



UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP

FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“ESTRÉS ACADÉMICO Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA
EN ESTUDIANTES DEL CUARTO AÑO DE SECUNDARIA
DEL COLEGIO ADVENTISTA 28 DE JULIO, TACNA –
2022”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR:

Bach. PALZA ESTRADA, KETHZALÍ ELVI

DNI 73661759

LIMA – PERÚ

2022

ASESOR DE TESIS

Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
DNI 08217185 <https://orcid.org/0000-0001-9093-4955>

JURADO EXAMINADOR

Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE
DNI 09753980 <https://orcid.org/0000-0002-6324-7671>
Presidente

Dra. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTÁROLA
DNI 07744273 <https://orcid.org/0000-0003-4462-1557>
Secretario

Mg. DIEGO ALEJANDRO GUTIERREZ SUAREZ
CE 003319075 <https://orcid.org/0000-0003-1388-6448>

Vocal

DEDICATORIA

Por darme la fuerza de voluntad y perseverancia dedico la presente tesis a Dios y a mi madre por impartirme confianza y apoyo moral cuando más lo necesitaba.

AGRADECIMIENTO

Agradezco de todo corazón el apoyo de mi madre tanto económico y moral, al director del Colegio Adventista 28 de Julio por abrirme las puertas de la Institución; así mismo, agradezco a mi asesora Dra. Chirinos por su gran apoyo como docente y a su vez motivacional, finalmente al equipo estadístico por el asesoramiento en la parte estadística.

RESUMEN

El objetivo de estudio en el presente trabajo de investigación fue determinar la relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022. La metodología fue por su finalidad de tipo básico de diseño no experimental, nivel descriptivo transversal – correlacional. La muestra de estudio estuvo conformada por 54 estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. Los instrumentos que se utilizaron fueron: Inventario SISCO SV-21 de Arturo Barraza Macías para la variable estrés académico y Escala de ACAES de Patricio Galleguillos para la variable autoeficacia académica. Los resultados obtenidos respecto al nivel de la variable I: Estrés académico se evidenció que el 83,3% pertenecen a “nivel alto”, el 14,8% pertenecen a “nivel bajo” y el 1.9% pertenecen a “nivel medio”. Así mismo, el nivel de la variable D: Autoeficacia académica, se obtuvo que el 55,6% pertenecen a “nivel regular” y el 44.4% pertenecen a “nivel bueno”. Además, al relacionar las dos variables se precisó que el coeficiente de correlación según Rho de Spearman (-0,120) y el p-valor (0,387). Se concluye: No existe relación significativa entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

Palabras clave: estrés académico, autoeficacia académica, estudiantes, colegio.

ABSTRACT

The objective of study in the present research work was to determine the relationship between academic stress and academic self-efficacy in students of the fourth year of high school of the Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. The methodology was for its purpose of basic type of non-experimental design, cross-sectional descriptive level - correlational. The study sample consisted of 54 fourth-year high school students from Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. The instruments used were: the SISCO SV-21 Inventory by Arturo Barraza Macías for the academic stress variable and the ACAES Scale by Patricio Galleguillos for the academic self-efficacy variable. The results obtained regarding the level of variable I: Academic stress showed that 83.3% belong to "high level", 14.8% belong to "low level" and 1.9% belong to "medium level". Likewise, the level of variable D: Academic self-efficacy, it was obtained that 55.6% belong to "regular level" and 44.4% belong to "good level". In addition, when relating the two variables, the correlation coefficient according to Spearman's Rho (-0.120) and the p-value (0.387) were specified. It is concluded: There is no significant relationship between academic stress and academic self-efficacy in students of the fourth year of high school of the Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Keywords: academic stress, academic self-efficacy, students, school.

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 FIGURAS	xiii
INTRODUCCIÓN	xiv
I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	16
1.1. Planteamiento del problema	16
1.2. Formulación del problema	19
1.2.1. Problema general	19
1.2.2. Problemas específicos	19
1.3. Justificación del estudio	20
1.3.1. La justificación teórica	20
1.3.2. La justificación práctica	20
1.3.3. La justificación metodológica	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	24
2.2. Bases teóricas	26
2.2.1. Variable 1 Estrés académico	26
2.2.2. Variable 2 Autoeficacia académica	33
2.3. Definición de términos básicos	38

III. MÉTODOS Y MATERIALES	40
3.1. Hipótesis de la investigación	40
3.1.1. Hipótesis general	40
3.1.2. Hipótesis específicas	40
3.2. Variables de estudio	41
3.2.1. Definición conceptual	41
3.2.2. Definición operacional	41
3.3. Tipo y nivel de la investigación	42
3.3.1. Tipo de Investigación	42
3.3.2. Nivel de investigación	42
3.4. Diseño de la investigación	42
3.5. Población y muestra de estudio.....	43
3.5.1. Población	43
3.5.2. Muestra	43
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	44
3.6.1. Técnicas de recolección de datos	44
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos	44
3.7. Métodos de análisis de datos	48
3.8. Aspectos éticos	49
IV. RESULTADOS	51
4.1. Resultados descriptivos.....	51
4.1.1. Descripción de los resultados sociodemográficos según sexo	51
4.1.2. Descripción de los resultados sociodemográficos según edad	52
4.1.3. Descripción de los resultados de la variable Estrés académico. ...	53
4.1.4. Descripción de los resultados por dimensiones de la V.I.....	54
4.1.5. Descripción de los resultados de la variable Autoeficacia académica.....	57
4.1.6. Descripción de los resultados por dimensiones de la V.D.	58
4.2. Resultados inferenciales (Prueba de Hipótesis).....	61
4.2.1. Confiabilidad del instrumento para la V.I. por Alfa de Cronbach ..	61
4.2.2. Confiabilidad del instrumento para la V.D. por Alfa de Cronbach .	61
4.2.3. Contrastación de hipótesis	61

V. DISCUSIÓN	65
VI. CONCLUSIONES	68
VII. RECOMENDACIONES	69
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	70
ANEXOS	79
Anexo 1. Matriz de consistencia	80
Anexo 2. Matriz de operacionalización	82
Anexo 3. Instrumentos	84
Anexo 4. Validación de Instrumentos.....	89
Anexo 5. Matriz de datos	93
Anexo 6. Propuesta de valor.....	95
Anexo 7. Reporte antiplagio menor a 30%	96
Anexo 8. Autorización del depósito de tesis al repositorio	97

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Definición conceptual de las variables.....	41
Tabla 2.	Definición operacional del Estrés académico	41
Tabla 3.	Definición operacional de la autoeficacia académica	42
Tabla 4.	Total de la población de los estudiantes encuestados	43
Tabla 5.	Ficha técnica del Instrumento 1: Cuestionario “Encuesta sobre el estrés académico”	45
Tabla 6.	Escala de respuesta para el Inventario SISCO SV-21	45
Tabla 7.	Ficha técnica del Instrumento 2: Cuestionario “Encuesta sobre la autoeficacia académica”	46
Tabla 8.	Escala de respuesta para la Escala de ACAES	46
Tabla 9.	Interpretación de la fiabilidad de los ítems según el Coeficiente de Alfa de Cronbach.....	47
Tabla 10.	Validación de los instrumentos por juicio de expertos	48
Tabla 11.	Análisis según sexo en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	51
Tabla 12.	Análisis según edad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	52
Tabla 13.	Nivel de Estrés académico en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	53
Tabla 14.	Nivel según la dimensión estresores en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	54
Tabla 15.	Nivel según la dimensión síntomas en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	55
Tabla 16.	Nivel según la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	56
Tabla 17.	Nivel de Autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	57
Tabla 18.	Nivel según la dimensión generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	58

Tabla 19. Nivel según la dimensión nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	59
Tabla 20. Nivel según la dimensión fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	60
Tabla 21. Estadísticas de fiabilidad del instrumento para la V.I.	61
Tabla 22. Estadísticas de fiabilidad del instrumento para la V.D.	61
Tabla 23. Correlación de la V.I. Estrés académico y V.D Autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	62
Tabla 24. Correlación de la V.I. Estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	63
Tabla 25. Correlación de la V.I. Estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	63
Tabla 26. Correlación de la V.I. Estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	64

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Fórmula del Coeficiente Alfa de Cronbach	47
Figura 2. Análisis según sexo en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	51
Figura 3. Análisis según edad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	52
Figura 4. Nivel de Estrés académico en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	53
Figura 5. Nivel según la dimensión estresores en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	54
Figura 6. Nivel según la dimensión síntomas en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	55
Figura 7. Nivel según la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	56
Figura 8. Nivel de Autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	57
Figura 9. Nivel según la dimensión generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	58
Figura 10. Nivel según la dimensión nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	59
Figura 11. Nivel según la dimensión fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.	60

INTRODUCCIÓN

Esta investigación estudió al estrés académico y autoeficacia académica en profundidad según la realidad en la actualidad. Por lo cual se pudo evidenciar que en Instituciones de educación básica regular existen estudiantes con síntomas relacionados al estrés académico, debido a la exposición ante factores o situaciones estresantes que exige al estudiante un mayor esfuerzo para adaptarse, las cuales son percibidas como amenazas para su organismo; en consecuencia esta problemática si no es controlada correctamente, pueden surgir enfermedades crónicas que perjudique la salud e influir negativamente al rendimiento académico y en forma general.

Por otro lado, una variable que determina los logros y la capacidad de creer en nuestras propias capacidades de organización y desarrollo de actividades, además de que es un mediador del estrés académico, es la autoeficacia académica. Al pensar que uno es eficiente y capaz de lograr alguna meta se muestra una autoeficacia positiva, por consiguiente, es una manera de bloquear y afrontar alguna presión del medio ambiente para lograr el éxito.

Por lo tanto, se tiene como propósito conocer la relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

La presente investigación brinda información que permitirá a otros estudios investigativos indagar más sobre las variables de estudio y está constituida de VI Capítulos de la siguiente manera:

En el Capítulo I, se detalla la realidad problemática de la investigación, la formulación del problema de investigación. Así mismo, se detallan los objetivos y la justificación de la investigación. En el Capítulo II, se muestra el marco teórico conceptual respecto a las variables estrés académico y autoeficacia académica. Por otra parte, dentro del capítulo los antecedentes nacionales e internacionales de acuerdo a las variables. En el capítulo III, se encuentra la metodología de investigación, la hipótesis de investigación, así también las técnicas e instrumentos de recolección de datos, la operacionalización de las variables, la población y muestra de donde se obtuvo los resultados. En el capítulo IV, se explican los

resultados obtenidos de la investigación mediante la interpretación y análisis de los datos gracias a la aplicación del procesamiento estadístico. En el Capítulo V, se plantea la discusión de los resultados con otras investigaciones nacionales e internacionales con base al estudio de las mismas variables. En el Capítulo VI, se realizan las conclusiones y en el Capítulo VII, se plantean las recomendaciones, además de las referencias bibliográficas y anexos.

I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

El estrés académico es una expresión frecuente en la actualidad, cuando las exigencias académicas son valoradas por los estudiantes como estresantes generará un desequilibrio en su aprendizaje y se denomina como estrés académico por lo que llevará al estudiante a formar estrategias de afrontamiento para conseguir reestablecerse. (Barraza, 2008)

El estrés académico se hace visible a lo largo de la vida académica tanto de estudiantes de pregrado como de educación superior. Se define cuando el estudiante exhibe síntomas físicos, cognitivos, emocionales, conductuales y sociales negativos ante el aprendizaje. (Campos, 2021)

De igual manera, García y Rivera (2019) conceptualizan de manera general a la autoeficacia como una creencia estable de la gente sobre su capacidad para manejar apropiadamente a los estresores de la vida cotidiana y de manera específica según ámbitos, en la parte educacional el cual durante cada año se ha vuelto más importante; se refiere a como una persona opina sobre su capacidad para afrontar y controlar los cambios continuos de su entorno educativo; al no creer en su propias capacidad puede afectar negativamente sus actividades, objetivos y logros académicos, el nivel de interés en actividades intelectuales y en el proceso de preparación para ingresar a la universidad; ha sido reconocida como una variable mediadora entre las habilidades y los logros de una persona. La autoeficacia académica es un buen predictor y tiene una relación directa entre el rendimiento académico y el bienestar subjetivo (autoaceptación, dominio del entorno). Una visión predominante de la autoeficacia académica se ha centrado en la mayoría de los casos en aspectos directamente ligados al aprendizaje (procesos cognitivos, de lenguaje, comunicación con docentes, investigación). Sin embargo, estos aspectos están vinculados, de manera estrecha, con un conjunto de factores de orden psicológico, social, cultural, cuyas características son determinadas por la etapa de desarrollo del sujeto (infancia, pubertad y adolescencia, adultez joven, vejez), el contexto social y cultural, su propio proceso de maduración biológica, el nivel educativo en el que se encuentra, etc.

Aunque existan pocos estudios sobre la prevalencia del estrés escolar a nivel mundial, hay estudios que demuestran que hay un alto nivel de estrés académico en los estudiantes de alto rendimiento. (Hunter & Sawyer, 2019; Shaunessy-Dedrick et al., 2015). Los resultados de un estudio realizado en la escuela secundaria cristiana privada en New Jersey demostró que las presiones escolares y académicas eran factores estresantes importantes para el 90,4 % de los estudiantes destacados. (Uitermarkt, 2020, p.24)

Según los datos recopilados por la Asociación Estadounidense de Psicología (2017) a través de la encuesta estadounidense, el estrés de los adolescentes y de los adultos tienen una similitud. Los adolescentes subestiman el impacto del estrés en su salud mental y física. Para los adolescentes, las causas del estrés mayormente reportadas fueron la escuela (83 %), el ingreso a una buena universidad, decisiones profesionales después de la escuela secundaria (69 %) y preocupaciones financieras familiares (65 %). (Smith, 2020). Asimismo, el estrés en estudiantes de secundaria puede ser un poco diferente al de los estudiantes universitarios, pero eso no significa que se les haga más fácil manejarlo. Lidar con el trabajo escolar, la sociedad que va cambiando cada año y un cuerpo que se está adaptando a la pubertad pueden ser estresantes. Estadísticamente el 75 % de los estudiantes estadounidenses de secundaria admiten que "a menudo o siempre se sienten estresados" por la tarea. (Bouchrika, 2020).

Jung, Ma, Kim, y Seo (2015) en su estudio examinaron los efectos mediadores de la autoeficacia académica en la relación entre el estrés académico de los adolescentes chinos. Los resultados demostraron que la autoeficacia académica tiene un proceso parcialmente mediado y afecta directamente al estrés académico. Cuando la autoeficacia académica fue mayor el estrés académico fue significativamente más débil. En el campo de la educación y el currículo, estos resultados se pueden aplicar de manera útil para reconstruir o desarrollar aún más los currículos de las escuelas secundarias chinas y para ayudar a los jóvenes a desarrollar su autoeficacia académica.

En Lima, Gomez (2021) Como resultado en su investigación los estudiantes encuestados del cuarto año de secundaria del Colegio Maria Reina Marianistas del distrito de San Isidro han presentado en su mayoría un nivel

de estrés académico moderado, los porcentajes según las dimensiones de esta variable fueron; estresores académicos 58,2% nivel moderado, el 23,6% nivel severo y el 18,2 leve; dimensión síntomas el 50,9% mostro nivel moderado, el 27,3% nivel severo y el 21,8% nivel leve, en relación a la dimensión estrategias de afrontamiento, el 60% presento un nivel moderado, el 23,6% alcanzo un nivel severo y solo el 16.4% nivel leve de estrés académico. (ps.42, 43, 46)

El nivel de Autoeficacia en general de estudiantes del quinto año de secundaria de la Institución Educativa de Trujillo es del 70%, solo un 30% se mostraron con una baja autoeficacia académica. Concluyendo que la mayoría de los estudiantes tienen confianza en sus habilidades, por lo tanto tienen la capacidad de la resolución de problemas y se sienten satisfechos con sus actividades escolares. Estos resultados demuestran que los evaluados aun ante las dificultades que se presentan a diario son capaces de manejar y controlar sus emociones, buscando respuestas y estrategias adecuadas que les ayude a enfrentarlas. (Zavaleta, 2021, p. 19)

Vargas (2018) refiere segun los resultados de su estudio que en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna existe un nivel alto de estrés académico en las estudiantes del quinto año de secundaria de acuerdo con la escala SISCO con puntuaciones de 98 a 170. Se halló tensión psicológica causada por la recarga académica y las circunstancias de estudio, en consecuencia esto provoca a las estudiantes nervios y preocupación.

Según la investigación exhaustiva que se realizó, no se logró encontrar estudios sobre la autoeficacia académica en estudiantes de nivel secundario en la ciudad de Tacna; sin embargo, se encontró investigaciones de esta variable pero a estudiantes del nivel universitario, la cual es una población que no corresponde para la elaboración de este estudio; no obstante, cabe resaltar que tanto los estudiantes del nivel secundario y nivel universitario pasan por los mismos procesos de aprendizaje y esfuerzo mental para lograr sus objetivos académicos.

Cuando se está a punto de enfrentar algunos problemas los cuales se presentan dentro de las actividades que realizamos a diario y es necesario darle

una solución, ocasiona en las personas un malestar, el cual es el estrés; esto ocasiona que empecemos a desconfiar en nosotros mismos y por tal motivo en nuestras capacidades; al tratar específicamente del ámbito académico se han presentado casos de estrés en estudiantes que al no poder organizar adecuadamente sus actividades académicas causa un impacto negativo en la autoeficacia académica del estudiante.

Por ello, viendo esta problemática se realiza el presente estudio de investigación del estrés relacionado a la autoeficacia académica debido a que esta segunda variable cumple un rol importante, el cual el estrés afecta la vida estudiantil en el ámbito académico y en los logros del estudiante. Por lo que el estudio se realizará tomando a estudiantes del cuarto año de secundaria secciones "A" y "B" del Colegio Adventista 28 de Julio ubicada en Mariscal Miller 184 del distrito de Tacna, es una organización educativa particular la cual no es ajena a los casos presentes de estrés académico que interfiere al entorno general estudiantil de los estudiantes y por ende se produce una débil autoeficacia académica que causa un insuficiente aprendizaje e inestabilidad del desarrollo mental, personal y social.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

PG. ¿De qué manera se relaciona el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022?

