Establece prioridades. Te será fácil concentrarte en las tareas más importantes que se realiza. Esto tiene mucho que ver con tus valores y creencias dentro de la familia

Busca la variedad. No es posible encontrar la felicidad en una sola tarea, es ocupar tu pasatiempo en actividades realizando a cantar, jugar con tu mascota, reírte pasar el tiempo con personas positivas.

Organízate. Realiza tu horario para establecer actividades y confecciona una lista de las cosas que has de completar en el día y en la semana.

Vive de forma simple. prueba actividades sencillas como pasear al aire libre o leer un buen libro. (Melgosa, 2019).

2.2.1.8. Como superar el estrés

El tratamiento del estrés tiene que ser global, integral. Debe abarcar todo el entorno social en que vivimos el (trabajo, la familia, los amigo...). En épocas de estrés, selecciona la cantidad de trabajo que puedas hacer razonablemente y no más.

Cuida de tus relaciones olvidándote de ti mismo e intentando agradar y desplegar afectos sobre los demás.

Ayuda a alguien, conocido o desconocido, siendo amable o haciéndolo una pequeña contribución humanitaria. (Melgosa J. 2019).

- En lo mental:

La terapia más eficaz en los casos de estrés se llama psicoterapia cognitiva y consiste en enseñar a la persona a gobernar sus pensamientos, en vez de dejar que los pensamientos la gobiernen a ella ¿Cómo conseguirlo? Practicando repetidamente estos ejercicios:

- Prohibir los pensamientos adversos.
- Escoger temas y motivos de pensamiento positivo o neutro. Ejemplo vivencias agradables del pasado.
- Utilizar inquietudes constructivas. Para dar tramitación a los inconvenientes que suministran estrés, hay que pensar en enmiendas, alternativas, salidas, y no caer en la preocupación destructiva: repetitiva, recurrente y obsesiva.
- Desechar afirmaciones irracionales hay ideas y creencias negativas sobre uno mismo o el entorno que son ilógicas, arruinan la autoestima y aumentan el estrés. Ejemplo soy inútil.

- **En lo físico:**

- Vientre (no los pulmones), y mantén el aire unos segundos antes de espirar.
- El ejercicio físico es el mejor remedio contra el estrés.
- La relajación. Haciendo tensión de los músculos uno por uno.
- La respiración profunda, respira hondo con presión sobre el.

- **En lo espiritual:**

La paz mental es incompatible con el estrés. Una conciencia tranquila, y una mente serena pueden alcanzarse por medio de la fe y la oración.

2.2.1.9. Dimensiones del Estrés

1) Estresores

Barraza y Silerio (2007) consideraron que los estresores mayores propiamente en lo académico son: 1) el inicio y el final de la escolarización 2) un cambio de escuela 3) evaluación final para ser promovido al siguiente grado.

Estresores Barraza (2008) hace una discrepancia entre estresores mayores y menores. Los estresores mayores tienen vida independiente de la percepción de la persona y usualmente se presenta como amenazas a la integridad vital, además su percepción es negativa. Los estresores menores no tienen presencia independiente de la percepción del individuo; es decir, los

acontecimientos no son por si mismos estresantes, es decir es la valoración de cada persona, esta varia de sujeto a otro.

R. Vargas Zarate (2018). Los estresores académicos se consideran cuando existe competencia con los compañeros del grupo, es decir, que en la clase existen escolares de diverso rendimiento escolar que sobre salen más que otros, en todo caso en el deporte, por lo que los escolares presentan un proceder negativo, como molestados, porque no pueden obtener logros. Así mismo cuando tienen sobre carga de compromisos escolares, al respecto hoy en día coexisten escuelas adonde tienen que exhibirlos al día subsiguiente, o en una semana.

Se sienten angustiados y cansados, y a veces tienen dolor de cabeza y manifiestan en su conducta negativa, porque el ambiente familiar se torna sin tranquilidad.

2) Reacciones físicas.

El estrés académico se ve asociado a un conjunto de síntomas que reflejan la atención a la que es sometido el cuerpo. Entre los indicadores físicos se hallan aquellos que implican una reacción propia del cuerpo y son los subsiguientes. Trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolor de cabeza o migraña, inconvenientes de digestión, dolor abdominal, morderse las uñas, frotarse o somnolencia, mayor necesidad de dormir; los temblores musculares. Según Barraza (2006).

3) Reacciones psicológicas.

Según Barraza (2006). Son: Aquellas que tienen que ver con las funciones cognoscitivas o emocionales del estudiante, como: inquietud, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia, o desesperación, problemas de concentración y sentimiento de agresividad o aumento de la irritabilidad.

En términos de Dávalos (2005) se ubican adentro de este tipo de estrés aquellas personas que no consiguen interiorizar sus problemas y llevan una vida con serias dificultades consigo mismos, con el medio que lo rodea y final mente, con sus semejantes. Por su parte, las personas que logran interiorizar el estrés se sienten como seres distantes de su ambiente y buscan siempre la aprobación

social, pero aquellos que no presentan estas peculiaridades son denominadas como insociables.

4) Reacciones comportamentales.

Planteado por Barraza (2006). Estarían involucrados en la conducta del escolar, como: conflictos o tendencia a polemizar, aislamiento de los demás, desgano para realizar las labores colegiales y acrecentamiento o reducción del consumo de alimentos. Este conjunto de reacciones o síntomas se articulan de manera idiosincrática en los estudiantes, de tal manera que el desequilibrio sistemático va hacer manifestado de manera diferente, en cantidad y variedad, por cada estudiante.

2.2.2. Rendimiento académico

En la sociedad, el aprendizaje humano es un tema de mayor interés y utilidad, ya que puede desarrollarse a través de la educación humana y, por tanto, en diversos campos como el económico, político, y social. (Ruiz, 2002).

En cuanto a los resultados del aprendizaje, cabe señalar que no es sinónimo de capacidades intelectuales, habilidades o aptitudes vinculadas a diversos factores que tienen un impacto positivo o negativo en los resultados del aprendizaje, sino que 'también es producto del aprendizaje pedagógico'. En este documento, el objetivo no es ver cuánto recuerdan los estudiantes un tema en particular, sino ver qué conocimientos han aprendido en el proceso y cómo se incorporan a su comportamiento. (Castro, 1998),

El éxito académico tiene varias definiciones, por lo que no podemos presumir. Sin embargo, cada uno de ellos tiene algunas similitudes en la definición de esta importante cuestión. Algunos de los términos que utilizan incluyen las habilidades, destrezas y habilidades que los maestros mejoran en el transcurso de una sesión, y el objetivo final es determinar lo que han aprendido o establecido dentro del tiempo asignado. (MINEDU 2016).

Paba, Lara, Palmezano (2008). Enfatizar: "El rendimiento académico es la puntuación obtenida por los estudiantes durante la evaluación e indica la calidad del conocimiento. En su estudio del éxito académico, lo define como un indicador del desempeño académico y aseguramiento de la calidad de este

indicador del sistema educativo. El rendimiento académico es una "medida ficticia" del aprendizaje en el aula, que es un objetivo central de la educación. Sin embargo, en los resultados del aprendizaje, muchas variables como la calidad del docente, el ambiente del aula, los programas familiares y educativos son externas e internas al comportamiento de los estudiantes, y existen variables psicológicas o esenciales como las actitudes hacia el docente. Personalidad y yo. Foto del estudiante. Los puntajes de aprendizaje, por otro lado, se refieren al resultado del proceso de educación y aprendizaje y su impacto en la educación y el aprendizaje (Reyes, 2003).

Larrosa, (1994). La cita de Acuña (2013) muestra los resultados del aprendizaje de la siguiente manera: "Es la expresión de habilidades cognitivas, destrezas y habilidades que los estudiantes desarrollan en el proceso de educación y aprendizaje".

Los resultados del aprendizaje no se refieren únicamente a aspectos cognitivos, es decir, resumen el comportamiento del proceso educativo como un conjunto de habilidades, actitudes, actitudes y preferencias de los estudiantes. Muchos factores educativos están involucrados en el logro de resultados de aprendizaje efectivos, incluida la infraestructura escolar, las metodologías de los maestros, los aspectos individuales de los estudiantes, el apoyo familiar y otros factores.

2.2.2.1. Factores que afectan el rendimiento académico.

Son:

1) Factores relacionados con el estudiante

El estudio relacionado con el género, ha demostrado que las mujeres evidencian más precozmente una capacidad superior y obtienen resultados superiores o similares al de los varones.

Los aspectos psicosociales como la motivación, ansiedad, autoestima en contextos académico son asociados al rendimiento. Evidentemente la ansiedad y el estrés modifican el valor predictivo de las variables como inteligencia y motivación. La discrepancia entre como es el estudiante en realidad y como le gustaría ser, afecta de manera directa en la auto aceptación del estudiante. El

cual podría posiblemente disminuir el rendimiento académico, Heredia y Camacho (2014).

2) Factores relacionados a la escuela

Los docentes, en el proceso de adquisición de aprendizajes significativos en el alumno, intervienen una serie de interacciones con el alumno. Ciertamente el estudiante es el final responsable de la construcción de conocimiento atribuyéndole sentido y significado a los contenidos escolares, pero es el profesor el que determina con su metodología de enseñanza y actuación, que las actividades en las cuales participa el estudiante posibiliten y potencien la amplitud y profundidad de los significados construidos por el estudiante, además de asumir la responsabilidad de orientar esa construcción en una adecuada dirección.

La infraestructura escolar, ciertamente las instalaciones adecuadas son requisito indispensable diversos estudios muestran que existe una relación directa con los recursos físicos del colegio, como por ejemplo la biblioteca escolar, el aula, los laboratorios, los espacios o rincones de aprendizaje y el mobiliario adecuado son vistos por los alumnos como elementos de gran valor para su aprendizaje, Heredia y Camacho (2014).

