



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE ENFERMERÍA

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



ESTRÉS ACADÉMICO RELACIONADO CON LA AUTOEFICACIA DEL APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO - PUNO, 2022

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. JANETH SORAYA VILCA HUANCA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

PUNO – PERÚ

2023



Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**ESTRES ACADEMICO RELACIONADO CO
N LA AUTOEFICACIA DEL APRENDIZAJE
EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE L
A**

AUTOR

Janeth Soraya Vilca Huanca

RECUENTO DE PALABRAS

15098 Words

RECUENTO DE CARACTERES

89164 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

81 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

1.0MB

FECHA DE ENTREGA

Apr 21, 2023 12:01 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Apr 21, 2023 12:04 PM GMT-5

● 6% de similitud general

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

- 5% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 4% Base de datos de trabajos entregados
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossr

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)

Mg. Luz Marina Caballero Apaza
DOCENTE FACULTAD DE ENFERMERIA
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO - PUNO

Resumen



DEDICATORIA

*Con amor infinito a mi entrañable madre Amelia por su paciencia y apoyo incondicional;
y a mi querido padre Flavio por sus consejos, inculcarme disciplina y determinación.
Fueron quienes velaron por mi bienestar y educación, depositando su entera confianza
en cada reto que se me presentó.*

Janeth Soraya Vilca Huanca.



AGRADECIMIENTOS

A todos los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, Facultad de Enfermería que aceptaron formar parte del estudio de investigación.

A la Dra. Luz Marina Caballero Apaza por impartir sus conocimientos, guiar y asesorar la presente investigación.

A los jurados Dra. Narda Estela Calsin Chirinos, Dra. Frida Lipa Tudela, Mg. Yarmila Zirena Mendoza, por sus observaciones y sugerencias que enriquecieron el desarrollo de la investigación.

A mi Alma Mater la Universidad Nacional del Altiplano Puno y querida Facultad de Enfermería que me acogió en sus aulas durante mi formación académica.

Janeth Soraya Vilca Huanca.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE FIGURAS

ACRÓNIMOS

RESUMEN 10

ABSTRACT..... 11

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN..... 12

1.2 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 14

1.3 HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN 15

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 MARCO TEÓRICO 16

2.2 MARCO CONCEPTUAL 25

2.3 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN 26

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN 35

3.2 ÁMBITO DE ESTUDIO 35

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA 35

3.4 VARIABLES Y SU OPERACIONALIZACIÓN..... 36



3.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	39
3.6 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	40
3.7 PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	40
CAPÍTULO IV	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
4.1 RESULTADOS	42
4.2 DISCUSIÓN	46
V. CONCLUSIONES.....	50
VI. RECOMENDACIONES	51
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	53
ANEXOS.....	66

Área: Salud mental

Línea: Salud del adulto

FECHA DE SUSTENTACIÓN: 25 de abril 2023



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Estrés académico relacionado con la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	42
Tabla 2.	Prueba de Rho de Spearman	43
Tabla 3.	Estrés académico según características personales, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.	44
Tabla 4.	Autoeficacia del aprendizaje según características personales, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	45



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Estrés académico relacionado con la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	75
Figura 2. Estrés académico según sexo, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	76
Figura 3. Estrés académico según edad, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	76
Figura 4. Estrés académico según ciclo, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	77
Figura 5. Autoeficacia del aprendizaje según sexo, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	78
Figura 6. Autoeficacia del aprendizaje según edad, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	78
Figura 7. Autoeficacia del aprendizaje según ciclo, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.....	79



ACRÓNIMOS

OMS: Organización Mundial de la Salud

MINSA: Ministerio de Salud

SISCO: Inventario Sistemico Cognoscitiva

SISCO SV - 21: Inventario Sistemico Cognoscitiva Segunda Versión 21

UNAP: Universidad Nacional del Altiplano Puno



RESUMEN

La salud mental de los estudiantes universitarios en los últimos años se ha visto seriamente afectada siendo el estrés académico una problemática con tendencia al incrementarse y persistir, afectando así a la autoeficacia del aprendizaje, es por tanto que se planteó, determinar la relación que existe entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, 2022. La metodología fue cuantitativa, de tipo correlacional, con diseño no experimental, corte transversal, la población de estudio estuvo conformada por 403 estudiantes del I al VIII ciclo y la muestra por 197, por muestreo probabilístico aleatorio simple. Como técnica se utilizó la encuesta y dos instrumentos, escalas: Inventario SISCO SV-21 y la Escala de autoeficacia de aprendizaje, con alfa Cronbach de 0.85 y 0.95 respectivamente. El procesamiento de datos se realizó a través del análisis estadístico SPSS 21, para la prueba de correlación se utilizó el estadístico RHO de Spearman. Como resultado p calculado fue 0.001 a un nivel de significancia 0.01, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, además se encontró 51.8% de estrés académico alto y 37.1% de autoeficacia del aprendizaje moderado, siendo más afectados los estudiantes de sexo femenino, los de 17 a 20 años de edad y los del I y II ciclo, concluyendo, que existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, 2022.

PALABRAS CLAVE: Autoeficacia, aprendizaje, estrés, estudiantes de Enfermería, universitarios.



ABSTRACT

The mental health of university students in recent years has been seriously affected, academic stress being a problem with a tendency to increase and persist, thus affecting the self-efficacy of learning, it is therefore that it was proposed to determine the relationship that exists between academic stress and learning self-efficacy in Nursing students of the National University of the Altiplano - Puno, 2022. The methodology was quantitative, correlational, with a non-experimental, cross-sectional design, the study population consisted of 403 students from the I to VIII cycle and the sample by 197, by simple random probabilistic sampling. As a technique, the survey and two instruments were used, scales: SISCO SV-21 Inventory and the Learning Self-efficacy Scale, with Cronbach's alpha of 0.85 and 0.95 respectively. The data processing was carried out through the SPSS 21 statistical analysis, for the correlation test the Spearman's RHO statistic was used. As a result, the calculated p was 0.001 at a significance level of 0.01, so the null hypothesis is rejected and the alternative hypothesis is accepted, in addition, 51.8% of high academic stress and 37.1% of moderate learning self-efficacy were found, being more affected the female students, those from 17 to 20 years of age and those of the I and II cycle, concluding that there is a relationship between academic stress and self-efficacy of learning in nursing students of the National University of the Altiplano - Puno, 2022.

KEYWORD: Self-efficacy, learning, stress, Nursing students, university.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) una de cada ocho personas, 970 millones en el mundo, padece de al menos un trastorno mental (1), dentro de ellas está el estrés que a corto y largo plazo se ha ido agudizando en estos últimos años. Por ello enfatiza la urgencia de transformar la salud mental (2). En Perú el Ministerio de Salud (MINSA) estima que dos de cada diez peruanos padecen de algún trastorno mental (3), en un estudio del Instituto Nacional de Salud Mental reportó que, el 52.2% de la población de Lima sufre de estrés moderado a severo (4).

Ahora la etapa universitaria supone la exposición e involucramiento a situaciones diversas y retadoras para los estudiantes, tales como el establecimiento de nuevas relaciones con docentes y compañeros, nuevas rutinas, diferentes formas de enseñanza, entre otras situaciones (5), y para alcanzar su ansiada profesión, experimentan diversas situaciones angustiantes, tales como es el estrés académico que es una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos (6). Los estudiantes se sienten estresados cuando valoran que lo que exige una determinada situación sobrepasa las habilidades o recursos y puede ser difícil salir airoso de ella (7).

Así los estudiantes ponen a prueba su autoeficacia, siendo esta una capacidad de respuesta que tiene un individuo frente a una situación dada, ahora las consecuencias en el aspecto académico de desarrollar esta competencia, mejora del autoconcepto y su propia valía de sus capacidades, mejora de resultados académicos, incremento en la percepción de las posibilidades de éxito futuro (8), así en un estudio realizado en una



universidad en estudiantes de I ciclo se evidenció que el 47.9% presentan un nivel bajo de autoeficacia del aprendizaje, 35.4% medio y tan solo el 16.7% nivel alto (9).

Al estar bajo altos niveles de autoeficacia se tiende a sufrir de un sentimiento de tensión física emocional, conocida como estrés académico, en un estudio aplicado a 9 universidades hallaron que, 38.3% refiere niveles medios de estrés académico, 10.4% bajos y 7.1% altos (5), en otro estudio 21.2% refiere haber acudido en algún momento del semestre a algún servicio de atención en salud mental de su universidad misma (10), en otro estudio aplicado por el MINSA halló que el 85.0% de las universidades peruanas presenta problemas de salud mental y el estrés académico con 79.0% es uno de los tres problemas de salud mental más recurrentes en los estudiantes de educación superior (11), esto ocurre como una reacción normal del cuerpo para confrontar situaciones difíciles o excepcionales de la vida, el cuerpo se acelera para tener, instantáneamente si es preciso, la energía y fuerza necesarias (12).

Al cursar una profesión en la universidad el estudiante tiene propensión a desarrollar algún nivel de estrés que puede desencadenar problemas fisiológicos, emocionales y cognitivos tal es así en el caso de las carreras universitarias de ciencias de la salud, donde se han reportado como una de las ramas donde los estudiantes manifiestan mayores niveles de estrés que otras disciplinas, así la profesión de Enfermería se considera estresante porque quienes la estudian y la practican son susceptibles de padecer altos niveles de estrés (13), en un estudio aplicado a estudiantes de Enfermería el 90.8% reportó haber tenido momentos de nerviosismo o preocupación durante el ciclo, 42.0% manifestó un nivel medio de estrés, cuya fuente principal fue la sobrecarga académica derivada de la demanda de tareas de las asignaturas teóricas y prácticas con un 48.2% (14) de esta manera el estrés repercute de forma negativa sobre el estado de salud, bienestar, aprendizaje y desempeño académico de los estudiantes (15).



Esta situación no es ajena a la región de Puno en el año 2020 se ha reportado 793 casos de estrés, en 2021, 857 casos y en el 2022 hasta el mes de noviembre 1328 casos de estrés confirmados (16), en la ciudad de Puno en el año 2020 se ha reportado 39 casos de estrés, en el 2021 de la misma forma 39 y en el 2022 hasta el mes de octubre 27 casos confirmados (17), en la Universidad Nacional del Altiplano Puno, la Oficina de Tutoría y servicio Psicopedagógico ha reportado casos de estrés en estudiantes en el año 2021 y 2022 – I; 596 y 266 casos respectivamente (18), así mismo Cansaya (19) en sus resultados de investigación se aprecia que, el 60.8% de los estudiantes de biomédicas presentan un estrés moderado, por otro lado Calatayud et al. (20) en su estudio realizado en la UNAP a tres facultades halló que, 53.85% de estudiantes presentaron un nivel severo de estrés, esto evidenció que el nivel de estrés del estudiante universitario influye directamente en el riesgo de empeorar su rendimiento académico, es posible que esta problemática se mantenga o se esté agudizando, afectando así de la autoeficacia del aprendizaje de los estudiantes. Por ello, se planteó las siguientes interrogantes: ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022?, ¿Cuál es el nivel de estrés académico según características personales en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022?, ¿Cuál es el nivel de la autoeficacia del aprendizaje según características personales en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022?.

1.2 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.2.1 Objetivo General

Determinar la relación que existe entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano -Puno, 2022.



1.2.2 Objetivos específicos

- Identificar el nivel de estrés académico según características personales en estudiantes de Enfermería.
- Identificar el nivel de autoeficacia del aprendizaje según características personales en estudiantes de Enfermería.

1.3 HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Hipótesis alterna

Ha: Existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, 2022.

1.3.2 Hipótesis Nula

Ho: No existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, 2022.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 MARCO TEÓRICO

2.1.1 Estrés Académico

Según Berrio et al. (7) es una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos. Por otro lado Martínez et al. (21) es el malestar que el estudiante evidencia debido a factores emocionales, físicos, ya sea de carácter interrelacional, intrarrelacional o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el entorno escolar en rendimiento académico y habilidad meta cognitiva para resolver problemas como pérdida de un ser querido, presentación de exámenes, relación con los docentes y compañeros, búsqueda de reconocimiento e identidad, habilidad para relacionar el componente teórico con la realidad específica abordada. Para Román et al. (22) es el proceso de cambio en los componentes del Proceso de Enseñanza y Aprendizaje, a través de un conjunto de mecanismos adaptativos individuales e institucionales, producto de la demanda desbordante y exigida en las experiencias educativas que se desarrollan en las Instituciones de Educación Superior.

Así mismo según Barraza (23) es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos: Primero el estudiante es sometido en un entorno escolar, a una serie de requisitos que en la evaluación del propio estudiante se consideran como un factor estresante. Segundo estos factores estresantes provocan un desequilibrio sistémico (estado de estrés), que se manifiesta en una amplia gama de síntomas (indicadores de desequilibrio). Finalmente,



el desequilibrio sistémico obliga al estudiante a tomar medidas de adaptación para que restablezca el equilibrio sistémico.

Entonces, el estrés académico se origina en la relación entre los estudiantes y el entorno educativo, se presenta prácticamente desde las primeras etapas, pero se agudiza con mayor intensidad cuando recién ingresan a la universidad, por lo general, se entiende que el estrés académico involucra una variedad de experiencias, que incluyen ansiedad, estrés, fatiga, agobio, inquietud y otros sentimientos similares, como demasiado estudio, trabajo o cualquier otra presión. Asimismo, se atribuye a situaciones de miedo, temor, pánico, afán de conformismo, vacío existencial, rapidez en la consecución de metas y objetivos, incapacidad de afrontamiento o malas relaciones en la socialización (24).

2.1.2 Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico

Para explicar el modelo sistémico-cognoscitivista, Barraza (25) se basa en dos supuestos de perspectiva sistémica y perspectiva cognoscitivista:

2.1.2.1 Supuesto sistémico

Se concreta bajo el postulado de que el ser humano, como un sistema abierto, se relaciona con el entorno en un continuo flujo de entrada (input) y salida (output) para alcanzar un equilibrio sistémico (25).