1.2.2. Problemas específicos

PE 1. ¿De qué manera el estrés académico se relaciona con la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022?

PE 2. ¿De qué manera el estrés académico se relaciona con el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022?

PE 3. ¿De qué manera el estrés académico se relaciona con la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022?

1.3. Justificación del estudio

1.3.1. La justificación teórica

Esta investigación es importante por la búsqueda exhaustiva de antecedentes, modelos que expliquen las variables que se estudiarán, estrategias que han ayudado a afrontar este fenómeno, se proporcionará información actual y se llevará una investigación que englobe todas las características, definiciones y componentes de las dos variables, de esta manera contribuir positivamente en las investigaciones futuras que se lleguen a dar respecto a las variables estudiadas en este estudio de investigación brindando una amplia comprensión sobre el tema a los lectores que revisarán este estudio; permitiendo a docentes, padres y alumnos conocer e identificar el fenómeno que ha estado interfiriendo en el aprendizaje y enseñanza del estudiante.

1.3.2. La justificación práctica

Esta investigación identificará niveles de estrés y autoeficacia académica a fin de recomendar soluciones útiles para el desarrollo académico de los estudiantes del Colegio Adventista 28 de Julio la cual se consideró en el presente estudio, con el propósito de brindar un aporte beneficioso que logre informar adecuadamente sobre esta realidad, con la finalidad de crear habilidades y cualidades para afrontar el estrés académico, en consecuencia, se logre la autoeficacia académica y una estancia óptima de los estudiantes.

1.3.3. La justificación metodológica

La elaboración de esta investigación se llevará a cabo mediante el diseño correlacional a través de la aplicación de instrumentos, métodos y procedimientos sin dejar de mencionar que estos serán validados y comprobados a través de una fiabilidad que ratifiquen a través de estos resultados confiables, podrán ser utilizados y enriquecerán a otras investigaciones que estudien, analicen, evalúen o sustenten sobre la relación del estrés académico y la autoeficacia académica dentro

de una Institución Educativa, para ello los instrumentos usados en esta investigación serán el Inventario SISCO SV-21 y Escala de ACAES los cuales ayudarán a la recopilación de información y datos reales.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

OG. Determinar la relación entre estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

1.4.2. Objetivos específicos

OE 1. Determinar de qué manera el estrés académico se relaciona con la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

OE 2. Determinar de qué manera el estrés académico se relaciona con el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

OE 3. Determinar de qué manera el estrés académico se relaciona con la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes nacionales

Luna (2019) realizó una investigación con el objetivo de determinar la correlación entre el estrés académico y el rendimiento escolar utilizando un diseño de investigación no experimental de tipo correlacional, consideró una muestra que constó de 105 estudiantes del quinto de secundaria del Colegio Salesiano Don Bosco en Arequipa. Los instrumentos que se emplearon fueron el Inventario de estrés SISCO y el análisis documental para evaluar el rendimiento escolar. Los resultados indican que un 40% de alto nivel de estrés profundo, 32% en un nivel medio y un 28% de los estudiantes presentan un bajo nivel de estrés con un rendimiento escolar del 37% muy deficiente. Finalmente, llegó a la conclusión que hay una correlación inversa entre estas dos variables, ya que si los estudiantes presentan un alto nivel de estrés, menor será su rendimiento académico.

Castro et al., (2021) realizó un estudio para determinar la relación entre la autoeficacia con el rendimiento académico. Tipo de investigación básico de corte transversal, hipotética-deductiva con un enfoque cuantitativo. Consideró una muestra que constó de 80 estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima. El instrumento que utilizó fue la Escala de Autoeficacia. Los resultados demuestran que el coeficiente de correlación entre las dos variables es baja de 0,011 y la significancia de p valor es 0.907, $p > 0.05$. Concluyendo que no existe relación entre autoeficacia y rendimiento académico.

Sulca (2021) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre autoeficacia académica y rendimiento escolar. El diseño de la investigación fue de tipo no experimental correlacional descriptivo transversal. La muestra constó de 263 estudiantes de secundaria de una institución pública de Lima. Aplicó el instrumento de la Escala de Autoeficacia de los Escolares (ACAES) y los promedios de las notas de los estudiantes del primer semestre para evaluar el rendimiento escolar. Los resultados demuestran que el rendimiento académico

presenta un nivel regular con 64,3%, nivel medio con 24,3% y nivel alto con 11,4%, sobre los resultados de la autoeficacia académica se presentó un nivel regular con 66,5%, nivel bajo con 17,1% y un nivel alto con 16,3%; por consiguiente, hay una positiva correlación significativa (0,397) entre las dos variables autoeficacia académica y rendimiento escolar. Concluye que, cuando el nivel de autoeficacia se incrementa, el nivel de rendimiento académico se incrementa.

Solís (2020) realizó un estudio con el propósito de determinar la relación que existe entre la autoeficacia y el estrés académico. El diseño de la investigación fue no experimental – transversal, correlacional de tipo cuantitativo. La muestra probabilística que consideró fue 258 estudiantes cuyas edades fueron desde 14 - 20 años, aplicando un muestreo de 245 estudiantes de la Institución Educativa Pública en Guayaquil. Los instrumentos que utilizó fueron la Escala de Autoeficacia académica y el Inventario SISCO; aplicadas en escala de Likert. Los resultados demuestran que, la autoeficacia académica presenta un nivel medio con 51% y un 47% de nivel alto y para el estrés académico 44% fue un nivel medio y 41% nivel bajo. Finalmente, llegó a concluir que existe una directa relación significativa entre las dos variables, por consiguiente, si hay una disminución de la autoeficacia académica significa que hay un aumento en el estrés académico.

Alaya (2021) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre la autoeficacia y el rendimiento académico. Su método de estudio fue descriptivo, transeccional y correlacional con un enfoque cuantitativo. La población se conformó por los estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Nacional Alcides Spelucín Vega de la DREC en Lima con una muestra de 36 estudiantes con muestreo estratificado. Los instrumentos que se usaron para la recolección de información fueron la encuesta y el cuestionario para la autoeficacia y para la segunda variable se usó una evaluación promedio. Los resultados demuestran que, el 80,56% de los estudiantes tienen un nivel regular de autoeficacia, un 69,44% de magnitud de la autoeficacia es regular, un 80,56% de intensidad de la autoeficacia es regular, un 72,22% de los encuestados

demonstraron un nivel regular de la generalidad de la autoeficacia y de rendimiento académico el 77,78% están en el logro previsto; 16,67% en proceso de sus aprendizajes y el 5,56% en el logro destacado. Concluye que hay una relación significativa entre las dos variables con un coeficiente de correlación de ($r = .0,540^{**}$).

2.1.2. Antecedentes internacionales

Galleguillos y Olmedo (2017) llevaron a cabo una investigación con el objetivo de determinar la relación entre la autoeficacia académica y el rendimiento escolar. El nivel de investigación fue correlacional. La muestra constó de 802 estudiantes de primaria y secundaria de los centros educativos en la región de Valparaíso - Chile. El instrumento que se utilizó para la variable autoeficacia académica fue ACAES y los datos del rendimiento escolar se obtuvieron a través del promedio de los estudiantes en el año 2015. Según la correlación significativa de los factores de la autoeficacia con el rendimiento escolar, los resultados muestran; confianza en la tarea -generalización (.365), comprensión en la tarea - nivel de dificultad (.332) y esfuerzo en la tarea - fortaleza (.357). Concluyendo que, existe una significativa y positiva correlación entre las dos variables, por lo cual, los estudiantes con mayor nivel de autoeficacia obtienen niveles altos de rendimiento escolar.

Galicia et al., (2013) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación entre la autoeficacia con la depresión, el rendimiento académico y las relaciones familiares. El diseño de investigación fue descriptivo – correlacional con un enfoque cuantitativo. La muestra constó de 80 estudiantes de secundaria de edades entre 12 a 15 años de una Institución Educativa en México. Los instrumentos aplicados fueron la Escala de Autoeficacia para Niños y la Escala de Clima Social en la Familia. Los resultados demuestran que, entre la autoeficacia y la depresión hay una correlación canónica baja de (.415) y nivel de significancia de (.002), entre la autoeficacia y el rendimiento académico hay una correlación significativa, positiva y moderada ($p < .001$), por lo que los índices de correlación con la autoeficacia académica son mayores con un rango que va de (.470 a .674) y la correlación entre la autoeficacia y el clima familiar resultó muy baja y no significativa ($r = .183$, $p = .105$). Concluyendo que existe una relación inversa entre

autoeficacia con la depresión y rendimiento académico.

Salcedo (2020) realizó un estudio con el propósito de determinar la relación e influencia del estrés académico en la autoeficacia académica. El estudio fue exploratorio, correlacional de corte transversal con un enfoque cuantitativo. La muestra se conformó por 91 estudiantes de secundaria con edades de 12 a 17 años del Centro del Muchacho Trabajador en Quito. Los instrumentos utilizados fueron la Escala Generalizada para la variable autoeficacia académica y el Inventario SISCO para el estrés académico. Los resultados demuestran que, el 50,54% de los estudiantes poseen un bajo nivel de autoeficacia y el 49,45% de la muestra restante un alto nivel; el 51,64% presentaron un moderado nivel de reacciones físicas frente a sucesos estresantes, el 36,26% un nivel leve y un 12,08% un alto nivel; el 56,04% presentaron un nivel moderado en aspectos psicológicos, 24,17% nivel leve y 18,78% alto; el 40,95% en reacciones de conducta un nivel moderado, 28,21% nivel leve y 16,48% alto; un nivel moderado de afrontamiento en un 52,74% de los estudiantes, un 41,75% nivel leve y 5,49% con un nivel alto. Concluyendo que existe una relación directa entre el estrés y la autoeficacia académica, es decir, los estudiantes que poseen un nivel bajo de autoeficacia académica se les complicará elaborar estrategias para afrontar situaciones de estrés y los estudiantes que se creen eficaces podrán afrontar sucesos académicos que serán percibidos como estresantes.

Uitermarkt (2020) realizó una investigación con el propósito de explorar las percepciones y experiencias de estudiantes que presentaron estrés académico en cursos avanzados. El estudio de investigación fue de nivel y descriptivo. La muestra que consideró fue 115 estudiantes con honores de la escuela secundaria cristiana privada en el norte de Nueva Jersey. Para la recolección de datos se utilizó el instrumento de la encuesta y mediante entrevistas donde se hicieron preguntas a los estudiantes sobre el impacto y las causas del estrés en su bienestar físico y socioemocional en general. Los resultados mostraron que, la mayoría de los estudiantes el 90.4% identificaron como principal factor de estrés a las presiones académicas, también se obtuvo porcentajes bajos de estrés por factores como las relaciones entre compañeros, preocupaciones familiares, planes para el futuro universitario y presiones de la familia. En conclusión las presiones académicas

sobre los estudiantes avanzados con honores fueron los factores principales, los cuales ocasionaban estrés académico.

Chávez y Díaz (2021) realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación entre la autoeficacia y la calidad de vida. El diseño de la investigación fue no experimental, descriptivo – correlacional con un enfoque cuantitativo. La selección de la población de estudio fue de 153 estudiantes de primero, segundo y tercer año de secundaria de la Telesecundaria de Morelia de México, con un rango de edades de entre 12 y 16 años. Los instrumentos que se emplearon para recopilar datos fueron el cuestionario de Escala de Autoeficacia General y Escala de Calidad de Vida. Los resultados indican que el 70% de los estudiantes reportaron bajo nivel de autoeficacia y niveles bajos de los factores de la calidad de vida respectivamente; 30% de bienestar físico, 40% bienestar familiar, 35% de diversión (amigos), 35% nivel medio bajo en escuela y 40% nivel alto de autoestima. Finalmente, llegó a la conclusión de que la autoeficacia tiene una correlación positiva y significativa con 3 de los 6 factores de calidad de vida los cuales son autoestima, escuela y diversión (amigos) con una correlación de $r=.304^{**}$, $r=.429^{**}$ y $r=.317^{**}$ respectivamente, por consiguiente, si la autoeficacia es mayor se logrará un mayor valor en los tres factores, autoestima, escuela y amigos de calidad de vida.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Variable 1 Estrés académico

2.2.1.1. Conceptualización de estrés

Gallardo (2021), nos dice que, “Al estrés se le considera un mecanismo que se activa cuando se presentan situaciones que no esta a la capacidad de una persona, por consiguiente, esto influye negativamente en el bienestar físico, personal y mental”.

Así mismo la Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos (2020) menciona que es una reacción o un sentimiento de opresión emocional o física ante un suceso considerado como un desafío que cause frustración, nervios o furia a la persona. El estrés suele ser ventajoso cuando se tiene que evitar realizar algo

indebido o peligro, también si hay una fecha límite para presentar algo. Pero el estrés es peligroso y atenta a la salud cuando dura mucho tiempo.

2.2.1.2. Niveles de estrés

2.2.1.2.1. Estrés agudo

De acuerdo a la Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad (2021), se experimenta con frecuencia y son las propias exigencias que cada uno se impone o propuestas de los demás; es considerado positivo, ya que incentiva a la motivación y sirve como un instrumento de defensa, pero puede llegar a agotar a la persona y traer consecuencias desfavorables a la salud tanto físicamente como mental.

Por otro lado, Gallardo (2021) menciona que “se presenta a corto plazo y no dura mucho tiempo. La cual ayuda a sobrellevar peligrosas situaciones. Se hace notar cuando experimentas algo nuevo, excitante o un conflicto, esto quiere decir que todas las personas han sentido estrés agudo en su vida”.

2.2.1.2.2. Estrés crónico

Gallardo (2021) menciona que tiene una duración más prolongada, la cual llega a causar problemas severos en la salud, siempre sea el caso que no se detecte a tiempo. Es común que uno no se debe cuenta de tener estrés y se vaya acostumbrando. Comenzará a presentarse cuando hay problemas en el hogar, o con dinero, con la pareja o de trabajo; es decir, si una situación es constante y dura por semanas o incluso meses se considera estrés crónico.

Así mismo, la Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad (2021) la define como “El más grave y que las personas que lo padecen pueden sufrir problemas graves de salud física y mental”.

2.2.1.3. Etapas o fases del estrés

Según Capdevila y Segundo (2005) Existen tres fases para la producción del estrés: reacción de alarma, estado de resistencia y fase de agotamiento.

2.2.1.3.1. Reacción de alarma

Cuando el organismo se siente amenazado por situaciones incontrolables, el cerebro produce sustancias que enviarán mensajes a ciertas partes del cuerpo al estimular el hipotálamo y a la hipófisis que se encuentran en la parte inferior del cerebro, así mismo, a las glándulas suprarrenales que está ubicada sobre los riñones, la cual es la hormona ACTH (hormona corticotrófica suprarrenal) cuya función es realizar dos viajes, primero viajar por todo el torrente sanguíneo para enviar el mensaje a la glándula suprarrenal quien produce a los glucocorticoides y el segundo viaje es por la vía nerviosa por el hipotálamo hasta llegar a la médula suprarrenal donde se segregará adrenalina.

2.2.1.3.2. Estado de resistencia

Es la fase donde situaciones que amenazan al individuo se prolongan y el organismo es capaz de adaptarse a estas situaciones de forma progresiva, pero sus capacidades de respuesta pueden disminuir. Existirá un equilibrio entre la parte interna y externa del individuo. Pero si el organismo no es capaz de resistir durante un largo período pasará a la fase siguiente.

2.2.1.3.3. Fase de agotamiento

Cuando el organismo entra en un estado de deterioro por la defensa a situaciones constantes de estrés ocasiona la pérdida de las capacidades fisiológicas.

2.2.1.4. Consecuencias o síntomas del estrés

Oliveras (2013), precisó que quizás nosotros tengamos síntomas de estrés y no nos damos cuenta de lo que está pasando. Los síntomas que causa el estrés son físicos, sociales, psicológicos, emocionales y ambientales. Los síntomas más comunes son: Dolor de cabeza, cansancio, malestares estomacales (diarrea, estreñimiento), memoria deficiente, falta de concentración y de energía, tensión en el cuello o mandíbula (dolores musculares), insomnio o dormir en exceso, anti socialismo, problemas de dieta (aumento o pérdida de peso) y consumo de drogas o alcohol para sentirse relajado.

2.2.1.5. Causas del estrés

De acuerdo a Martín (2021), el estrés se puede presentar a causa de buenos y malos desafíos, además para cada persona será diferente. Por lo tanto, las causas principales son: factores económicos (ingresos insuficientes), problemas en el trabajo (sobrecarga e insatisfacción laboral), relación desfavorable con la sociedad, la familia, nerviosismo por salir de la zona de confort, el grave error de nunca decir no, falta de tiempo libre, obsesión de la perfección, desmotivación y sin intereses por la vida y sentir confusión o que no hay orden en nuestra cabeza.