3) Factores socioeconómicos relacionados con la familia

La pobreza y educación son constructos asociados a supuestos e intenciones sociales. Se pueden observar diversas interrogantes frente a este problema social: ¿será acaso que la carencia de educación o de educación de calidad es una consecuencia del ser pobre?, o bien, ¿la persona seguirá siendo pobre mientras no se eduque? Por una parte, tenemos a los supuestos de la teoría del capital humano, que ven a la educación como el medio para dotar a los seres humanos de habilidades, conocimientos y destrezas para insertarlo en un sistema productivo laboral. Ser pobre en nuestra sociedad tiene un peso determinante en el éxito educativo. La familia en nuestra sociedad tiene una función elemental que garantiza el bienestar de las personas, y constituye un instrumento importante para formación educativa de los niños y adolescentes, ya

que es la familia quien trasmite valores, hábitos, costumbres, cultura, creencias religiosas, Heredia y Camacho (2014).

2.2.2.2. Contenidos del rendimiento escolar

2.2.2.2.1. Aprendizaje cognitivo

Es aquello que pertenece o que está relacionado al conocimiento. Este, a su vez, es el cúmulo de información que se dispone gracias a un proceso de aprendizaje o a la experiencia. La corriente de la psicología encargada de la cognición es la psicología cognitiva, que analiza los procedimientos de la mente que tienen que ver con el conocimiento. Su finalidad es el estudio de los mecanismos que optan involucrados en la creación de conocimiento, desde los más simples hasta los más complejos J. Piaget. (1980)

2.2.2.2.2. Aprendizaje procedimental

Los procedimientos son conjunto de acciones ordenadas y finalizadas a la consecución de una meta, designando así una serie conjuntada de acciones, de distintas formas de actuar y de llegar a resolver tareas y/o problemas. Se trata de conocimientos referidos a saber hacer cosas, con ellos o sobre ellos, bien sean objetos, personas, informaciones o ideas (Pulgar, 2005, p.90).

Zabala, (2000 p.42) sostuvo “Un contenido procedimental incluye entre otras cosas: las reglas, las técnicas, los métodos,

Las destres o habilidades, las estrategias, los procedimientos es un conjunto de acciones ordenadas y finalizadas, es decir dirigidas a la consecución de un objeto”

Por lo tanto, el aprendizaje procedimental será la adquisición y mejora de nuestras destrezas y habilidades a través de la ejercitación de las mismas.

2.2.2.2.3. Aprendizaje actitudinal

Las actitudes se aprenden en la medida en que están presentes en los modelos de comportamiento que se les ofrece en los centros, son compartidas por el equipo docente en su conjunto y se enseñan mediante la participación de

los estudiantes en establecimiento de las normas y la reflexión sobre situaciones que implican opciones morales (Pozo, et al 2006, p.184).

2.2.2.3. Escala de calificación cuantitativa

Son aquellas variables que se pueden medir en escalas numéricas y cuantificable, ejemplo: La escala de éxito académico, logros de aprendizaje. (Gamarra, 2016).

Escala cuantitativa de notas del rendimiento escolar:

- Logro destacado: (18 -20), cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia. Esto quiere decir que demuestra aprendizajes que van más allá del nivel esperado.
- Logro esperado: (14-17), cuando el estudiante evidencia esperado respecto a la competencia, demostrando manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas y en el tiempo programado.
- En proceso: (11-13) cuando el estudiante está próximo o cerca al nivel esperado respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.
- En inicio: (00-10) cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente.

2.2.2.4. Tipos de rendimiento Académico:

Figuroa y Carranza en 2015. Clasifique los resultados del aprendizaje en dos categorías:

- a) Individual.** Es un cuerpo de conocimientos y se integra de las siguientes formas: experiencias, hábitos, habilidades, actitudes, aspiraciones de cada uno. Hay dos aspectos que lo componen:

- **Rendimiento específico.** Se adquiere a través del conocimiento, la experiencia, las aspiraciones y las habilidades necesarias para el aprendizaje.
 - **Rendimiento general.** Este es el punto y la acción que proporciona al final del curso de estudio de su institución.
- b) **Social:** La influencia de las instituciones educativas y la intervención humana en el desarrollo de la sociedad.

2.2.2.5. Importancia del Rendimiento Académico

Los resultados del aprendizaje son importantes porque permiten a los estudiantes evaluar en qué medida han logrado sus objetivos educativos, no solo cognitivamente sino también de diversas formas. Por ejemplo, puede obtener información para definir un estándar.

Los registros de logros de aprendizaje son especialmente útiles para diagnosticar habilidades y hábitos de aprendizaje. No solo se puede analizar como resultado final, sino que también es un excelente determinante y nivel de proceso. Esto le permite asociarlo con otras variables educativas y obtener una imagen completa del alcance del proceso educativo en un área y contexto de investigación en particular. “El rendimiento académico es el resultado del esfuerzo y la capacidad de trabajo del alumno, y conocer e identificar estas variables conduce a un análisis más detallado del éxito o fracaso académico” (Taba, 1996, citado por Palomino 2015).

2.3. Definición de términos básicos

Desarrollo Cognitivo. El desarrollo cognitivo está relacionado con el conocimiento: es el proceso por el cual vamos aprendiendo a utilizar la memoria, el lenguaje, la percepción, la resolución de problemas y la planificación, por ejemplo. Involucra funciones sofisticadas y únicas en cada ser humano y se aprende a través del aprendizaje y la experiencia. (Jean Piaget, 1980).

Estrés. Define al estrés como las reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción. (OMS,1994): Sostiene que El fenómeno de estrés se lo suele interpretar en referencia a una amplia gama de experiencias, entre las

que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión escolar, laboral o de otra índole. (Martínez y Díaz, 2007, p. 2).

Estresores. Desencadenante de estrés, factor de estrés”. Describe todas las cargas y exigencias externas que provoca una reacción de estrés. Un accidente, una catástrofe natural, una enfermedad, una discusión familiar, etc. (Laura M. 2016).

Escala de calificación cuantitativa. Son aquellas variables que se pueden medir en escalas numéricas y cuantificables, ejemplo: La escala de éxito académico, logros de aprendizaje. (Gamarra M.F. 2016).

Inicio. Cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente. (Gamarra M.F. 2016).

Logro destacado. Cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia. Esto quiere decir que demuestra aprendizajes que van más allá del nivel esperado. (Gamarra M.F. 2016).

Logro esperado. Cuando el estudiante evidencia esperado respecto a la competencia, demostrando manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas y en el tiempo programado. (Gamarra M.F. 2016).

Psicología. Es una disciplina del conocimiento dedicado a la producción de ideas, instrumentos, métodos y procedimientos de acción e intervención que tratan sobre lo psicológico y sobre los fenómenos del comportamiento y la experiencia humana. (SOS, 2015).

Proceso. Cuando el estudiante está próximo o cerca al nivel esperado respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo. (Gamarra M.F. 2016).

Reacciones físicas. El estrés académico se ve asociado a un conjunto de síntomas que reflejan la atención a la que es sometido el cuerpo. Entre los indicadores físicos se encuentran aquellos que implican una reacción propia del cuerpo y son los siguientes. trastornos en el sueño, fatiga crónica, dolor de

cabeza o migraña, problemas de digestión, dolor abdominal, morderse las uñas, frotarse o somnolencia, mayor necesidad de dormir; los temblores musculares. Según Barraza (2006).

Reacciones psicológicas. Son aquellos que tienen que ver con las funciones cognoscitivas o emociones del estudiante. (Barraza, 2006).

Reacciones comportamentales. Estarían involucrados en la conducta del estudiante, como: conflictos o tendencia a polemizar, aislamiento de los demás, desgano para realizar las labores escolares y aumento o reducción del consumo de alimentos. (Barraza, 2006).

Rendimiento Académico. El rendimiento académico menciona a las calificaciones adquiridas por los estudiantes a través de las evaluaciones lo que indica la calidad y cantidad de conocimientos. (Paba, Lara y Palmezano, 2008)

Registro Auxiliar. Permite recopilar información necesaria de acuerdo a los resultados de competencias y capacidades, (notas) en los estudiantes antes mencionado (MINEDU 2016).

III. MÉTODOS Y MATERIALES

3.1. Hipótesis de la investigación.

En la presente investigación se tiene formulado las siguientes hipótesis:

3.1.1. Hipótesis general.

HG Existe relación significativa entre estrés y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.

3.1.2. Hipótesis específicos.

HE 1 Existe relación significativa entre los estresores y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.

HE 2 Existe relación significativa entre las reacciones físicas y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.

HE 3 Existe relación significativa entre las reacciones psicológicas y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de Educación secundaria de la Institución Pública de Macusani, Puno 2020.

HE 4 Existe relación significativa entre las reacciones comportamentales y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de Educación secundaria de la Institución Educativa Publica de Macusani, Puno 2020.

3.2. Variables de Estudio:

Variable 1. El estrés

Variable 2. Rendimiento escolar

3.2.1. Definición conceptual.

3.2.1.1. Variable 1: Estrés.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS,). Define al estrés como las reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción. El estrés sería una alarma, un estímulo que conduce a la acción una respuesta necesaria para la supervivencia, respuesta que puede ser coherente con las demandas del entorno, o bien, insuficientes y exageradas.

Produce una sobre carga de tensión que repercute en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano. Ejemplo: olvido, falta de concentración, nerviosismo, en las mujeres puede producir cambios hormonales, dolores en el abdomen, etc. (OMS. 1994).

3.2.1.2. Variable 2: Rendimiento escolar.

Larrosa, (1994). Citado por Acuña (2013), indica que el rendimiento académico: “Es la expresión de capacidades, habilidades y destrezas cognitivas, que el estudiante desarrolla durante el proceso de enseñanza aprendizaje”.

Se puede decir que el rendimiento académico no solo se refiere al aspecto cognitivo, es decir sintetiza la acción del proceso educativo, como un conjunto de habilidades, destrezas, aptitudes, intereses del alumno.

Para obtener un rendimiento académico eficiente, intervienen muchos factores educativos como: la infraestructura del colegio, metodología de los profesores, el aspecto individual del alumno, apoyo familiar y entre otros.