2.1.2.2 Supuesto cognoscitivo

Agrega la explicación de lo que sucede dentro del sistema, la cual se refiere a los procesos internos que median entre la entrada y la salida. Se divide en tres componentes: Primero una situación inicial en la que se produce un suceso que es altamente peligroso o perjudicial; segundo componente es la interpretación de ese suceso como peligroso, amenazante o perjudicial, en ese sentido, el individuo lo percibe y valora como tal, independientemente de sus características objetivas; y tercer componente involucra una activación del organismo, como respuesta ante la amenaza (25).



El modelo sistémico inicia por el entorno que se le presenta al sujeto y el conjunto de demandas y exigencias, ante esto se da un proceso de valoración, en el cual el individuo si estima que estas afectan sus recursos proceden a llamarse estresores; estos estresores se dan en el mismo sujeto y desencadena un desequilibrio no adecuado, en consecuencia de este desequilibrio se da un segundo proceso de valoración en donde interviene la capacidad de afronte ante diversos acontecimientos de estrés, manejando esta de la mejor manera posible, para que luego el sujeto tenga la capacidad de responder frente a las estrategias de afrontamiento a las demandas que se puedan presentar en el entorno, esta puede darse tanto de manera apropiada logrando recuperar un equilibrio adecuado, así como también de manera inadecuada en donde el sistema tendrá que realizar un tercer proceso de valoración para que pueda llegar a un ajuste adecuado de las estrategias (25).

2.1.3 Dimensiones del Estrés Académico

2.1.3.1 Estresores académicos

Es el agente, situación o estímulo amenazante sea físico, emocional, cognitivo o psicológico y que desencadena en el individuo una reacción generalizada e inespecífica (26). Existe 3 grupos de estresores académicos que potencialmente afectan a los estudiantes universitarios los relacionados con los procesos de evaluación, los que atañen a la sobrecarga de trabajo, y tercero otras condiciones del proceso de enseñanza aprendizaje (27). Para Barraza (28) los estresores son:

- a. Sobrecarga de tareas: Estresor breve o prolongado, reiterado, múltiple, micro-estresor intelectual, real y sinergia negativa. Cantidad o la complejidad de la tarea, si está por encima de la capacidad del estudiante se considera un agente estresor (29).
- b. Personalidad y el carácter de los profesores: Estresor breve o prolongado, único o reiterado, único o múltiple, micro-estresor psicosocial, real o representado, exógeno



- y sinergia o negativa. La manera de ser de una persona, a su actitud y reacciones frente a la vida en general y en su trato con otras, está relacionado con el temperamento. El temperamento y carácter conforman el conjunto de rasgos que definen la manera de ser y de actuar de alguien, su personalidad (30), que a su vez es un conjunto de rasgos que conforman la individualidad (31).
- c. Forma de evaluación: Estresor breve o prolongado, reiterado, múltiple, micro-estresor intelectual, representado, exógeno y sinergia positiva o negativa. Siendo la evaluación un medio para determinar las capacidades que tienen los estudiantes sobre materias, conocimientos o habilidades (32), implica un proceso sistemático de acopio de información mediante la aplicación de diversos instrumentos, como pueden ser exámenes escritos u orales, proyectos, foros, etc. para ser analizada con rigor metodológico, fundamentar la toma de decisiones y promover el aprendizaje complejo en los estudiantes (33).
 - d. Nivel de exigencia: Estresor breve o prolongado, reiterado, múltiple, micro-estresor intelectual, representado, exógeno y sinergia positiva o negativa. Cuando el profesor pone en movimiento al estudiante desde el inicio del curso teniendo como meta que alcance un aprendizaje profundo y significativo (34), el nivel de exigencia se comportara como estresores curriculares o estímulos inducentes de respuestas conocidas específicamente como estrés académico(35).
 - e. Tipo de trabajo que piden: Estresor breve o prolongado, reiterado, múltiple, micro-estresor intelectual, real o representado, endógeno o exógeno y sinergia positiva o negativa. El trabajo académico es un producto de la actividad del estudiante como aprendiz. El docente puede indicar fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, monografías, etc. (36).



- f. Tiempo limitado: Estresor breve o prolongado, reiterado, múltiple, micro-estresor intelectual, real endógeno o exógeno y sinergia negativa. espacio de tiempo disponible para la realización de algo (37), en este caso los trabajos académicos.
- g. Poca claridad: Estresor breve o prolongado, reiterado, múltiple, micro-estresor intelectual, real o representado, exógeno y sinergia o negativa. imprecisión en el contenido del docente (38).

2.1.3.2 Síntomas

Son determinadas reacciones que producen sucesos emotivos, se relacionan con la segregación hormonal, específicamente con las hormonas excitatorias como el cortisol. Los niveles de adrenalina y noradrenalina suelen aumentar antes y durante acontecimientos estresantes, produciendo cambios en el metabolismo, presión arterial y frecuencia cardiaca, con el fin de aumentar el rendimiento general (39). Según Barraza (28) las manifestaciones que se dan en el estrés académico son:

- a. Fatiga crónica: Síntoma físico, sensación de agotamiento o dificultad para realizar actividades físicas o intelectuales cotidianas (40), se caracteriza por la presencia de fatiga de tipo físico y mental, intenso, debilitante y grave, que persiste seis o más meses y de carácter oscilante (41).
- b. Sentimientos de depresión y tristeza: Síntomas psicológicos, la tristeza significa estar afligido o apesadumbrado; mientras que la depresión se trata de un síndrome caracterizado por una tristeza profunda pero que además incluye la inhibición de las funciones psíquicas (42).
- c. Ansiedad, angustia o desesperación: Síntomas psicológicos, la ansiedad es un estado de agitación e inquietud desagradable caracterizado por la anticipación del peligro, el predominio de síntomas psíquicos y la sensación de catástrofe o de peligro inminente, es decir, la combinación entre síntomas cognitivos y fisiológicos,



- manifestando una reacción de sobresalto, donde el individuo trata de buscar una solución al peligro, por lo que el fenómeno es percibido con total nitidez. Mientras que la angustia se conceptualiza como una emoción compleja, difusa y displacentera, presentando una serie de síntomas físicos que inmovilizan al individuo, limitando su capacidad de reacción y su voluntariedad de actuación (43). Finalmente, la desesperación es la pérdida total de la esperanza de un individuo (44).
- d. Dificultades para concentrarse: Síntoma físico, la concentración es el aumento de la atención sobre un estímulo en un espacio de tiempo determinado, esta se puede ver afectada por fatiga, estrés, emociones diversas y también por trastornos de la conciencia, la afectividad, la psicomotricidad, el daño orgánico cerebral, etc. (45).
- e. Sentimientos de agresividad: Síntoma comportamental, es un conjunto de patrones de actividad que pueden presentarse con una intensidad variable desde la agresión física hasta los gestos y manifestaciones verbales que aparecen bajo la etiqueta de agresión verbal. Así entendida, la agresividad haría referencia a la propensión de un individuo a faltar al respeto, a ofender, provocar y amenazar a los demás (46).
- f. Conflictos o tendencia a polemizar: Síntomas comportamentales, el conflicto académico es un fenómeno que se produce cuando existe choque de intereses, sea entre estudiantes, docentes, tutores, etc, dando lugar a un enfrentamiento, constituyendo así un síntoma de que algo no satisface a todos y posiblemente no esté funcionando correctamente (47).
- g. Desgano para realizar las labores: Síntoma físico, no tener el deseo, gusto o ganas de hacer algo (48), en este sentido las labores académicas.

Estrategias de afrontamiento



Según Lazarus et al. (49) son los esfuerzos del pensamiento y la conducta constantemente cambiantes que permiten manejar las demandas ya sean estas externas o internas, que se presentan en la persona. Por otro lado Berrio et al. (6) el afrontamiento es el proceso a través del cual el sujeto maneja las demandas de la relación individuo-ambiente que valora como estresantes y las emociones que ello genera, además, se relaciona estrechamente con la evaluación cognitiva de las situaciones estresantes.

Según Barraza (28) las estrategias están comprendidas:

- a. Concentrarse en resolver situaciones: Capacidad y habilidad cognitiva, flexible y adaptativa para identificar un problema, tomar medidas lógicas para encontrar una solución deseada, y supervisar, evaluar la implementación de tal solución (50).
- b. Establecer soluciones concretas: Etapa preparatoria para la generación de soluciones potenciales y elaboración de planes (51).
- c. Analizar soluciones positivas y negativas: Generar tantas vías de solución como sea posible y decidir cuál es la óptima para lo que debe sopesar las ventajas y desventajas de cada una (51).
- d. Mantener el control sobre mis emociones: Es una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. De esta manera se puede usar esta información para guiar la forma de pensar y del comportamiento (52).
- e. Recordar situaciones similares para una solución: Los recuerdos modelan nuestras acciones, acompañan y dan sentido del yo (53).
- f. Elaboración de un plan para enfrentar el estrés: Para controlar los factores favorecedores y desencadenantes del estrés se pueden realizar mediante control de los factores ambientales (polución ambiental, estilo de vida saludable, adaptación a normas sociales, control de vicios, etc.), psicoemocionales (visión positiva, practica



de valores, manejo de fracasos) y biológicos (expansión rural y deportiva, distensión muscular, etc.). Las medidas que se puede tomar son la respiración rítmica, masajes del plexo solar, autocontrol mental, actividad física, ejercicios de relajación, contacto con el agua, prever los momentos de estrés, vivir esperanzado, practicar deporte, etc. (54).

- g. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de situaciones: Son un componente esencial del bienestar ya que éstas facilitan una serie de cogniciones y acciones que permiten al individuo construir recursos personales y psicológicos que no sólo mejoran su afrontamiento sino que repercuten nuevamente en la generación de emociones positivas (55).

2.1.4 Autoeficacia del Aprendizaje

La autoeficacia académica según Millburg (56) es el modo como las personas se sienten con respecto a sus capacidades académicas más que sus atributos y habilidades en general. Por otro lado, Schunk (57) dice que es la capacidad percibida de uno para aprender o realizar acciones en niveles designados.

Para Bandura (58) es una creencia acerca de lo que uno puede hacer, la percepción o creencia personal de las propias capacidades en una situación determinada. Las creencias de autoeficacia presentan gran influencia en el ser humano, ya que actúan sobre sus pensamientos, sentimientos y comportamientos, los factores clave para desarrollar la autoeficacia del aprendizaje se describen a continuación: los logros de las actividades (incrementando la confianza en sí mismo), el aprendizaje observacional (al observar comportamientos deseables y/o admirables, cuya consecuencia modela la conducta del individuo), las persuasiones verbales (elogiar a un individuo por sus habilidades, incrementa su seguridad y confianza) (59).



Los estudiantes con altas expectativas de autoeficacia disfrutan de una mayor motivación para aprender. También funcionan mejor, son capaces de autorregular su aprendizaje de manera más efectiva y exhiben una mayor motivación intrínseca cuando aprenden. Por lo tanto, mejorar las expectativas de autoeficacia incrementa la motivación y el rendimiento en las tareas de aprendizaje (60).

Según Bandura (58) en términos de funcionamiento académico, el nivel de autoeficacia del aprendizaje se refiere a las variaciones entre diferentes niveles de tareas; la generalidad se refiere a la transferencia de creencias de autoeficacia a través de actividades, como diferentes materias académicas; y la fuerza de la eficacia percibida se mide por grados de certeza que uno puede realizar determinadas tareas.

2.1.4.1 Dificultad de tareas

Son los obstáculos e inconvenientes que se presentan al efectuar una determinada tarea (61). Existen tareas de terminación, trabajo asignado siguiendo la enseñanza iniciada en la clase para ser finalizado en el hogar; práctica, trabajo que evalúe y refuerce, las habilidades y conceptos aprendidos en el ciclo; preparación, trabajo que prepare a los estudiantes para adquirir conocimientos y/o evaluar nuevos y expansión, trabajo que explora el aprendizaje en un nuevo contexto o integra/amplia el aprendizaje en el aula (62). La dificultad de tareas consta de:

- a. Esfuerzo: es una condición imprescindible para conseguir un aprendizaje de calidad, un ingrediente esencial de los procesos sistemáticos de aprendizaje que tienen lugar en las escuelas, institutos y otras instituciones de educación formal (63).
- b. Genera alternativas de solución: es una técnica creativa, cuando se busca solamente datos que contribuyen a una posible solución (64)



- c. Uso de recursos propios: es lo que el mismo individuo genera durante el desarrollo de sus actividades y desenvolvimiento personal (65).

2.1.4.2 Generalización de la propia eficacia

Se refiere a como el sujeto genera sus propias competencias para lograr cumplir un objetivo trazado (66), los factores clave para desarrollar la autoeficacia del aprendizaje se describen a continuación:

- a. Confianza: Sentirse seguro, plenamente sereno, independiente, osado; sin miedo al fracaso. Esta puede sufrir cambios en la medida que la experiencia influya sobre la expectativa (67).
- b. Capacidad: Habilidad personal para hacer cosas que son valiosas para determinada persona, o ser alguien valioso según sus concepciones y razones. Representa las combinaciones alternativas de cosas que una persona es capaz de ser o hacer (68).

2.1.4.3 Fuerza de los juicios de la propia autoeficacia

Es la capacidad que tiene el sujeto para juzgar sus propias creencias en relación con su autoeficacia, el ser humano como individuo autorreflexivo y comprometido con su desarrollo, emite apreciaciones personales acerca de la eficacia que ejerce como persona (69), se ve influenciada por:

- a. Supera obstáculos: es vencer dificultades, todos aquellos elementos que surgen a través de una interacción entre los estudiantes y el contexto; que limitan el pleno acceso a la educación y a las oportunidades de aprendizaje (70).
- b. Cumple objetivos y metas: verificar o realizar lo que la gente desea hacer. La autoeficacia refleja lo que la gente piensa que puede hacer (71).

2.2 MARCO CONCEPTUAL

Estrés Académico



Es una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos (6).