2.2.1.6. Estrés académico

Polo et al., (1996), comentan “que el estrés académico se reduce a todo lo que tiene que ver con el entorno educativo”. (Kloster y Perrotta, 2019, p.21). Por consiguiente, sigue una secuencia sistemática, adaptativa y psicológica, y considera cuatro factores: los estresores académicos, los moderadores y efectos del estrés académico, y la experiencia subjetiva. (Maceo, 2013, p.4)

“Es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico donde se consideran 4 factores: estresores académicos, experiencia o percepción del entorno, moderadores del estrés académico, efectos del estrés académico”. (Maceo, 2013, p.4)

Según Alfonso et al., (2015), indican que:

El estrés académico describe como el estudiante percibe y evalúa su entorno académico, analiza a sus estresores para luego clasificarlos y ver si son o no amenazantes, aquellos pueden ser desafíos o aspectos que son fáciles o no, de resolverse eficazmente. Se presentarán emociones como: ira, preocupación, satisfacción, ansiedad, entre otros, durante ese transcurso. (pp. 10 -11)

Por otro lado, Maturana y Vargas (2016), mencionan que:

El estrés académico puede entenderse como la respuesta del cuerpo a los estresores que se encuentran en la educación y que afectan directamente el desempeño de los estudiantes. Los estudiantes se estresan cuando sienten que las demandas escolares que se les imponen exceden sus capacidades. (p.36)

Así mismo, Suárez et al., (2019), nos dicen que “en ocasiones también se le ha conocido como ansiedad académica y en estos tiempos se empezó a tomar como un tema importante de investigación en los escenarios educativos”. (Jardey y Ramírez, 2020, p.342)

Además, Depraect et al., (2017), mencionan que:

Cuando los sucesos del entorno del estudiante se perciben negativas y angustiantes se presenta el estrés académico, por lo tanto, si el estudiante no es capaz de enfrentar esas situaciones durante el ciclo escolar, ocasiona malestares físicos como cansancio, ansiedad, insomnio, los cuales atentaría en el rendimiento escolar y al desinterés educativo. Pero si el estudiante percibe de manera positiva esos sucesos se sentirá motivado y realizará correctamente sus actividades académicas. (Kloster y Perrotta, 2019, p.21)

2.2.1.7. Causas o factores del estrés académico

Campos (2021), menciona que las causas que ocasiona el estrés académico son diversos y dependerá de la situación y de la intensidad del estudiante quien lo esté padeciendo, las causas generales son; La acción de exigirse uno mismo (lograr metas estudiantiles); La competencia (ser siempre el primero y sentir el fracaso cuando se falla); Al cumplir expectativas (por la percepción e interpretación errónea del estudiante); compararse uno mismo o que te comparen con otras personas (consecuencia sentirse inferiores); mala organización y planificación (dejar los deberes para última hora) e ingresar a la universidad a la carrera deseada u obtener la titulación universitaria (genera presión y comportamientos excesivos de estudio; como dormir, comer, descansar poco para estudiar más).

2.2.1.8. Consecuencias del estrés académico

Según Maceo (2013), comenta que el organismo ante una estresante situación reacciona produciendo hormonas como la adrenalina y el cortisol, las cuales alteran el rendimiento general del cuerpo provocando tensión arterial en la actividad física, metabolismo y cambios en la frecuencia cardiaca. Por lo tanto, para evitar que no crezca el problema hay que estar alertas a las consecuencias que el

estrés deja en la salud del estudiante, las cuales son; Recuperarse no es fácil (constante agotamiento y ya no es fácil levantarse por las mañanas); Desconfianza y desinterés en uno mismo; Indecisión e inseguridad (falta de concentración y mala memoria); Conflictos e indiferencia con su entorno social (aislamiento); Ausentismo laboral; Dificultad para enfrentar problemas, obligaciones o aceptar responsabilidades; Excesiva preocupación y consumir bebidas alcohólicas o fumar en exceso. Síntomas psicológicos como la depresión (deterioro del rendimiento físico o intelectual); Ansiedad (angustia, nervios, impaciencia por cualquier situación estresante) y cambios de humor (irritabilidad constante); también se notarán reacciones físicas como; Insomnio; problemas estomacales y dolor de cabeza con frecuencia; Tics o temblores involuntarios (jugar con el bolígrafo, golpear la mesa, etc.); dolores y tensiones musculares (rigidez en el cuello y la espalda); Cansancio intelectual (falta de concentración, descuido y desinterés a tareas habituales); sudoración excesiva y pérdida o aumento de peso.

2.2.1.9. Dimensiones de estrés académico

2.2.1.9.1. Dimensión 1: Estresores

Evans y Kelly (2004) consideran que los principales estresores que manifiestan los estudiantes son: los exámenes, la cantidad del trabajo, la dificultad de algunas materias y el hecho de enfrentar en el estudio. A esto podemos adherir el servicio deficiente del internet, baja calidad de equipos, falta de planes de telefonía fija, economía precaria, entre otros, que los estudiantes afrontan cotidianamente. (Marín, 2015)

Según Maturana y Vargas (2016), los factores que provocan estrés escolar y que se deben considerar son:

Demasiada responsabilidad y carga de tareas dentro y fuera del colegio, competitividad y rivalidad dentro del aula, las pruebas de evaluación, miedo a fracasar y no alcanzar las expectativas de la familia (presión familiar), encajar en un grupo social, el cansancio excesivo por cumplir los deberes.

Por otro lado, según Toribio y Franco (2016), el estrés académico se daría:

Al momento de la intervención en público, a que la metodología es deficiente,

por la razón de que la enseñanza y aprendizaje se trata solo de memorizar información, el tiempo insuficiente para lograr un buen desenvolvimiento académico y cuando se obtienen resultados que no son los deseados.

Así mismo, Uitermarkt (2020), comenta que se debe a las presiones familiares, el entorno social entre amigos, preocupación sobre la universidad, hacer planes para el futuro; para los estudiantes de honores, las calificaciones, estar dentro de la lista de estudiantes aplicados y tener un buen rendimiento académico son los factores más estresantes en el nivel de secundaria.

Indicadores

- Sobrecarga académica
- Relación con el docente
- Evaluación
- Complejidad
- Tiempo limitado
- Metodología confusa

2.2.1.9.2. Dimensión 2: Síntomas

Según Barraza (2018), las reacciones o síntomas que presentan los sujetos ante un agente estresor varía enormemente en función de su propia personalidad y sus experiencias previas. Los síntomas más comunes en los estudiantes son somnolencia o mayor necesidad de dormir, inquietud, ansiedad, miedo o desesperanza y problemas de concentración. Los síntomas poco comunes en los estudiantes incluyen dolores de cabeza y migrañas, problemas digestivos, dolor abdominal y diarrea, rascado, morderse las uñas, rozaduras, aislamiento de los demás y ausentismo de clase. (Barraza, 2008)

Indicadores

- Reacciones físicas
- Reacciones psicológicas
- Reacciones comportamentales

2.2.1.9.3. *Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento*

Según Valdivieso et al., (2020), “Las estrategias más empleadas para afrontar el estrés generado por las obligaciones académicas son, el pensamiento desiderativo, la expresión emocional, la resolución de problemas y la retirada social”.

Por otro lado, Maturana y Vargas (2016), comentan que:

Los niños y adolescentes en edad escolar enfrentan altas exigencias y, dependiendo del nivel de desarrollo que alcancen, deben utilizar todas sus habilidades de afrontamiento para adaptarse al estrés tanto interno como externo. La mayoría de las tensiones o situaciones estresantes ocurren en el entorno cotidiano en el que se desarrollan los niños y jóvenes, por lo que la escuela es claramente un lugar de desarrollo cotidiano que puede afectar la resiliencia general de un estudiante. (p. 36)

Indicadores

- Focalización
- Resolución de problemas
- Análisis lógico
- Regulación de emociones
- Aprendizaje
- Planificación
- Connotación positiva

2.2.2. Variable 2 Autoeficacia académica

2.2.2.1. *Conceptualización de autoeficacia*

Según Pérez y Gardey (2019), es la confianza que tiene una persona en sus capacidades para enfrentar adversidades o situaciones con el propósito de lograr sus objetivos.

Así mismo para Rodríguez (2022), es la creencia de nuestras propias capacidades para afrontar situaciones; por lo tanto, cumple un importante papel en las actitudes y decisiones para lograr el éxito de nuestras metas.

2.2.2.2. Niveles de autoeficacia

2.2.2.2.1. Autoeficacia alta

Según Anónimo (2020), refiere que cuando una persona presenta esta autoeficacia tiene la capacidad de afrontar desafíos, ya que es consciente de tener las habilidades y conocimientos necesarios para hacerlo. Acepta retos y dando lo mejor de sí se esfuerza para lograr sus metas. Tener estas características es beneficioso para nuestra salud, también es fundamental para evitar riesgos que atenten contra nuestra salud.

2.2.2.2.2. Autoeficacia débil

Por el contrario, para el siguiente tipo de autoeficacia, Anónimo (2020) señala que se identifica cuando una persona piensa que siempre va a fracasar en su vida. Por consiguiente, siempre evitará problemas, eventos nuevos o situaciones que le incomode, porque no tiene confianza en sus habilidades y por lo tanto en sus capacidades.

2.2.2.3. Características de la autoeficacia

Según Covarrubias y Mendoza (2013), citado en (Torres, 2021), la autoeficacia es:

- **Dinámica:** se basa según las experiencias y de aquí parte como percibe cada individuo, si su autoeficacia esta alta o baja.
- **Cíclica:** porque depende de sus elementos; en otras palabras, la persona puede ser productora o ser el producto de alguna situación.
- **Multidimensional:** por la influencia de procesos psicológicos como: motivacionales, cognitivos, selectivos y afectivos.
- **Específica:** depende del espacio y el tipo de la tarea para que la persona desarrolle autoeficacia. No siempre tendrá autoeficacia en todas las situaciones.
- **Permeable:** ya que la autoeficacia puede fortalecerse o disminuir debido a los cambios que se generen.

2.2.2.4. Factores de la autoeficacia

Según Apiquian (2014), los factores de los que se alimenta la autoeficacia son los logros personales; porque cuando logras alguna meta se forma un sentimiento de dominio propio y se fortalece la autoeficacia; Experiencias de otras personas, si un conocido logra tener éxito esforzándose, el observador creerá que también tiene las habilidades para tener éxito; Persuasión social, el convencimiento a una persona con las capacidades y habilidades necesarias para que se esfuerce y alcance sus objetivos sin dudar de el mismo; Estado emocional, al estar constantemente en situaciones estresantes influye negativamente en las competencias personales. Por lo tanto, tener una alta autoeficacia ayudará a desafiar el estrés, las personas que posee un alto nivel de autoeficacia el estrés les afecta en menor grado que a los que tienes una autoeficacia baja.

2.2.2.5. Autoeficacia académica

Villafuerte (2022), refiere que “la autoeficacia académica es entendida según, como el estudiante llegará a cumplir con las actividades académicas de acuerdo a la percepción de sus propias habilidades”.

Por otro lado, Feldman et al., (2016), mencionan que es una creencia de los estudiantes de sus capacidades para coordinar, organizar y actuar sobre situaciones académicas y así lograr el desempeño que uno desea. (Burgos y Salas, 2020). Según Saklofske et al., (2012) precisan que si el objetivo es el éxito en el entorno académico la autoeficacia académica es el predictor indicado. (Matoti y Lekhu, 2019)

Además, Villa (2019), comenta que “la persona que sea capaz de autorregularse y enfrentar eficientemente situaciones en el entorno de enseñanza aprendizaje convencido de sus capacidades, se denomina autoeficacia académica”.

Por consiguiente, Hechenleitner et al., (2019), refieren que la autoeficacia trata de las expectativas que tiene la persona de sus capacidades para manejar a estresores. Depende del grado de acción que ponga la persona para organizarlas y ejecutarlas con el objetivo de obtener el rendimiento deseado. Estas expectativa

dependerán si en el pasado se obtuvieron logros, del desempeño u experiencia de otras personas, la persuasión del exterior y del estado emocional actual.

Según Alegre (2014), “la autoeficacia académica brinda como una herramienta motivacional, seguridad de superación personal al estudiante, de esta manera lograr el éxito y tener un compromiso académico con altas expectativas”. (Narvaéz et al., 2018, p. 62)

Por otro lado, Pajares (2001) considera que es importante que el ambiente escolar sea el adecuado para propiciar un favorable rendimiento académico y/o fomentar la creencia en sus propias capacidades y habilidades. (Castro y Huiza, 2021)

2.2.2.6. Tipos de expectativas de autoeficacia académica

De acuerdo a Robles (2018), citado en el estudio que realizó (Torres, 2021), menciona que existen tres expectativas, las cuales son:

- Expectativas de la situación: tiene que ver con el ambiente académico y como influye en la conducta del estudiante. El ambiente que le rodea como: el equipamiento e infraestructura de la institución , estabilidad económica y familiar, la relación con sus compañeros de aula y metodología que utiliza el docente para enseñar; todos estos factores pueden impactar a favor o en contra en las capacidades del estudiante.
- Expectativas de Resultado: trata de la percepción que tiene el estudiante de su conducta y que según sea determinará los resultados deseados. Con un buen comportamiento tendrá el control de sus objetivos, podrá manejar adversidades en situaciones académicas. Así mismo, el pensamiento de comprometerse, dedicarse y automotivarse académicamente conllevará a buenos resultados.
- Expectativa de autoeficacia Percibida: cuando el sujeto creer en sus capacidades y sabe como actuar para alcanzar los resultados que se propuso. Tendrá la capacidad para manejar su comportamiento en su entorno, resolver problemas y enfrentar las actividades académicas.

2.2.2.7. Dimensiones de autoeficacia académica

2.2.2.7.1. Dimensión 1: Generalización

Según Galleguillos (2017), “Corresponden a una gama de actividades que los estudiantes creen que pueden hacer bien”. “La generalización aparece cuando un individuo se da cuenta de que tiene las condiciones necesarias para lograr todos los objetivos”. (Galleguillos, 2019)

Además, Castro (2020) enfatizó que “La generalización es la creencia del estudiante cuando está decidido de que puede realizar cualquier tarea. El estudiante se siente en total confianza para desempeñar correctamente todas las tareas que se le presente”. (Pajuelo, 2021).

Indicadores

- Tareas individuales
- Tareas grupales

2.2.2.7.2. Dimensión 2: Nivel de dificultad

Según Galleguillos (2017), “Es el número de actividades que consideras por encima de tu rendimiento”.

Por otro lado, Galleguillos (2019), nos dice “Que se presenta cuando el estudiante cree que incluso las tareas más difíciles se pueden manejar”. Así mismo, Castro (2020), lo definió “Como una firme convicción de que los estudiantes deben tener éxito incluso en tareas complejas”. Por consiguiente, Bandura (2006), comenta que “Son los diversos obstáculos que un estudiante debe superar para completar con éxito una tarea. Asume que la persona sabe que puede completar la tarea frente a los obstáculos”. (Pajuelo, 2021)

Indicadores

- Tareas comunes
- Tareas difíciles

2.2.2.7.3. Dimensión 3: Fortaleza

Galleguillos (2017), menciona que “Corresponde al nivel de creencia (fuerte/débil) sobre la capacidad de una persona para desempeñarse en un área específica”.

De esta manera, Galleguillos (2019), describe “La fuerza como el nivel de resistencia y persistencia que muestran los estudiantes para realizar tareas académicas frente a la adversidad o en condiciones desfavorables, la creencia de que poseen la fuerza necesaria para realizar acciones específicas”. Castro (2020), la describe como “La confianza de los estudiantes en que no abandonarán la tarea bajo ninguna circunstancia”. Por otro lado, Bandura (2006), “Alude a creencias firmes que motiva a los estudiantes a realizar acciones”. (Pajuelo, 2021).

Indicadores

- En una situación normal
- En una situación adversa

2.3. Definición de términos básicos

Ámbitos: un espacio donde están agrupadas situaciones, cuestiones o problemas de una actividad con una misma característica relacionadas entre si. (Real Academia Española, 2021)

Autoaceptación: quiere decir la apreciación y valoración a nosotros mismo, tratarnos con respeto y cariño y estar seguros que somos valiosos para ser amados y respetados por los demás y nosotros mismos, aunque no seamos perfectos. (Corbin, 2016)

Afrontamiento: las personas utilizan estrategias conductuales y cognitivas para enfrentar situaciones estresantes internas como externas que son percibidas como muy excesivas para los recursos y capacidades que tiene el individuo. (Lazarus y Folkman, 1984, citado en el estudio de Castagnetta, 2016)

Cognitivo: hace referencia cuando mediante la experiencia o aprendizaje se acumuló conocimiento e información. (Pérez y Gardey, 2008)

Desequilibrio: si algunas cosas no son iguales en poder, tamaño o importancia en

un grupo o si la ventaja de un grupo no es la misma que la del otro grupo existirá un desequilibrio. (Cambridge Dictionary, 2022)

Dimensiones: son sub variables que al agruparse determinan el comportamiento de la variable que se está estudiando. (Abanto, 2018)

Estresores: son causantes del estrés de la persona denominado cómo un factor estresante, por lo tanto, son estímulos que un entorno o evento puede ocasionar cuando amenaza o desafía la seguridad personal, por tal motivo es considerado exigente por la persona. (Anónimo, 2009)

Exhaustiva: algo que es completo en un tema en específico y que causa agotamiento o que las cosas se hagan de forma muy apresurada. (Alegsa, 2019)

Inestabilidad: se refiere a la falta de equilibrio tanto emocional o físico. (Diccionario Manual de Sinónimos y Antónimos, 2022)

Percepción: se lleva a cabo cuando el cerebro procesa e interpreta una información o estímulo que recibió de forma sensorial del entorno, también se suman los sentimientos y pensamientos para entender de manera más lógica y clara esa imagen que se formó y crear una impresión de esa realidad. (Uriarte, 2020)

III. MÉTODOS Y MATERIALES

3.1. Hipótesis de la investigación

3.1.1. Hipótesis general

HG: Existe relación significativa entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

H0: No existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

3.1.2. Hipótesis específicas

HE1: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

H01: No existe una relación entre el estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

HE2: Existe una relación significativa entre el estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

H02: No existe una relación entre el estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

HE3: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

H03: No existe una relación entre el estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

3.2. Variables de estudio

3.2.1. Definición conceptual

Tabla 1.

Definición conceptual de las variables

Variables	Concepto de definición
V.I. Estrés académico	Para Berrío y Mazo (2011), El estrés académico es una reacción que activa la parte emocional, física, conductual y cognitiva por aspectos académicos.
V.II. Autoeficacia académica	Para Ruiz (2005), La autoeficacia académica se refiere a cuando la persona cree en sus cualidades para conseguir logros positivos académicos y esto se refleja cuando tienen la seguridad de solucionar problemas y si se sienten motivados académicamente. (Sulca y Quiroz, 2021, p.56)

3.2.2. Definición operacional

Tabla 2.

