



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA



FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN

TESIS

**CORRELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL
RENDIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES DE 5° “K” DE EDUCACIÓN
SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA “SAN
RAMÓN” DE LA RECOLETA, CAJAMARCA, 2024**

**Para optar Título Profesional de Licenciada en Educación –
Especialidad “Lenguaje y Literatura”**

Presentado por:

Bachiller: Erlita Ermelita Cotrina Crisologo

Asesor:

Dr. Ricardo Cabanillas Aguilar

Cajamarca – Perú

2025



CONSTANCIA DE INFORME DE ORIGINALIDAD

1. Investigador: Erlita Gmeleta Cotrina Crisólogo
DNI: 75941324
Escuela Profesional/Unidad UNC: Escuela Académico Profesional de Educación
2. Asesor: Dr. Segundo Ricardo Cabanillas Aguilar
Facultad/Unidad UNC: Facultad de Educación
3. Grado académico o título profesional
☐ Bachiller ☒ Título profesional ☐ Segunda especialidad
☐ Maestro ☐ Doctor
4. Tipo de Investigación:
☒ Tesis ☐ Trabajo de investigación ☐ Trabajo de suficiencia profesional
☐ Trabajo académico
5. Título de Trabajo de Investigación:
Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los
estudiantes de 5º "K" de educación secundaria de la
Institución Educativa pública "San Ramon" de la
Resolita, Cajamarca, 2024
6. Fecha de evaluación: 10 / 10 / 2025
7. Software antiplagio: ☒ TURNITIN ☐ URKUND (ORIGINAL) (*)
8. Porcentaje de Informe de Similitud: 19%
9. Código Documento: aid:3117:543313912
10. Resultado de la Evaluación de Similitud:

☒ APROBADO ☐ PARA LEVANTAMIENTO DE OBSERVACIONES O DESAPROBADO

Fecha Emisión: 27 / 12 / 2025

Firma y/o Sello
Emisor Constancia


Dr. Segundo Ricardo Cabanillas Aguilar
Nombres y Apellidos
DNI: 26690424

COPYRIGHT © 2025 by

ERLITA ERMELITA COTRINA CRISOLOGO

Todos los derechos reservados



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
"NORTE DE LA UNIVERSIDAD PERUANA"



FACULTAD DE EDUCACIÓN
Escuela Académico Profesional de Educación

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN

En la ciudad de Cajamarca, siendo las 8:00... horas del día 10 de octubre del 2025... se reunieron presencialmente en el ambiente Auditorio - PE, los miembros del Jurado Evaluador del proceso de titulación en la modalidad de Sustentación de la Tesis, integrado por:

1. Presidente: Dr. Juan Francisco García Seden
2. Secretario: Dr. Wigberto Waldir Díaz Cabrera
3. Vocal: Dr. Nades Tineo Tiquilla huanca
4. Asesor (a): Dr. Segundo Ricardo Cabanellas Aguilar

Con el objeto de evaluar la Sustentación de la Tesis, titulada:

Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de 5º "K" de educación secundaria de la Institución Educativa Pública "San Ramón" de la Recoleta, Cajamarca, 2024

presentado por: Erika Ermelela Cotena Cresologu
con la finalidad de obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación en la Especialidad de Lenguaje y Literatura

El Presidente del Jurado Evaluador, de conformidad al Reglamento de Grados y Títulos de la Escuela Académico Profesional de Educación de la Facultad de Educación, procedió a autorizar el inicio de la sustentación.

Recibida la sustentación y las respuestas a las preguntas formuladas por los miembros del Jurado Evaluador, referentes a la exposición y al contenido final de la Tesis, luego de la deliberación respectiva, se considera: APROBADO () DESAPROBADO (), con el calificativo de: dieciocho (18)
(Letras) (Números)

Acto seguido, el Presidente del Jurado Evaluador, informó públicamente el resultado obtenido por el sustentante.

Siendo las 9:00... horas del mismo día, el señor Presidente del Jurado Evaluador, dio por concluido este acto académico y dando su conformidad firman la presente los miembros de dicho Jurado.