3.2.2. Definición operacional

3.2.2.1. Variable 1: estrés

Las características fisiológicas del hombre, presenta diferentes reacciones emocionales ya que tienen diferentes aspectos psicosociales de acuerdo al ambiente en que se encuentra, y se puede medir con el siguiente instrumento que es el cuestionario SISCO compuesto por 24 ítems con escala de respuesta Likert. Arturo Barraza Macías (2006)

Tabla 1.
Operacional de la variable estrés

Variable	Dimensiones	Indicadores
1. Estrés	1.1 Estresores	1. Frecuencia competitiva 2. Frecuencia sobre carga de tareas 3. Frecuencia carácter del docente 4. Frecuencia sobre carga de tareas 5. Frecuencia que piden los docentes (ficha de trabajos) 6. Frecuencia de no entender los temas 7. Frecuencia de participación en clases (preguntas)
	1.2 Reacciones físicas	8. Frecuencia de tiempo limitado para hacer el trabajo 9. Frecuencia de trastornos en el sueño 10. Frecuencia fatiga crónica 11. Frecuencia fatiga, dolor de cabeza 12. Frecuencia con problemas en la digestión 13. Frecuencia de morderse las uñas 14. Frecuencia con mayor necesidad de dormir
	1.3 reacciones Psicológicas	15. Frecuencia de inquietud 16. Frecuencia de sentimientos de tristeza 17. Frecuencia de angustia 18. Frecuencia con problemas de concentración
	1.4 Reacciones comportamentales	19. Frecuencia con sentimientos de agresividad 20. Frecuencia con tendencia a discutir 21. Frecuencia al aislamiento de los demás 22. Frecuencia para realizar las labores 23. Frecuencia del tiempo limitado para hacer el trabajo 24. Frecuencia de reducción de alimentos

3.2.2.2. Variable 2: Rendimiento escolar:

Según Gamarra M.F. (2016), son aquellas variables que se pueden medir en escalas numéricas y cuantificable, ejemplo: La escala de éxito académico de logros de aprendizaje vigesimal (ver anexo 2).

Tabla 2.
Escala de calificación cuantitativa.

Categoría	Enunciado	Promedio
Logro Destacado	Cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia.	18 - 20
Logro Esperado	-Cuando el estudiante demuestra manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas en el tiempo programado.	14 -17
En proceso	-Cuando el estudiante esta próximo o cerca al nivel esperado, respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.	11 - 13
En inicio	Cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado.	0 - 10

3.3. Tipo y nivel de la investigación:

3.3.1. Tipo de investigación

El presente estudio es de tipo de investigación básica, porque auscultaremos las diferentes teorías científicas existentes en relación al problema de estudio. Estas teorías constituirán los soportes teórico- científico del marco teórico; luego, formularemos nuestra hipótesis y contrastaremos con la realidad problemática para arribar conclusiones teóricas entre el estrés y el rendimiento escolares de los estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública, Macusani Puno. Santiago Valderrama Mendoza (2017).

3.3.2. Nivel de investigación

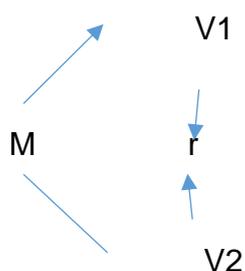
El nivel de investigación corresponde al descriptivo correlacional, es descriptivo porque mide y describe las características de los hechos o fenómenos sobre el tema, Hernández (2010) menciona: busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretende medir y recoger información de manera

independiente o conjunta sobre los conceptos o a las variables a las que se refiere (p.80, 81). Y es de nivel correlacional, porque este tipo de estudio tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos más conceptos, categorías o variables de un contexto en particular (p. 81).

3.4. Diseño de la investigación.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), el diseño de la presente investigación al que corresponde es no experimental y de corte transversal. No experimenta, porque no pretende manipular deliberadamente ninguno de los elementos de las variables a estudiar. Así mismo la investigación es de corte transversal, ya que los datos a de información a recolectar son tomados mediante el cuestionario en un solo momento.

El diagrama representativo es el siguiente:



Donde:

M: Muestra de la investigación

v1: Estrés

v2: Rendimiento académico

r: Relación entre las dos variables.

3.5. Población y muestra de Estudio

3.5.1. Población

Está constituida por 87 estudiantes matriculado en el 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Publica José Macedo Mendoza, Macusani Puno, de las secciones: B, C, D, del área de desarrollo personal, ciudadanía y cívica 2020.

Señala que la población es una totalidad de un fenómeno de estudio, incluye la totalidad de unidades de análisis que integra dicho fenómeno y que

debe cuantificarse para un determinado estudio integrado un conjunto N° de entidades que participan de una determinada característica, y se le denomina la población por constituir la totalidad del fenómeno adscrito a una investigación(Tamayo,2012).

Tabla 3.

Estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública José Macedo Mendoza, Macusani Puno, 2020.

Nro de secciones	Grado	Hombres	Mujeres	Total
01	5to "B"	11	18	29
02	5to "C"	13	16	29
03	5to "D"	15	14	29
Total				87

3.5.2. Muestra

La muestra considerada en la investigación quedo determinada por **71** estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria desarrolladas mediante las clases virtuales con video conferencias "aprendo en casa", con edades comprendidas entre los 16 a 17 años, de la institución pública Macusani Puno 2020.

Según, Hernández, (2010) manifiesta que la muestra viene a ser el sub conjunto del total de elementos, sujetos y hechos que intervienen en un proceso de investigación, pero caracterizándose estos por poseer elementos que los hace muy particulares.

Para calcular el tamaño de muestra se aplicó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{d^2 \cdot N + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

N = Población = 87

n = Muestra = 71

d = Margen de Error = 5% = 0.05

Z = Nivel de Confianza = 95% ⇒ 1.96

$p = \text{Probabilidad de Éxito} = 50\% = 0.5$

$q = \text{Probabilidad de Fracaso} = 50\% = 0.5$

3.5.3. Muestreo

En la determinación del tamaño de muestra se aplicó el tipo de muestreo probabilístico o aleatorio simple,

Gómez, (2012). Señaló que el muestreo es “el medio a través del cual el investigador, selecciona las unidades representativas para obtener los datos que le permitirán obtener información acerca de la población a investigar”.

1) Criterios de inclusión:

- Estudiantes entre 16 a 17 años de edad
- Participar de forma voluntaria previo cumplimiento del consentimiento informado;
- Estudiantes que respondan todos los ítems de los instrumentos.

2) Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no se encuentran entre las edades de 18 a 19 años.
- Estudiantes sin hoja de consentimiento informado
- Estudiantes que no se encuentran en el cuaderno de incidencias por causar incumplimiento de las normas de convivencia escolar.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1. Técnicas de recolección de datos:

Para la variable de estudio del estrés se utilizó la técnica de la encuesta del SISCO de estrés académico con 24 ítems, organizada con cuatro dimensiones, validado por Arturo Barraza Masías (2006). Para la variable del rendimiento escolar se utilizó la técnica del análisis documental.

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos:

El instrumento utilizado para la variable del estrés fue el Cuestionario de encuesta (SISCO) y para la variable del rendimiento escolar fue el Registro Auxiliar de Notas.

1) **Cuestionario de estrés**

Nombre de la prueba: Cuestionario de encuesta (SISCO).

Autor: Arturo Barraza Macias (2006)

Administración: Individual

Duración: 20 a 25 minutos

Ámbito de aplicación: Adolescentes.

Objetivo: Determinar el estrés y Rendimiento Escolar

El instrumento de la variable estrés (cuestionario de Sisco de 24 Ítems) fue validado por Dr. Arturo Barraza Macías México, (2006).

La finalidad de dicho instrumento es determinar el nivel de estrés de cada estudiante, que está constituido por 4 dimensiones: Estresores. Reacciones físicas, Reacciones psicológicas, y Comportamentales. Los estudiantes tenían que responder con una "X" (1=Nunca, 2 =A veces, 3=Regularmente.4= Casi siempre, 5=Siempre) y el tiempo fue evaluado de 20 a 25 minutos en forma individual.

Sin embargo, se procedió nuevamente validar el instrumento de recolección de datos, cuyo procedimiento de la validación se ratifica mediante validez de contenido con la evaluación de juicio de dos expertos Dra. Rosa E. Chirinos Susano y la Dra. Shadia Samira Segovia Boluarte aplicando la prueba binomial a través de software SPSS versión 25.

Validez y Confiabilidad

Según Valderrama (2017) afirma que, para evaluar la confiabilidad o la homogeneidad de las preguntas, es común emplear el Coeficiente de Alfa de Cronbach. Este coeficiente tiene valores entre 0 y 1, donde 0 significa confiabilidad nula, y 1 representa confiabilidad total (p,228).

Para la confiabilidad de los instrumentos de medición de la variable estrés se realizaron con la información de datos obtenidos mediante la encuesta aplicada y para evaluar la fiabilidad se aplicó el índice de confiabilidad de Alfa de Cronbach obteniéndose un resultado del coeficiente de 0,882 en escala total para toda la muestra, y según la tabla categórica, se determina que el instrumento de medición de la variable estrés es de consistencia interna con

tendencia a muy alta del 88,2%, según Santiago Valderrama Mendoza (p.228). Seguidamente se aprecia los resultados de la confiabilidad de los instrumentos de medición obtenidos con el Software SPSS versión 25.

Tabla 4.
Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	71	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	71	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Tabla 5.
Confiabilidad o fiabilidad del instrumento

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,882	24

2) Registro Auxiliar

Nos permitirá recopilar información necesaria de acuerdo a los resultados de competencias y capacidades, (notas) en los estudiantes antes mencionado (MINEDU 2016).

Se utilizó para medir el rendimiento escolar:

- Registro Auxiliar, secciones: B, C, D, del área de desarrollo personal, ciudadanía y cívica 2020.
- Lista de cotejos

Escala de calificación cuantitativa

Tabla 6.
Calificación cuantitativa según categorías

Categoría	Enunciado	Promedio
Logro Destacado	Cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia.	18 - 20
Logro Esperado	-Cuando el estudiante demuestra manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas en el tiempo programado.	14 -17
En proceso	-Cuando el estudiante esta próximo o cerca al nivel esperado, respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.	11 - 13
En inicio	Cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo a nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente	00.10

De acuerdo con los resultados del análisis de fiabilidad, que dio como resultado ,882, y según la tabla categórica, se determina que el instrumento de medición es de consistencia interna con tendencia muy alta.