Definición operacional del Estrés académico

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Categorías	Escala de medición
Estresores	Sobrecarga académica	1,2,3,4,	Respuestas Likert	Niveles Bajo (0-35)
	Relación con el docente	5,6 y 7		
	Evaluación		Casi nunca (1)	Medio
	Complejidad		Rara vez (2)	(36-70)
	Tiempo limitado		Algunas veces	Alto (71-
	Metodología confusa		(3)	105)
Síntomas	Reacciones físicas	8,9,10,1	Casi siempre (4)	
	Reacciones psicológicas	1,12,13	Siempre (5)	
	Reacciones comportamentales	y 14		
Estrategias de afrontamiento	Focalización	15,16,1		
	Resolución de problemas	7,18,19,		
	Análisis lógico	20 y 21		
	Regulación de emociones			
	Aprendizaje			
	Planificación			
	Connotación positiva			

Tabla 3.*Definición operacional de la autoeficacia académica*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Categorías		Escala de Medición
			Respuestas	Niveles	
Generalización	Tareas individuales	1,2,3,4 ,5 y 6	Likert Nunca puedo (1)	Inadecuada (18-42) Regular (43-66)	Ordinal
	Tareas grupos				
Nivel de dificultad	Tareas comunes	7,8,9,1 0,11 y	Casi nunca puedo (2) No sé qué responder (3)	Bueno (67-90)	
	Tareas difíciles	12			
Fortaleza	En una situación normal	13,14, 15,16,	Casi siempre puedo (4)		
	En una situación adversa	17 y 18	Siempre puedo (5)		

3.3. Tipo y nivel de la investigación

3.3.1. Tipo de Investigación

“Esta investigación fue de tipo básica con un enfoque cuantitativo”. (Rodríguez, 2020). También conocida como fundamental, la cual busca conocer a profundidad la realidad y la naturaleza de los fenómenos de estudio, de esta manera aportar a investigaciones futuras con nuevos conocimientos respondiendo a preguntas que la humanidad este buscando en sus investigaciones.

3.3.2. Nivel de investigación

“Se consideró el estudio de nivel correlacional cuya finalidad es evaluar y medir entre dos variables el grado de relación que exista en ellas”. (Moreno, 2016).

3.4. Diseño de la investigación

Este trabajo usó el diseño no experimental de tipo transversal – correlacional con la cual se estudió a la variable sin realizar ningún cambio a su propia naturaleza. Para Hernández et al., (2010), “Es un estudio donde se observan y analizan a las variables sin someterlas a algún tipo de manipulación a su naturaleza”. (Mata,2019)

3.5. Población y muestra de estudio

3.5.1. Población

“Es la agrupación de individuos u objetos con las mismas características en un lugar o tiempo determinado donde se dará a cabo la investigación”. (Moreno, 2021)

En la presente investigación se consideró a 54 estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio del Distrito de Tacna en Mariscal Miller, Tacna, como sujetos de estudio.

Tabla 4.

Total de la población de los estudiantes encuestados

POBLACIÓN		
GRADO	4º grado de secundaria	
SEXO	MUJER	VARÓN
SUB TOTAL	26	28
TOTAL	54	

3.5.2. Muestra

“Es una parte que representará a la población donde se realizará la investigación. Se puede usar fórmulas, la lógica, entre otros para saber cuál será la cantidad de los representantes de la muestra”. (López, 2004)

La muestra fue probabilística. Castro (2003), menciona que hay dos clasificaciones de la muestra, las cuales son la probabilística y la no probabilística. La probabilística, consiste en que todos los miembros de una población pueden conformarla en totalidad mediante una muestra simple aleatoria, al azar, estratificada o por área. La no probabilística, la muestra elegida dependerá del criterio del investigador, por tan motivo no todos los componentes de la población formarán parte de la muestra mediante una muestra accidentada o intencional. Además, si la cantidad de la población es menor de 50 individuos, la muestra será la misma (Anónimo, 2012).

Por tal motivo, se utilizó una muestra censal que estuvo conformada por 54 estudiantes de cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio de la

población.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1. Técnicas de recolección de datos

Esta investigación recolectó los datos relacionados a las variables de estudio, el estrés académico y autoeficacia académica.

Según Hurtado (2007), la técnica son los procedimientos para la recolección de los datos, los cuales son mediante la revisión documental, encuestas, cuestionarios, la observación, y otras. Así mismo, Arias (2006), comenta que es una buena forma de obtener la información necesaria. Por otro lado, Bavaresco (2004), menciona que se podrá verificar el problema que se plantea gracias a las técnicas. (Rocha, 2013, p.58)

La técnica que se utilizó para esta investigación fue la encuesta. Palella y Martins (2017), comentan que es una técnica que tiene como finalidad recoger datos de un grupo de individuos que es de suma importancia para el investigador. Para ello, es necesario realizar un listado de preguntas que serán respondidas por escrito de manera anónima por los sujetos de estudio (Camacho, 2011).

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos

Según Arias (2006), “Los instrumentos son utilizados como un recurso principal (en papel o digital), que sirven para recolectar información. Son los cuestionarios, las entrevistas, entre otros”. De acuerdo a Tamayo y Tamayo (2007), el instrumento sirve de ayuda para que el investigador obtenga la información necesaria de sus variables de estudio para realizar la medición respectiva. (Rocha, 2013, p.59)

El instrumento que se utilizó como técnica para la recolección de datos de esta investigación fue el cuestionario. El cuestionario es un instrumento y herramienta que ayuda al investigador a plantear preguntas y recolectar datos para un trabajo de investigación de enfoque cuantitativo sobre una determinada muestra de estudio, específicamente cuando se usa la metodología de encuestas. De esta manera, describir estadísticamente a

donde pertenece la población y cuál es la relación de sus intereses. (Meneses, 2016, p.9)

En el presente trabajo de investigación se aplicó dos instrumentos, utilizados para el estudio de las variables estrés académico y autoeficacia académica, el Inventario SISCO SV-21 y Escala de ACAES respectivamente.

Los encuestados debían de elegir solo una de las alternativas de los cuestionarios para el estrés académico y autoeficacia académica, las cuales están en función de acuerdo a la escala de Likert cuyas alternativas tienen designado un valor numérico de acuerdo a la respuesta obtenida como se muestra en tabla 6 y 8, respectivamente para cada variable; por consiguiente, mediante un análisis estadístico las preguntas serán evaluadas.

Tabla 5.

Ficha técnica del Instrumento 1: Cuestionario “Encuesta sobre el estrés académico”

Nombre del instrumento	Cuestionario “Inventario SISCO SV-21”
Autor	Arturo Barraza Macías
Procedencia	México
Fecha de construcción	2007
Duración	Entre 20 y 25 minutos
Ítems	Constituido por 21 ítems, bajo la escala de Likert
Dimensiones	Se compone de 3 dimensiones
Confiabilidad	Alfa de Cronbach de (0.85)
Validez	Juicio de expertos
Objetivo	Determinar el nivel de estrés académico

Tabla 6.

Escala de respuesta para el Inventario SISCO SV-21

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4	5

Tabla 7.

Ficha técnica del Instrumento 2: Cuestionario “Encuesta sobre la autoeficacia académica”

Nombre del instrumento	Cuestionario “Escala de ACAES”
Autor	Patricio Galleguillos
Procedencia	Chile
Fecha de construcción	2017
Duración	10 a 15 minutos
Ítems	Constituido por 18 ítems, bajo la escala de Likert
Dimensiones	Se compone de 3 dimensiones
Confiabilidad	Alfa de Cronbach de (0.959)
Validez	Juicio de expertos
Objetivo	Determinar el nivel de autoeficacia académica

Tabla 8.

Escala de respuesta para la Escala de ACAES

Nunca puedo	Casi nunca puedo	No sé qué responder	Casi siempre puedo	Siempre
1	2	3	4	5

Confiabilidad del instrumento

Un instrumento que mide variables de estudio debe tener confiabilidad por lo que es una cualidad innata que permite que, cuantas veces se aplique el instrumento en un grupo de personas en cualquier momento y tiempo determinado se debe de obtener los mismos resultados. Se caracteriza porque es consistente estable, porque los resultados no cambiarán, aunque se apliquen en diferentes tiempos. Predecible, porque es posible suponer cuáles serán las características de los resultados por su precisión y certeza. Y objetivo, ya que los resultados que se obtienen se adaptan a la realidad donde las variables de estudio corresponden. (Carrasco, 2007, p.339)

Para saber la confiabilidad de los instrumentos, se aplicó el Coeficiente de Alfa de Cronbach expuesta por Celina y Campo (2005), “Como una forma sencilla de medir la correlación y consistencia con la cual se validará la confiabilidad de los

ítems de una escala”, se presenta a continuación la fórmula del Alfa de Cronbach:

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

Figura 1. Fórmula del Coeficiente Alfa de Cronbach

Fuente: Tomado de Ruiz (2013)

Donde:

α = Coeficiente de Alfa de Cronbach

K = Número de ítems

sT^2 = Varianza de la suma de los ítems

$\sum s^2$ = Sumatoria de varianzas de los ítems

Tabla 9.

Interpretación de la fiabilidad de los ítems según el Coeficiente de Alfa de Cronbach

Intervalo al que pertenece el coeficiente alfa de Cronbach	Valoración de la fiabilidad de los ítems analizados
[0 ; 0,5[Inaceptable
[0,5 ; 0,6[Pobre
[0,6 ; 0,7[Débil
[0,7 ; 0,8[Aceptable
[0,8 ; 0,9[Bueno
[0,9 ; 1]	Excelente

Fuente: Tomado de Chaves y Rodríguez (2016)

Validez del instrumento

Si los instrumentos tienen este atributo conllevará a que tienen la capacidad de medir las variables en estudio con precisión, autenticidad, objetividad y veracidad. Por lo tanto, el instrumento será válido si mide lo que realmente debe medir y que permita extraer datos que se necesita conocer. (Carrasco, 2007, p.336)

En esta investigación los dos cuestionarios fueron sometidos a la validación por dos especialistas en el área, quienes hicieron la evaluación de los ítems relacionado a que las preguntas sean pertinentes a los objetivos y los indicadores de estudio, así mismo, a que la redacción y la ortografía sea clara y precisa.

Tabla 10.*Validación de los instrumentos por juicio de expertos*

Expertos	Especialidad del validador	Aplicabilidad	DNI
Dra. Rosa Esther Chirinos Susano	Psicólogo Clínico Educativo	Si	08217185
Mgr. Luis Alberto Pastor Yañez	Psicólogo Clínico	Si	29281066

3.7. Métodos de análisis de datos

Se presentó la solicitud para la autorización del acceso a las instalaciones de la Institución educativa para la respectiva coordinación de la fecha y hora, de esta manera se realizó la aplicación de los dos instrumentos para la investigación en los estudiantes que representaron a la muestra de estudio. La evaluación se llevó a cabo de forma presencial y colectiva mediante la aplicación de dos cuestionarios donde se detalló que los datos obtenidos permanecerían en confidencialidad, con la finalidad de que las respuestas sean sinceras, donde los estudiantes responderían de manera voluntaria.

Para la tabulación de las respuestas de los estudiantes, luego de aplicar los cuestionarios se realizó una base de datos en Excel, seguidamente para que no exista ningún dato atípico se verificó y revisó, de tal manera no perjudique al proceso estadístico y para finalizar, los datos fueron trasladados para el análisis estadístico al software estadístico SPSS versión 25.

Se emplearon dos estadísticas; El análisis descriptivo, como Castañeda et al., (2010), mencionan que “Es un proceso que se empleará para organizar y resumir un grupo de información en forma cuantitativa que se realizarán mediante gráficos, valores numéricos o tablas”. (Estrada, 2017, p.111); y el análisis inferencial, ejecuta un análisis para predecir el comportamiento de informaciones mediante el uso de modelos probabilísticos y predictivos, así mismo, técnicas de inteligencia artificial y machine learning donde analiza una muestra de datos para extraer conclusiones a través de inferencias. Por consiguiente, por lo que es un enfoque donde el resultado es calculado de manera probabilística, implica un cierto margen de error. (Anónimo, 2015). El análisis fue en función a los resultados obtenidos donde se aplicó el análisis de frecuencias y porcentajes, medias y

desviación estandar para las variables, donde se utilizó la prueba de Kolgomorov Smirnov para precisar si la muestra se ajustaba a la normalidad.

3.8. Aspectos éticos

Según Botella (2003), menciona que:

Está relacionado al acto moral y a que la persona este obligada a ser justa con ella misma y con los demás de su entorno sin imitar a otros y de forma voluntaria. La ética es práctica, porque especula y juzga el engaño, lo negativo e insolidario que puede ser un acto. (Estrada, 2017, p.110)

“La ética se refiere al comportamiento moral de los hombres dentro en la sociedad, además es objetiva y racional, además brinda conocimientos metódicos, verificables y sistemáticos”. (Sánchez, 1999, p.25)

Cuando una investigación o experimento es sometida hacia los seres humanos debe tener en cuenta tres básicos principios éticos: respetar a las personas, búsqueda de la justicia y el bien. (Cofré, 2019)

Wiersmar y Jurs (2008), mencionan que una investigación cuantitativa al seguir los aspectos éticos debe considerar derechos como la confiabilidad del sitio e individuos del estudio, la aprobación y consentimiento de la participación, el respeto donde se realizará la investigación, saber cuales son las limitaciones del estudio y de nosotros mismos, por lo tanto, los resultados deben ser reportados con honestidad, sin racismo o discriminación (Reyes, 2017).

Por último, se considera también a los principios bioéticos; de acuerdo a Potter et al., definidos como la autonomía de la persona, el cual determina el respeto hacia los derechos del participante; la beneficencia, a la realización de acciones positivas y el deseo de hacer el bien por los demás; no maleficencia, el compromiso de no cometer daños o lesiones y la justicia, relacionada con la equidad (Gómez, 2015).

Por lo tanto, esta investigación se elaboró de forma honesta y respetuosa siguiendo los aspectos éticos necesarios para buscar y encontrar la verdad, de tal forma se garantizó que los resultados que se obtendrían corresponderían a la actual investigación y no serían manipulados de ninguna manera. Por lo cual, los

estudiantes de manera voluntaria participaron para este estudio, quienes respondieron los cuestionarios y cuyos datos obtenidos fueron mantenidos en total confidencialidad, respetando los principios de Helsinki, el cual indica que los sujetos de estudio deben estar informados mediante un consentimiento informado antes de tomar una decisión.

Por último, espero contribuir con investigación futuras referido al tema de estudio con la presentación de los resultados obtenidos en mi trabajo de investigación garantizando honestidad, imparcialidad e idoneidad durante todo el proceso de investigación y tratamiento de los datos.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos

4.1.1. Descripción de los resultados sociodemográficos según sexo

Tabla 11.

Análisis según sexo en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	26	48.1%
Masculino	28	51.9%

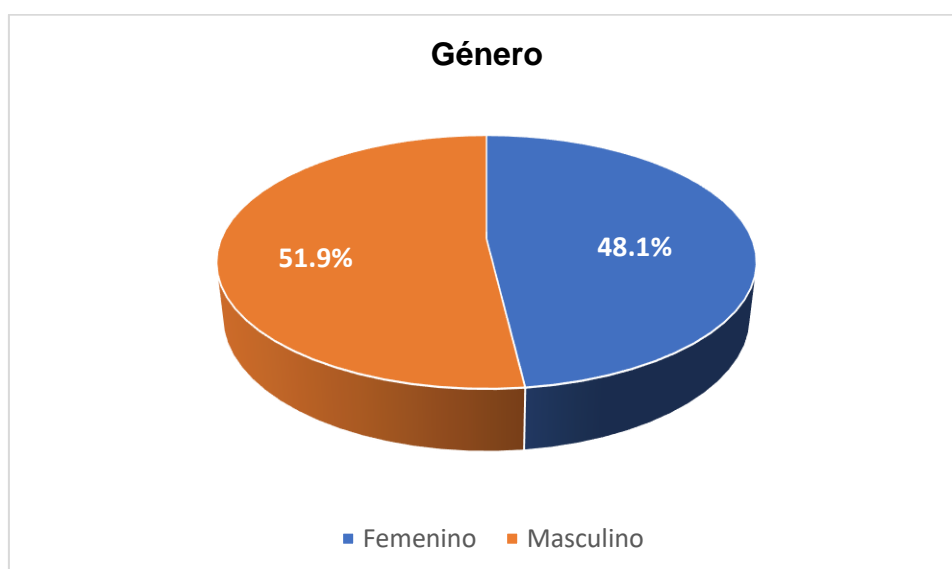


Figura 2. Análisis según sexo en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según tabla 11, figura 2, los resultados obtenidos del total de la muestra de estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022, el 51.9% (28/54) fueron de sexo masculino y el 48.1% (26/54) de sexo femenino.

4.1.2. Descripción de los resultados sociodemográficos según edad

Tabla 12.

Análisis según edad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Edades	Frecuencia	Porcentaje
15 años	29	53.7%
16 años	24	44.4%
17 años	1	1.9%

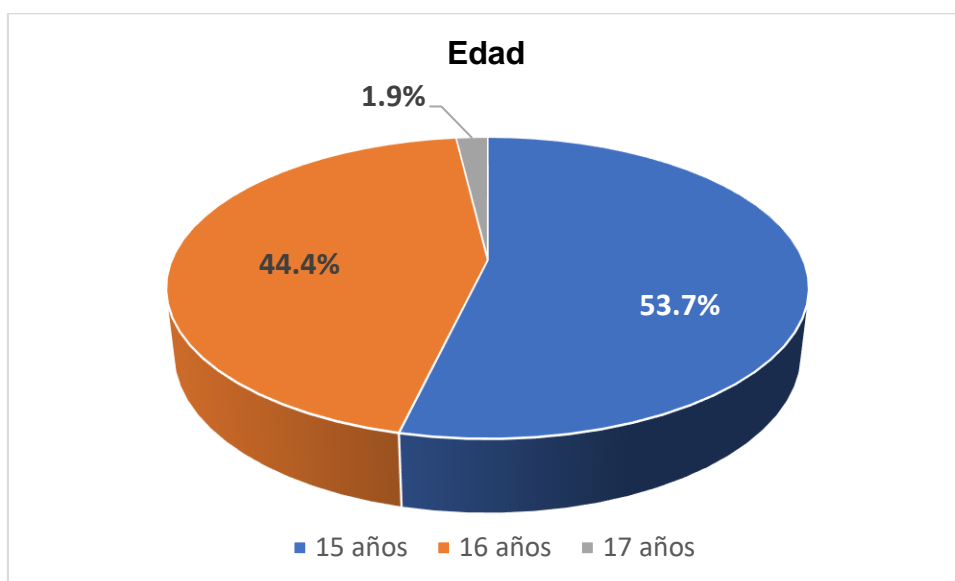


Figura 3. Análisis según edad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 12, figura 3, los resultados obtenidos mostraron que el 53.7% (29/54) de los estudiantes tienen 15 años, el 44.4% (24/54) de los estudiantes tienen 16 años y el 1.9% (1/54) tiene 17 años.