Autoeficacia del Aprendizaje

Percepción o creencia personal de las propias capacidades para aprender o realizar acciones en una situación determinada (58).

2.3 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.3.1 Antecedentes Internacionales

Naranjo (72) en el 2020 efectuó un estudio en Quito - Ecuador, con el fin de determinar la relación entre estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes de Fisioterapia de I y VIII semestre de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, fue de enfoque cuantitativo, tipo correlacional, diseño no experimental, corte transversal. Planteó como hipótesis que existe relación significativa entre las variables de la investigación. La población estuvo constituida por 105 estudiantes y la muestra fue 98, por muestreo no probabilístico por conveniencia, para la recopilación de información utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico y la Escala de Autoeficacia en Conductas Académicas (EACA), como resultado obtuvo que las correlaciones evidenciaron que no hubo una relación significativa entre estrés académico y autoeficacia académica. Por otra parte, encontró que el 71.8% de estudiantes del I ciclo presentan un nivel leve de estrés, mientras que el 51.9% del VIII ciclo presentó un nivel profundo. Finalmente concluyó en que no existe relación significativa entre estrés académico y autoeficacia académica.

Solís (73) en el 2020 realizó una investigación en Guayaquil, Ecuador, con el objetivo de determinar la relación entre la autoeficacia académica y el estrés académico de una unidad educativa pública de Guayaquil, fue de tipo cuantitativa de diseño no experimental. La hipótesis general fue que existe relación estadísticamente significativa



entre las variables de estudio. La población estuvo compuesta de 258 estudiantes con edades desde 14 a 20 años, empleo muestreo probabilístico estratificado quedando como muestra 245 estudiantes. La técnica de recolección de datos fue la encuesta, y cuestionarios como instrumentos: evaluación psicométrica, Escala de Autoeficacia Académica y el Inventario SISCO de Estrés Académico, de esta manera halló una relación directa estadísticamente significativa entre el rendimiento en el autoaprendizaje y el estrés de aprendizaje. A nivel descriptivo, evidenció que existe predominio en la Autoeficacia académica con 51% medio y 47% alto, mientras que el estrés académico halló un nivel medio, 44% medio y 41% bajo. Concluyendo así que mientras que la autoeficacia académica va de nivel alto a medio el estrés académico va de medio a bajo, evidenciando empíricamente la disminución de la autoeficacia cuando aumenta el estrés.

Kloster et al. (74) en el año 2020 en Argentina, efectuaron un estudio con el fin de caracterizar el estrés académico, los principales estresores y los modos de afrontamiento en estudiantes universitarios y analizar las diferencias en el estrés académico, entre los estudiantes universitarios de primer año y los de los últimos años de la ciudad de Paraná, fue una indagación de tipo descriptivo-comparativo, de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 163 estudiantes universitarios de las carreras de Psicología y Psicopedagogía, donde en su gran mayoría eran de sexo femenino, sus edades oscilaban entre los 17 a 38 años. Para la compilación de datos utilizaron como técnica la encuesta y como instrumento el Inventario SISCO mas una ficha sociodemográfica. De esta manera hallaron que los estudiantes universitarios presentan un nivel de estrés académico moderado y que no existen diferencias significativas, desde el punto de vista estadístico, en el nivel de estrés académico entre los estudiantes de primer año y los de los últimos años. Sin embargo, evidenciaron que



los estudiantes universitarios de primer año presentaban un nivel de estrés académico mayor que los de los últimos años.

León et al. (75) en el año 2019 realizaron un estudio en una universidad pública en México con el objetivo de explorar si el estrés académico y la autoeficacia académica son variables relacionadas con la resiliencia y contrastar las variables estudiadas entre grupos clasificados como alta y baja resiliencia en una muestra de adultos emergentes que estudian en la universidad, fue de tipo correlacional, la muestra fue 288 estudiantes, 176 mujeres y 112 hombres de 18 a 25 años, por muestreo aleatorio estratificado. Aplicaron una ficha académica y sociodemográfica, inventario de estrés académico; escala de eficacia conductual escolar y cuestionarios de resiliencia. Los resultados evidenciaron niveles moderados y medios de estrés académico, autoeficacia académica percibida satisfactoria, rendimiento académico y resiliencia, de esta manera las correlaciones fueron débiles, moderadas y estadísticamente significativas. Concluyendo así que cuando incrementan los niveles de estrés académico, la resiliencia se reduce; y mientras que la autoeficacia académica es más satisfactoria, incrementa el rendimiento académico y la resiliencia; ya que existe un vínculo directo entre ambas variables.

Silva et al (76) en el año 2019 en México, realizaron un estudio con el objetivo de determinar el nivel de estrés en estudiantes universitario, fue una investigación de tipo descriptivo y correlacional, con una muestra de 255 estudiantes. Para la recopilación de datos utilizó el inventario SISCO, así obtuvieron como resultado que el 72.4% de estudiantes de sexo femenino presentaron un nivel de estrés profundo, mientras que el sexo masculino presentó un nivel medio con el 42.3% de los participantes, concluyendo que los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado, determinó independencia entre el nivel de estrés y el sexo de los participantes y se reporta asociación significativa con el programa de estudios.



Mayorga (77) en el año 2018 en Ecuador realizó un estudio con la finalidad de determinar la relación entre la percepción de la Autoeficacia y el Estrés Académico en estudiantes universitarios de las carreras de Psicología de la ciudad de Ambato, fue de tipo cuantitativo, con un alcance descriptivo y correlacional. La muestra sobre la cual estudió fue 237 estudiantes universitarios de todos los semestres. Para la recolección de información, aplicó ficha sociodemográfica, Inventario del Estrés Académico (SISCO) y la Escala de la Autoeficacia General (EAG), encontrando una elevada presencia de autoeficacia percibida y bajos niveles de estrés académico. Así mismo, evidenció la existencia de una correlación negativa baja, entre la Percepción de la Autoeficacia y dos dimensiones del SISCO: reacciones comportamentales y reacciones psicológicas. Por lo tanto, concluyó que a mayor Percepción de la Autoeficacia hay pocas reacciones psicológicas y comportamentales dentro del Estrés Académico.

2.3.2 Antecedentes Nacionales

Leyton (78) en el 2021 ejecutó una investigación, con la finalidad de establecer la relación del estrés académico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad de Lima, fue de tipo aplicado y diseño no experimental de enfoque cuantitativo, la hipótesis fue que existe una correlación inversa y significativa entre ambas variables. La población estuvo constituida por 32800 estudiantes, con una muestra de 380 por muestreo no probabilístico por conveniencia. Utilizó como técnica encuesta y dos cuestionarios como instrumentos, así identificó una correlación significativa e inversa entre las variables; al igual que correlaciones significativas e inversas con las dimensiones del estrés académico: estresores y síntomas, también directa y significativa por las estrategias de afrontamiento, finalmente, identificó que la mayoría de los estudiantes obtuvieron un nivel moderado de estrés académico y autoeficacia. Por cual concluyó que los estudiantes



con mayor autoeficacia tienden a tener menos estresores, al igual que producir menos síntomas y mayores estrategias de afrontamiento frente el estrés académico.

Torres (79) en el 2021 realizó un estudio con el propósito de determinar si existe una relación entre autoeficacia académica y el estrés académico en estudiantes universitarios de una universidad de Lima. La hipótesis general fue que existe relación significativa entre autoeficacia académica y estrés académico. El estudio fue de nivel descriptivo, tipo básica y diseño correlacional, la población estuvo conformada por 404 estudiantes universitarios de las facultades de Ciencias de la Salud e Ingeniería y Arquitectura, con edades de 18 a 25 años de edad, ambos sexos, y la muestra fue 202 por muestreo no probabilístico por conveniencia. Las herramientas de evaluación fueron la escala de autoeficacia de aprendizaje (ESSA) y el inventario de estrés académico SISCO. Como resultados halló que, si existe correlación significativa entre la autoeficacia académica y el estrés académico, por otro lado, las dimensiones de autoeficacia académica y síntomas; autoeficacia académica y estresores; autoeficacia académica y estrategias de afrontamiento al estrés. Finalmente concluyó que existe correlación significativa y negativa entre la autoeficacia académica y el estrés académico, indicando que los estudiantes universitarios que desarrollan alto nivel de autoeficacia académica podrían tener bajos niveles de estrés académico.

Cure et al. (80) en el año 2021 efectuaron una investigación con la finalidad determinar la relación entre estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, fue de tipo correlacional, en cuanto a la muestra estuvo compuesta por 209 estudiantes, siendo 166 mujeres y 43 varones del I y II año de Psicología, como técnica utilizaron la encuesta y como instrumentos dos escalas: Inventario de Estrés Académico (SISCO) y la Escala de autoeficacia percibida específica en situaciones académicas (EAPESA). Hallaron que no existe una correlación entre estrés



académico y autoeficacia; asimismo se observó una predominancia en el nivel moderado en ambas variables.

Huanca et al. (66) en el año 2020 realizaron un estudio en Arequipa con el propósito de describir la relación entre la autoeficacia del aprendizaje y el estrés académico durante la pandemia Covid-19 en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín, fue de tipo descriptivo, con diseño correlacional no experimental. La hipótesis que plantearon fue que si existe relación entre las variables de investigación. La población estuvo compuesta por 375 estudiantes y la muestra fue 190 por muestreo probabilístico estratificado. Utilizaron la técnica de encuesta y dos cuestionarios como instrumentos, de esta manera el resultado fue un nivel medio de estrés académico y moderado nivel de autoeficacia del aprendizaje, con 47.4% y 39.5% respectivamente. Concluyeron que existe una relación estadísticamente significativa e inversa, siendo así que a mayor autoeficacia menor estrés presenta el estudiante.

Burgos et al. (81) en el año 2020 en Lima, ejecutó una investigación con el objetivo de relacionar procrastinación y autoeficacia en el contexto académico, fue de tipo correlacional. La muestra estuvo constituida por 178 estudiantes de universidades públicas, para la compilación de información utilizaron como técnica la encuesta y como instrumento, dos escalas: Escala de procrastinación académica (EPA) y la Escala de autoeficacia percibida en situaciones académicas (EAPESA), de esta manera hallaron correlación negativa y estadísticamente significativa entre la postergación de actividades y autoeficacia académica, así mismo según el ciclo de estudio, evidenciaron que los estudiantes de los primeros ciclos presentan los mayores puntajes en la autorregulación y autoeficacia académica, presentan también los niveles más bajos en la postergación de actividades, finalmente encontró diferencias en autorregulación académica según sexo, las mujeres son quienes tienen mayores puntuaciones.



Rosas (82) en el año 2019 en Lima, realizó un estudio con el objetivo de determinar si existe una relación significativa entre la autoeficacia académica y las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes de tercer año de la Universidad Peruana Unión, fue de tipo correlacional, no experimental. La hipótesis fue que existe relación significativa entre ambas variables. La población estuvo conformada por 723 estudiantes de tercer año y la muestra por 256. Para la recopilación de información usó dos cuestionarios: inventario de Autoeficacia académica y el inventario de Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico. Así halló una relación positiva y altamente significativa entre autoeficacia académica y afrontamiento individual; por otro lado, no evidenció relación entre la autoeficacia académica, evitación y afrontamiento social; y también autoeficacia académica, humor y sustancias adictivas, llegando a la conclusión que la autoeficacia académica es un factor que está altamente relacionada solo con la dimensión individual de las estrategias de afrontamiento académico.

2.3.3 Antecedentes Locales

Calatayud et al. (20) en el año 2021 en Puno, elaboraron un estudio con el objetivo de determinar si el estrés se constituye como un factor de riesgo en el rendimiento académico del estudiantado universitario durante el periodo de la pandemia de Covid-19 en Puno Perú. Fue de metodología cuantitativa y de tipo correlacional, la muestra consistió en un grupo de 1046 estudiantes de nivel universitario de tres facultades (Ingeniería económica, ingeniería agrícola y sociología). Como técnica utilizaron la encuesta e instrumento la escala Patients Health Questionnaire (PHQ-9), y el riesgo académico se estimó con el método de regresión probit. Los resultados que hallaron fue que el 53.85% tiene estrés severo, el 23.31% moderado, en cuanto al rendimiento académico hallaron que 376 estudiantes bajaron, así concluyeron que el estudiante que



experimenta mayor nivel de estrés se encuentra más propenso a reportar un empeoramiento en sus calificaciones y logros de aprendizaje durante el tiempo de pandemia.

Maquera (83) en el año 2019 realizó un estudio con el propósito de determinar la relación entre la depresión y el estrés académico en estudiantes de Enfermería del séptimo ciclo de la UNAP, el tipo de la investigación fue correlacional, de diseño no experimental y de corte transversal. La población estuvo compuesta por 62 estudiantes y la muestra por 54, por muestreo no probabilístico. Para la recopilación de datos utilizó como técnica la encuesta y como instrumento dos escalas: Escala de Zung y el Inventario SISCO. Así halló que el 57.4% presenta una depresión normal y el 81.5% un nivel de estrés académico moderado, llegando a la conclusión de que la depresión guarda relación positiva con el estrés académico.

Apaza (84) en el 2018 efectuó un estudio con el objetivo de determinar el impacto del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de odontología del primero al sexto semestre de la UNAP, 2017 – II, fue de tipo descriptivo y observacional, de diseño transversal, con la hipótesis de que el estrés tiene un impacto en el rendimiento académico en los estudiantes. La población estuvo constituida por 169 estudiantes matriculados en el segundo semestre del 2017 y la muestra por 109, por muestreo no probabilístico por conveniencia. Para evaluar el impacto de estrés, utilizó el cuestionario del inventario SISCO, la escala es de 1 a 5 tipos Likert, en cuanto al rendimiento escolar midió a través del registro de puntajes promedio de los estudiantes, análisis estadístico descriptivo y prueba de asociación Chi-cuadrado. Los resultados fueron que determinó la existencia del impacto del estrés en el rendimiento académico en estudiantes que rara vez se estresaban y los resultados esperados 8,62%, con una



diferencia estadísticamente significativa, finalmente concluyó que existe un impacto del estrés en el rendimiento académico entre los estudiantes de la escuela de odontología.