Cajamarca, 10 de octubre del 2025.

Presidente

Secretario

Vocal

Asesor

DEDICATORIA

A mis padres, José Rosas Cotrina Guarniz y Eva Crisólogo Cuenca, quienes con su apoyo y amor incondicional me orientan constantemente y porque en mis momentos más fúnebres y desolados fueron, son y serán mi umbral de apoyo.

A mis hermanos, Ronald y Carlos, porque son quienes en mis días de lluvia han sido mi sol de calor, lo cual me ha servido de inspiración para encaminarme en las sendas del perfeccionamiento profesional.

AGRADECIMIENTO

A Dios por la gran fortaleza que me da cuando siento desmayar, porque sé que nunca me dejará desfallecer entre espinas de dolor y sangre.

A mis profesores de la UNC, por su sabiduría compartida y en especial al Dr. Ricardo Cabanillas Aguilar por ser mi antorcha de conocimiento en el desarrollo de este trabajo académico, sin él no sería posible.

ÍNDICE GENERAL

| | |
|---|------|
| DEDICATORIA..... | v |
| AGRADECIMIENTO | vi |
| ÍNDICE GENERAL | vii |
| ÍNDICE DE TABLAS..... | x |
| ÍNDICE DE FIGURAS..... | xii |
| RESUMEN..... | xiii |
| ABSTRACT | xiv |
| INTRODUCCIÓN | xv |
| CAPÍTULO I..... | 1 |
| PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN | 1 |
| 1. Planteamiento del problema..... | 1 |
| 2. Formulación del problema | 3 |
| 2.1. Problema general | 3 |
| 2.2. Problemas derivados..... | 4 |
| 3. Justificación de la investigación | 4 |
| 3.1. Justificación teórica | 4 |
| 3.2. Justificación práctica | 4 |
| 3.3. Justificación metodológica | 5 |
| 4. Delimitación de la investigación..... | 5 |
| 4.1. Epistemológica | 5 |
| 4.2. Espacial..... | 5 |
| 4.3. Temporal..... | 6 |
| 5. Objetivos de la investigación | 6 |
| 5.1. Objetivo general | 6 |
| 5.2. Objetivos específicos..... | 6 |
| CAPÍTULO II | 7 |
| MARCO TEÓRICO | 7 |
| 1. Antecedentes de la Investigación | 7 |
| 1.1. A nivel internacional | 7 |
| 1.2. A nivel nacional..... | 10 |
| 1.3. A nivel local..... | 13 |
| 2. Marco teórico o marco conceptual | 15 |
| 2.1. Modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico..... | 15 |
| 2.2. Teorías basadas en la interacción | 18 |

| | |
|--|-----------|
| 2.3. Teoría de la autoeficacia percibida | 18 |
| 2.4. Teoría cognitiva de la motivación-logro | 19 |
| 2.5. Estrés académico | 20 |
| 2.6. Rendimiento académico | 22 |
| 3. Definición de términos básicos | 26 |
| 3.1. Rendimiento académico | 26 |
| 3.2. Estrés académico | 26 |
| 3.3. Aprendizaje..... | 26 |
| 3.4. Competencias..... | 26 |
| 3.5. Destreza | 27 |
| 3.6. Educación secundaria | 27 |
| 3.7. Evaluación | 27 |
| 3.8. Estudiante | 27 |
| 3.9. Estrategia | 27 |
| CAPÍTULO III..... | 29 |
| MARCO METODOLÓGICO | 29 |
| 1. Caracterización y contextualización de la investigación | 29 |
| 2. Hipótesis de investigación | 30 |
| 2.1. Hipótesis general | 30 |
| 2.2. Hipótesis específicas..... | 30 |
| 3. Variables de investigación | 30 |
| 3.1. Variable 1 | 31 |
| 3.2. Variable 2 | 31 |
| 4. Matriz de operacionalización de variables..... | 31 |
| 5. Población y muestra | 36 |
| 5.1. Población | 36 |
| 5.2. Muestra | 36 |
| 6. Unidad de análisis | 36 |
| 7. Métodos | 36 |
| 8. Tipo de investigación..... | 36 |
| 9. Diseño de investigación | 37 |
| 10. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos | 37 |
| 11. Técnicas para el procesamiento y análisis de los datos..... | 38 |
| 12. Validez y confiabilidad..... | 38 |
| CAPÍTULO IV | 40 |