3.7. Métodos de análisis de datos.

Se utilizó para el proceso de análisis estadístico, de los datos recopilados por los instrumentos:

- Recopilación de datos por los instrumentos para las variables
- Procesamiento de datos en la matriz
- Comparación de los datos estadísticos por variables

Finalmente, presentamos el análisis e interpretación de la contratación de la hipótesis de investigación efectuada con el software SPSS y el Excel, utilizando el estadístico análisis de regresión múltiple, que comprende: la contratación de la hipótesis, planteamiento de la prueba de hipótesis, prueba estadística de la hipótesis; y, la determinación de la relación de hábitos y habilidades de estudio con el rendimiento académico de los estudiantes.

3.8. Aspectos Éticos

Se cumplió de acuerdo a lo estipulado a las normas de APA. De igual modo se presentó una solicitud de autorización para realizar la siguiente investigación en la Institución Educativa Secundaria Pública” José Macedo Mendoza” Macusani Puno,2020.

Los procedimientos que se seguirán en la investigación no atentarán contra la dignidad de los adultos mayores. Sus objetivos y resultados son transparentes y abiertos a las comisiones de ética y supervisión de la comunidad científica.

El actual proyecto de exploración, cumplirá con las declaraciones de Helsinki estipulada en 52º Asamblea Medica General, llevada a cabo en Edimburgo, Escocia, en octubre del año 2000; toda vez que la aplicación de los instrumentos no representa riesgo para los participantes. Sin embargo, en el marco de respeto a derechos, seguridad y confidencialidad de la información se dará en el trabajo de campo.

IV. RESULTADOS

4.1. Análisis de la investigación

En la presentación, análisis e interpretación de resultados de la investigación, consideramos pertinente señalar en forma detallada los resultados de la relación entre las variables de estrés y rendimiento escolar que son las siguientes:

Objetivo general. Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria en la Institución Pública de Macusani Puno, 2020

Tabla 7.

Correlación entre el estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Pública de Macusani, Puno, 2020

		Estrés	Rendimiento escolar	
Rho de Spearman	Estrés	Coeficiente de correlación	1,000	-,007
		Sig. (bilateral)	.	,953
		N	71	71
	Rendimiento escolar	Coeficiente de correlación	-,007	1,000
		Sig. (bilateral)	,953	.
		N	71	71

Fuente: Elaborado por las investigadoras

En la tabla N° 08 se aprecia el resultado de correlación entre las variables de Estrés y el rendimiento escolar de los estudiantes, la cual muestra según el Coeficiente estadístico de Rho de Spearman una $r = -0.007$, que indica una relación inversa por el signo negativo; sin embargo, existe una correlación prácticamente nula, lo cual significa que no existe una correlación significativa al nivel de significancia del 0,05.

4.1.1. Resultados de los objetivos específicos

Objetivo Especifico 1. Determinar la relación entre los estresores y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria en la Institución Pública de Macusani.

Tabla 8.

Correlaciones entre las dimensiones estresores y rendimiento escolar

			Estresores	Rendimiento escolar
Rho de Spearman	Estresores	Coeficiente de correlación	1,000	-,033
		Sig. (bilateral)	.	,787
		N	71	71
Rendimiento escolar	Rendimiento escolar	Coeficiente de correlación	-,033	1,000
		Sig. (bilateral)	,787	.
		N	71	71

La tabla 09 de correlaciones muestra un resultado del Coeficiente de correlación r de Rho de Spearman = -0,33 entre las variables de los estresores y el rendimiento escolar, existe una correlación prácticamente nula, lo cual significa que no existe una correlación significativa al nivel de significancia del 0,05.

Objetivo Especifico 2. Establecer la relación entre las reacciones físicas y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria en la Institución Pública de Macusani, Puno 2020.

Tabla 9.

Correlaciones entre las dimensiones reacciones físicas y rendimiento escolar

			Reacciones físicas	Rendimiento escolar
Rho de Spearman	de Reacciones físicas	Coeficiente de correlación	1,000	-,091
		Sig. (bilateral)	.	,452
		N	71	71
Rendimiento escolar	Rendimiento escolar	Coeficiente de correlación	-,091	1,000
		Sig. (bilateral)	,452	.
		N	71	71

Fuente: Elaborado por las investigadoras

La tabla N° 10 de correlaciones muestra un resultado del Coeficiente de correlación r de Rho de Spearman = $-0,91$ entre las variables de reacciones física y el rendimiento escolar, existe una correlación prácticamente nula, lo cual significa que no existe correlación significativa al nivel de significancia del 0,05.

Objetivo específico 3. Establecer la relación entre las reacciones psicológicas y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado de secundaria en la Institución Pública de Macusani, Puno 2020.

Tabla 10.

Correlaciones entre las dimensiones psicológicas y rendimiento escolar

			Reacciones Psicológicas	Rendimiento escolar
Rho Spearman	de Reacciones Psicológicas	Coeficiente de correlación	1,000	,104
		Sig. (bilateral)	.	,386
		N	71	71
	Rendimiento escolar	Coeficiente de correlación	,104	1,000
		Sig. (bilateral)	,386	.
		N	71	71

Fuente: Elaborado por las investigadoras

En la tabla Nro. 11 de correlaciones muestra un resultado del Coeficiente de correlación r de Rho de Spearman = $0,104$ entre las variables de reacciones físicas y el rendimiento escolar, existe una correlación prácticamente nula, lo cual significa que no existe correlación significativa al nivel de significancia del 0,05.

Objetivo específico 4. Establecer la relación entre las reacciones comportamentales y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria en la Institución Pública de Macusani.

Tabla 11.

Correlaciones entre las dimensiones reacciones comportamentales y rendimiento escolar

			Reacciones comportame ntales	Rendimiento escolar
Rho	de Reacciones	Coefficiente de correlación	1,000	,131
Spearman	comportamentales	Sig. (bilateral)	.	,275
		N	71	71
	Rendimiento escolar	Coefficiente de correlación	,131	1,000
		Sig. (bilateral)	,275	.
		N	71	71

Fuente: Elaborado por las investigadoras

La tabla N° 12 de correlaciones muestra un resultado del Coeficiente de correlación r de Rho de Spearman = 0,131 entre las variables de reacciones comportamentales y el rendimiento escolar, existe una correlación prácticamente nula, lo cual significa que no existe correlación significativa al nivel de significancia del 0,05.

Objetivo específico 5. Describir el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria en la Institución Pública de Macusani.

Tabla 12.

Rendimiento escolar de los estudiantes

NIVELES DE LOGRO	ESCALA VIGESIMAL	FRECUENCIA	%
Logro destacado	18 - 20	7	9,9
Logro esperado	14 - 17	31	43,7
En proceso	11 - 13	33	46,5
En inicio	00 - 10	0	0,0
		71	100,0



Figura 1. Rendimiento escolar de los estudiantes
Fuente: Elaborado por las investigadoras

La tabla N° 13, muestra los resultados de la frecuencia del rendimiento escolar de los estudiantes, en la cual se aprecia que el 46,5% de estudiantes (33) se encuentran con nivel de logro en proceso, el 43,7% de estudiantes (31) con nivel de logro esperado, el 9,9 % de estudiantes (7) con nivel de logro destacado y ningún estudiante con nivel de logro en inicio. Estos resultados se aprecian y se visualiza en el gráfico circular

4.2. **Contrastación de la prueba de hipótesis.**

4.2.1. **Validación de la hipótesis general.**

1) Planteamiento de la hipótesis.

Ho: No existe relación significativa entre el estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria en la Institución Pública de Macusani Puno, 2020

Ha: Existe relación significativa entre el estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to grado del nivel de educación secundaria en la Institución Pública de Macusani Puno, 2020

2) Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

3) Prueba estadística calculada: Valor P o Sig. bilateral

4) Decisión: Si Valor Sig. es menor a 0.05 entonces; se rechaza la hipótesis nula Ho y se acepta la hipótesis alterna Ha.

En la tabla 08 de correlaciones del coeficiente de correlación Rho de Spearman, muestra el resultado del Sig. bilateral de 0,953, y este valor es mayor a 0,05; lo cual implica aceptar la hipótesis nula.

Por lo tanto, concluimos que no hay suficiente evidencia de que existe relación significativa entre las variables de estrés y el rendimiento escolar al nivel de significancia del 5%.

4.2.2. Validación de las hipótesis específicas.

En las Tablas 09, 10, 11 y 12 de correlaciones antes indicadas mediante el coeficiente de correlación Rho de Spearman, muestran los siguientes resultados:

- Valor Sig. bilateral de 0,787 para la relación de Estresores y rendimiento escolar
- Valor Sig. bilateral de 0,452 para la relación de reacciones físicas y rendimiento escolar
- Valor Sig. bilateral de 0,386 para la relación de reacciones psicológicas y rendimiento escolar
- Valor Sig. bilateral de 0,275 para la relación de reacciones comportamentales y rendimiento escolar.

Como se puede apreciar todos los valores del Sig. bilateral son mayores al 0,05. Por lo tanto, se concluyen que se debe aceptar la hipótesis nula al nivel de significancia del 5% en todas las hipótesis específicas.

V. DISCUSIÓN

Nuestro cuidadoso desarrollo de la investigación para realizar estudios de estrés en el entorno educativo de los estudiantes de secundaria, teniendo en cuenta los tipos de investigación no empírica y la noción de correlación hacia la que trabaja nuestro trabajo. Desde este punto de vista científico, se desarrolla estadísticamente y se utiliza para probar la hipótesis propuesta por Rho Spearman, mostrando los resultados de encontrar correlaciones entre variables y dimensiones seleccionadas objetivamente.