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La investigación fue de tipo correlacional, con el fin de medir el grado de relación que existe entre dos variables: estrés académico y autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de enfermería. El diseño fue no experimental de corte transversal, las variables no fueron manipuladas y la información se recolectó en un momento y espacio determinado (85).

3.2 ÁMBITO DE ESTUDIO

Se desarrolló en la provincia de Puno, capital de distrito, provincia y del departamento de Puno, está ubicado a orillas del Lago Titicaca a 3827 m.s.n.m., lago navegable más alto del Mundo. Se encuentra en la región de la sierra a los 15° 50' 26" de latitud sur, 70° 01' 28" de longitud Oeste del meridiano de Greenwich. Como centro de investigación la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, Facultad de Enfermería ubicada en Avenida Floral 1153 (86).

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1 Población

La población de estudio estuvo constituida por todos los estudiantes de la Facultad de Enfermería de I a VIII ciclo de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, que fueron 403 matriculados.

3.3.2 Muestra

La muestra estuvo constituida por estudiantes del I al VIII ciclo según cálculo de tamaño muestral fijado con un margen de error de 0.05 y un nivel de confianza de 0.95. A través de la siguiente fórmula se determina el número de muestra, dando como resultado 197 estudiantes quienes fueron participes del presente estudio.



$$n = \frac{Z^2 \times p \times q \times N}{E^2 (N - 1) + Z^2 \times p \times q}$$

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.50) (0.50) (403)}{(0.050)^2 (402) + (1.96)^2 (0.50) (0.50)}$$

$$n = 196.93$$

$$n = 197 \text{ (valor redondeado)}$$

a. Tipo de muestreo

Fue probabilístico aleatorio simple, en la medida que la muestra, constituye un subgrupo de la población en el que todos los elementos de ésta tienen la misma posibilidad de ser elegidos (85).

b. Criterios de inclusión

- Estudiantes de la Facultad de Enfermería de I a VIII ciclo.
- Estudiantes que acepten participar en el estudio.

c. Criterios de exclusión

- Estudiantes de otras facultades u otras instituciones de educación superior.
- Estudiantes que no acepten participar del estudio.

d. Unidad de análisis

Estudiantes de la Facultad de Enfermería de I a VIII ciclo.

3.4 VARIABLES Y SU OPERACIONALIZACIÓN

3.4.1 Variables

Independiente: Estrés académico

Dependiente: Autoeficacia del aprendizaje

3.4.2 Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	N° DE ÍTEM	VALOR FINAL				
						Categoría	Índice			
ESTRÉS ACADÉMICO	Es el proceso de cambio de componentes del proceso de enseñanza y aprendizaje, a través de un conjunto de mecanismos de afrontamiento individuales e institucionales, generado por las abrumadoras y exigentes demandas del aula, las experiencias de enseñanza y aprendizaje desarrolladas en las instituciones de educación superior (22).	Es el conjunto de reacciones fisiológicas, emocionales, conductuales y cognitivas que se evidencia en los estudiantes de educación superior por sobrecarga académica, entorno, etc.	Estresores	Sobrecarga de tareas	1	NIVEL: Bajo	1-37			
				Personalidad y el carácter de los profesores	2					
				Forma de evaluación	3					
				Nivel de exigencia	4					
				Tipo de trabajo que piden	5					
				Tiempo limitado	6					
				Poca claridad	7					
				Fatiga crónica	1			Síntomas	NIVEL: Medio	38-75
				Sentimientos de depresión y tristeza	2					
				Ansiedad, angustia o desesperación	3					
				Dificultades para concentrarse	4					
				Sentimientos de agresividad	5					
				Conflictos o tendencia a polemizar	6					
				Desgano para realizar las labores	7					
			Estrategias de afrontamiento	Concentrarse en resolver situaciones	1	NIVEL: Alto	76-111			
				Establecer soluciones concretas	2					
					3					
					4					
					5					

						Analizar soluciones positivas y negativas Mantener el control sobre mis emociones Recordar situaciones similares para una solución Elaboración de un plan para enfrentar el estrés Fijarse o tratar de obtener lo positivo de situaciones	6 7		
	Percepción o creencia personal de las propias capacidades en una situación determinada. Las creencias de autoeficacia presentan gran influencia en el ser humano, ya que actúan sobre sus pensamientos, sentimientos y comportamientos (58)	Es la autopercepción de una persona sobre sus propias capacidades para organizar determinadas actividades del aprendizaje.	Dificultad de tareas Generalización de la propia eficacia Fuerza de los juicios de la propia autoeficacia	Esfuerzo Genera alternativas de solución uso de recursos propios Confianza Capacidad Supera obstáculos Cumple objetivos y metas	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13, 14 15 16 17 18 19 20	NIVEL: Deficiente Bajo Moderado Alto Excelente	00 – 63 64 – 72 73 – 83 84 – 92 93 - 100		

Fuente: Inventario SISCO SV-21 y Escala de autoeficacia del aprendizaje.



3.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.5.1 Técnica

La técnica de recolección de datos fue la encuesta, permite la recolección de información que proporcionan los individuos de una población, o más comúnmente de una muestra de ella (87).

3.5.2 Instrumentos

El instrumento fue la escala tipo Likert, consiste en un conjunto de ítems que se presentan en forma de afirmaciones para medir la reacción del participante en tres, cinco o siete categorías (85). Para ello se utilizó las siguientes escalas:

- Inventario Sistémico Cognoscitivista, para el estudio del Estrés Académico, Segunda Versión (Inventario SISCO SV-21), elaborado por Arturo Barraza, constituido por 23 ítems, un ítem dicotómico de filtro (Si – No), otro ítem tipo Likert para el nivel de intensidad de estrés académico (1=poco, 5=mucho) y 21 ítems tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre). Cuenta con 3 dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (28).

Validez y confiabilidad: Presenta una validez por análisis de consistencia interna, todos los ítems se correlacionan positivamente ($p < .01$); y por análisis de grupos contrastados, todos los ítems permiten discriminar ($p < .01$) entre los estudiantes que presentan un nivel bajo de estrés de los que presentan un nivel alto. Confiabilidad en alfa de Cronbach de 0.85 (28).

- Escala de Autoeficacia del aprendizaje elaborado por Alberto Alegre, consta de 20 ítems tipo Likert de 5 valores categoriales (totalmente de acuerdo, de acuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo, en desacuerdo, totalmente en desacuerdo). Cuenta con 3 dimensiones dificultad de la tarea, generalización de la propia eficacia y fuerza de los juicios de la propia autoeficacia (66).



Validez y confiabilidad: Presenta una validez por análisis de consistencia interna ($p < .01$), como resultado del análisis psicométrico el cálculo de la confiabilidad lo realizó a través del método de consistencia interna alfa de Cronbach de 0.95 (66).

3.6 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.6.1 Coordinación

- Una vez que el proyecto de tesis fue aceptado mediante Acta de aprobación, se continuó con el trámite solicitando autorización para la ejecución del proyecto de tesis a la Decana de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.
- Luego se obtuvo Memorando N° 136-2022 de la Facultad de Enfermería otorgando Autorización para la ejecución de la investigación.

3.6.2 Ejecución

- El día de la aplicación de los instrumentos, se asistió presentando ante los docentes el Memorando para que otorguen un espacio de tiempo.
- Luego se presentó ante los estudiantes de Enfermería brindándoles hoja informativa, explicando sobre la investigación a realizarse, en la conformación de la aleatoriedad se dio mediante un sorteo interno en cada aula, de esta manera los estudiantes que no salieron elegidos mediante el sorteo, se le invitó a retirarse.
- Seguidamente a los estudiantes que salieron sorteados se les proporcionó el consentimiento informado y los instrumentos: Inventario SISCO SV-21 para una resolución entre 20 a 25 minutos y Escala de autoeficacia del aprendizaje para una resolución entre 10 a 15 minutos, se permaneció para resolver dudas o dar aclaraciones.



- Finalmente se brindó agradecimiento por la participación a los estudiantes y docentes que dieron facilidades.

3.7 PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

- Una vez efectuado la recopilación de datos se organizó la información obtenida, para facilitar el análisis estadístico.
- Seguidamente la información se transcribió a Excel, luego se generó la base de datos siendo estos registros, debidamente clasificados y almacenados en el programa Software Statistical Package of Social Science (SPSS) versión 21, para el análisis estadístico.
- La técnica estadística que se empleó fue la prueba de RHO de Spearman que permitió determinar la relación entre las variables de estudio.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 RESULTADOS

Tabla 1. Estrés académico relacionado con la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

	Estrés Académico						Total		
	Bajo		Medio		Alto		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Autoeficacia del aprendizaje	Deficiente	3	1.5	3	1.5	26	13.2	32	16.2
	Bajo	6	3.0	10	5.1	25	12.7	41	20.8
	Moderado	13	6.6	31	15.7	29	14.7	73	37.1
	Alto	4	2.0	17	8.6	17	8.6	38	19.3
	Excelente	4	2.0	4	2.0	5	2.5	13	6.6
Total	30	15.2	65	33.0	102	51.8	197	100.0	

Fuente: Inventario SISCO SV-21 y Escala de autoeficacia del aprendizaje.

En la tabla 1 se puede observar que 15.7% de los encuestados presentan un nivel de estrés académico y autoeficacia del aprendizaje moderado; seguido de un 14.7% que presentan un nivel de estrés académico alto y un nivel de autoeficacia del aprendizaje moderado, mientras que un 13.2% presenta un nivel de estrés académico alto y un nivel deficiente de autoeficacia. Los resultados evidencian que la gran parte presentan un estrés académico alto, por otro lado, la mayor parte presenta un nivel de autoeficacia del aprendizaje moderado.

Tabla 2. Prueba de Rho de Spearman

Correlaciones		Autoeficacia del Aprendizaje	Estrés académico
Rho de Spearman	Autoeficacia del Aprendizaje	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	-,630**
		N	197
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-,630**
		Sig. (bilateral)	0.001
		N	197

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

Fuente: Inventario SISCO SV-21 y Escala de autoeficacia del aprendizaje.

Nivel de significancia: 0.01

Para todo valor de la probabilidad igual o menor (valor-p) que 0.01 (nivel de significancia) se rechaza H₀.

Regla de decisión:

- Rechazar H₀ si el valor-p es menor a 0.01
- No rechazar H₀ si el valor-p es mayor a 0.01

El p valor calculado es de 0.001 que es menor al 0.01 ($0.001 < 0.01$), por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. El coeficiente Rho de Spearman es de (-0.630), lo que indica que la correlación es moderada y negativa. Se puede afirmar con un 99% de confianza que existe una relación entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.

Tabla 3. Estrés académico según características personales, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

Características personales	Estrés Académico						Total		
	Bajo		Medio		Alto		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Sexo	Femenino	20	10.2	51	25.9	89	45.2	160	81.2
	Masculino	10	5.1	14	7.1	13	6.6	37	18.8
Total		30	15.2	65	33.0	102	51.8	197	100.0
Edad	17 a 20 años	25	12.7	49	24.9	74	37.6	148	75.1
	21 a 24 años	4	2.0	13	6.6	27	13.7	44	22.3
	25 a 27 años	1	0.5	3	1.5	1	0.5	5	2.5
Total		30	15.2	65	33.0	102	51.8	197	100.0
Ciclo de estudio	I	8	4.1	18	9.1	32	16.2	58	29.4
	II	9	4.6	27	13.7	26	13.2	62	31.5
	III	9	4.6	13	6.6	11	5.6	33	16.8
	IV	1	0.5	1	0.5	1	0.5	3	1.5
	V	1	0.5	1	0.5	14	7.1	16	8.1
	VII	2	1.0	2	1.0	7	3.6	11	5.6
	VIII	0	0.0	3	1.5	11	5.6	14	7.1
	Total		30	15.2	65	33.0	102	51.8	197

Fuente: Inventario SISCO SV-21.

En la tabla 2 se visualiza que del sexo femenino el 45.2% presentan un estrés académico alto, seguido de un nivel medio, mientras que el sexo masculino el 7.1% evidencia un nivel medio; según edad, los estudiantes de 17 a 20 años son los que presentan un nivel alto de estrés académico con un 37.6%, seguido de un nivel moderado, los de 21 a 24 años de la misma manera y los de 25 a 27 años evidenciaron un nivel medio de estrés académico; finalmente según ciclo de estudio evidenció que el ciclo I con un 16.2% presenta un nivel de estrés académico alto, mientras que los ciclos II y III presentan un nivel medio con 13.7% y 6.6% respectivamente, por otro lado el IV ciclo presenta un nivel equitativo de estrés académico, mientras que el V, VI y VIII ciclo evidencian un nivel alto de estrés académico con 7.1%, 3.6% y 5.6%, respectivamente, siendo el último

ciclo donde no evidencia a ningún estudiante en un nivel bajo de estrés académico con un 0.0%.

Tabla 4. Autoeficacia del aprendizaje según características personales, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

Características personales	Autoeficacia del aprendizaje										Total		
	Deficiente		Bajo		Moderado		Alto		Excelente		n	%	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%			
Sexo	Femenino	27	13.7	37	18.8	59	29.9	28	14.2	9	4.6	160	81.2
	Masculino	5	2.5	4	2.0	14	7.1	10	5.1	4	2.0	37	18.8
Total		32	16.2	41	20.8	73	19.3	38	19.3	13	6.6	197	100.0
Edad	17 a 20 años	21	10.7	30	15.2	56	28.4	31	15.7	10	5.1	148	75.1
	21 a 24 años	11	5.6	10	5.1	13	6.6	7	3.6	3	1.5	44	22.3
	25 a 27 años	0	0.0	1	0.5	4	2.0	0	0.0	0	0.0	5	2.5
Total		32	16.2	41	20.8	73	37.1	38	19.3	13	6.6	197	100.0
Ciclo de estudio	I	10	5.1	13	6.6	24	12.2	9	4.6	2	1.0	58	29.4
	II	7	3.6	14	7.1	24	12.2	11	5.6	6	3.0	62	31.5
	III	4	2.0	4	2.0	10	5.1	13	6.6	2	1.0	33	16.8
	IV	1	0.5	0	0.0	1	0.5	0	0.0	1	0.5	3	1.5
	V	3	1.5	4	2.0	7	3.6	1	0.5	1	0.5	16	8.1
	VII	3	1.5	3	1.5	4	2.0	1	0.5	0	0.0	11	5.6
	VIII	4	2.0	3	1.5	3	1.5	3	1.5	1	0.5	14	7.1
	Total		32	16.2	41	20.8	73	37.1	38	19.3	13	6.6	197

Fuente: Escala de autoeficacia del aprendizaje.