4.1.3. Descripción de los resultados de la variable Estrés académico.

Tabla 13.

Nivel de Estrés académico en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Nivel de estrés académico

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	45	83,3%
Bajo	8	14,8%
Medio	1	1,9%

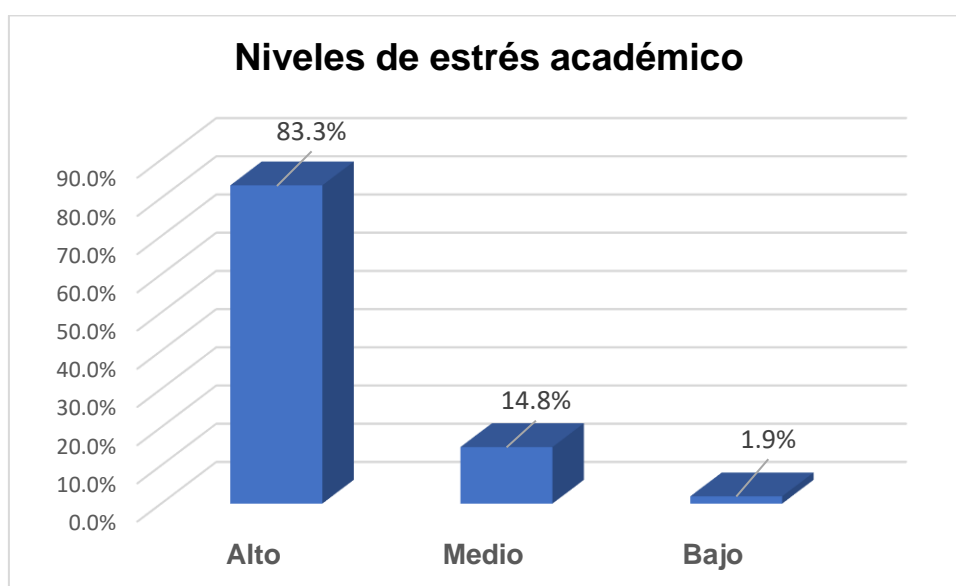


Figura 4. Nivel de Estrés académico en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 13, figura 4 en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. Se muestra que hay un nivel alto de 83.3% (45/54) y un nivel medio de 14.8% (8/54) y por último se muestra un 1.9% (1/54) un nivel bajo de estrés académico.

4.1.4. Descripción de los resultados por dimensiones de la V.I.

Tabla 14.

Nivel según la dimensión estresores en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Nivel de dimensión: Estresores

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	19	35.2%
Bajo	30	55.6%
Medio	5	9.3%

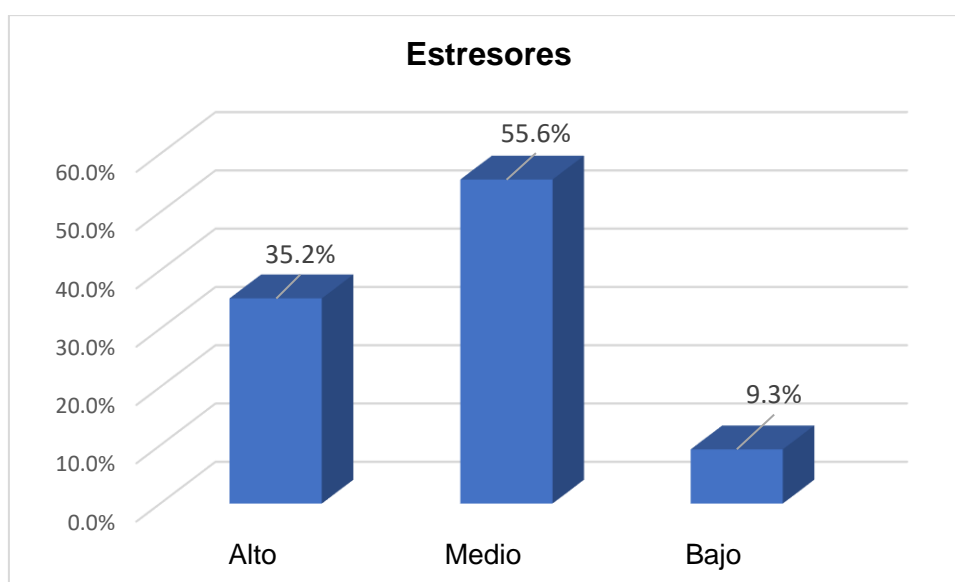


Figura 5. Nivel según la dimensión estresores en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 14, figura 5, los resultados obtenidos determinaron que los estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022, según la dimensión estresores, mostraron un nivel medio de 55.6% (30/54), el 35.2% (19/54) con un nivel alto y el 9.3% (5/54) un nivel bajo.

Tabla 15.

Nivel según la dimensión síntomas en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Nivel de dimensión: Síntomas

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	10	18.5%
Bajo	25	46.3%
Medio	19	35.2%

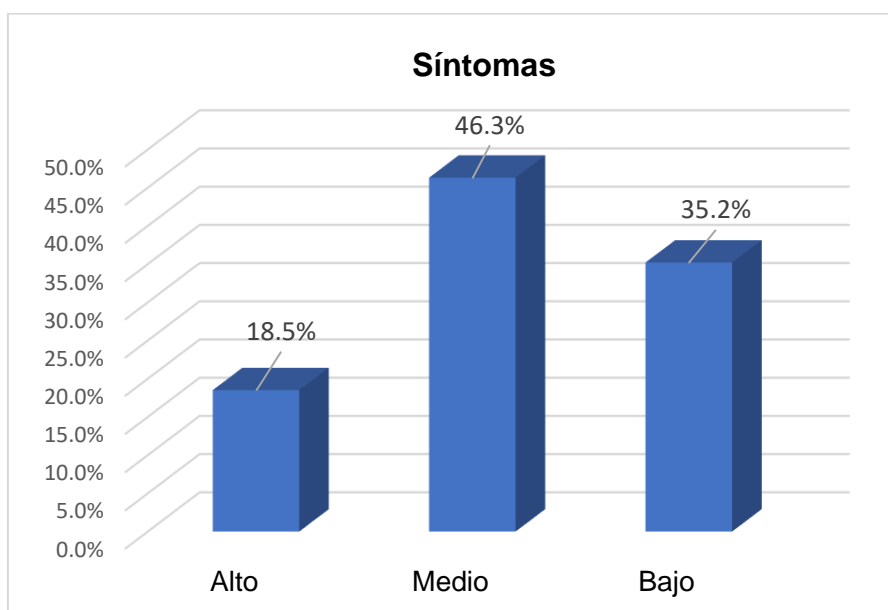


Figura 6. Nivel según la dimensión síntomas en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 15, figura 6, los resultados obtenidos determinaron que los estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022, según la dimensión síntomas, el 46.3% (25/54) tienen un nivel medio, el 35.2% (19/54) tienen un nivel bajo y el 18.5% (10/54) con un nivel alto.

Tabla 16.

Nivel según la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Nivel de dimensión: Estrategias de afrontamiento

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	17	31.5%
Medio	30	55.6%
Bajo	7	13.0%

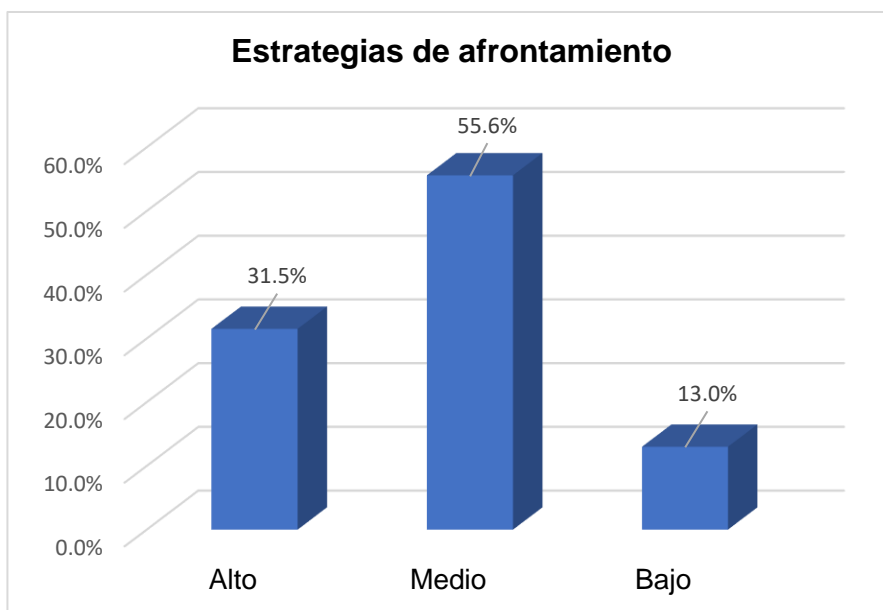


Figura 7. Nivel según la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 16, figura 7, los resultados obtenidos determinaron que los estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022, según la dimensión estrategias de afrontamiento, el 55.6% (30/54) tienen un nivel medio, el 31.5% (17/54) tienen un nivel alto y el 13.0% (7/54) con un nivel bajo.

4.1.5. Descripción de los resultados de la variable Autoeficacia académica.

Tabla 17.

Nivel de Autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Nivel de autoeficacia académica

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bueno	24	44.4%
Regular	30	55.6%

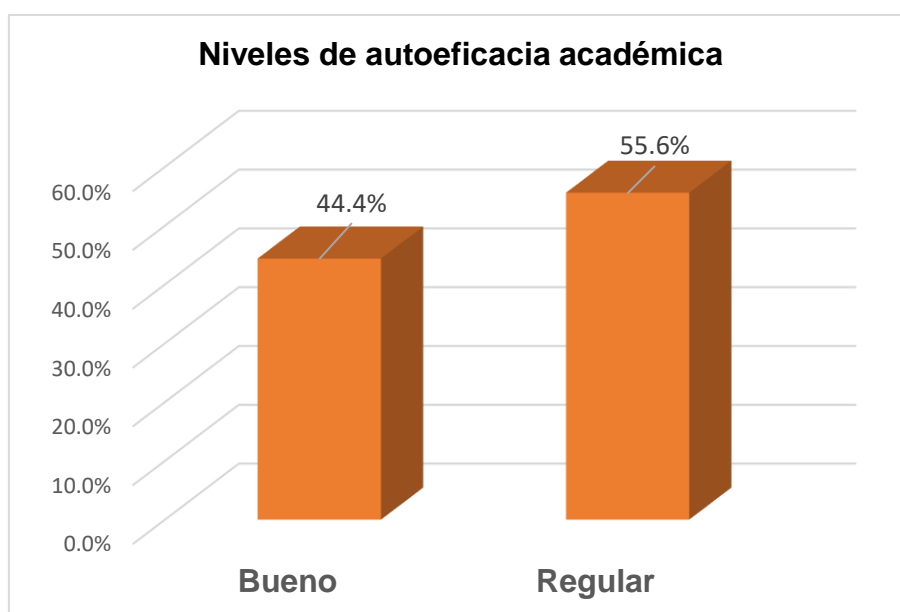


Figura 8. Nivel de Autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 17, figura 8 en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. Se muestra que hay un nivel regular de 55.6% (30/54) y un nivel bueno de 44.4% (24/54) de autoeficacia académica.

4.1.6. Descripción de los resultados por dimensiones de la V.D.

Tabla 18.

Nivel según la dimensión generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Nivel de dimensión: Generalización

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bueno	22	40.7%
Regular	26	48.1%
Inadecuado	6	11.1%

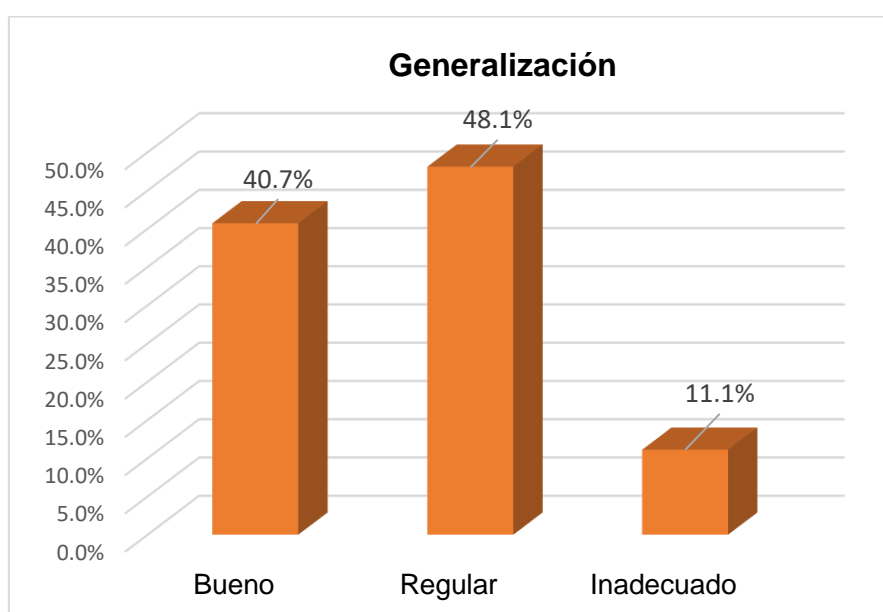


Figura 9. Nivel según la dimensión generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 18, figura 9, los resultados obtenidos determinaron que los estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022, según la dimensión generalización, el 48.1% (26/54) tienen un nivel regular, el 40.7% (22/54) tienen un nivel bueno y el 11.1% (6/54) con un nivel inadecuado.

Tabla 19.

Nivel según la dimensión nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Nivel de dimensión: Nivel de dificultad

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bueno	10	18.5%
Regular	29	53.7%
Inadecuado	15	27.8%

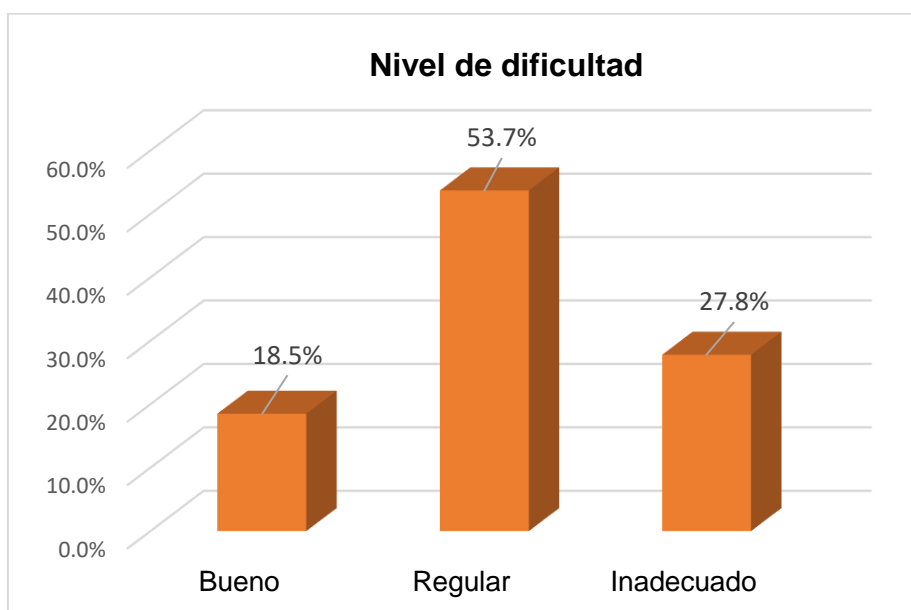


Figura 10. Nivel según la dimensión nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 19, figura 10, los resultados obtenidos determinaron que los estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022, según la dimensión nivel de dificultad, el 53.7% (29/54) tienen un nivel regular, el 27.8% (15/54) tienen un nivel inadecuado y el 18.5% (10/54) con un nivel bueno.

Tabla 20.

Nivel según la dimensión fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Nivel de dimensión: Fortaleza

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bueno	15	27.8%
Regular	29	53.7%
Inadecuado	10	18.5%

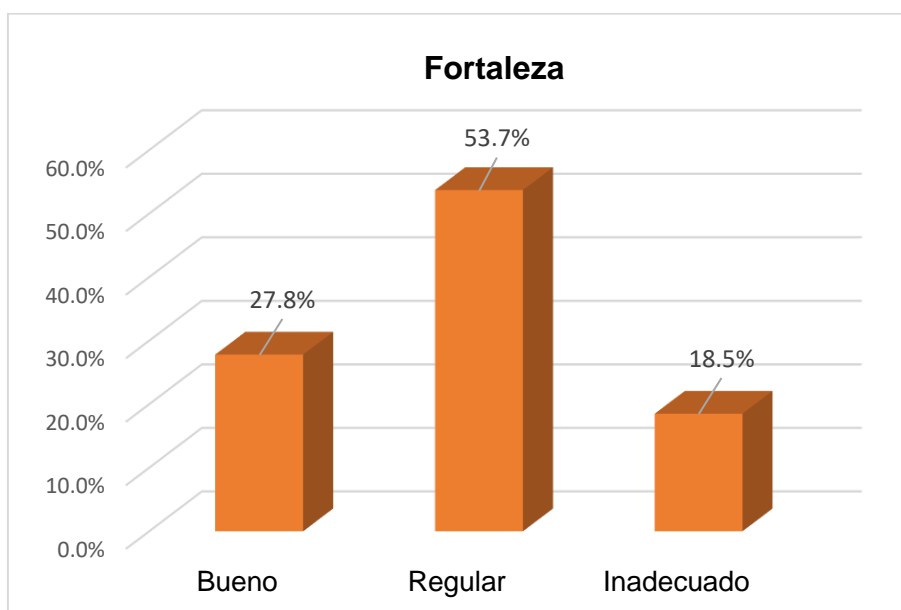


Figura 11. Nivel según la dimensión fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Según la tabla 20, figura 11, los resultados obtenidos determinaron que los estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022, según la dimensión fortaleza, el 53.7% (29/54) tienen un nivel regular, el 27.8% (15/54) tienen un nivel bueno y el 18.5% (10/54) con un nivel inadecuado.