| | |
|--|-----------|
| RESULTADOS DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO | 40 |
| 1. Resultados de las variables de estudio (Tablas y figuras estadísticas) | 40 |
| 1.1. Resultado de la variable estrés académico | 40 |
| 1.2. Resultado de la variable rendimiento académico | 43 |
| 1.3. Resultado de las tablas cruzadas..... | 45 |
| 2. Análisis y discusión de resultados | 49 |
| 3. Prueba de hipótesis..... | 52 |
| CONCLUSIONES..... | 57 |
| SUGERENCIAS..... | 58 |
| REFERENCIAS..... | 59 |
| ANEXOS..... | 66 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1. Estresores académicos..... | 16 |
| Tabla 2. Indicadores de desequilibrio sistémico que implica el estrés académico..... | 16 |
| Tabla 3. Escalas de calificación de la Educación Básica | 25 |
| Tabla 4. Matriz de operacionalización | 32 |
| Tabla 5. Evaluación de la confiabilidad del instrumento | 39 |
| Tabla 6. Resultados de los niveles de estrés académico en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 40 |
| Tabla 7. Resultados de los niveles de las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 41 |
| Tabla 8. Resultados de los niveles de rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 43 |
| Tabla 9. Tabla cruzada entre el estrés académico y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 45 |
| Tabla 10. Tabla cruzada entre los estresores y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 46 |
| Tabla 11. Tabla cruzada entre los síntomas y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 47 |

| | |
|---|----|
| Tabla 12. Tabla cruzada entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 48 |
| Tabla 13. Relación entre el estrés académico y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 53 |
| Tabla 14. Relación entre los estresores y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 54 |
| Tabla 15. Relación entre los síntomas y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 55 |
| Tabla 16. Relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 56 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Figura 1. Representación gráfica del modelo sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico | 17 |
| Figura 2. Resultados de los niveles de estrés académico en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 40 |
| Figura 3. Resultados de los niveles de las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 42 |
| Figura 4. Resultados de los niveles de rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 | 44 |

RESUMEN

El presente estudio plantea como objetivo determinar la relación que existe entre estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca durante el año 2024. La estrategia metodológica que contempló es una investigación con enfoque cuantitativo y un diseño no experimental-correlacional-transversal, aplicándose como técnicas la encuesta y el análisis documental, empleando como instrumentos el cuestionario y una ficha de recolección de datos respectivamente, a una muestra de 32 estudiantes. Los resultados revelan que el estrés académico se ubica en el nivel medio con 46.9%, mientras que rendimiento escolar alcanzo el logro esperado (62.5%); además, las dimensiones de la primera variable (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento) se relacionan negativamente con el referido rendimiento. Se concluye que existe una relación negativa entre el estrés y el rendimiento escolar ($\chi^2 = 28.679$, $p < 0.05$) con $\gamma = -0.961$ en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca.

Palabras clave: Estrés, rendimiento académico, área de comunicación, estrategias de afrontamiento.

ABSTRACT

The present study has aimed to determine the relationship between stress and academic performance of 5th "K" students at the public educational institution "San Ramón" in La Recoleta, Cajamarca during the year 2024. The methodological strategy contemplated an investigation with a quantitative approach and a non-experimental-correlational-cross-sectional design, applying the survey and documentary analysis techniques, using the questionnaire and a data collection form as instruments respectively, to a sample of 32 students. The results reveal that academic stress is at the average level with 46.9%, while academic performance reached the expected achievement (62.5%); In addition, the dimensions of the first variable (stressors, symptoms and coping strategies) are negatively related to the aforementioned performance. It is concluded that there is a significant and negative relationship between stress and academic performance ($\chi^2 = 28.679$, $p < 0.05$) with $\square = -0.961$ in 5th grade students of the public educational institution "San Ramón" in La Recoleta, Cajamarca.