En la Tabla 3 se visualiza que en el sexo femenino presenta un nivel de autoeficacia del aprendizaje moderado seguido de bajo con un 29.9% y 18.8%, respectivamente, mientras que el sexo masculino un nivel de autoeficacia moderado seguido de un nivel alto con un 7.1% y 5.1%, respectivamente, según edad los estudiantes de 17 a 20 años presentan un nivel de autoeficacia académica moderado con tendencia a alto con un 28.4% y 15.7%, los de 21 a 24 años un nivel de autoeficacia del aprendizaje



moderado con tendencia a deficiente con un 6.6% y 5.6% y los de 25 a 27 años un nivel moderado y bajo, según ciclo de estudio los ciclos I, II, V, y VII presentan un nivel moderado de autoeficacia del aprendizaje con 12.2%, 12.2%, 3.6% y 2.0% , respectivamente evidenciando tendencia a niveles bajo y deficiente, el III ciclo evidencia una autoeficacia de nivel alto con 6.6% con tendencia a moderado y bajo; y finalmente el VIII ciclo presenta un nivel deficiente con 2.0%.

4.2 DISCUSIÓN

A partir de hallazgos encontrados se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, la cual establece que existe relación entre estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2022, lo que significa que a mayor estrés académico se ve afectada la autoeficacia del aprendizaje, al respecto Martínez et al. (21) sostienen que el estrés académico es un malestar que el estudiante presenta debido a factores interrelacional, intrarrelacional o ambiental y esto puede afectar la competencia individual en el rendimiento académico, estos resultados se asemejan a los hallados por Mayorga (77) en el año 2018, donde concluye que a mayor percepción de la autoeficacia hay pocas reacciones psicológicas y comportamentales dentro del estrés académico, por otra parte, Leyton (78) en el año 2021 coincide con los resultados, por cuanto afirma que los estudiantes con mayor autoeficacia tienden a tener menos estresores, al igual que producir menos síntomas y mayores estrategias de afrontamiento frente el estrés académico, en otra investigación desarrollada por Torres (79) en el año 2021 menciona resultados similares porque encuentra que si existe correlación entre las variables la autoeficacia académica y el estrés académico, lo mismo sucede con los resultados de la investigación desarrollada por Huanca et al. (66) en el año 2020, que coinciden con los hallazgos por cuanto concluyeron que existe una relación estadísticamente significativa e inversa, luego



en la investigación elaborada por Solís (73) en el año 2020 encuentra una relación directa estadísticamente significativa entre el rendimiento en el autoaprendizaje y el estrés de aprendizaje, contrastado con la indagación realizada por Apaza (84) desarrollada en el año 2018 menciona que existe un impacto significativo entre estrés y rendimiento académico en estudiantes, en otra investigación, Calatayud et al. (20) realizaron durante la pandemia, donde evidenciaron que a mayor estrés el estudiante es más propenso a reportar un empeoramiento en sus calificaciones y logros de aprendizaje, estos resultados son semejantes al del presente estudio. Sin embargo, en el estudio de Cure et al. (80) en el 2021 encontraron que no existe una correlación entre ambas variables, por otro lado León et al. (75) en su investigación en el año 2019, concluye que a mayor estrés académico la resiliencia disminuye, la autoeficacia es más satisfactoria y aumenta el rendimiento académico, por otro lado Naranjo (72) en el año 2020 indica que no existe una relación significativa, de la misma manera en el estudio elaborado por Rosas (82) en el año 2019 concluye una relación alta, positiva y estadísticamente significativa, resultados que son opuestos en la medida en que en la presente indagación la relación es moderada y negativa.

Respecto al nivel de estrés académico, según características personales, en cuanto al sexo se evidenció que los estudiantes de sexo femenino presentan un nivel alto de estrés académico, mientras el sexo masculino presenta un nivel medio contrastando con los resultados obtenidos por Silva et al. (76) en el 2019 donde evidenció que los estudiantes de sexo femenino presentaron un nivel de estrés académico profundo, mientras que el sexo masculino un nivel moderado, es semejante al presente estudio, sin embargo discrepa con los resultados hallados por Kloster et al. (74) en el año 2019 en su estudio donde la población de estudio estuvo mayormente conformada por mujeres evidenció que presentan un nivel moderado de estrés académico, continuando con la característica según



edad se halló que los estudiantes 17 a 20, 21 a 24 años presentan un nivel alto de estrés académico, estos resultados evidencian que la facultad de Enfermería de la UNAP son cursados por estudiantes jóvenes y tal como refiere Escobar et al. (24) estos estudiantes por encontrarse en las primeras etapas de su estudio universitario presentan altos niveles de estrés académico y por ende se ve afectada su autopercepción sobre las capacidades académicas que poseen, estos resultados discrepan con el estudio de Solís (73) en el año 2020 donde evidenció que el estrés académico de los estudiantes de 14 a 20 años predomina el nivel medio, seguido de un nivel bajo, y de la misma manera difiere con los resultados de Kloster (74), siguiendo con la característica según el ciclo de estudio los que presentan un nivel alto de estrés académico son I, II, V, VII y VIII, esto revela que Enfermería al ser una disciplina de ciencias de la salud y de tener clases teóricas y prácticas los estudiantes tienden a sufrir niveles altos de estrés académico, tal como lo indica Castillo et al. (14), esto sucede cuando valoran que lo que exige una determinada situación, en este caso el desempeño y desenvolvimiento en hospitales, establecimientos de salud, etc, sobrepasa las habilidades o recursos y puede ser difícil salir airoso de ella (7), de esta manera los resultados son similares al estudio de Kloster (74) donde halló que los estudiantes del primer año presentaron niveles altos de estrés a comparación de los que cursan los últimos años, en el estudio de Naranjo (72) en el año 2020 donde evidenció que los estudiantes que cursan el VIII ciclo presentan un nivel profundo de estrés académico, mientras que los de I ciclo un nivel leve, este resultado es similar en cuanto al VIII ciclo, mas no con el I ciclo. Sin embargo es diferente de los resultados hallados por Maquera (83) en el año 2019 en sus resultados evidenció que el VII ciclo de los estudiantes de Enfermería de la UNAP presentaron un nivel normal de depresión y un nivel moderado de estrés académico, esto se debería a que la indagación fue efectuada antes de la pandemia por la Covid-19, y la presente investigación fue realizada después,



es por ello que la salud mental en los estudiantes de Enfermería ha ido deteriorándose con el tiempo tal como lo menciona Toribio et al. (13) los estudiantes de ciencias de la salud manifiestan mayores niveles de estrés que otras disciplinas.

Respecto al nivel de autoeficacia del aprendizaje, según características personales, en cuanto al sexo se encontró que el sexo femenino tiende a un nivel de autoeficacia de moderado a deficiente, mientras que el sexo masculino un nivel moderado, contrastando con el estudio de Burgos et al. (81) en el año 2020 donde evidenció que las mujeres son quienes tienen mayores puntuaciones en la autorregulación y autoeficacia académica, los resultados son contradictorios al presente estudio, siguiendo con la característica de edad se evidenció que los estudiantes de 17 a 20, 21 a 24 y de 25 a 27 años presentan un nivel de autoeficacia del aprendizaje moderada con tendencia a bajo y deficiente, en el estudio de Solís (73) en el año 2020, halló resultados idénticos, donde los estudiantes de 14 a 20 años predomina un nivel medio de autoeficacia académica, seguido de un nivel bajo, finalmente según ciclo de estudio se evidenció que el I, II, V, VII, ciclo presentan un nivel moderado de autoeficacia del aprendizaje con tendencia a bajo y deficiente, y el VIII ciclo presentó un nivel deficiente, así como menciona Cassaretto et al. (5) los primeros ciclos enfrentan establecimiento de nuevas relaciones con docentes y compañeros, nuevas rutinas, diferentes formas de enseñanza, entre otras situaciones, por ello tienen tendencia a sufrir elevados niveles de estrés académico afectando su propia percepción de sus capacidades académicas, estos resultados discrepan con la investigación realizada por Naranjo (72) en el 2020 donde halló que los estudiantes de I ciclo tienen un alto nivel de autoeficacia y los de VIII presentan una distribución equitativa de su autopercepción de las capacidades académicas.



V. CONCLUSIONES

Al término de la investigación es posible establecer las siguientes conclusiones:

PRIMERA. Existe relación inversa y moderada entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, 2022.

SEGUNDA. Se identificó un nivel de estrés académico alto en el sexo femenino, en el grupo de edad 17 a 20 años y en los que cursan el I ciclo de los estudiantes de la Facultad de Enfermería.

TERCERA. Se identificó un nivel de autoeficacia del aprendizaje moderado en el sexo femenino, en el grupo de edad de 17 a 20 años y en los que cursan I y II ciclo de los estudiantes de la Facultad de Enfermería.



VI. RECOMENDACIONES

- PRIMERA.** Se recomienda a las autoridades de la Oficina de Tutoría y servicio Psicopedagógico de la Universidad Nacional del Altiplano, evaluar, gestionar e intervenir con la implementación de talleres sobre la generación de estrategias de afrontamiento y prevención del estrés académico, así mismo sobre la generación de la propia eficacia, para que de esta manera los estudiantes durante su estancia universitaria puedan garantizar una adecuada autoeficacia del aprendizaje y salud mental.
- SEGUNDA.** A las autoridades y docentes de la Facultad de Enfermería, basado en la promoción de la salud implementar nuevas estrategias pedagógicas y talleres sobre el afrontamiento del estrés académico, con el fin de facilitar el aprendizaje, con una adecuada salud mental y evitar problemas en el rendimiento académico,
- TERCERA.** A los profesionales de salud de enfermería, psicología de la Universidad Nacional del Altiplano difundir y brindar programas de prevención, promoción y educación en salud mental, para disminuir el impacto del estrés en los estudiantes de enfermería.
- CUARTA.** A los estudiantes de la Facultad de Enfermería asistir a programas y talleres de manejo y prevención del estrés, para que de esta manera el estrés académico no influya de manera negativa en su percepción sobre sus propias capacidades en el aprendizaje.
- QUINTA.** A los futuros investigadores, continuar con investigaciones sobre salud mental ya que el estrés académico es una problemática que viene persistiendo e incrementándose en los últimos años y se ha visto que afecta



a la autoeficacia del aprendizaje, de esta manera darle continuidad con el fin de generar nuevos conocimientos y profundizar el nivel de investigación sobre este tema.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud [OMS]. Trastornos mentales [Internet]. 2022 [cited 2022 Nov 21]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
2. Organización Mundial de la Salud [OMS]. Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos. 2022;32. Available from: <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1433519/retrieve>
3. Infobae. Día de la Salud Mental: las cifras en Perú tras los efectos de la pandemia en los servicios de salud [Internet]. 2021 [cited 2022 Nov 22]. Available from: <https://www.infobae.com/america/peru/2021/10/10/dia-de-la-salud-mental-las-cifras-del-peru-tras-los-efectos-de-la-pandemia-en-los-servicios-de-salud/>
4. Instituto Nacional de Salud Mental [INSM], Ministerio de Salud [Minsa]. El 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia de la COVID-19 [Internet]. 2021 [cited 2022 Nov 21]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/499838-el-52-2-de-limenos-sufre-de-estres-debido-a-la-pandemia-de-la-covid-19>
5. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. Rev Peru Psicol [Internet]. 2021;27(2):e482. Available from: <http://revistaliberabit.com/index.php/Liberabit/article/view/482/362>
6. Berrío N, Mazo R. Estrés Académico. Rev Psicol Univ Antioquia [Internet]. 2011;3:1–19. Available from: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
7. Pérez J, García R, Pérez F. Guía para el manejo del estrés académico [Internet]. 1st ed. Universidad de Valencia. Valencia: Gràfiques LITOLEMA; 2017. 16 p.