Martínez y Díaz (2007) encuentran que el estrés en la escuela es causado por una variedad de factores, incluidos los físicos, emocionales, relacionales y ambientales, que pueden ejercer una presión significativa sobre la capacidad de un individuo para hacer frente a las condiciones de rendimiento académico en la escuela. malestar del estudiante. Capacidad metacognitiva para tratar con seres queridos perdidos, pruebas de presentación, relaciones con los compañeros, estudios cognitivos y de identidad.

Según Paba, Lara, Palmezano (2008). Garantizan que: “El resultado académico es la puntuación que obtienen los estudiantes durante la evaluación e indica la calidad y cantidad de conocimientos”. Los alumnos de 5º grado se desarrollan en un aula virtual mediante la videoconferencia “Aprende en casa”. La hipótesis general resulta identificar hipótesis específicas de verdadera correlación cero y estrés, como factores estresantes, reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones conductuales y rendimiento académico. Escuela pública de Macusani Puno, 2020.

Aldunate, y Bravo, (2018). ¿Quién desarrolló la encuesta? Coronel Francisco Bolognesi rendimiento académico de la unidad de infantería 125 de la academia del ejército, 2018, concluye que el estrés tiene poco que ver con el rendimiento académico.

Dominguez, Guerrero y Dominguez (2015). ¿Quién desarrolló una investigación sobre los efectos del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios? Colegio Autónomo de Yucatán. Aunque el 70% de los encuestados dijo que el estrés afecta el rendimiento académico en

la escuela, el 55% de los encuestados dijo que obtuvo buenas calificaciones, el 0% promedio y solo el 5% lo hizo mal. Concluyo que esto no se refleja en mis notas. Se encontró una buena cantidad de tareas y evaluaciones en situaciones de preocupación para los estudiantes. Sin embargo, la actividad donde el estrés tiene el mayor impacto es el proyecto final y el enfoque del tiempo de clase.

VI. CONCLUSIONES

Al analizar los resultados y contrastar con los objetivos planteados y las hipótesis previstas se ha llegado a las siguientes conclusiones:

Objetivo general, se concluye que existe prácticamente una correlación nula entre el estrés y rendimiento escolar en los estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani Puno, cuyo resultado de $\gamma = -,007$ y el valor Sig. de 0,953 es mayor al 0,05, por lo que se concluye que entre variable del estrés y el rendimiento escolar existe correlación prácticamente nula al 5% del nivel de significancia.

Primer objetivo específico, cuyo resultado de $\gamma = -,033$ y el valor Sig. de 0,787 es mayor al 0,05, por lo tanto, se concluye que entre la dimensión estresores y el rendimiento escolar existe correlación prácticamente nula al 5% del nivel de significancia.

Segundo objetivo específico, cuyo resultado de $\gamma = -,091$ y el valor Sig. de 0,452 es mayor al 0,05, por lo tanto, se concluye que entre la dimensión reacciones físicas y el rendimiento escolar existe correlación prácticamente nula al 5% del nivel de significancia.

Tercer objetivo específico, cuyo resultado de $\gamma = -,104$ y el valor Sig. de 0,386 es mayor al 0,05, por lo tanto, se concluye que entre la dimensión reacciones psicológicas y el rendimiento escolar existe correlación prácticamente nula al 5% del nivel de significancia.

Cuarto objetivo específico, cuyo resultado de $\gamma = ,131$ y el valor Sig. de 0,275 es mayor al 0,05, por lo tanto, se concluye que entre la dimensión reacciones comportamentales y el rendimiento escolar existe correlación prácticamente nula al 5% del nivel de significancia.

Quinto objetivo específico, la tabla N° 13, muestra los resultados de la frecuencia del rendimiento escolar de los estudiantes, en la cual se aprecia que el 46,5% de estudiantes (33) se encuentran con nivel de logro en proceso, el 43,7% de estudiantes (31) con nivel de logro esperado, el 9,9 % de estudiantes

(7) con nivel de logro destacado y ningún estudiante con nivel de logro en inicio. Estos resultados se aprecian y se visualiza en el gráfico circular

En el presente estudio de investigación se concluye que existe una correlación prácticamente nula, lo cual significa que no hay correlación significativa al nivel de 0,05 de significancia. Por lo tanto, haciendo el análisis e interpretación de los resultados obtenidos, se pretende explicar y justificar las razones más importantes por las cuales no existe correlación entre las variables planteadas en el objetivo general y en el de los objetivos específicos, la cual se sustenta con argumentos teóricos y normas legales de la subsiguiente manera:

- 1) La norma legal y las disposiciones dadas por el gobierno de turno en el país Perú del plan de emergencia COVI-19, específicamente en el sector de educación a nivel nacional, contempla que todos los estudiantes de diferentes niveles de educación básica regular y el de nivel de educación secundaria (población de estudio) deberán de aprobar todos los estudiantes por encontrarnos en estado de emergencia y llevadas virtualmente con el lema de “Yo aprendo en casa”, y al enterarse por los medios de comunicación e información masiva, poco o nada se preocupan los estudiantes en aprender, estudiar, dedicar tiempo de estudio, etc. Por lo tanto, afirmamos que dichos estudiantes no están estresados porque saben que con tan solamente asistiendo a las clases virtuales estarán aprobando y pasando de año, y es en ese sentido que la variable estrés no se relaciona con el rendimiento escolar.
- 2) Con el decreto de emergencia dada por el gobierno, se aprecia además que la calificación de la evaluación vigesimal para el logro de aprendizaje, se evalúan con calificación cuantitativa de 11 a 20, sin que existe la calificación de 0 a 10 en los niveles de logros de aprendizaje.
- 3) El proceso de enseñanza y aprendizaje en el presente año de la coyuntura social, económica y política, es una realidad que los estudiantes no estudian ni aprenden responsablemente como en las clases presenciales antes de la pandemia.

- 4) En efecto los estudiantes tienen una alternativa de seguir continuando sus estudios escolares sin repercusiones a quedarse de grado.
- 5) Y es más tienen una accesibilidad aun chip completamente gratuito de parte de la autoridad local para realizar las clases virtuales.

VII. RECOMENDACIONES

Antes de dar por concluido nuestro proyecto de investigación. Tenemos la grata recomendación hacia la sociedad en general principalmente a la futura generación:

- Primero:** Determinar y concientizar, para dar mayor atención a esta situación en todo aspecto social, para así evitar a mayor perjuicio psicosocial, conductual (mental) para una vida sana y saludable.
- Segundo:** Determinar valores sociales en los estudiantes en todos los niveles, reconociendo mediante estrategias y métodos de aprendizaje en la Institución Educativa que convive.
- Tercero:** Establecer e Integrar programas de apoyo de asesoramiento psicológico mediante cursos, charlas de motivación, relajación, ejercicio mental, escuela de padres, etc. Para llevar y mejorar la relación entre sí.
- Cuarto:** Establecer y Describir las características sociales y personales de cada individuo en la convivencia con los demás o el entorno que la rodea, tales como la convivencia familiar y las relaciones a nivel de sus necesidades.
- Quinto:** Establecer y Promover actividades de cuidado de sí mismo y el ambiente que la rodea, garantizar el apoyo de las entidades tales como el ministerio de salud, educación, otras entidades: fortalecer la armonía, paz, tranquilidad, mediante deportes y otras actividades.
- Sexto:** Se sugiere al docente fomentar orientación emocional a los estudiantes, para adecuar a la situación actual en que vivimos buscando métodos y estrategias de aprendizaje en toda las escuelas o colegios rurales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aldunate, P., Pedro y Bravo, J. (2018). El estrés y el Rendimiento académico de la sección de Infantería de la promoción 125 de cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos Coronel Francisco Bolognesi, año 2018". Recuperado de <http://repositorio.escuelamilitar.edu.pe/handle/EMCH/59>
- Amado Ramos, J. A., y Condori, D. R. (2019). *"Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes del tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa particular de Arequipa – 2017."*
- Ali Puma, María Cleofe El estrés y el rendimiento académico en el área de historia, geografía y economía en estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria "Independencia Nacional" Puno – 2015
I: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/5158>
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. PsicologíaCientífica.com. Extraído el 7 de junio, 2009 de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-19-caracteristicas-del-estres-academico-de-los-alumnos-de-educacion-media-superior.pdf>
- Berrio García, Nathaly, Mazo Zea, Rodrigo (2011). Estrés Académico. Revista de Psicología Universidad de Antioquia, 3(2), 65-82. Recuperado el 28 de agosto de 2020, de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006&lng=pt&tlng=es.
- B.F. Skinner (1938). La conducta de los organismos. De: <https://sites.google.com/site/escuelaspsicounc/word-of-the-week/unadefiniciondeconductabfskinner>
- Caballero, A. (2016). Neurología Cerebro Adolescente Recuperado de <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/neurologia-el-cerebro-adolescente/489595>

- Cruz Fernández, Guido Armando “Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicomotricidad de la Universidad Salesiana de Bolivia, gestión 2017”. Recuperado de <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/15289>
- Cuadrado, I. y Fernandez, I. (2008). “¿Cómo intervienen maestros y profesores para favorecer el aprendizaje en secundaria? Un estudio comparativo desde el análisis del discurso”, *infancia y aprendizaje*, 31 (1), 3-23.
- Córdova, D. L., Mogro, I. y Belén, E. (2016). Estrés y su asociación en el rendimiento académico en los estudiantes de la facultad de medicina desde primero a octavo nivel de la puce”. Quito 2015.
- Domínguez Castillo, R. A., Guerrero Walker, G. J., & Domínguez Castillo, J. G.” Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios”. *Educación y ciencia*, 4(43), 31-40. (2015).
- Díaz, R. (2005). Manejo del Estrés en niños escolares. Tesis que para obtener el título de licenciada en psicología. UNAM: Zaragoza. Recuperado el 7 de marzo del 2012. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2005/51921/0342468/Index.html>
- Francisco Javier, Robles Ojeda Alejandra, Sánchez Velasco Iris, Xóchitl Galicia Moyeda (2011). Relación del Bienestar Psicológico, Depresión y Rendimiento Académico en Estudiantes de Secundaria. *Psicología Iberoamericana*, vol. 19, núm. 2, julio-diciembre, 2011, pp. 27-37
- Flores Beltrán, L. F. (2019). *Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios*.
- Fernando Gamarra Morales, “ANÁLISIS: La Evaluación Cualitativa en el Nuevo Currículo Nacional de la Educación Básica”, 2016
- Gonzales, M. E., Gonzales. S (2012). Estrés académico en el nivel medio superior. Vol. 1 Num. 2. Recuperado de: <https://chat.iztacala.unam.mx/cshat/index.php/cshat/article/view/51>.