4.2. Resultados inferenciales (Prueba de Hipótesis)

4.2.1. Confiabilidad del instrumento para la V.I. por Alfa de Cronbach

Los resultados aplicando la SPSS fueron:

Tabla 21.

Estadísticas de fiabilidad del instrumento para la V.I.

Alfa de Cronbach	N.º de elementos
,820	21 ítems

El resultado de confiabilidad es alto con un 82%, por lo tanto, el instrumento tuvo muy buena consistencia interna.

4.2.2. Confiabilidad del instrumento para la V.D. por Alfa de Cronbach

Los resultados aplicando la SPSS fueron:

Tabla 22.

Estadísticas de fiabilidad del instrumento para la V.D.

Alfa de Cronbach	N.º de elementos
,890	18 ítems

El resultado de confiabilidad es alto con un 89%, por lo tanto, el instrumento tuvo muy buena consistencia interna.

4.2.3. Contrastación de hipótesis

Hipótesis general (HG):

Existe relación significativa entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Hipótesis nula (H0):

No existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Tabla 23.

Correlación de la V.I. Estrés académico y V.D Autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

			Estrés académico	Autoeficacia académica
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	1,000	-,120
		Sig. (bilateral)	.	,387
		N	54	54
Spearman	Autoeficacia académica	Coeficiente de correlación	-,120	1,000
		Sig. (bilateral)	,387	.
		N	54	54

Según se observa en la tabla 0, el valor $p = 0,387$ es mayor al nivel de significancia del 0,05. $P_{cal.} = 0.387 > P_{value} = 0.05$. Por lo tanto, se infiere que las variables no se relacionan significativamente. Se acepta la hipótesis nula. Entonces podemos afirmar que no existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Hipótesis específicas según las dimensiones de la variable Autoeficacia académica

H1: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

H01: No existe una relación entre el estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Tabla 24.

Correlación de la V.I. Estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

			Estrés académico	Generalización
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	1,000	-,068
		Sig. (bilateral)	.	,625
		N	54	54
	Generalización	Coeficiente de correlación	-,068	1,000
		Sig. (bilateral)	,625	.
		N	54	54

Según se observa en la tabla 0, el valor $p = 0,625$ es mayor al nivel de significancia del 0,05. $P_{cal.} = 0.625 > P_{value} = 0.05$. Por lo tanto, se infiere que la variable estrés académico y la dimensión generalización no se relacionan significativamente. Se acepta la hipótesis nula. Entonces podemos afirmar que no existe relación entre el estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

H2: Existe una relación significativa entre el estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

H02: No existe una relación entre el estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Tabla 25.

Correlación de la V.I. Estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

			Estrés académico	Nivel de dificultad
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	1,000	-,229
		Sig. (bilateral)	.	,096
		N	54	54
	Nivel de dificultad	Coeficiente de correlación	-,229	1,000
		Sig. (bilateral)	,096	.
		N	54	54

Según se observa en la tabla 0, el valor $p = 0,096$ es mayor al nivel de significancia del 0,05. $P_{\text{cal.}} = 0.096 > P_{\text{value}} = 0.05$. Por lo tanto, se infiere que la variable estrés académico y la dimensión nivel de dificultad no se relacionan significativamente. Se acepta la hipótesis nula. Entonces podemos afirmar que no existe relación entre el estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

H3: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

H03: No existe una relación entre el estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.

Tabla 26.

Correlación de la V.I. Estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

			Estrés académico	Fortaleza
Rho de	Estrés	Coeficiente de correlación	1,000	,010
Spearman	académico	Sig. (bilateral)	.	,942
		N	54	54
	Fortaleza	Coeficiente de correlación	,010	1,000
		Sig. (bilateral)	,942	.
		N	54	54

Según se observa en la tabla 0, el valor $p = 0,942$ es mayor al nivel de significancia del 0,05. $P_{\text{cal.}} = 0.942 > P_{\text{value}} = 0.05$. Por lo tanto, se infiere que la variable estrés académico y la dimensión fortaleza no se relacionan significativamente. Se acepta la hipótesis nula. Entonces podemos afirmar que no existe relación entre el estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

V. DISCUSIÓN

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. De igual manera, se busca determinar la relación entre cada una de las dimensiones de la variable autoeficacia académica (generalización, nivel de dificultad y fortaleza), con la variable estrés académico.

La limitación de la investigación fue que no existen muchos estudios respecto a la variable de autoeficacia académica en estudiantes de secundaria, para poder aclarar, aunque existan estudios de esta variable en estudiantes universitarios no ayudaría en esta investigación.

Los cuestionarios utilizados fueron preparados especialmente según las características de los estudiantes del cuarto año de secundaria. Por otro lado, los instrumentos fueron validados por dos expertos en psicología, así mismo, se comprobó la confiabilidad con un Alfa de Cronbach de 0,820 para el cuestionario de estrés académico y 0,890 para el cuestionario de autoeficacia académica.

Se logró determinar que no existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022; habiéndose obtenido un valor de correlación de 0,387.

Por los resultados que se obtuvieron en cuanto a la variable estrés académico el 83.3% se ubica dentro del nivel alto; estos resultados lograron ser similares a los resultados obtenidos en el estudio de Luna (2019), quien indicó que un 40% de los estudiantes tuvieron un nivel alto de estrés profundo y un 32% un nivel medio. Por otro lado, Solís (2020), en su estudio logró demostrar que el 44% de los estudiantes presentaron un nivel medio. De igual manera en el estudio que realizó Uitermarkt (2020), el 90.4% de los estudiantes que fueron estudiados demostraron que el principal factor que les provocaba estrés eran las presiones académica. Estos resultados demuestran que el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes es alto y que se tiene que hacer frente a esta variable, de esta manera se pueda tomar las medidas necesarias para contrarrestar esta

situación lo antes posible. En cuanto a la definición logra fundamentarse por Alfonso et al., (2014), quien señala que el estrés académico se debe a los retos y exigencias que hace al estudiante utilizar una gran cantidad de sus recursos físicos y psicológicos para enfrentar alguna problemática, hasta que llega a experimentar tensión, agotamiento y falta de interés hacia el estudio.

En cuanto a la variable autoeficacia académica y los resultados obtenidos en esta investigación, el 55.6% de los estudiantes se ubican en el nivel regular y el 44.4% en el nivel bueno; estos resultados son similares a los obtenidos por Sulca (2021), quien señala que hay un nivel regular de 66,5% y un nivel alto de 16,3%; por otro lado, en el estudio de Alaya (2021), el 80,56% de los estudiantes tienen un nivel regular de autoeficacia académica. Así mismo, Salcedo (2020), demostró que, el 50,54% de los estudiantes poseen un bajo nivel de autoeficacia y el 49,45% un alto nivel. También se puede demostrar en otro estudio por Chávez y Díaz (2021), quienes indican que el 70% de los estudiantes reportaron bajo nivel de autoeficacia. Continuando con los resultados que se obtuvieron de las dimensiones de la variable D, según la dimensión generalización, el 48.1% fue de nivel regular y el 40.7% obtuvo un nivel bueno; la dimensión nivel de dificultad, el 53.7% obtuvo un nivel regular y el 27.8% un nivel inadecuado y la dimensión fortaleza, el 53.7% obtuvo un nivel regular y el 27.8% un nivel bueno. Estos resultados son similares al estudio de Galleguillos y Olmedo (2017) quienes mencionan que los estudiantes que obtienen un puntaje más alto en la escala de autoeficacia alcanzarán un promedio más alto en su rendimiento escolar y los que obtuvieron promedios más bajos califican a su autoeficacia escolar de forma negativa. Por esa razón, las dimensiones de la variable D se relacionan significativamente con el rendimiento escolar, confianza en la tarea (generalización) con ($.365$); esfuerzo en la realización de la tarea (fortaleza) con ($.332$) y comprensión de la tarea (nivel de dificultad) con ($.357$). Del mismo modo, otra investigación realizada por Galicia et al., (2013) demuestran que entre la autoeficacia y el rendimiento académico existe una correlación significativa, positiva y moderada ($p < .001$), por lo que correlación con la autoeficacia académica son mayores con un rango que de ($.470$ a $.674$). Finalmente, al contrario, según la investigación realizada por Castro et al., (2021) determinó que no existe relación entre autoeficacia y rendimiento académico con una correlación baja de $0,011$ y la significancia de p valor de 0.907 . Por lo tanto, es

necesario desarrollar estrategias con el propósito de incentivar a los estudiantes quienes consideran que su autoeficacia académica es regular y de esta manera, logren ubicarse ellos mismos en un nivel bueno o alto. En cuanto a la definición logra fundamentarse por Bandura (1995) que la autoeficacia académica no trata sobre las habilidades o recursos que tiene el sujeto para dominar situaciones cambiantes en su entorno académico, sino que hace referencia a la opinión que el sujeto tiene sobre lo que es capaz de hacer o no con ellos.

VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a los objetivos de esta presente investigación se llegó a las conclusiones siguientes:

- 1) Se determinó que no existe relación ($Rho = -0,120$, $p = -0,387$) entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022; es decir, que el estrés académico no influye en la autoeficacia académica.
- 2) Se determinó que no hay relación ($Rho = -0,068$, $p = 0,625$) entre el estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022; es decir, que el estrés académico no influye en la generalización.
- 3) Se determinó que no hay relación ($Rho = -0,229$, $p = 0,096$) entre el estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022; es decir, que el estrés académico no influye en el nivel de dificultad.
- 4) Se determinó que no hay relación ($Rho = 0,010$, $p = 0,942$) entre el estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022; es decir, que el estrés académico no influye en la fortaleza.

VII. RECOMENDACIONES

Según el objetivo general de que no existe relación entre las variables de estudio; entonces no influye el estrés académico en la autoeficacia académica, se recomienda que el director del Colegio Adventista 28 de Julio en sus reuniones solicite al psicólogo encargado de la atención y bienestar estudiantil realizar charlas e intervenir con actividades educativas a fin de disminuir el nivel de estrés académico e incrementar el nivel de autoeficacia académica; los temas sugeridos pueden ser los siguientes: la autoestima, habilidades sociales, la motivación y la procrastinación, la perseverancia, el control personal, etc.

Al director del Colegio Adventista 28 de Julio, se sugiere que en coordinación con el departamento de tutoría puedan realizar talleres, charlas tanto a los estudiantes como a los padres de familia y a los docentes, y a través de infografías y afiches con mensajes innovadores y creativos dar conocimiento sobre la autoeficacia académica y el estrés académico.

Con el fin de mejorar el nivel de dificultad, en otras palabras, la comprensión de la tarea; se sugiere a los tutores encargados del bienestar del alumno, proporcionar y desarrollar técnicas y herramientas adecuadas para elevar su nivel de comprensión, a través de las horas de lectura, ya que es una manera de desarrollar la parte cognitiva del cerebro, de esta manera hacer de la lectura un hábito personal y escolar. Recalcando que no es necesario una lectura cultural o 100% escolar, puede ser algo que estén todos dispuestos a leer y divertirse, por ejemplo (sobre una película, novela, dibujo animado de acción, ficción, comedia, etc.)

A los tutores del cuarto año de secundaria, sugiero realizar charlas periódicas para fortalecer la confianza (generalización) y esfuerzo en la realización de la tarea (fortaleza), de otra manera, sería también fomentándolos mediante juegos, exposiciones, proyectos grupales sobre diversos temas de recreación, innovación, arte, etc. Por consiguiente, que logre motivar a los estudiantes a completar una tarea poniendo de su esfuerzo y desarrollando confianza para realizarla correctamente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abanto, S. (2018). *Tesis*ciencia. Obtenido de <https://tesisciencia.com/2018/08/20/tesis-variables-dimensiones-indicadores/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20son%20las%20dimensiones%3F,detalladas%20en%20el%20marco%20te%C3%B3rico.>
- Alaya, S. (2021). *Relación entre la autoeficacia y el rendimiento académico en el área de matemática en estudiantes del 4º grado de educación secundaria en la Institución Educativa Alcides Spelucín Vega de la DREC. 2020*. Tesis, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Lima. Obtenido de <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/6416/Segundo%20Norberto%20ALAYA%20IZQUIERDO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Alegre, A. (2014). *Autoeficacia académica, autorregulación del aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes universitarios iniciales*. Universidad San Ignacio de Loyola, Lima. Obtenido de <file:///C:/Users/Adlai/Downloads/DialnetAutoeficaciaAcademicaAutorregulacionDelAprendizaje-5475198.pdf>
- Alegsa, L. (2019). *Definiciones*. Obtenido de <https://www.definiciones-de.com/Definicion/de/exhaustivo.php>
- Alfonso, B., Calcines, M. M., & Nieves, Z. (2015). *Scielo*. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s2077-28742015000200013&script=sci_arttext&tlng=en
- Anónimo (2009). *Nwikies*. Obtenido de <https://nwikies.cyou/wiki/Stressor>
- Anónimo (2012). *Población y muestra*. Venezuela. Obtenido de <http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2012/01/poblacion-y-muestra.html#:~:text=La%20probabil%C3%ADstica%2C%20son%20aquellas%20donde,o%20por%20conglomerado%20o%20%C3%A1reas.>
- Anónimo. (2015). *Cognodata*. Obtenido de <https://www.cognodata.com/estadistica-descriptiva-e-inferencial-analisis-datos/>

- Anónimo. (2020). *SinDepre*. Obtenido de <https://sindepre.org/que-es-la-autoeficacia/#:~:text=Desarrollo%20de%20la%20autoeficacia&text=Existen%20dos%20tipos%20de%20autoeficacia,y%20habilidades%20que%20se%20necesitan>.
- Antónimos, D. M. (2022). *Thefreedictionary*. (S. Larousse Editorial, Ed.) Obtenido de <https://es.thefreedictionary.com/inestabilidades>
- Apiquian, A. (2014). *5 factores, 6 estrategias para cultivar tu autoeficacia*. México. Obtenido de <https://www.altonivel.com.mx/empresas/43646-estrategias-de-autoeficacia-en-el-trabajo/>
- Barraza, A. (2018). *Ecorfan*. Obtenido de https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf
- Berrío, N., y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, vol.3 no.2. Obtenido de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20se%20define,%2C%20estrategias%20de%20afrentamiento%2C%20etc.
- Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos. (2020). *El estrés y su salud*. Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm>
- Bouchrika, I. (2020). *Research*. Obtenido de <https://research.com/education/student-stress-statistics>
- Calvo, W. (2022). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Artículo, Mexico. Obtenido de <https://micasaemis.com/estresacademico/>
- Camacho, C. (2011). *Técnicas para la recolección de datos*. Venezuela. Obtenido de <https://metinvest.jimdofree.com/t%C3%A9nicas/>
- Campos, M. (2021). *El estrés académico*. Revista, España. Obtenido de <https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-que-es/>
- Campos, M. (2021). *Mariajesuscampos*. Obtenido de <https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-causas/>

- Capdevila, N., y Segundo, M. (2005). *Elsevier*. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-13078580#:~:text=Podemos%20entender%20que%20hay%20tres,resistencia%20y%20fase%20de%20agotamiento>.
- Carrasco, S. (2007). *Metodología de la investigación científica*. Lima: San Marcos E.I.R.L.
- Castagnetta, O. (2016). *Psicologiyamente*. Obtenido de <https://psicologiyamente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento>
- Castagnetta, O. (2016). *Psicologiyamente*. Obtenido de <https://psicologiyamente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento>
- Castro, M., Ninacondor, D., Bustillos, S., & Yataco, P. (2021). *Autoeficacia y rendimiento académico en adolescentes de una institución educativa pública*. Universidad César Vallejo, Lima. Obtenido de <https://revista horizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/409/829>
- Castro, S., y Huiza, C. (2021). *Autoeficacia académica y composición familiar en adolescentes al sur de lima*. Tesis. Obtenido de https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/906/CASTRO%20AQUINO%20SHAMIRA%20IVONNE%20Y%20HUIZA%20ROSPIGLIOSI%20CATHERINE%20LUCERO_2021%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Celina, H., y Campo, A. (2005). *Scielo*. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000400009#:~:text=El%20coeficiente%20alfa%20de%20Cronbach%20es%20la%20forma%20m%C3%A1s%20sencilla,%C3%ADtems%20que%20forman%20una%20escala.
- Chaves, E., y Rodríguez, L. (2016). *Revista Ensayos Pedagógicos*. Obtenido de <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/ensayospedagogicos/article/view/10645/13202>
- Chávez, J., y Díaz, D. (2021). *Relación de la autoeficacia con la calidad de vida en adolescentes escolarizados*. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México. Obtenido de <https://www.integracion-academica.org/attachments/article/308/Integraci%C3%B3n%20Acad%C3%A9mica%20en>