Keywords: Stress, academic performance, communication skills, coping strategies.

INTRODUCCIÓN

Los adolescentes que se encuentran en la etapa secundaria exhiben síntomas de ansiedad debido a la carga de horarios, las tareas y la metodología de los docentes. Las actividades escolares han dejado de ser placenteras para convertirse en un cúmulo de temores, angustias, rechazo y preocupaciones. Este tipo de estrés ha ido en aumento en los individuos, convirtiéndose en un asunto de salud pública y, por tanto, muchos profesionales en psicología, educación y padres han reconocido la importancia de entender las consecuencias que tiene en el rendimiento académico de los alumnos.

A nivel global, este problema impacta a muchos jóvenes en el ámbito educativo y la presión por el rendimiento escolar es una de las causas principales de estrés en los adolescentes, lo que se manifiesta en cambios de comportamiento, dolor estomacal y de cabeza, ansiedad, mareos, tristeza y nerviosismo, lo cual se presenta también en la institución educativa “San Ramón” de Cajamarca y ha generado que un considerable número de estudiantes se muestra desmotivado para llevar a cabo las tareas clase, tienen dificultades para concentrarse en el aula y muestran escaso interés por aprender en diversas áreas.

Ante ello, este estudio se enfocó en determinar la relación que existe entre estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca durante el año 2024, a través de una investigación de con enfoque cuantitativo y un diseño no experimental-correlacional-transversal, aplicándose como técnicas la encuesta y el análisis documental, empleando como instrumentos el cuestionario y una ficha de recolección de datos respectivamente, a una muestra de 32 estudiantes.

La presente investigación se estructuró en cuatro capítulos: El capítulo I, considera el problema de investigación, explicando el contexto del problema; enunciando interrogantes y

objetivos; expresando la justificación del estudio y su delimitación. En el capítulo II, se muestra el Marco Teórico, abordando trabajos previos vinculados con el tema, las bases teóricas y la definición de términos básicos. En el capítulo III, se destaca la metodología del estudio, indicando el enfoque, tipo y diseño de investigación; así como, población y muestra con las técnicas de recolección de datos y de análisis de estos. Finalmente, el capítulo IV, contiene los resultados, explicados desde el análisis descriptivo y prueba de hipótesis, con su respectiva discusión, dando lugar a conclusiones y sugerencias.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1. Planteamiento del problema

En un mundo globalizado en el cual las personas de todas las edades y niveles de instrucción se ven afectados psicológicamente por el “estrés” originado por diversos problemas en el trabajo o en el estudio. Un nuevo término conocido en este último siglo; pero que, sin embargo, muchas instituciones y organismos mundiales buscan la manera de disminuir sus consecuencias negativas, entre las cuales están la limitación del disfrute de las actividades cotidianas y el rendimiento académico, en el caso de los estudiantes.

Asimismo, se señala que este problema no está ajeno a una de las etapas cruciales del ser humano, la adolescencia; periodo en el cual se presencian cambios físicos y psíquicos abismales. Por ello, se debe identificar durante esta etapa a las actividades educativas que generan estrés lo cual permita la modificación de hábitos de enseñanza; en consecuencia, la disminución de estudiantes reprobados.

Los adolescentes que están atravesando el nivel secundario presentan características de estrés por la carga horaria, las tareas e incluso la forma de enseñanza de los docentes; pues las actividades escolares ya no son un disfrute sino un conjunto de miedos, pánico, rechazo y preocupaciones.

Según Caldera et al. (2007) mencionan que, “a nivel mundial, uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo” (p. 78). De acuerdo con lo mencionado por el autor este problema está en constante evolución a escala global. Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) señala que “Todas las personas tenemos un cierto grado de estrés, ya que se trata de una respuesta natural a las amenazas y a

otros estímulos” (párr. 1). Dicho estrés actualmente ha ido aumentando dentro del individuo; por lo que, se vuelve en un problema de salud pública.