- H. Alejandro Maturana, .S. Ana Vargas. (2015). El estrés escolar, de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000073>
- Hernández, P. (2011). Influencia del Estrés en los alumnos de segundo y tercer grado de secundaria del Colegio Hidalgo de Michoacán, A. C. Tesis que para obtener el título de licenciado en pedagogía. Michoacán: Universidad Don Vasco, A. C.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). Definición conceptual o constitutiva. En Metodología de la Investigación (6ª ed. pp. 119-125). México: McGraw-Hill
- Jerez Mendoza, Mónica y Oyarzo Barría Carolina “Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de los Lagos” Osorno, Rev. Chil. Neuro-psiquiatr. Vol. 53 n° 3 Santiago set. 2015.
- La Rosa Candía, S., & Ochoa Tenorio, G. (2018). “*Estrés y Rendimiento Académico en Estudiantes del Nivel Secundaria de Socos, Ayacucho – 2018*”.
- Lucía del Carmen Quezada Berumen, Mónica Teresa González Ramírez, (2012). El papel de los estresores y las condiciones de estado civil para explicar la depresión y el estrés en adolescentes gestantes. Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte. Vol. 29 (1): 19-46, 2012
- Llancari Altez, G. R. (2019). *Estrés en estudiantes del sexto grado de primaria del Distrito de Acobamba Huancavelica*.
- Mamani, A., Obando, R, Uribe, A.M. y Vivanco, M. (2007). Factores que desencadenan el estrés y sus consecuencias en el desempeño laboral en emergencia. Rev Per Obst Enf 3(1), 2007
- Moreno Candiotti, M. E. (2019). “*Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico, en el área de inglés, en estudiantes del 4º grado B, C y D del nivel secundario de la "I. E 0094 Banda de Shilcayo" en el año 2018*”.

MEDINA ESPINOZA, Emma (2017). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5º de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco – 2017*

Melgosa, Julián (2019). *MENTE POSITIVA, Como alcanzar la salud y el bienestar emocional*. 1º edición-Florida: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2019. 328 p

Omar Maceo Palacio, Alberto Maceo Palacio, Yalili Ortega Varón Blanco, Maricel Maceo Palacio, Yoandris Peralta Roblejo. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias, *Multimed* 2013; 17(2): 185-196. <http://scielo.sld.cu>

Organización Mundial de la Salud. *Salud mental*. Recuperado de: https://www.who.int/topics/mental_health/es/

Pacheco Castillo, Josué, “estrés académico de los estudiantes de enfermería en una universidad privada de puerto rico y su asociación con el rendimiento académico”. Tesis doctoral Málaga, 2017.

Quito calle1 Jessica Vanessa, Tamayo piedra2 Mónica del Carmen, buñay barahona3 diana Priscila y Neira cardenas4, Olga Susana. “estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del ecuador” universidad católica de cuenca ecuador revista electrónica de psicología iztacala. 2017.

Revista Electrónica de Psicología Iztacala IZTA C A L A Universidad Nacional Autónoma de México, 2017.

Revista educación ISSN: 0379-7082 revedu@gmail.com universidad de costa rica. naranjo Pereira, maría luisa una revisión teórica sobre “el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo” educación, vol. 33, núm. 2, 2009, pp. 171-190 universidad de costa rica san pedro, montes de oca, costa rica, 2009.

Santiago Valderrama Mendoza Pasos para elaborar proyectos y tesis de investigación científica por Valderrama Mendoza, Santiago. Tipo de material: ...

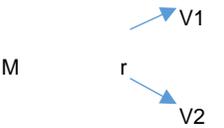
Toledo, Reinoso “Influencia del Estrés en el Rendimiento Académico de los estudiantes del Quinto Semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad Central Del Ecuador.” (2017).

Vargas Zarate, R. (2018). *Relación entre Estrés Académico y Rendimiento Académico en las Estudiantes del 5° Grado del Nivel Secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017.*

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS	TIPO, NIVEL Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	VARIABLES DE INVESTIGACIÓN	METODOLOGÍA
<p>PROBLEMA GENERAL. ¿Existe relación entre el estrés y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿Cómo es la relación entre los estresores y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?</p> <p>¿Cómo es la relación entre las reacciones físicas y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?</p> <p>¿Cómo es la relación entre las reacciones psicológicas y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL. Determinar la relación entre el estrés y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS Determinar la relación entre los estresores y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p> <p>-Establecer la relación entre las reacciones físicas y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p> <p>Establecer la relación entre las reacciones psicológicas y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL. Existe relación significativa entre el estrés y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS. Existe relación entre los estresores y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p> <p>Existe relación entre las reacciones físicas y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p> <p>Existe relación entre las reacciones psicológicas y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p>	<p>TIPO y NIVEL DE INVESTIGACIÓN Tipo La presente investigación es de tipo básico. (Santiago Valderrama M. 2017). Nivel. Es de nivel descriptivo correlacional que mide y describe las características de los hechos o fenómenos sobre el tema, Hernández (2010)</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN Según Hernández, Fernández y Baptista (2014). El diseño de la presente investigación es cuantitativo, no experimental ya que no se pretende manipular deliberadamente ninguno de los elementos de las variables a estudiar, las cuales son consideradas como dependientes. Así mismo la investigación es de corte transversal ya que los datos a recolectar serán tomados en un solo momento (estrés y</p>	<p>VARIABLES: V1: Estrés</p> <p>Dimensiones - Estresores -Reacciones físicas -Reacciones psicológicas -Reacciones comportamentales</p> <p>VARIABLES: V2: Rendimiento escolar</p> <p>Dimensiones -Logro destacado -Logro esperado -En proceso -En inicio</p>	<p>POBLACIÓN Y MUESTRA</p> <p>La población Está constituida por 87 estudiantes de 5to grado de las secciones: B, C, D, de secundaria de la Institución Educativa Pública José Macedo Mendoza Macusani Puno, 2020.</p> <p>Muestra La muestra considerada en la investigación quedo determinada por 71 estudiantes del 5to grado del nivel secundaria, con edades comprendidas entre los 16 a 17 años, de la institución Educativa Pública Macusani, Puno 2020.</p> <p>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS Estrés. Se utilizó el cuestionario del inventario SISCO de estrés académico con 24 ítems, organizada por cuatro dimensiones, validado por Arturo Barraza Masías (2006) Lo cual está dirigido a los estudiantes del 5to grado del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Macusani, Puno 2020. Rendimiento escolar. Registro auxiliar. Nos permitirá recopilar información necesaria de acuerdo a los resultados de competencias y capacidades, (notas) en los estudiantes antes mencionado (MINEDU 2016). Se utilizó para medir el rendimiento académico: <ul style="list-style-type: none"> Registro Auxiliar, secciones: 5to Grado B, C, D, del área de </p>

<p>¿Cómo es la relación entre las reacciones comportamentales y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria en la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?</p> <p>¿Cómo es el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020?</p>	<p>Establecer la relación entre las reacciones comportamentales y rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p> <p>Describir el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado del nivel de Educación Secundaria de la Institución Educativa Pública de Macusani, Puno 2020.</p>	<p>Existe relación entre las reacciones comportamentales y el rendimiento escolar en estudiantes del 5to grado de nivel Educación secundaria en la Institución Educativa Publica de Macusani, Puno 2020.</p>	<p>rendimiento académico), con el objetivo de revisar su interrelación en ese momento.</p> <p>El diagrama representativo es el siguiente</p>  <p>Donde: M: Muestra de la investigación v1: estrés. v2: Rendimiento académico. r: Relación entre las dos variables.</p>	<p>desarrollo personal, ciudadanía y cívica 2020.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lista de cotejos <p>Instrumentos de recolección de datos.</p> <p>-Estrés. Cuestionario de SISCO con 24 ítems</p> <p>-Rendimiento escolar. Registro auxiliar de evaluación y asistencia</p> <p>Mediante la Resolución Viceministerial Nro. 193-2020 MINEDU, Publicado en el diario oficial el peruano.</p> <p>Para la evaluación de rendimiento académico se utilizará el registro auxiliar de notas del área de Desarrollo Personal, Ciudadanía y Cívica de (5to grado).</p> <p>Escala de calificación cuantitativa.</p> <p>-Logro destacado: 18-20</p> <p>-Logro esperado: 14-17</p> <p>-En proceso: 11-13</p> <p>-En inicio: 00-10</p> <p>Metodos de analisis de datos</p> <p>Se utilizó para el proceso de análisis estadístico, de los datos recopilados por los instrumentos: RHO SPEARMAN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recopilación de datos por los instrumentos para las variables • Procesamiento de datos en la matriz • Comparación de los datos estadísticos por variables <p>CONSIDERACIONES ÉTICAS</p> <p>Se cumplió de acuerdo a lo estipulado a las normas de APA. De igual modo se presentó una solicitud para realizar la siguiente investigación a la institución educativa secundaria" José Macedo Mendoza" Macusani Puno,2020.</p>
---	---	--	---	---