- Available from: <https://www.uv.es/iqdocent/guias/estres.pdf>
8. Centro de Psicología Madrid. Autoeficacia: resultados académicos y atribuciones [Internet]. 2019 [cited 2022 May 16]. p. 1–2. Available from: <https://psisemadrid.org/autoeficacia-resultados-academicos-y-atribuciones/>
 9. Díaz E. Autoeficacia académica y aprendizaje autorregulado en estudiantes de primer ciclo en una universidad privada de Lima [Internet]. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2019. Available from: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7679/Autoeficacia_DiazMontes_Eillen.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 10. Cassaretto M, Chau C, Garatea C. Salud mental de estudiantes en pandemia: investigación del Consorcio de Universidades permitirá tomar acciones de apoyo [Internet]. 2021 [cited 2022 May 11]. Available from: <https://puntoedu.pucp.edu.pe/comunidad-pucp/salud-mental-de-estudiantes-en-pandemia-investigacion-del-consorcio-de-universidades-permitira-tomar-acciones-de-apoyo/>
 11. Ministerio de Educación [MINEDU], Ministerio de Salud [MINSA]. Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental [Internet]. 2019 [cited 2022 Sep 29]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
 12. Pérez J, Echaury M, Salcedo A. El estrés [Internet]. 1st ed. Navarra: Gráficas ONA, S.A; 2012. 1–34 p. Available from: <https://files.sld.cu/bmn/files/2014/07/estresfolleto.pdf>
 13. Toribio C, Franco S. Estrés académico : El enemigo silencioso del estudiante. Salud y Adm [Internet]. 2016;3(200):11–8. Available from:



- http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf
14. Castillo I, Barrios A, Alvis L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investig en Enfermería Imagen y Desarro* [Internet]. 2018;20. Available from: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2\(2018-II\)/145256681002/145256681002visor_jats.pdf](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2(2018-II)/145256681002/145256681002visor_jats.pdf)
 15. González R, Fernández R, González L. El estrés académico en estudiantes de ciencias de la salud. Elsevier. 2014;36(3):101–2.
 16. Direccion Regional de Salud Puno [DIRESA]. Reporte regional de pacientes diagnosticados con estrés 2020-2022. Puno; 2022.
 17. Red de Salud Puno. Reporte de pacientes diagnosticados con estrés 2020,2021 y 2022. Puno; 2022.
 18. Oficina de Tutoría y Servicio de Psicopedagogía. Reporte de problemas identificados. Puno; 2022.
 19. Cansaya K. Estrés académico y actividad física en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano; 2022. Available from: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza_Mamani_Joel_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 20. Calatayud A, Apaza E, Huaquisto E, Belizario G, Inquilla J. Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Rev Educ* [Internet]. 2022;46:0–18. Available from: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/47551/51602>
 21. Martínez E, Díaz D. Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educ y Educ* [Internet]. 2009;10(2):11–22. Available from: <http://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/687>



22. Román C, Hernández Y. El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. Rev electrónica Psicol Iztacala [Internet]. 2011;14(2):1–14. Available from: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num2/Vol14No2Art1.pdf>
23. Barraza A. El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos. Av en Psicol Latinoam [Internet]. 2008;26(2):270–89. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
24. Escobar E, Soria B, López G, Peñafiel D. Manejo del estrés académico, revisión crítica. Atlante [Internet]. 2018 Aug 28 [cited 2022 May 25];1:1–3. Available from: https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb_comment_id=1881566745289288_4030013307111277
25. Barraza A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Rev Electrónica Psicol Iztacala [Internet]. 2006 Dec 21 [cited 2022 May 11];9:1–24. Available from: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
26. Barraza A, Silerio J. El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo. Investig Educ [Internet]. 2007;(7):48–65. Available from: <https://biblat.unam.mx/es/revista/investigacion-educativa-duranguense/articulo/el-estres-academico-en-alumnos-de-educacion-media-superior-un-estudio-comparativo>
27. Cabanach R, Souto A, Franco V. Escala de estresores académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios [Internet].



- Vol. 7, Revista Iberoamericana de Psicología y Salud. Sociedad Universitaria de Investigación en Psicología y Salud; 2016. 41–50 p. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.riips.2016.05.001>
28. Barraza A. Inventario SISCO SV-21, Inventario SISTémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 Ítems [Internet]. 1st ed. Ramos M, Serrudo J, Rosales E, Soriano J, editors. ECORFAN; 2018. 30–49 p. Available from: http://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sistémico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estrés.pdf
29. Arribas J. Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de enfermería. Rev Educ [Internet]. 2013;533–53. Available from: http://www.revistaeducacion.educacion.es/doi/360_126.pdf
30. Bara F. La formación del carácter de los maestros [Internet]. Barcelona: Edicions de la Universitat de Barcelona; 2016. 1–16 p. Available from: <http://www.publicacions.ub.edu/refs/indices/08534.pdf>
31. Merlyn M, Acurio C, Cabezas C, Orbe C, Riera W. Rasgos de personalidad que afectan el desempeño de los profesores de la PUCE matriz en las funciones de docencia e investigación. Redalyc [Internet]. 2018 [cited 2022 Sep 6];44:1–4. Available from: <https://www.redalyc.org/journal/1735/173565054016/html/>
32. Gordillo JA. Modelo de una evaluación individualizada empleado en la materia de Sistemas Operativos del IPN. 7. Available from: <https://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/824/1206>
33. Sánchez M, Martínez A. Evaluación del y para el aprendizaje: instrumentos y estrategias [Internet]. 1st ed. Evaluación del y para el aprendizaje: instrumentos y estrategias. México: Imagia Comunicación; 2020. 348 p. Available from: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>.



34. López O. La exigencia académica. 2013;1-4. Available from:
https://ibero.mx/formaciondeprofesores/Apoyos generales/La_exigencia_academica.pdf
35. Huaquín V, Loaíza R. Exigencias académicas y estrés en las carreras de la Facultad de Medicina de la Universidad Austral de Chile. Estud pedagógicos [Internet]. 2004 [cited 2022 Sep 7];(30):39-59. Available from:
http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052004000100003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
36. Matas A. Estilo y redacción de trabajos académicos. ResearchGate [Internet]. 2018;1:1-21. Available from:
file:///C:/Users/hp/Downloads/Elaboracion_trabajos_academicos.pdf
37. Diccionario de la lengua española [RAE] [Internet]. [cited 2022 Sep 9]. Available from: <https://dle.rae.es/tiempo>
38. Astráin S. Calidad educativa: la motivación docente como elemento clave. 2019;3. Available from: https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/58269/1/Sara_Astrain.pdf
39. Escajadillo AV. Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018 [Internet]. Universidad César Vallejo. Universidad César Vallejo; 2019. Available from:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo_PAV.pdf?sequence=1&isAllowed=y
40. Fernández J. El síndrome de fatiga crónica. Med Integr [Internet]. 2002;40(2):56-63. Available from:
[http://alfredblasi.net/documentacio/es_Sindrome_Fatiga_Cronica_\(PDF\).pdf](http://alfredblasi.net/documentacio/es_Sindrome_Fatiga_Cronica_(PDF).pdf)
41. Barbado F, Gómez J, López M, Vázquez J. El síndrome de fatiga crónica y su



- diagnóstico en medicina interna. *An Med Interna* [Internet]. 2006;23(5):238–44.
Available from: <https://scielo.isciii.es/pdf/ami/v23n5/revision.pdf>
42. Cruz G. De la tristeza a la depresión. *Rev Electrónica Psicol Iztacala* [Internet]. 2012;15(36):10–4. Available from: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol15num4/Vol15No4Art8.pdf>
43. Sierra J, Ortega V, Zubeidat I. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Rev Malestar e Subjetividade* [Internet]. 2003;3(1):10–59. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
44. Diccionario de la lengua española [RAE-ASALE] [Internet]. [cited 2022 Sep 9]. Available from: <https://dle.rae.es/desesperación>
45. Gallegos S, Goristegui M. *Procesos cognitivos*. Barcelona [Internet]. 1990;1–25. Available from: <https://sites.google.com/a/upaep.mx/metodologia-de-la-investigacion/procesos-cognitivos>
46. Andreu J. *Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes [CAPI-A]* [Internet]. 1st ed. Madrid: Hogrefe TEA Ediciones; 2010. 1–15 p. Available from: <https://web.teaediciones.com/ejemplos/capi-a-manual-extracto.pdf>
47. Pérez C. Estrategias para la solución de conflictos en el aula. *Rev española Pedagog* [Internet]. 2001;59:143–56. Available from: <https://www.jstor.org/stable/23765854>
48. Diccionario de la lengua española [RAE - ASALE] [Internet]. [cited 2022 Sep 10]. Available from: <https://dle.rae.es/desganar?m=form>
49. Lazarus R, Folkman S. *Estres y procesos cognitivos* [Internet]. Martínez R, editor. España; 1986. Available from:



- <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=222981>
50. Resolución de problemas [UNICEF] [Internet]. [cited 2022 Sep 10]. Available from: <https://www.unicef.org/lac/misión-4-resolución-de-problemas>
51. Garcia G, Zayas E. El proceso de solución de problemas. 2012;1:63. Available from: http://biblioteca.utec.edu.sv/siab/virtual/elibros_internet/55764.pdf
52. Goleman D. Inteligencia emocional. Rev Educ [Internet]. 2014;2:13. Available from:
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/40394256/Inteligencia_emocional_wiki-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1662846918&Signature=Y5ystWp6MKlZ3tjQ5FhK0mi67beqGQ0eFy7jnbPnwZkMuI~To7dqWVvoLarx2Q8fWwA046KwTGqNGK40fq7a6ELujFVPj~fCKWruWh0K6KqWHoPHtF1uK68tvCkcQFg
53. Baddeley A. La memoria humana: teoría y práctica. Rev Neurol [Internet]. 2014;2:134–52. Available from:
<https://www.mheducation.es/bcv/guide/capitulo/8448180607.pdf>
54. Barrio J, García M, López M, Bedia M. Control del estrés. Int J Dev Educ Psychol [Internet]. 2006;2(1):429–39. Available from:
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832312036.pdf>
55. Quevedo R, Carballeira M. El papel del optimismo y del apoyo social en el bienestar subjetivo. Salud Ment [Internet]. 2010;33(1):39–46. Available from:
<https://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v33n1/v33n1a5.pdf>
56. Millburg S. The Effects of Environmental Risk Factors on At-Risk Urban High School Students' Academic Self-Efficacy [Internet]. University of Cincinnati; 2009. Available from:
https://etd.ohiolink.edu/apexprod/rws_etd/send_file/send?accession=ucin124335



- 3903&disposition=inline
57. Schunk D, DiBenedetto M. Autoeficacia académica. Am Psychol Assoc [Internet]. 2014 Mar [cited 2022 Jul 3];115–30. Available from: <https://psycnet.apa.org/record/2014-06439-008>
 58. Bandura A. Self-Efficacy in Changing Societies [Internet]. 2nd ed. United States of America by Cambridge University Press. New York; 1997. 202–231 p. Available from: https://www.researchgate.net/profile/Barry-Zimmerman-2/publication/247480203_Self-efficacy_and_educational_development/links/549b67770cf2b80371371ad5/Self-efficacy-and-educational-development.pdf
 59. Silva P, Guzmán R. Autoeficacia cómo se desarrolla y factores clave [Internet]. Instituto Salamanca. 2020 [cited 2022 Jul 3]. p. 1–3. Available from: <https://institutosalamanca.com/blog/autoeficacia-como-se-desarrolla-factores-clave/>
 60. Prieto L. La autoeficacia en el contexto académico. 2016 Mar;59:1–14. Available from: <https://studylib.es/doc/4846837/la-autoeficacia-en-el-contexto-academico>
 61. Diccionario de la lengua española [RAE - ASALE] [Internet]. [cited 2022 Jun 7]. Available from: <https://dle.rae.es/dificultad?m=form>
 62. Asociacion Para el Desarrollo Educativo [APDE]. Las tareas escolares [Internet]. APDE. 2017. p. 1–16. Available from: <http://eruditam.com/wp-content/uploads/2017/08/TAREAS-ESCOLARES-APDE-2013-FINAL.pdf>
 63. Coll C. Esfuerzo, ayuda y sentido en el aprendizaje escolar. Aula Innovación Educ [Internet]. 2004;120(March 2003):36–43. Available from: https://www.researchgate.net/profile/Cesar-Coll-2/publication/39155653_Esfuerzo_ayuda_y_sentido_en_el_aprendizaje_escolar/1



- inks/02e7e5204b4a558eff000000/Esfuerzo-ayuda-y-sentido-en-el-aprendizaje-escolar.pdf
64. Duailibí R, Simonsen H. Generación y análisis de alternativas. :1–5. Available from: [file:///C:/Users/hp/Downloads/V. GENERACIÓN DE ALTERNATIVAS. V.1. Creatividad.pdf](file:///C:/Users/hp/Downloads/V.%20GENERACIÓN%20DE%20ALTERNATIVAS.V.1.Creatividad.pdf)
65. Haro M. ¿Cómo desarrollar la autoeficacia del estudiantado? Presentación y evaluación de una experiencia formativa en el aula de traducción. *Rev Digit Investig en Docencia Univ* [Internet]. 2017;11(2):50–74. Available from: <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v11n2/a05v11n2.pdf>
66. Huanca C, Mamani L. Autoeficacia del aprendizaje y estrés académico durante la Pandemia del Covid- 19 en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, 2020". 2021;1–85. Available from: http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/13088/ENhucoc_malle.pdf?sequence=1&isAllowed=y
67. Sander P, Sanders L. Medida de la confianza en el estudio académico: un Informe-Resumen. *Electron J Res Educ Psychol* [Internet]. 2017;1(1). Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293152876001.pdf>
68. Stieben I, Gastón L. El enfoque de las capacidades, la capacidad de búsqueda de información y el autoaprendizaje. *Ciencia, Docencia y Tecnol* [Internet]. 2017;28(54):252–65. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/145/14551170010.pdf>
69. Ruiz F. Influencia de la autoeficacia en el ámbito académico. *Rev Digit Investig en docencia Univ* [Internet]. 2005;1(1):1–16. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4775384>
70. Mujica R. Los obstáculos en el aprendizaje [Internet]. 2015 [cited 2022 Sep 13].