%20Psicolog%C3%ADa%20V9N26.pdf#page=92

- Cofré, C. (2019). *Aspectos Éticos en Investigación en Ciencias Sociales y en área de la salud*. Obtenido de https://www.uandes.cl/wp-content/uploads/2019/01/aspectos_eticos_ccofre.pdf
- Corbin, J. (2016). *Psicologiyamente*. Obtenido de <https://psicologiyamente.com/psicologia/autoaceptacion>
- Dictionary, C. (2022). *Dictionary.cambridge*. Obtenido de <https://dictionary.cambridge.org/es/diccionario/espanol-ingles/desequilibrio>
- Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad. (2021). *Postgradomedicina*. Obtenido de <https://postgradomedicina.com/tipos-estres-efectos-riesgos/>
- Española, R. A. (2021). *Dle*. Obtenido de <https://dle.rae.es/%C3%A1mbito>
- Estrada, A. (2017). *Las familias disfuncionales y su influencia en la autoestima de los estudiantes del 5to grado del nivel primario de la Institución Educativa Jose Abelardo Quiñones del distrito de Jesús María, Lima, 2016*. Lima.
- Flores, C. (2020). *Autoeficacia y procrastinación académica en los estudiantes de la carrera profesional de psicología de la universidad privada de Tacna, 2019*. Tesis, Universidad privada de Tacna, Tacna. Obtenido de <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/1355/Flores-Rosado-Cristina.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Galicia, I., Sánchez, A., y Robles, F. (2013). *Autoeficacia en escolares adolescentes: su relación con la depresión, el rendimiento académico y las relaciones familiares*. Universidad Nacional Autónoma de México, México. Obtenido de https://scielo.isciii.es/pdf/ap/v29n2/psico_adolescencia2.pdf
- Gallardo, I. (2021). *Cuidateplus*. Obtenido de <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- Galleguillos, P. (2017). *Construcción y validación de la escala Autoeficacia académica de los escolares (ACAES) en Viña del Mar, Chile*. Tesis, Universidad de Granada. Obtenido de <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/47229/2656760x.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Galleguillos, P., y Olmedo, E. (2017). *Autoeficacia académica y rendimiento escolar: un estudio metodológico y correlacional en escolares*. Universidad de Granada, España. Obtenido de <https://www.ugr.es/~reidocrea/6-14.pdf>
- García, R., y Rivera, A. (2019). *Redalyc*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/1941/194168388001/html/>
- Gómez, R. (2015). *Conocimiento de las responsabilidades éticas y legales en el ejercicio de la profesión de enfermería en internos de una universidad nacional Lima-Perú, 2014*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima. Obtenido de https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/4280/Gomez_nr.pdf?sequence=1
- Gomez, J. (2021). *Estrés académico en los estudiantes de cuarto año de secundaria de una Institución Educativa Privada de San Isidro, 2021*. Tesis, Lima. Obtenido de https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4566/TEZZA-T030_09350314_T%20%20%20GOMEZ%20IZAGUIRRE%20JENNY%20LUZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hechenleitner, M., Jerez, A., y Pérez, C. (2019). *Autoeficacia académica en estudiantes de carreras de la salud de una universidad tradicional chilena*. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872019000700914
- Jardey, O., y Ramírez, M. (2020). *Scielo*. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/cient/n39/2344-8350-cient-39-341.pdf>
- Jung, I., Ma, Y., Kim, J.-h., y Seo, C. (2015). *koreaScience*. Obtenido de <http://www.koreascience.or.kr/article/JAKO201504641502042.page>
- Kloster, G., y Perrotta, D. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*. Paraná. Obtenido de <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
- López, P. (2004). *Población, muestra y muestreo*. Cochabamba. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012

- Luna, J. (2019). *Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del quinto año de secundaria del colegio salesiano Don Bosco de Arequipa, 2018*. Tesis, Universidad Nacional de San Agustín , Arequipa. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8100/EDMlusajl.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Maceo, O. (2013). *Estrés académico: causas y consecuencias*. Cuba. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/multimed/mul-2013/mul132q.pdf>
- Marín, M. (2015). *Elsevier*. Obtenido de <https://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/145>
- Martín, R. (2021). *Forbes*. Obtenido de <https://forbes.es/lifestyle/5454/cuales-son-las-principales-causas-del-estres/>
- Mata, L. (2019). Diseños de investigaciones con enfoque cuantitativo de tipo no experimental. *Investigaliacr*. Obtenido de <https://investigaliacr.com/investigacion/disenos-de-investigaciones-con-enfoque-cuantitativo-de-tipo-no-experimental/>
- Matoti, S., y Lekhu, M. (2019). *Ocerints*. Obtenido de https://www.ocerints.org/socioint19_e-publication/abstracts/papers/353.pdf
- Maturana, A., y Vargas, A. (2016). *elsevier*. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-el-estres-escolar-S0716864015000073>
- Meneses, J. (2016). *El cuestionario*. Universidad Oberta de Catalunya, Barcelona. Obtenido de <https://femrecerca.cat/meneses/publication/cuestionario/cuestionario.pdf>
- Moreno, E. (2016). *Blogspot*. Obtenido de <https://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2016/12/niveles-de-investigacion-cientifica.html>
- Moreno, E. (2021). *La población en una investigación*. México. Obtenido de <https://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2013/08/que-es-la-poblacion.html>

- Narvaéz, G., Posso, M., Guzmán, F., y Valencia, S. (2018). *Autoeficacia académica: un factor determinante para el ajuste académico en la vida universitaria*. Artículo, Ecuador. Obtenido de <file:///C:/Users/Adlai/Downloads/johanamorillo,+Autoeficacia+acad%C3%A9mica+un+factor+determinante+para.pdf>
- Oliveras, M. (2013). *Topdoctors*. Obtenido de <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/estres#>
- Oliveras, M. (2013). *Topdoctors*. Obtenido de <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/estrés>
- Pajuelo, M. (2021). *Autoeficacia Académica en el Aprendizaje Autorregulado de Estudiantes de Quinto de Secundaria de la I.E. 2026 en el 2020*. Tesis, Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/73143/Pajuelo_PMDR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pérez, J., y Gardey, A. (2008). *Definicion.de*. Obtenido de <https://definicion.de/cognitivo/>
- Pérez, J., y Gardey, A. (2019). *Definicion de*. Obtenido de <https://definicion.de/autoeficacia/>
- Reyes, M. (2017). *La ética en la investigación cuantitativa*. Puerto cabello. Obtenido de <http://meryannguaita.blogspot.com/>
- Rocha, R. (2013). *Innovación tecnológica en las universidades públicas del municipio Maracaibo*. Universidad privado Dr. Rafael Belloso Chacín, Maracaibo. Obtenido de <http://virtual.urbe.edu/tesispub/0094733/cap03.pdf>
- Rodríguez, D. (2020). Investigación básica: características, definición, ejemplos. *Lifeder*. Obtenido de <https://www.lifeder.com/investigacion-basica/>
- Rodríguez, E. (2022). *Lamenteesmaravillosa*. Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/que-es-la-autoeficacia/>
- Salcedo, J. (2020). *El estrés académico y su influencia en la autoeficacia en adolescentes de octavo, noveno y décimo de educación general básica, en*

- el centro del muchacho trabajador, en el año 2019.* Universidad Tecnológica Indoamérica, Quito. Obtenido de <http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/1961/1/SALCEDO%20CASTRO%20JOSE%20DAVID%20.pdf>
- Sánchez, A. (1999). *Ética*. México. Obtenido de <https://books.google.com.mx/books?id=XdWhSNleXVoC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Smith, K. (2020). *Psycom*. Obtenido de <https://www.psycom.net/common-triggers-teen-stress>
- Solís, R. (2020). *Autoeficacia académica y estrés académico de estudiantes de una unidad educativa pública de Guayaquil 2020*. Tesis, Universidad César Vallejo, Piura. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/50163/Sol%c3%ads_ZRR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sulca, R. (2021). *Autoeficacia académica y rendimiento escolar en adolescentes*. Lima. Obtenido de <https://revistas.unas.edu.pe/index.php/Balances/article/view/250/227>
- Sulca, R., y Quiroz, G. (2021). Autoeficacia académica y rendimiento escolar en adolescentes. *Revista Balance´s de la Universidad Nacional Agraria de la Selva.*, 56. Obtenido de [file:///C:/Users/Adlai/Downloads/250-833-2-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Adlai/Downloads/250-833-2-PB%20(1).pdf)
- Toribio, C., y Franco, S. (2016). *Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del estudiante*. Artículo, Universidad del Papaloapan, Mexico. Obtenido de http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf
- Torres, I. (2021). *Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes universitarios de una universidad de Lima*. Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Lima. Obtenido de https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/895/Torres%20Surita%2c%20I_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Uitermarkt, J. (2020). *Academic Stress and Honors Students: A Phenomenological Study of Christian High School Students' Perceptions and Experiences*.

Tesis, Dordt University, Iowa. Obtenido de https://digitalcollections.dordt.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1142&context=med_theses

Uriarte, J. (2020). Obtenido de <https://humanidades.com/percepcion/>

Valdivieso, L., Lucas, S., Tous, J., y Espinoza, I. (2020). *Redalyc*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/706/70664431007/html/#:~:text=Las%20estrategias%20m%C3%A1s%20empleadas%20para,problemas%20y%20la%20retirada%20social.>

Vargas, R. (2018). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del 5º grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María de Tacna, 2017*. Tesis, Universidad Privada de Tacna, Tacna. Obtenido de <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/618/Vargas-Zarate-Richard.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Villa, B. (2019). *Biobiochile.cl*. Obtenido de <https://www.biobiochile.cl/noticias/sociedad/consejos/2019/07/15/autoeficacia-academica-el-metodo-que-ayuda-a-los-estudiantes-a-superar-el-semester-sin-estres.shtml>

Villafuerte, D. (2022). *Relación de la autoeficacia general y académica con la salud mental en estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato*. Tesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato. Obtenido de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3478/1/77655.pdf>

Zavaleta, S. (2021). *Autoeficacia y procrastinación en estudiantes de 5to de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2021*. Tesis, Trujillo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/90201/Zavaleta_MSE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

ANEXO N°1: Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio – Tacna, 2022 Autor: Kethzali Elvi Palza Estrada				
PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p>PROBLEMA GENERAL: ¿De qué manera se relaciona el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022?</p> <p>ESPECÍFICOS</p> <p>1. ¿De qué manera el estrés académico se relaciona con la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022?</p> <p>2. ¿De qué manera el estrés académico se relaciona con el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022?</p> <p>3. ¿De qué manera el estrés académico se relaciona con la fortaleza en</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar la relación entre estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <p>1. Determinar la relación entre estrés académico la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.</p> <p>2. Determinar la relación entre estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.</p> <p>3. Determinar la relación entre estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL HG: Existe relación significativa entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.</p> <p>HIPÓTESIS NULA H0: No existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS H1: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. H01: No existe una relación entre el estrés académico y la generalización en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio</p>	<p>VARIABLE 1: Estrés académico</p> <p>DIMENSIONES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estresores • Síntomas • Estrategias de afrontamiento <p>VARIABLE 2: Autoeficacia académica</p> <p>DIMENSIONES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Generalización • Nivel de dificultad • Fortaleza 	<p>TIPO DE INVESTIGACIÓN: Básica</p> <p>NIVEL DE INVESTIGACIÓN: Descriptivo - Correlacional</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN: No experimental de tipo transversal – correlacional</p> <p>POBLACIÓN: Estudiantes del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna</p> <p>MUESTRA: 54 estudiantes del cuarto año de secundaria</p> <p>INSTRUMENTOS: 1. Inventario SISCO SV-21 2. Escala de ACAES</p> <p>TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN:</p> <p>1. Encuesta 2. Psicométricas</p> <p>TÉCNICAS DE ANÁLISIS DE DATOS 1. Estadística descriptiva 2. Estadística inferencial</p>

<p>estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022?</p>	<p>secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.</p>	<p>Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. H2: Existe una relación significativa entre el estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022. H02: No existe una relación entre el estrés académico y el nivel de dificultad en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022. H3: Existe una relación significativa entre el estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022. H03: No existe una relación entre el estrés académico y la fortaleza en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022.</p>		
---	---	--	--	--

Anexo 2. Matriz de operacionalización

VARIABLES	DIMENSION	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICION	INSTRUMENTO
V.I: Estrés académico	Estresores	Sobrecarga académica	La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	Nunca (0) Casi nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	ENCUESTA
		Relación con el docente	La personalidad y el carácter de los/las profesores/as que me imparten clases.		
		Evaluación	La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.)		
		Complejidad	El nivel de exigencia de mis profesores/as		
			El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)		
		Tiempo limitado	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/las profesores/as		
	Metodología confusa	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as			
	Síntomas	Reacciones físicas	Fatiga crónica (cansancio permanente)	Nunca (0) Casi nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	
		Reacciones psicológicas	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)		
			Ansiedad, angustia o desesperación		
		Reacciones comportamentales	Problemas de concentración		
			Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad		
			Conflictos o tendencia a polemizar o discutir		
	Estrategias de afrontamiento	Focalización	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	Nunca (0) Casi nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	
		Resolución de problemas	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa		
		Análisis lógico	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa		
		Regulación de emociones	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa		
		Aprendizaje	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné		

		Planificación	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas		
		Connotación positiva	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa		
V.D: Autoeficacia académica	Generalización	Tareas grupales	Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas	Nunca puedo (1) Casi nunca puedo (2) Regularmente puedo (3) Casi siempre puedo (4) Siempre puedo (5)	ENCUESTA
		Tareas individuales	Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas		
			Entender lo que enseña cualquier profesor		
			Realizar bien cualquier tarea que me den		
			Aportar buenas ideas para hacer mis tareas en todos los cursos		
			Esforzarme mucho más que mis compañeros para que me vaya bien en todos los cursos		
	Nivel de dificultad	Tareas difíciles Tareas comunes	Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles	Nunca puedo (1)	
			Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden	Casi nunca puedo (2)	
			Sacar buenas notas en las pruebas que creo difíciles	Regularmente puedo (3)	
			Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles	Casi siempre puedo (4)	
			Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles	Siempre puedo (5)	
	Fortaleza	En una situación normal	Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro	Nunca puedo (1)	
			Cooperar muy bien en los trabajos que realizo en grupo	Casi nunca puedo (2)	
			Estudiar solo/a y rendir muy bien en cualquier actividad académica	Regularmente puedo (3)	
		En una situación adversa	Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor	Casi siempre puedo (4)	
Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en la sala			Siempre puedo (5)		
		Estudiar primero, aunque pueda hacer otras cosas (jugar, ver tv)			

Anexo 3. Instrumentos

Inventario SISCO SV-21

Estrés académico

Edad: _____

Sexo: Femenino Masculino

Instrucciones: A continuación, los aspectos que se presentan estresan académicamente de mayor o menor medida a algunos estudiantes. Responde, señalando con una X, **¿Con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? Tomando la siguiente escala de valores en consideración:**

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
0	1	2	3	4	5

¿Con qué frecuencia te estresa:		Nunca	Casi Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
2	La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases						
3	La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
4	El nivel de exigencia de mis profesores/as						
5	El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de						

	trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.						
6	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
7	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						
¿Con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado?							
Síntomas		Nunca	Casi Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
8	Fatiga crónica (cansancio permanente)						
9	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
10	Ansiedad, angustia o desesperación						
11	Problemas de concentración						
12	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
13	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
14	Desgano para realizar las labores escolares						
¿Con que frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?							
Estrategias		Nunca	Casi Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
15	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						

16	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
17	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
18	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
19	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
20	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
21	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

Instrumento Escala de ACAES

Autoeficacia académica

Edad: _____

Sexo: Femenino Masculino

No se pide el nombre del encuestado, ya que las respuestas serán analizadas en forma confidencial.

Para responder, deberás leer cada una de las afirmaciones anteponiendo un “YO PUEDO”. Por ejemplo, la afirmación: “Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas”, deberá leerse “YO PUEDO trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas”

Posteriormente, deberás marcar con una “X” (encima del número) solo en aquel valor que más se acerca a tu realidad, siguiendo esta escala:

Nunca puedo	Casi nunca puedo	No sé qué responder	Casi siempre puedo	Siempre
1	2	3	4	5

RECUERDA: Cuando leas cada afirmación deberás anteponer lo siguiente: YO PUEDO		Nunca puedo	Casi nunca puedo	No sé qué responder	Casi siempre puedo	Siempre puedo
1	Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas	1	2	3	4	5
2	Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas	1	2	3	4	5
3	Entender lo que enseña cualquier profesor	1	2	3	4	5
4	Realizar bien cualquier tarea que me den	1	2	3	4	5
5	Aportar buenas ideas para hacer mis tareas en todos los cursos	1	2	3	4	5
6	Esforzarme mucho más que mis compañeros para que me vaya bien en todos los cursos	1	2	3	4	5

7	Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles	1	2	3	4	5
8	Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden	1	2	3	4	5
9	Sacarme buenas notas en las pruebas que creo difíciles	1	2	3	4	5
10	Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles	1	2	3	4	5
11	Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles	1	2	3	4	5
12	Repetir una tarea hasta lograr hacerlo bien	1	2	3	4	5
13	Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro	1	2	3	4	5
14	Cooperar muy bien en los trabajos que realizo en grupo.	1	2	3	4	5
15	Estudiar solo/a y rendir muy bien en cualquier actividad académica	1	2	3	4	5
16	Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor	1	2	3	4	5
17	Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en el aula.	1	2	3	4	5
18	Estudiar primero, y luego hacer otras cosas (jugar, ver tv)	1	2	3	4	5

Anexo 4. Validación de Instrumentos

Certificado de validez de la variable estrés académico

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

Dimensiones		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
Estresores								
1	La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días	x		x		x		
2	La personalidad y el carácter de los/las profesores/as que me imparten clases	x		x		x		
3	La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc)	x		x		x		
4	El nivel de exigencia de mis profesores/as	x		x		x		
5	El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)	x		x		x		
6	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/las profesores/as	x		x		x		
7	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as	x		x		x		
Síntomas								
8	Fatiga crónica (cansancio permanente)	x		x		x		
9	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	x		x		x		
10	Ansiedad, angustia o desesperación	x		x		x		
11	Problemas de concentración	x		x		x		
12	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	x		x		x		
13	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	x		x		x		
14	Desgano para realizar las labores escolares	x		x		x		
Estrategias de afrontamiento								
15	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	x		x		x		
16	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	x		x		x		
17	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	x		x		x		
18	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	x		x		x		
19	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione	x		x		x		
20	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	x		x		x		
21	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	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

22 de Agosto del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

³Claridad: 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



Rosa E. Chirinos Susano

C.Ps.C. N°3090

Firma del Experto Informante.

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

N.º	Dimensiones/ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	Estresores							
1	La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días	X		X		X		
2	La personalidad y el carácter de los/las profesores/as que me imparten clases	X		X		X		
3	La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc)	X		X		X		
4	El nivel de exigencia de mis profesores/as	X		X		X		
5	El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)	X		X		X		
6	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/las profesores/as	X		X		X		
7	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as	X		X		X		
	Síntomas	Si	No	Si	No	Si	No	
8	Fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X		
9	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X		
10	Ansiedad, angustia o desesperación	X		X		X		
11	Problemas de concentración	X		X		X		
12	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X		
13	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	X		X		X		
14	Desgano para realizar las labores escolares	X		X		X		
	Estrategias de afrontamiento	Si	No	Si	No	Si	No	
15	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
16	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
17	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	X		X		X		
18	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	X		X		X		
19	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione	X		X		X		
20	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	X		X		X		
21	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	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. Mgr. Luis Alberto Pastor Yañez

DNI: 29281066

Especialidad del validador: Psicólogo Clínico



09 de Octubre del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

³Claridad: 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.