Anexo 2: Matriz de operacionaliación de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Definición conceptual	Indicadores	Escala Índice Valorización
Estrés	OMS, 1994). Define al estrés como las reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción	Se medirá con el siguiente instrumento que es el cuestionario SISCO compuesto por 24 ítems con escala de respuesta Likert. Arturo Barraza Macías (2006)	Estresores Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones comportamentales	<p>Se consideran cuando existe competencia con los compañeros del grupo. (Barraza 2008).</p> <p>El estrés académico se ve asociado a un conjunto de síntomas que reflejan la atención a la que es sometido el cuerpo. (Barraza, 2006).</p> <p>Son aquellos que tienen que ver con las funciones cognoscitivas o emociones del estudiante. (Barraza, 2006).</p> <p>Estarían involucrados en la conducta del estudiante, como: conflictos o tendencia a polemizar, aislamiento de los demás, desgano para realizar las labores escolares y aumento o reducción del consumo de alimentos. (Barraza, 2006).</p>	<p>-Frecuencia competitiva</p> <p>-Frecuencia sobre carga de trabajo</p> <p>-Carácter del docente</p> <p>-Evaluación de los docentes</p> <p>-Trastorno en el sueño</p> <p>-Fatiga crónica</p> <p>-Problemas en digestión o diarrea</p> <p>-Morderse las uñas</p> <p>-Somnolencia</p> <p>-Sentimiento de tristeza</p> <p>-Angustia o desesperación</p> <p>-Problemas de concentración</p> <p>-Sentimiento de agresividad</p> <p>-Tendencia a discutir</p> <p>-Aislamiento de los demás</p> <p>-Desgano de las labores</p> <p>-Aumento o reducción de alimentos</p>	<p>Cuestionario con de 24 ítems con respuesta de tipo Likert</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nunca = 1 • A veces = 2 • Regularmente = 3 • Casi siempre= 4 • Siempre = 5

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Definición conceptual	Indicadores	Escala Índice Valorización
Rendimiento escolar	<p>“Es la expresión de capacidades, habilidades y destrezas cognitivas, que el estudiante desarrolla durante el proceso de enseñanza aprendizaje” (Larrosa,1994. Citado por Acuña 2013)</p>	<p>Las calificaciones obtenidas por los estudiantes, en el sistema vigesimal para efecto del estudio de 0-20 (MINEDU 2016)</p>	<p>Logros destacado</p> <p>Logro esperado</p> <p>En proceso</p> <p>En inicio</p>	<p>-Cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia.</p> <p>- Cuando el estudiante demuestra manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas en el tiempo programado.</p> <p>- Cuando el estudiante esta próximo o cerca al nivel esperado, respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.</p> <p>Cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo a nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente.</p>	<p>-18-20 puntos</p> <p>-14-17 puntos</p> <p>-11-13 puntos</p> <p>-0-10 puntos</p>	<p>Escala de medición ordinal de 0 a 20 (Registro auxiliar)</p>

Anexo 3: Instrumento

CUESTIONARIO DEL ESTRÉS

Inventario SISCO

Apellidos y nombres :

Grado y sección:

Señores estudiantes en esta encuesta se presenta un total de 24 preguntas. Todas ellas sobre el estrés y luego de manera veraz, responde.

Instrucciones: Marca con un aspa “X” la opción de la escala que sea acorde a su respuesta. Considera que cada opción tiene la siguiente equivalencia.

NUNCA	A VECES	REGULARMENTE	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1	2	3	4	5

	Dimensión 1: ESTRESORES	1	2	3	4	5
1	¿ señale con qué frecuencia te inquietaron las competencias con los compañeros del grupo?					
2	¿ Señale con qué frecuencia te inquietaron la sobre- carga de tareas y trabajos?					
3	¿Señale con qué frecuencia te inquietaron el carácter del docente?					
4	¿Señale con qué frecuencia te inquietaron las evaluaciones de los docentes (exámenes ,trabajos de investigación)?					
5	Señale con qué frecuencia te inquietaron el tipo de trabajo que te piden los docentes (fichas de trabajos , informes, etc.)?					
6	¿Señale con qué frecuencia te inquieto no poder entender los temas que se abordan en clase?					
7	Señale con qué frecuencia te inquietaron la participación en clases (responder a preguntas, exposiciones etc.)?					
	Dimensiones 2: Reacciones físicas					
8	¿ Señale con qué frecuencia te inquieto el tiempo limitado para hacer el trabajo?					
9	¿ Con que frecuencia tienes trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)?					
10	¿ Con que frecuencia sientes fatiga crónica (cansancio permanente)?					
11	¿ Con que frecuencia sientes fatiga, dolor de cabeza, migrañas?					

12	¿Con que frecuencia sientes problemas de digestión dolor abdominal o diarrea?					
13	¿Con que frecuencia sientes que te muerdes las uñas?					
14	¿Con que frecuencia sientes somnolencia o mayor necesidad de dormir?					
Dimensiones 3: Reacciones Psicológicas						
15	¿Con que frecuencia sientes inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)?					
16	¿Con que frecuencia sientes sentimientos de tristeza?					
17	¿Con que frecuencia sientes angustia o desesperación?					
18	¿Con que frecuencia sientes problemas de concentración?					
Dimensiones 4: Reacciones comportamentales						
19	¿Con que frecuencia sientes sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad?					
20	¿Con que frecuencia sientes que podrías llegar a tener un conflicto o una tendencia a discutir?					
21	¿Con que frecuencia sientes un aislamiento de los demás?					
22	¿Con que frecuencia sientes desgano para realizar las labores universitarias?					
23	¿Señale con qué frecuencia te inquieto el tiempo limitado para hacer el trabajo?					
24	¿Señale con qué frecuencia sientes un aumento o reducción del consumo de alimentos?					

Anexo 4: Validación de instrumentos

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS VARIABLE INDEPENDIENTE: ESTRÉS

Nº	Dimensiones / ítems (coloque(la dimensión de su estudio)	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSION 1: ESTRESORES							
1	¿ señale con qué frecuencia te inquietaron las competencias con los compañeros del grupo?	X		X		X		
2	¿ Señale con qué frecuencia te inquietaron la sobre- carga de tareas y trabajos?	X		X		X		
3	¿ Señale con qué frecuencia te inquietaron el carácter del docente?	X		X		X		
4	¿ Señale con qué frecuencia te inquietaron las evaluaciones de los docentes(exámenes ,trabajos de investigación)?	X		X		X		
5	Señale con qué frecuencia te inquietaron el tipo de trabajo que te piden los docentes (fichas de trabajos , informes, etc.)?	X		X		X		
6	¿ Señale con qué frecuencia te inquieto no poder entender los temas que seabordan en clase?	X		X		X		
7	Señale con qué frecuencia te inquietaron la participación en clases (responder a preguntas, exposiciones etc.)?	X		X		X		
	Dimensión 2: REACCIONES FÍSICAS							
8	¿ Señale con qué frecuencia te inquieto el tiempo limitado para hacer el trabajo?	X		X		X		
9	¿ Con que frecuencia tienes trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)?	X		X		X		
10	¿ Con que frecuencia sientes fatiga crónica (cansancio permanente)?	X		X		X		
11	¿ Con que frecuencia sientes fatiga, dolor de cabeza, migrañas?	X		X		X		
12	¿ Con que frecuencia sientes problemas de digestión dolor abdominal o diarrea?	X		X		X		
13	¿ Con que frecuencia sientes que te muerdes las uñas?	X		X		X		

14	¿Con que frecuencia sientes somnolencia o mayor necesidad de dormir?	X		X		X		
	Dimensión3: REACCIONES PSICOLÓGICAS	Si	No	Si	No	Si	No	
15	¿Con que frecuencia sientes inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)?	X				X		
16	¿Con que frecuencia sientes sentimientos de tristeza?	X		X		X		
17	¿Con que frecuencia sientes angustia o desesperación?	X		X		X		
18	¿Con que frecuencia sientes problemas de concentración?	X		X		X		
	Dimensión4: REACCIONES COMPORAMENTALES	Si	No	Si	No	Si	No	
19	¿Con que frecuencia sientes sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad?	X		X		X		
20	¿Con que frecuencia sientes que podrías llegar a tener un conflicto o una tendencia a discutir?	X		X		X		
21	¿Con que frecuencia sientes un aislamiento de los demás?	X		X		X		
22	¿Con que frecuencia sientes desgano para realizar las labores universitarias?	X		X		X		
23	¿Señale con qué frecuencia te inquieto el tiempo limitado para hacer el trabajo?	X		X		X		
24	¿Señale con qué frecuencia sientes un aumento o reducción del consumo de alimentos?	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg:

SHADIA SAMIRA SEGOVIA BOLUARTE

DNI: 10645773

Especialidad del validador: PSICOLOGA CLINICA

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado. ²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

25 de Julio del 2020

Una imagen de una firma manuscrita en tinta azul, que parece ser la del validador. La firma es cursiva y difícil de leer con precisión. Debajo de la firma, se puede ver un sello o texto muy difuminado que probablemente sea el nombre y cargo del validador.

Firma del Validador

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE ESTRÉS

Nº	Dimensiones / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSION 1: ESTRESORES							
1.	¿Señale con qué frecuencia te inquietaron las competencias con los compañeros del grupo?	X		X		X		
2.	¿Señale con qué frecuencia te inquietaron la sobre- carga de tareas y trabajos?	X		X		X		
3.	¿Señale con qué frecuencia te inquietaron el carácter del docente?	X		X		X		
4.	¿Señale con qué frecuencia te inquietaron las evaluaciones de los docentes (exámenes, trabajos de investigación)?	X		X		X		
5.	¿Señale con qué frecuencia te inquietaron el tipo de trabajo que te piden los docentes (fichas de trabajos, informes, etc.)?	Si	No	Si	No	Si	No	
6.	¿Señale con qué frecuencia te inquieto no poder entender los temas	X		X		X		
7.	¿Señale con qué frecuencia te inquietaron la participación en clases (responder a preguntas, exposiciones etc.)?	X		X		X		
	Dimensión 2: REACCIONES FÍSICAS	X		X		X		
8.	¿Señale con qué frecuencia te inquieto el tiempo limitado para hacer el trabajo?	X		X		X		
9.	¿Con que frecuencia tienes trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)?	Si	No	Si	No	Si	No	
10.	¿Con que frecuencia sientes fatiga crónica (cansancio permanente)?	X		X		X		
11.	¿Con que frecuencia sientes fatiga, dolor de cabeza, migrañas?	X		X		X		
12.	¿Con que frecuencia sientes problemas de digestión dolor abdominal o diarrea?	X		X		X		
13.	¿Con que frecuencia sientes que te muerdes las uñas?	X		X		X		
14.	¿Con que frecuencia sientes somnolencia o mayor necesidad de dormir?	Si	No	Si	No	Si	No	
	Dimensión 3: REACCIONES PSICOLÓGICAS	X		X		X		
15.	¿Con que frecuencia sientes inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)?	X		X		X		
16.	¿Con que frecuencia sientes sentimientos de tristeza?	X		X		X		
17.	¿Con que frecuencia sientes angustia o desesperación?	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ES SUFICIENTE

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Rosa Esther Chirinos Susano

DNI: 08217185

Especialidad del validador: Psicólogo Clínico Educativo

20 de Julio del 2020

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, esconciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados sonsuficientes para medir la dimensión



Rosa E. Chirinos SusanoC.Ps.P. N°3090

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS

VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE RENDIMIENTO ESCOLAR

Escala de calificación cuantitativa.