- Available from: <https://blog.docentes20.com/2015/08/los-obstaculos-en-el-aprendizaje/>
71. Molina H. Establecimiento de metas, comportamiento y desempeño. *Estud Gerenciales* [Internet]. 2000;75:23–33. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/212/21207502.pdf>
72. Naranjo S. Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes de 1ro y 8vo semestre de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito, 2019. 2020;1–108. Available from: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4169/Santiago_Tesis_Maestro_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
73. Solís R. Autoeficacia académica y estrés académico de estudiantes de una unidad educativa pública de Guayaquil 2020. 2020;1–114. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/50163/Solís_ZRR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
74. Kloster G, Perrotta F. Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná [Internet]. *Repositorio Institucional Universidad Católica Argentina*. Universidad Católica Argentina; 2019. Available from: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9774>
75. León A, Gonzáles S, Gonzáles N, Barcelata B. Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adultos emergentes. *Electron J Res Educ Psychol* [Internet]. 2019;17(47):129–48. Available from: <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/2226/2808>
76. Silva M, López J, Columba M. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Redalyc* [Internet]. 2019 Oct 10 [cited 2023 Apr 19];28. Available from: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>



77. Mayorga A. La percepción de la autoeficacia y su correlación con el estrés académico en estudiantes de las carreras de psicología de la ciudad de Ambato. Pontif Univ Catoólica del Ecuador [Internet]. 2018;7(5):1–2. Available from: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2411/1/76695.pdf>
78. Leyton B. El estrés académico en la autoeficacia en estudiantes de una universidad de Lima 2021. 2021;1–56. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/71000/Leyton_MB_L-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
79. Torres I. Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes Universitarios de una universidad de Lima. 2021;1–94. Available from: https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/895/Torres_Surita%2C_I_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
80. Cure A, Echevarria D. Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes de una universidad privada en Lima metropolitana [Internet]. Universidad de San Martín de Porres; 2021. Available from: <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/7027>
81. Burgos K, Salas E. Procrastinación y autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. Propósitos y Represent [Internet]. 2020;8(3):790. Available from: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.790>
82. Rosas K. Autoeficacia académica y estilos de afrontamiento del estrés académico en estudiantes de tercer año de la Universidad Peruana Unión, Lima, 2019. 2019;1–82. Available from: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3126/Karlidith_Tesis_Maestro_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
83. Maquera M. Depresión y estrés académico en estudiantes de Enfermería de la



- Universidad Nacional del Altiplano Puno,2019 [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano Repositorio Institucional. Universidad Nacional del Altiplano; 2020. Available from: https://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/13643/Maquera_Payva_Maria_Elisa.pdf?sequence=3&isAllowed=y
84. Apaza R. Impacto del estrés en el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela profesional de odontología del primero al sexto semestre académico de la UNA-Puno, 2017-II. Universidad Nac del Altiplano [Internet]. 2018;79. Available from: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/7515>
85. Hernandez R, Fernandez C, Baptista P. Metodología de la investigación [Internet]. 6th ed. McGraw Hill; Available from: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
86. Dirección de la Universidad Nacional del Altiplano [Internet]. 2022. p. 1. Available from: https://transparencia.unap.edu.pe/pep/direc_universidad.php
87. Niño V. Metodología de la investigación-Diseño y ejecución. 1st ed. Vol. 1. Ediciones de la U; 2011. 1–158 p.



ANEXOS

ANEXO A

Matriz de consistencia

Título del proyecto	Formulación del problema	Objetivo	Hipótesis	Tipo y diseño	Población y muestra	Técnica e instrumento	Procesamiento estadístico de datos
“Estrés académico relacionado con la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022”	<p>P.G. ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022?</p> <p>P.E.1. ¿Cuál es el nivel de estrés académico según características personales de estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del</p>	<p>O.G. Determinar la relación que existe entre la autoeficacia del aprendizaje y el estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.</p> <p>O.E.1. Identificar el nivel del estrés académico según características personales en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022”</p>	<p>H.a: Existe relación entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.</p> <p>H.o: No existe relación entre el estrés académico y la</p>	<p>Tipo: Correlacional con el fin de medir el grado de relación que existe entre las dos variables (85).</p> <p>Diseño: No experimental de corte transversal, la información se recolectará en un solo momento (85).</p>	<p>Población: Constituida por todos los estudiantes de Enfermería de I a VIII ciclo de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, que son un total de 403 matriculados.</p> <p>Muestra: Fue 197 estudiantes, por muestreo probabilístico aleatorio simple, en la medida que la muestra, constituye un</p>	<p>Técnica: Encuesta, permite la recolección de datos que proporcionan los individuos de una población (87).</p> <p>Instrumento: Escala tipo Likert, consiste en un conjunto de ítems que se presentan en forma de afirmaciones para medir la reacción del participante en tres, cinco o siete categorías (85). Para el estrés académico se utilizó el Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del Estrés Académico.</p>	<p>SPSS versión 21.</p>

	<p>Altiplano-Puno, 2022? P.E.2. ¿Cuál es el nivel de la autoeficacia según características personales del aprendizaje en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022?</p>	<p>O.E.2. Identificar el nivel de la autoeficacia del aprendizaje según características personales en estudiantes de Enfermería.</p>	<p>autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.</p>		<p>subgrupo de la población en el que todos los elementos de ésta tienen la misma posibilidad de ser elegidos (85), basado en criterios de inclusión y exclusión.</p>	<p>Segunda Versión, (Inventario SISCO SV-21), elaborado por Arturo Barraza Macías(28). Para autoeficacia del aprendizaje se utilizó la Escala de Autoeficacia del aprendizaje elaborado por Alberto Alegre (66).</p>	
--	--	---	---	--	---	--	--

Fuente: Elaboración propia a partir de datos recolectados de revisión bibliográfica.



ANEXO B. Instrumentos de recolección de datos

INVENTARIO SISCO SV – 21

La presente encuesta tiene como finalidad identificar el nivel de estrés académico, responda con honestidad, ya que será de gran utilidad para el estudio. La información que proporcione será completamente confidencial.

Datos personales:

Edad: años

Ciclo de estudio:

Sexo:

.....

Responda las preguntas marcando con una X.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

()SI

()NO

2. Con la idea de obtener mayor exactitud y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que suelen estresar a algunos alumnos, también reacciones que habitualmente pueden presentar cuando están estresados y acciones que suelen utilizar para enfrentar el estrés. Contesta, señalando con una “X” tomando en cuenta la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

3. Dimensión estresores: ¿Con qué frecuencia te estresa?

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
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.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren mis profesores/as.						

4. Dimensión síntomas (reacciones): ¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
Fatiga crónica (cansancio permanente).						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
Ansiedad, angustia o desesperación.						
Problemas de concentración						
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores académicas.						

5. Dimensión estrategias de afrontamiento: ¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

GRACIAS POR TU APOYO



ESCALA DE AUTOEFICACIA DEL APRENDIZAJE

La presente encuesta tiene como propósito identificar el nivel de autoeficacia del aprendizaje, responda con total sinceridad, ya que será de gran utilidad para la investigación. La información que proporcione será completamente confidencial.

Instrucciones: Responda con una “X” en el recuadro tomando en consideración la siguiente escala de valores.

TA	A	DA	D	TD
TOTALMENTE DE ACUERDO	DE ACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	TOTALMENTE EN DESACUERDO

N°	ÍTEM	TA	A	DA	D	TD
1	En general, puedo manejar las dificultades en el aprendizaje si me esfuerzo.					
2	Cuando alguien interfiere en mis tareas académicas , puedo encontrar alternativas para conseguir lo que busco					
3	Se me hace fácil mantener mis objetivos para así lograr mis metas en mi aprendizaje.					
4	Tengo confianza en mí mismo de poder enfrentarme a situaciones inesperadas.					
5	Gracias a mis cualidades, sé cómo manejar las situaciones imprevistas.					
6	Puedo resolver la mayoría de los problemas en mi aprendizaje si me esfuerzo lo suficiente.					
7	Consigo mantener la calma cuando enfrento dificultades en mi aprendizaje porque confío en mis habilidades.					
8	Cuando me enfrento a un problema en mi aprendizaje, soy capaz de encontrar varias soluciones.					
9	Si estoy en un aprieto, usualmente pienso alternativas para resolver la situación.					
10	Sin importar lo que tenga que enfrentar, por lo general estoy preparado para ello					
11	Puedo encontrar la manera de obtener lo que quiero, aunque alguien se oponga					
12	Suceda lo que suceda, me considero capaz de manejar la situación					
13	Cuando me encuentro en una situación difícil, genero alternativas de acción					
14	Gracias a mis recursos, puedo superar situaciones espontáneas					
15	Me planteo objetivos en los que persisto para alcanzar mis metas de aprendizaje					
16	Cuando se presentan problemas en mi aprendizaje mantengo la calma pues confío en mi capacidad para afrontarlos					



17	Por más difícil que parezca un problema que se me presente durante mi aprendizaje, pienso en algunas conductas para afrontarlo óptimamente					
18	Si algo se opone en el logro de mis metas en mi aprendizaje, planteo alternativas de solución					
19	Puedo generar diversas respuestas ante los problemas que se me presentan cotidianamente					
20	El asumir como reto los problemas que se me presentan me lleva a movilizar mis recursos para solucionarlos					

GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN



ANEXO C. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Mediante este documento, yo, estudiante de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno doy mi consentimiento para participar de manera libre y voluntaria en la presente investigación titulada: “ESTRÉS ACADÉMICO RELACIONADO CON LA AUTOEFICACIA DEL APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO-PUNO, 2022.

La bachiller, JANETH SORAYA VILCA HUANCA, quien es la responsable de la investigación, me ha explicado amplia y claramente acerca del porqué de su investigación en el tema y en el cual no se verá afectada mi persona. Así mismo, me indicó que los datos que les proporcione serán confidenciales y también que puedo desistir de participar en esta investigación cuando yo lo desee.

FIRMA DE LA INVESTIGADORA
Bach. Janeth Soraya Vilca Huanca

FIRMA DEL ESTUDIANTE



ANEXO D. Hoja informativa para el consentimiento informado

HOJA INFORMATIVA

Título de la investigación: “Estrés académico relacionado con la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022”

Investigadora: Janeth Soraya Vilca Huanca bachiller de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.

Objetivo general: Determinar la relación que existe entre el estrés académico y la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

Para lo cual se le brindará dos encuestas: Inventario SISCO SV-21 que consta de 23 ítems para medir el nivel de estrés académico y Escala de autoeficacia del aprendizaje que consta de 20 ítems para medir el nivel de autoeficacia académica. Usted tendrá un tiempo de 30 minutos para completarlo. Los cuestionarios que se le brindará es totalmente **ANÓNIMO** y de participación voluntaria, toda la información recogida será tratada de manera confidencial. En ningún caso se publicarán sus resultados individuales ni ningún tipo de información que pudiera identificarle.

ANEXO E. Figuras

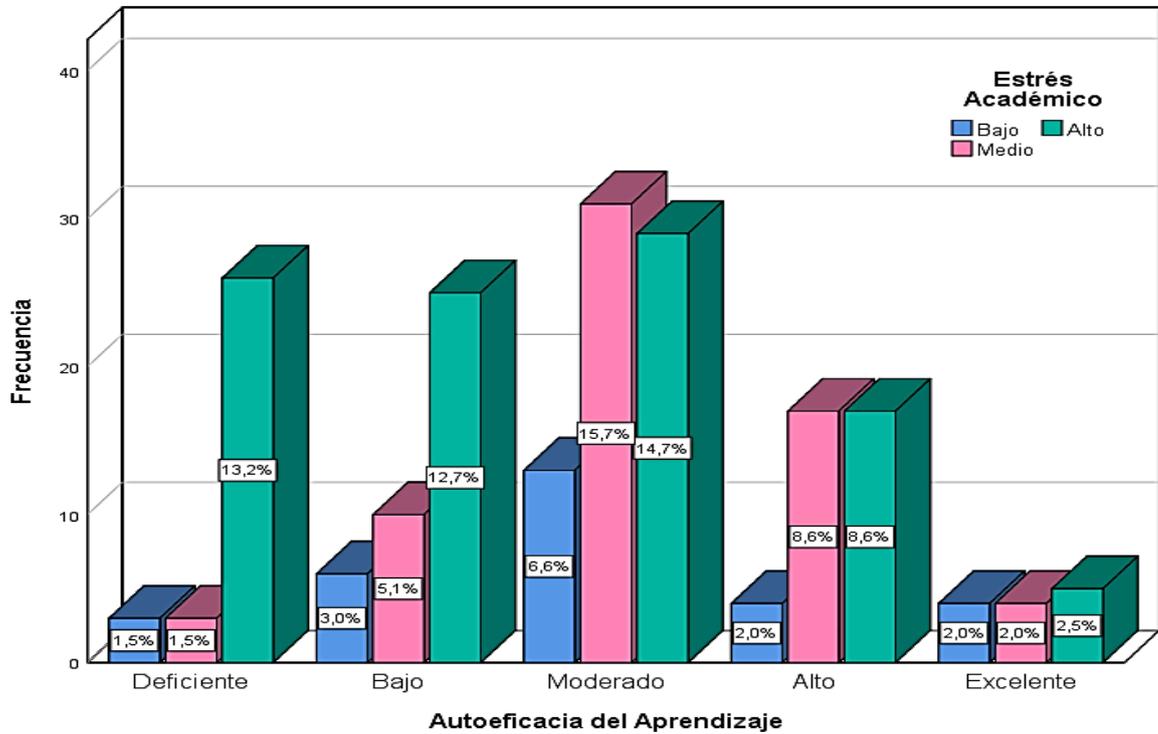


Figura 1. Estrés académico relacionado con la autoeficacia del aprendizaje en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

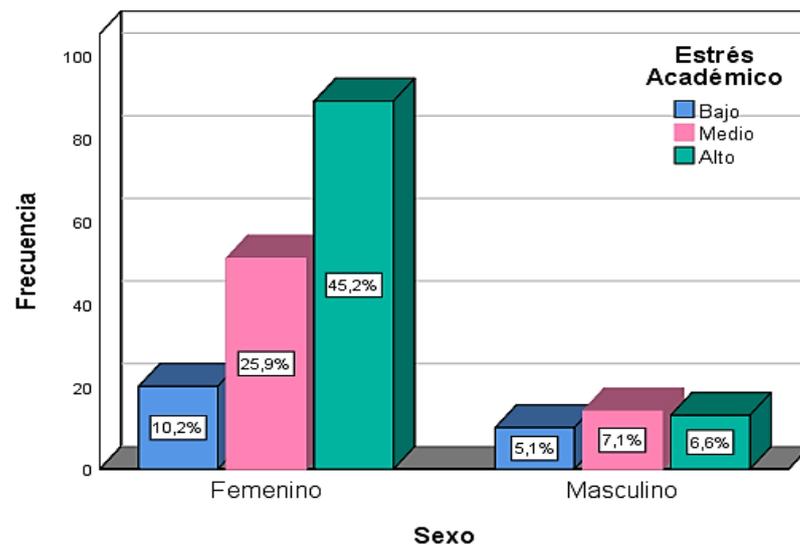


Figura 2. Estrés académico según sexo, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