Mgr. Luis Alberto Pastor Yañez
PSICÓLOGO CLÍNICO
C. PSIC. P. N° 1981

Luis A. Pastor Yañez

C.Ps.P. N°1981

Firma del Experto Informante.

Certificado de validez de la variable autoeficacia académica

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

Dimensiones		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
Generalización								
1	Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas	X		X		X		
2	Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas	X		X		X		
3	Entender lo que enseña cualquier profesor	X		X		X		
4	Realizar bien cualquier tarea que me den	X		X		X		
5	Aportar buenas ideas para hacer mis tareas en todos los cursos	X		X		X		
6	Esforzarme mucho más que mis compañeros para que me vaya bien en todos los cursos	X		X		X		
Nivel de dificultad								
7	Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles	X		X		X		
8	Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden	X		X		X		
9	Sacar buenas notas en las pruebas que creo difíciles	X		X		X		
10	Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles	X		X		X		
11	Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles	X		X		X		
12	Repetir una tarea hasta lograr hacerlo bien	X		X		X		
Fortaleza								
13	Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro	X		X		X		
14	Cooperar muy bien en los trabajos que realizo en grupo	X		X		X		
15	Estudiar solo/a y rendir muy bien en cualquier actividad académica	X		X		X		
16	Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor	X		X		X		
17	Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en la sala	X		X		X		
18	Estudiar primero, aunque pueda hacer otras cosas (jugar, ver tv)	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**

22 de Agosto del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

³Claridad: 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



Rosa E. Chirinos Susano

C.Ps.C. N°3090

Firma del Experto Informante.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE AUTOEFICACIA
ACADÉMICA**

N.º	Dimensiones/ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	Generalización							
1	Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas	X		X		X		
2	Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas	X		X		X		
3	Entender lo que enseña cualquier profesor	X		X		X		
4	Realizar bien cualquier tarea que me den	X		X		X		
5	Aportar buenas ideas para hacer mis tareas en todos los cursos	X		X		X		
6	Esforzarme mucho más que mis compañeros para que me vaya bien en todos los cursos	X		X		X		
	Nivel de dificultad							
7	Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles	X		X		X		
8	Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden	X		X		X		
9	Sacar buenas notas en las pruebas que creo difíciles	X		X		X		
10	Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles	X		X		X		
11	Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles	X		X		X		
12	Repetir una tarea hasta lograr hacerlo bien	X		X		X		
	Fortaleza							
13	Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro	X		X		X		
14	Cooperar muy bien en los trabajos que realizo en grupo	X		X		X		
15	Estudiar solo/a y rendir muy bien en cualquier actividad académica	X		X		X		
16	Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor	X		X		X		
17	Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en la sala	X		X		X		
18	Estudiar primero, y luego hacer otras cosas (jugar, ver tv)	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. **Mgr. Luis Alberto Pastor Yañez**
DNI: 29281066
Especialidad del validador: **Psicólogo Clínico**

09 de Octubre del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

³Claridad: 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.



Mgr. Luis Alberto Pastor Yañez
PSICÓLOGO CLÍNICO
C. PSIC. P. N° 1981

Luis A. Pastor Yañez

C.Ps.P. N°1981

Firma del Experto Informante.

Anexo 5. Matriz de datos

Nº de encuesta do	Edad	Sexo	V1: ESTRÉS ACADÉMICO																			V2: AUTOEFICACIA ACADÉMICA																			
			D1: Estresores							D2: Síntomas							D3: Estrategias de afrontamiento					D1: Generalización						D2: Nivel de dificultad						D3: Fortaleza							
			P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18
1	16	Masculino	4	4	5	4	4	3	3	4	1	2	4	1	3	2	4	4	3	5	4	4	5	5	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	4	2	3	4	2
2	16	Masculino	2	1	2	2	2	2	2	3	2	4	3	0	0	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	16	Masculino	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	3	2	1	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	3	2	4	4	5	4	4	3
4	16	Masculino	3	3	4	2	3	4	3	1	3	4	3	1	2	1	4	3	3	1	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	2
5	16	Masculino	4	3	3	3	4	4	4	3	2	1	3	0	0	4	4	3	3	5	3	2	4	5	4	4	4	3	3	3	4	5	2	4	4	4	4	5	2	4	3
6	16	Masculino	3	3	3	3	2	2	3	0	2	3	0	0	3	2	2	3	3	3	4	3	2	4	3	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	1	1	2
7	16	Masculino	3	3	2	1	3	4	4	3	1	2	3	1	2	3	4	4	5	3	5	3	3	5	4	4	3	3	4	4	3	5	4	2	4	4	5	2	3	3	
8	16	Masculino	4	4	4	4	3	4	5	4	4	2	4	3	4	5	5	5	3	3	5	5	3	4	5	3	4	4	4	4	3	4	5	5	4	3	4	5	5	3	4
9	16	Masculino	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	2	1	0	0	5	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	2	4	3
10	16	Masculino	4	3	3	3	3	3	3	2	1	2	1	1	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	3
11	16	Masculino	1	0	1	5	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12	16	Masculino	4	1	5	5	2	2	0	5	5	1	4	0	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	2	
13	16	Masculino	5	3	5	3	2	1	2	2	1	1	1	2	2	4	2	2	5	5	2	4	4	4	3	3	3	5	4	4	3	3	2	3	2	4	5	5	4	4	1
14	17	Masculino	3	3	3	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	5	5	5	3	3	5	3	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	3	5	5	1	4
15	16	Femenino	5	3	5	4	5	5	3	4	4	5	4	5	4	4	3	4	2	3	1	2	2	2	4	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	4	2	4	5	5	2
16	16	Femenino	3	3	4	2	3	4	3	3	5	4	5	2	4	5	2	2	3	4	4	1	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	4	4	2	1	2	2	
17	16	Femenino	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	2	1	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	2	3	4	3	
18	16	Femenino	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	0	0	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4
19	16	Femenino	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	2	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	4	5	4	4	2	4
20	16	Femenino	3	3	3	2	1	1	2	2	3	3	2	1	3	3	5	5	4	4	3	5	3	5	4	4	4	5	3	4	4	3	3	4	3	4	5	3	3	4	4
21	16	Femenino	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	0	0	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	
22	16	Femenino	4	3	5	3	2	3	2	3	5	5	4	2	1	5	5	4	2	3	4	3	4	4	5	3	4	3	2	2	4	1	2	2	3	4	3	1	3	5	
23	16	Femenino	5	2	4	3	4	4	4	5	5	3	4	5	5	0	0	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	4	3	2	2	2	4	4	4	2	2	2	
24	16	Femenino	3	1	2	3	2	3	2	1	0	0	1	1	0	3	1	5	4	5	3	2	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	3	4	
25	16	Femenino	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
26	15	Masculino	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3
27	15	Masculino	3	2	3	2	4	1	2	0	4	4	4	2	1	3	3	3	3	4	5	1	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	2	2	4	3	3	2	2	
28	15	Masculino	3	1	3	3	2	4	4	3	0	2	1	0	0	1	3	3	3	2	5	1	3	3	4	4	4	3	3	4	4	5	4	3	5	4	3	4	5		
29	15	Masculino	3	2	3	1	4	3	2	2	1	3	2	0	0	2	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	2	3	4	
30	15	Masculino	2	1	3	1	2	2	1	1	1	1	3	1	1	1	0	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	4	4	4	4	2	2	3	4	5	4	2	2	4	

31	15	Masculino	5	3	3	3	1	2	1	0	0	0	0	0	0	2	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
32	15	Masculino	2	1	3	3	2	1	5	1	1	1	0	1	0	3	4	3	3	4	3	3	5	4	4	5	4	4	4	3	3	4	4	4	5	4	4	5	3	5	3	5	3		
33	15	Masculino	4	5	4	3	4	5	5	1	0	2	3	0	0	3	3	3	4	5	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	4	2	2	2	2	2			
34	15	Masculino	3	1	0	4	3	5	3	2	3	4	4	1	0	3	5	1	0	5	0	0	0	1	4	4	4	1	2	1	4	2	4	2	1	2	1	4	1	5	1	5	1		
35	15	Masculino	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	5	2	3	4	5	5	2	4	5	4	5	5	5	5	5	2	5	5	2	1	2	1	3	5	5	5	2	1				
36	15	Masculino	2	1	1	4	2	2	2	0	1	1	3	0	0	0	2	2	2	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4				
37	15	Masculino	5	1	3	3	3	0	2	2	0	0	3	0	0	2	2	0	1	4	3	3	3	4	3	2	4	5	3	4	5	3	4	4	1	4	5	3	1	1	5	5			
38	15	Masculino	1	1	1	3	3	3	2	1	1	2	2	1	0	1	4	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	4			
39	15	Masculino	3	4	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	5	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3			
40	15	Femenino	3	1	3	2	2	3	2	2	3	3	4	1	1	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	
41	15	Femenino	3	2	2	3	3	3	2	0	4	3	2	0	0	1	4	4	4	3	5	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	5	4	4	2	4	4	
42	15	Femenino	3	0	2	1	2	3	2	1	2	0	3	2	0	1	4	3	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	2	4	5
43	15	Femenino	1	1	1	1	1	2	2	3	3	3	3	1	0	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	
44	15	Femenino	3	3	3	3	1	1	1	3	1	2	3	1	1	2	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3		
45	15	Femenino	3	2	1	1	1	1	0	3	3	3	3	1	0	1	4	4	5	3	4	3	5	5	5	4	5	5	5	4	3	4	5	5	5	2	4	5	4	4	5	4	5		
46	15	Femenino	3	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	
47	15	Femenino	3	3	3	2	5	5	4	3	5	4	4	5	4	5	4	5	4	3	4	5	5	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	1	5	3	4	2	3	4	5	4	5		
48	15	Femenino	4	2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	4	3	3	3	3	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	
49	15	Femenino	3	2	3	2	3	2	3	1	2	2	1	2	2	1	4	3	4	5	5	4	3	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	2	2	3	4	4	2	4	4
50	15	Femenino	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	0	1	1	5	4	4	3	4	4	5	3	4	4	3	3	4	2	2	3	4	4	4	4	4	2	2	3	2	4	4	4	
51	15	Femenino	4	4	4	4	4	5	3	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	
52	15	Femenino	4	3	3	3	4	4	3	4	1	2	3	4	3	4	3	3	1	4	2	3	1	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3
53	15	Femenino	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	2	4	2	4	4	2	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2		
54	15	Femenino	4	2	1	4	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	1	0	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3

Anexo 6. Propuesta de valor

La investigación, demostró que no existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022. Por otro lado, se logró identificar que existe un alto nivel de estrés académico y un nivel regular de autoeficacia académica.

Por lo cual, la investigación es capaz de generar una propuesta de valor mediante sus conclusiones y recomendaciones para los estudiantes del Colegio Adventista 28 de Julio e Instituciones educativas que tengan problemas similares.


Conclusión general: Se determinó que no existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna – 2022; es decir, que el estrés académico no influye en la autoeficacia académica. Se obtuvo el valor $(-,120)$ del coeficiente Rho de Spearman mediante un análisis estadístico que permite afirmar que no hay correlación entre ellas; y con un nivel de significancia de $(,387)$ mayor que $0,05$ ($,387 < 0,05$) se acepta la hipótesis nula.

Recomendación principal: El director del Colegio Adventista 28 de Julio en sus reuniones debe de solicitar al psicólogo encargado de la atención y bienestar estudiantil realizar charlas e intervenir con actividades educativas a fin de disminuir el nivel de estrés académico e incrementar el nivel de autoeficacia académica; los temas sugeridos pueden ser los siguientes: la autoestima, habilidades sociales, la motivación y la procrastinación, la perseverancia, el control personal, etc.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, el principal objetivo de esta investigación es: Determinar la relación entre estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.

Se puede tomar como una propuesta de valor ya que permite analizar un problema de la realidad en cuanto al estrés académico y así incrementar el nivel de autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio.

Anexo 7. Reporte antiplagio menor a 30%



CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

TESIS Palza Estrada Kethzalí Elvi

13%
Similitudes

5%
Texto entre comillas
< 5% similitudes entre comillas

0%
Idioma no reconocido

Nombre del documento: TESIS Palza Estrada Kethzalí Elvi.docx

Tamaño del documento original: 6,49 Mo

Depositante: Rosa Esther Chirinos Susano

Fecha de depósito: 1/11/2022


Tipo de carga: Interface

Fecha de fin de análisis: 16/11/2022

Número de palabras: 17.750

Número de caracteres: 124.438

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	digibug.ugr.es 1 fuente similar	3%		Palabras idénticas: 3% (63 palabras)
2	repositorioinstitucional.buap.mx 8 fuentes similares	3%		Palabras idénticas: 3% (66 palabras)
3	www.ecorfan.org 8 fuentes similares	3%		Palabras idénticas: 3% (63 palabras)
4	repositorio.pucesa.edu.ec 1 fuente similar	2%		Palabras idénticas: 2% (50 palabras)
5	repositorio.ucv.edu.pe 1 fuente similar	2%		Palabras idénticas: 2% (46 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	repositorio.utmachala.edu.ec Autoeficacia en las conductas saludables... El documento proviene de mi grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (29 palabras)
2	repositorio.unife.edu.pe El documento proviene de mi grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (27 palabras)
3	revistas.upu.edu.pe Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes de... El documento proviene de mi grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (24 palabras)
4	terminado fina corregido Jorge Paredes compilatio.docx terminado fina c... El documento proviene de mi grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (24 palabras)
5	Ivan Richard Merino Vásquez Y Natividad Sonia Poma Machaca PC.docx I... El documento proviene de mi grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (25 palabras)

Fuentes mencionadas (sin similitudes detectadas)

Estas fuentes han sido citadas en el documento sin encontrar similitudes.

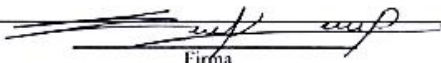
- <http://revistas.utp.ac.pa/index.php/claves/articulo/download/910/2548?inline=1>
- <http://www.definiciones-de.com/Definicion/de/exhaustivo.php>
- http://vcielo.sld.cu/vcielo.php?pid=s2077-2874201500020013&script=scl_arttext&lng=en
- <http://twikis.cyou/wiki/Stressor>
- <http://www.cognodata.com/estadistica-descriptiva-e-inferencial-analisis-datos/>

96

Anexo 8. Autorización del depósito de tesis al repositorio









Formulario de autorización de depósito de tesis en el Repositorio Digital de Tesis UPTELESUP

Datos del Autor			
Nombre y Apellidos:	Kethzali Elvi Palza Estrada		
DNI:	73661759	Teléfono:	952641399
E-Mail:	Kethpaes@hotmail.com		
Datos de la Investigación			
<input type="checkbox"/>	Artículo de Investigación		
<input type="checkbox"/>	Trabajo de Investigación		
<input checked="" type="checkbox"/>	Tesis		
Título:	Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes del cuarto año de secundaria del Colegio Adventista 28 de Julio, Tacna - 2022.		
Asesor:	Rosa Esther Chirinos Susano		
Año:	2022	Carrera Profesional:	Psicología
Licencias			
<p>A. Licencia estándar:</p> <p>Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis en el Repositorio Digital de la Universidad Privada Telesup. Con esta autorización de depósito de mi Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis, otorgo a la Universidad Privada Telesup una licencia no exclusiva para reproducir (en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación), distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi Trabajo de Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios provistos por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de Tesis UPT, Colección de Tesis, entre otros, en el Perú y en el extranjero, por el tiempo y veces que considere necesarias, y libre de remuneraciones.</p> <p>Declaro que el presente Artículo / Trabajo de Investigación / Tesis es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, o coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha tesis no infringe derechos de autor de terceras personas.</p> <p>La Universidad Privada Telesup consignará el nombre del/los autor/es de la tesis, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la presente licencia.</p> <p>Autorizo su publicación (marque con una X):</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.</p> <p><input type="checkbox"/> Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (dd/mm/aa):</p> <p><input type="checkbox"/> No autorizo.</p>			
 Firma		13/11/2022 fecha	
Opcional			

* Lo siguiente es OPCIONAL, pero es importante porque el licenciamiento Creative Commons fija las condiciones de uso de su tesis en la Web. Si desea obviar esta parte, vaya a la última hoja del formulario, coloque su firma y fecha para completar su autorización.

B. Licencia Creative Commons: Otorgamiento de una licencia Creative Commons

Si usted concede una licencia Creative Commons sobre su tesis, mantenga la titularidad de los derechos de autor de ésta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de ésta, siempre y cuando reconozcan la autoría correspondiente, bajo las condiciones siguientes:

MARQUE	TIPO LICENCIA	DESCRIPCIÓN
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento CC BY	Esta licencia permite a otros distribuir, mezclar, ajustar y construir a partir de su obra, incluso con fines comerciales, siempre que le sea reconocida la autoría de la creación original. Esta es la licencia más servicial de las ofrecidas. Recomendada para una máxima difusión y utilización de los materiales sujetos a la licencia.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- CompartirIgual CC BY-SA	Esta licencia permite a otros re-mezclar, modificar y desarrollar sobre tu obra incluso para propósitos comerciales, siempre que te atribuyan el crédito y licencien sus nuevas obras bajo idénticos términos. Cualquier obra nueva basada en la tuya, lo será bajo la misma licencia, de modo que cualquier obra derivada permitirá también su uso comercial.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- SinObraDerivada CC BY-ND	Esta licencia permite la redistribución, comercial y no comercial, siempre y cuando la obra no se modifique y se transmita en su totalidad, reconociendo su autoría.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- NoComercial CC BY-NC	Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, y aunque en sus nuevas creaciones deban reconocer su autoría y no puedan ser utilizadas de manera comercial, no tienen que estar bajo una licencia con los mismos términos.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- NoComercial- CompartirIgual CC BY-NC-SA	Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, siempre y cuando le reconozcan la autoría y sus nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.
<input type="checkbox"/>	 Reconocimiento- NoComercial- SinObraDerivada CC BY-NC-ND	Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.


Firma

13/11/2022
Fecha