Categoría	Enunciado	Promedio
Logro Destacado	Cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia.	18 - 20
Logro Esperado	-Cuando el estudiante demuestra manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas en el tiempo programado.	14 - 17
En proceso	-Cuando el estudiante esta próximo o cerca al nivel esperado, respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.	11 - 13

NOTA. La categoría de la Escala de calificación de Rendimiento Escolar **en Inicio** no se consideró, porque según la normatividad educativa para este tiempo de la coyuntura socioeconómico de la pandemia COVID-19, todos los estudiantes del Perú tienen la notade 11 a 20 para ser evaluados por los docentes, de manera que no debe haber estudiantes desaprobados. Razón por la cual no se tomó en cuenta, pero la información de datos de Rendimiento Escolar para el resto de categorías se logró conseguir del Registro Académico del área de Desarrollo personal, Ciudadanía y Cívica

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ES SUFICIENTE

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Rosa Esther Chirinos Susano

DNI: 08217185

Especialidad del validador: Psicólogo Clínico Educativo

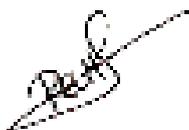
20 de Julio del 2020

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, esconciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados sonsuficientes para medir la dimensión



Rosa E. Chirinos Susano C.Ps.P. N°3090
Firma del Experto Informante.

Anexo 5: Matriz de datos

V1: VARIABLE ESTRÉS																								V2: RA		
D1: ESTRESORES							D2: REACCIONES FISICAS							D3: REACCIONES PSICOLOGICAS				D4: REACCIONES COMPORTAMENTALES						Rendimiento		
ITEM 1	ITEM 2	ITEM 3	ITEM 4	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 7	ITEM 8	ITEM 9	ITEM 10	ITEM 11	ITEM 12	ITEM 13	ITEM 14	ITEM 15	ITEM 16	ITEM 17	ITEM 18	ITEM 19	ITEM 20	ITEM 21	ITEM 22	ITEM 23	ITEM 24			Escolar
3	3	5	2	1	4	2	4	1	1	4	4	3	4	2	4	2	1	4	4	4	2	2	1	67		14
4	3	4	1	2	3	3	3	2	2	4	4	3	3	1	3	3	2	2	3	4	3	3	3	68		14
5	4	4	2	4	4	3	4	3	4	2	4	4	3	2	4	3	4	3	2	2	4	4	2	80		16
1	3	4	3	3	2	4	1	4	4	4	4	4	4	3	2	2	1	2	4	3	2	4	3	71		16
1	3	2	4	1	3	2	3	4	4	2	3	2	4	1	2	2	1	3	2	3	1	2	3	58		14
4	4	5	5	4	2	3	4	5	5	5	4	5	2	4	3	4	3	3	4	5	3	4	4	94		12
4	3	3	2	2	4	3	4	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	88		15
3	2	2	3	4	3	2	2	5	5	3	4	5	5	3	3	2	2	3	4	5	4	3	2	79		11
3	2	2	2	2	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	79		14
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48		12
3	3	4	4	3	2	3	4	2	2	1	3	2	2	2	1	2	3	3	4	2	3	3	4	65		15
4	4	4	5	5	3	2	3	4	2	3	5	5	2	3	4	4	3	5	5	4	4	2	5	90		11
3	4	4	5	5	3	2	2	5	4	3	5	5	4	2	4	4	3	5	5	4	4	3	5	93		11
4	5	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	3	2	1	1	2	2	5	5	5	5	4	4	66		17
5	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	87		14
5	3	4	5	4	3	4	4	4	4	5	3	2	4	4	3	4	3	5	5	5	5	4	4	96		16
4	2	4	3	1	3	4	3	2	4	5	3	2	4	3	4	4	2	5	4	4	4	3	5	82		14
3	3	3	3	1	3	4	2	4	3	2	2	3	4	1	4	4	3	5	5	4	5	4	5	80		11
2	4	3	5	4	3	4	4	5	2	4	5	3	4	3	3	4	3	5	4	5	5	2	3	89		13
3	2	1	5	4	3	4	4	2	3	4	4	3	2	4	3	4	3	5	4	5	4	5	4	85		13
4	2	5	3	4	3	5	4	2	4	3	5	5	3	3	3	5	3	4	5	3	3	3	2	86		12

4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	2	3	4	2	2	2	3	4	3	4	4	4	81		12	
4	3	3	4	2	3	3	2	2	2	3	2	5	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	70		11	
4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	5	5	5	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	96		14	
3	4	5	3	4	3	2	4	4	4	4	4	5	5	3	5	2	4	4	4	4	5	5	4	94		18	
3	3	5	3	3	3	3	4	4	5	5	5	5	5	3	5	4	5	5	5	4	4	5	4	100		18	
4	2	4	2	2	3	3	4	4	5	4	4	5	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	85		14	
2	2	3	4	2	3	4	4	3	4	4	4	5	5	4	4	2	3	4	5	4	2	3	3	3	82		12
2	2	3	4	4	2	4	3	1	2	1	3	4	5	2	2	3	1	2	2	2	3	3	5	65		16	
4	3	4	4	4	3	5	4	3	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96		14	
5	3	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	3	0	4	5	5	5	5	5	4	3	104		12
3	1	2	4	2	1	1	4	2	1	2	1	5	1	1	4	1	1	4	4	2	2	2	1	52		16	
3	2	3	1	2	2	2	2	1	1	2	4	5	2	4	2	2	2	4	4	1	2	2	3	58		15	
4	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	5	102		13	
3	3	5	5	5	4	3	3	4	2	1	3	4	5	3	4	2	3	4	4	5	5	4	5	89		15	
4	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	114		18
4	2	2	4	5	5	5	3	3	4	4	4	5	5	4	2	2	4	1	2	4	5	5	4	3	87		11
2	2	4	4	3	2	5	3	1	2	4	4	4	5	5	3	3	4	4	2	4	3	3	5	4	81		16
4	3	4	4	4	3	5	3	1	4	4	4	5	5	4	3	4	4	3	5	5	5	4	4	5	95		16
3	2	4	4	4	3	5	3	1	2	4	3	4	4	3	3	5	4	2	2	4	4	5	5	83		16	
4	3	2	4	5	4	3	3	1	2	4	2	2	3	2	3	5	4	5	5	2	3	5	5	81		16	
3	4	5	2	2	5	3	4	4	4	4	4	5	5	3	5	2	2	4	4	4	4	5	5	92		11	
3	2	4	1	5	3	4	3	4	4	3	4	5	4	3	1	5	4	2	2	4	3	2	5	80		13	
4	3	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	3	2	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	86		13
3	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	105		15	
4	4	3	3	5	3	3	2	4	4	2	4	5	4	3	4	4	4	3	4	4	4	5	3	88		18	
4	3	4	3	3	2	3	2	5	4	3	5	5	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	74		13	
3	3	4	3	4	3	4	1	2	3	4	5	5	4	3	4	4	4	5	5	4	5	1	4	87		15	

3	3	4	3	4	3	4	4	5	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	3	4	4	4	97		16	
5	4	5	4	5	2	4	3	5	4	5	5	5	4	3	4	5	4	5	5	4	4	4	5	103		18	
4	2	2	3	4	3	4	2	3	2	3	3	4	4	4	3	2	3	4	3	2	4	3	5	76		11	
4	2	1	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	2	4	5	3	5	3	4	4	3	82		13	
4	3	5	5	5	3	4	5	3	4	5	5	5	5	4	3	3	2	5	5	5	2	5	5	100		12	
2	3	5	4	3	4	5	4	4	4	5	4	5	4	3	3	4	3	4	5	2	4	4	3	91		15	
4	2	4	3	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	95		11
4	2	4	3	3	3	3	2	1	2	3	4	5	3	3	1	1	2	2	4	1	3	3	2	64		14	
4	4	4	3	4	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4	105		12	
3	2	5	5	3	4	3	3	5	4	5	5	5	4	3	4	4	3	3	5	2	4	4	3	91		11	
4	2	3	5	4	5	2	2	3	4	4	3	2	3	3	5	5	4	5	4	2	5	5	4	88		15	
2	3	4	3	4	4	4	1	2	4	1	5	1	3	4	5	4	3	3	2	4	2	5	5	78		12	
4	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	5	4	3	4	2	4	5	3	2	5	3	4	4	78		11	
2	3	3	4	4	5	4	4	5	4	4	5	3	2	4	2	1	4	4	5	2	4	4	3	85		11	
2	3	5	5	5	4	5	1	2	3	5	5	4	3	3	2	1	5	2	4	5	5	3	4	86		12	
4	3	5	5	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	1	2	3	4	3	5	4	3	4	2	82		18	
4	2	3	4	3	4	5	4	4	4	5	3	4	5	1	2	2	4	2	3	2	5	3	5	83		11	
1	1	1	1	1	1	1	4	5	3	3	4	5	2	4	2	2	2	2	4	4	4	5	3	3	66		18
4	2	3	3	5	2	3	2	4	2	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	4	72		15	
4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	3	4	5	4	4	3	3	4	5	5	4	5	4	4	102		11	
3	2	3	2	3	1	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	71		12	
4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	3	4	5	4	4	3	3	4	5	5	4	5	2	4	100		14	
3	2	3	2	3	1	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	71		12	