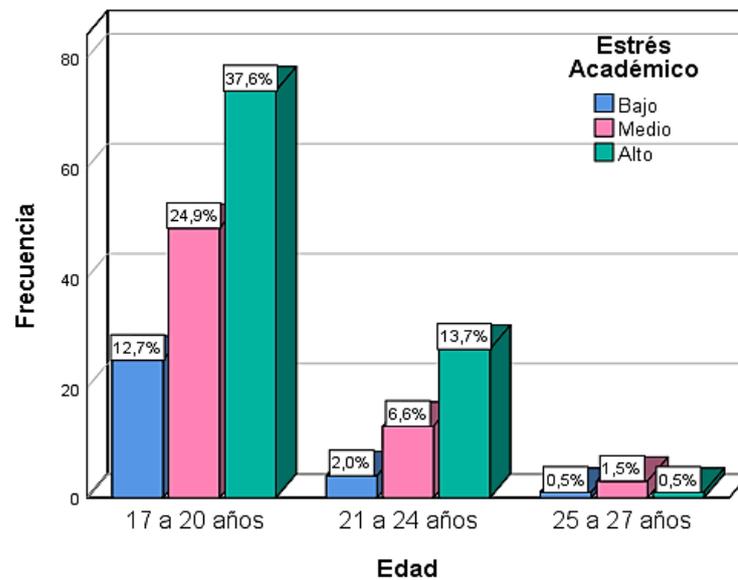


Figura 3. Estrés académico según edad, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

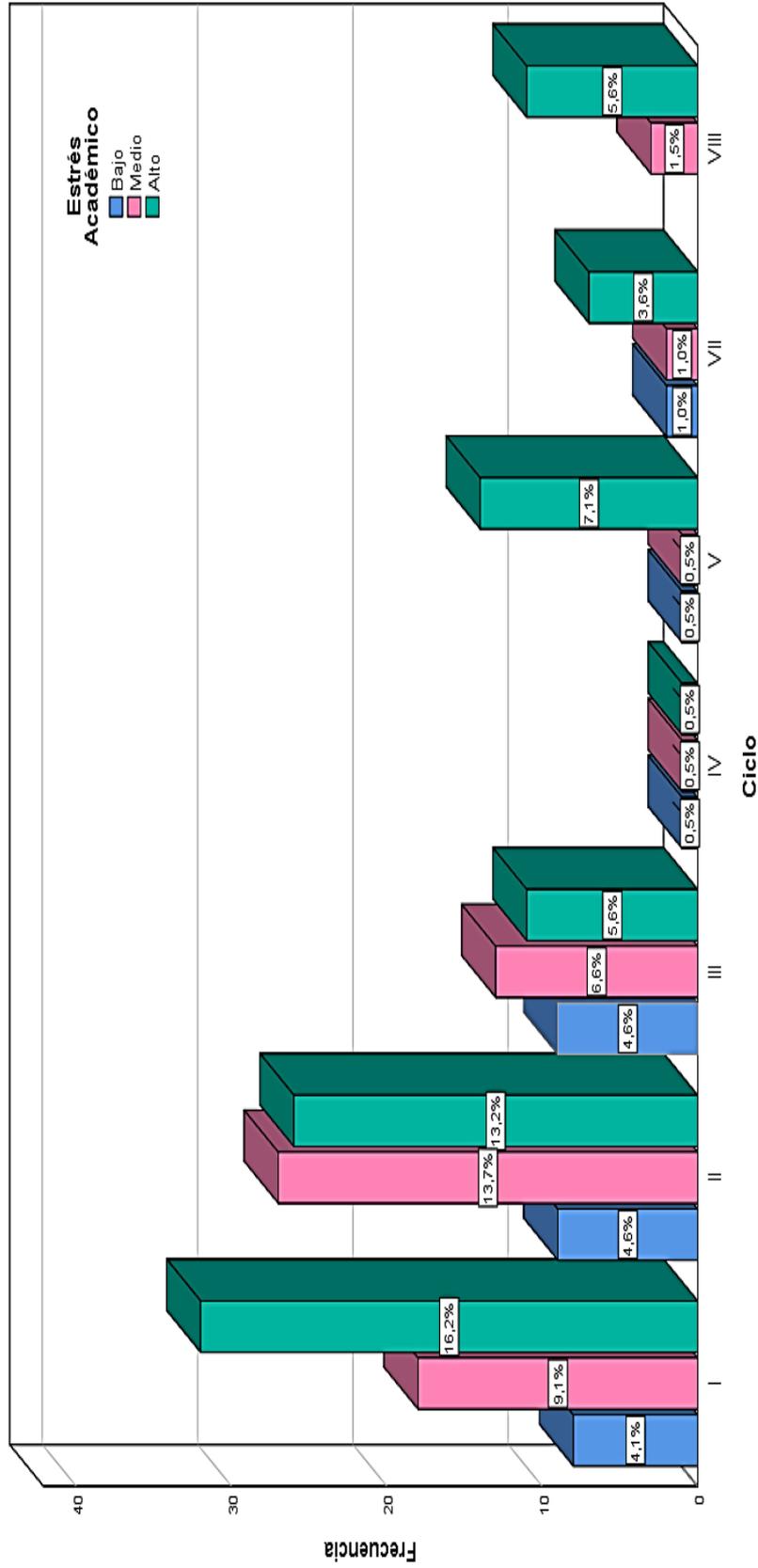


Figura 4. Estrés académico según ciclo, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

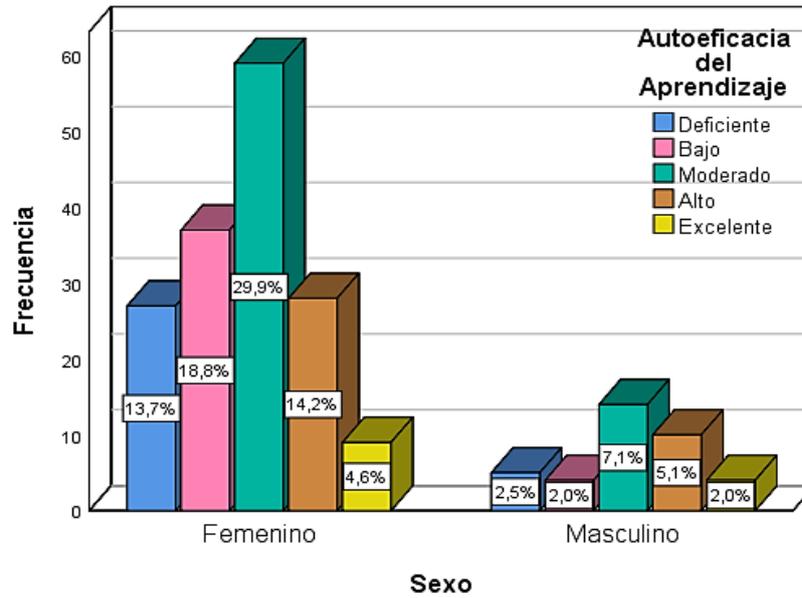


Figura 5. Autoeficacia del aprendizaje según sexo, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

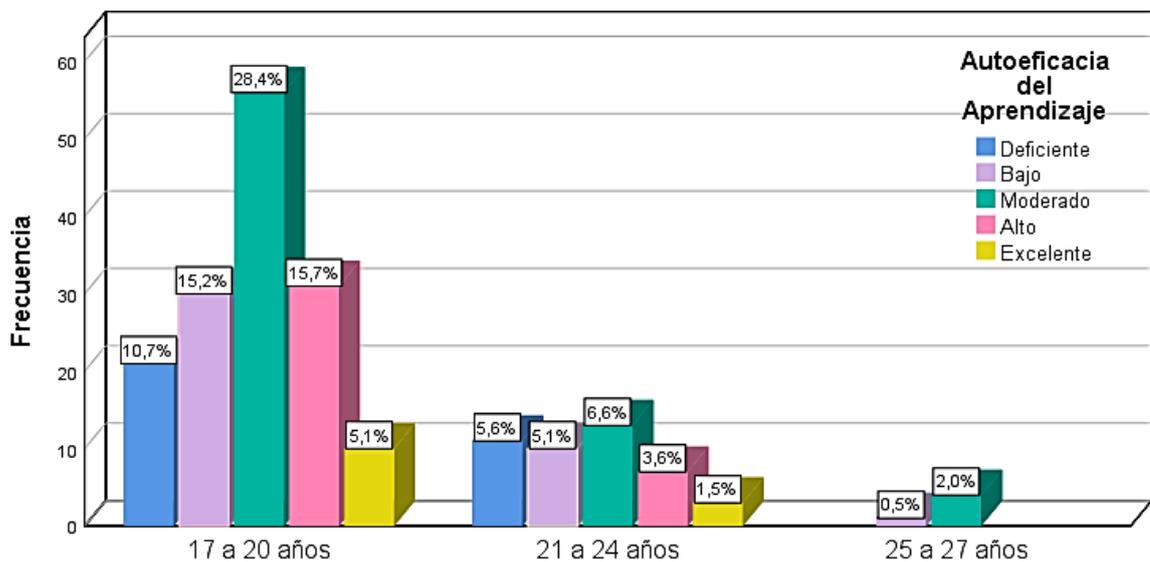


Figura 6. Autoeficacia del aprendizaje según edad, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.

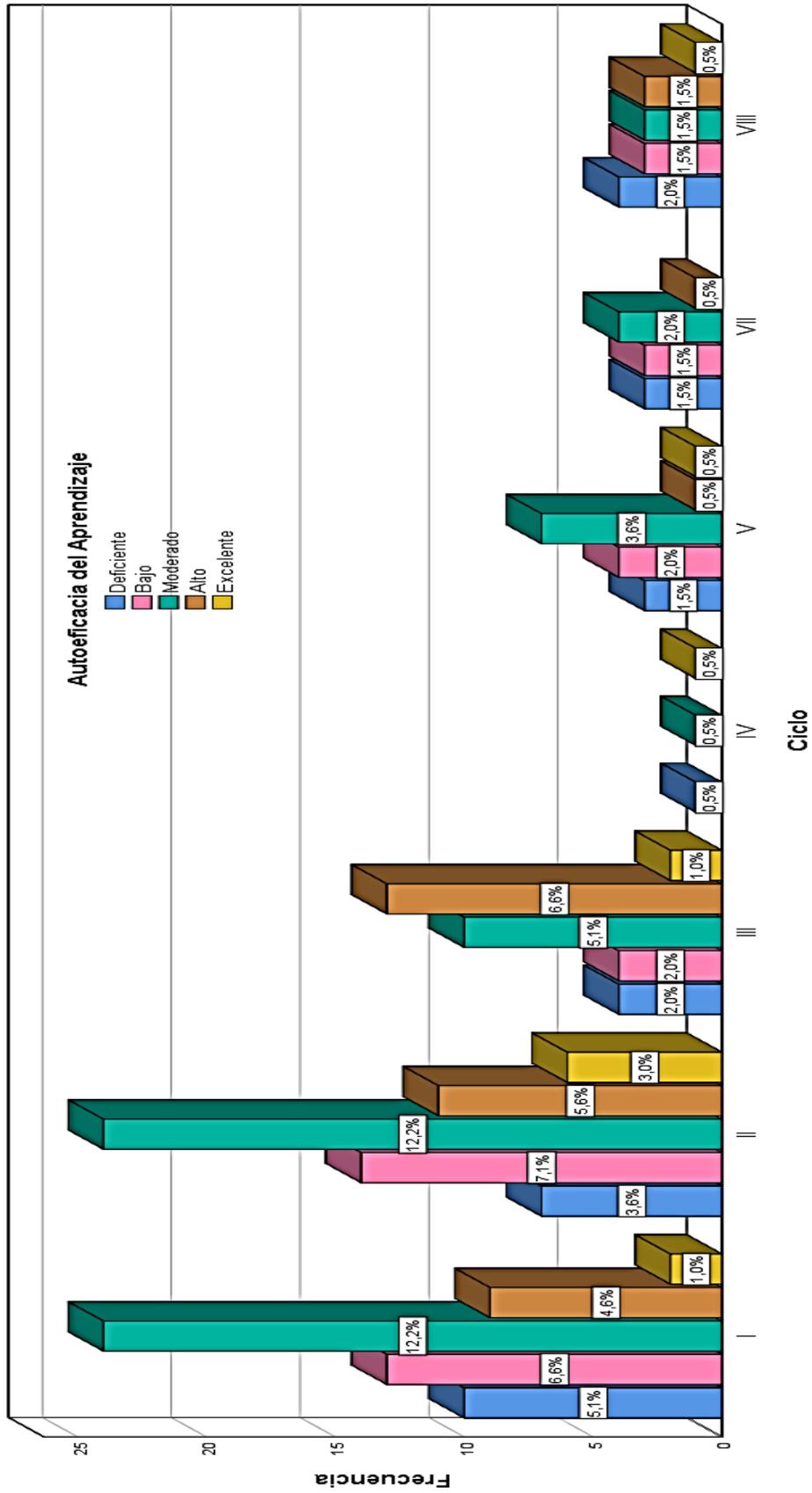


Figura 7. Autoeficacia del aprendizaje según ciclo, en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, 2022.



AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo JANETH SORAYA VILCA HVANCA,
identificado con DNI 72238963 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

ENFERMERIA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

" ESTRÉS ACADÉMICO RELACIONADO CON LA AUTOEFICACIA DEL APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO - PUNO, 2022 "

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 21 de abril del 2023


FIRMA (obligatoria)



Huella



DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo JANETH SORAYA VILCA HUANCA
identificado con DNI 72238963 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

ENFERMERIA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"ESTRÉS ACADÉMICO RELACIONADO CON LA AUTOEFICACIA
DEL APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE
LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO - PUNO, 2022"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 21 de abril del 2023


FIRMA (obligatoria)



Huella