Berrio y Mazo (2011) mencionan que el estrés se encuentra presente en todo ámbito, incluido el de la enseñanza; es decir, el educativo; por ello muchas personas especialistas en psicología, educación e incluso padres de familia han identificado la necesidad de conocer las consecuencias que tiene sobre el rendimiento académico de los estudiantes.

Avalos (2024) en su artículo de investigación titulado *Impacto del estrés estudiantil en el rendimiento académico y el bienestar emocional* mediante un estudio exhaustivo de diversas investigaciones en torno al estrés y rendimiento académico señala que existe una conexión directa entre los niveles elevados de estrés y el rendimiento académico deficiente; por lo que, enfatiza en la intervención inmediata para la mitigación de este problema académico que es compartido en muchos países.

A escala mundial este problema está afectando a muchos adolescentes en el ámbito educacional. La presión académica es una de las principales causas de estrés entre los adolescentes, con sobre 80% reporta sentirse estresado por el trabajo escolar (Carebot ABA, 2024).

Gómez (2021) toma como referencia estadística a los datos de la OMS, quien muestra que el 70% de los estudiantes de todo el mundo sufren de estrés académico caracterizados por cambios de conducta, dolor abdominal y de cabeza, ansiedad, mareos, tristeza y nerviosismo, mostrándose así en un problema de salud pública que afecta a una enorme cantidad de estudiantes.

En el contexto peruano la problemática en mención también afecta a distintas regiones, al respecto Condorimay y Quiro (2020) señalan que según un estudio realizado el 55.6% tiene

un nivel medio de estrés académico y el 44.4% posee un nivel alto de estrés académico del nivel secundario.

Existen diversos factores que generan estrés, entre ellos están los problemas de estudio los cuales afectan a un porcentaje del 15% al 29% de adolescentes en el Perú (Ministerio de Salud, s.f.). Cabe señalar que diversos estudios muestran un fuerte porcentaje de este problema también en estudiantes universitarios, para lo cual se cita que: “el 83% de estudiantes refiere haber experimentado estrés académico durante el semestre, con mayor presencia de niveles medio y medio alto” (Cassaretto et al., 2022, p. 1).

En Cajamarca se han realizado algunas investigaciones sobre el estrés en estudiantes de secundaria en los que se evidencia que los colegios de nuestro departamento no son ajenos a esta problemática, al respecto Kiara (2022) realizó una investigación de la cual evidenció que los estudiantes de 4to y 5to de secundaria presentan un nivel medio de estrés con un porcentaje de 79%.

En lo que respecta a la institución educativa “San Ramón” de Cajamarca, hemos identificado a través de la interacción obtenida durante el ejercicio de docencia como practicante del área de Comunicación un gran número de estudiantes desmotivados para realizar las asignaciones de clase, concentración en aula y poco interés en el aprendizaje en torno a diferentes áreas, lo cual se evidencia en el número de estudiantes que llevan cursos repetidos durante vacaciones.

Estas son las razones que sustentan la pertinencia y relevancia de la investigación que se aborda: Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa pública San Ramón de la Recoleta, Cajamarca, 2024.

2. Formulación del problema

2.1. Problema general

¿Qué relación existe entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca en el año 2024?

2.2. Problemas derivados

¿Cuál es el nivel de estrés académico que se presenta en los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San Ramón” de la Recoleta de Cajamarca en el año 2024?

¿Cuál es el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca en el año 2024?

¿Qué relación existe entre las dimensiones del estrés académico y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca durante el año 2024?

3. Justificación de la investigación

3.1. Justificación teórica

La presente investigación busca identificar mediante la aplicación del cuestionario SISCO-21 y la evaluación de los promedios de cada área la relación que existe entre el estrés académico con el rendimiento escolar para determinar los factores estresantes, los síntomas evidenciados y las estrategias de enfrentamiento de los estudiantes. Los resultados permitirán orientar a nuevas investigaciones sobre el tema.

3.2. Justificación práctica

El estudio permitirá evidenciar la relación existente entre el estrés académico con el rendimiento escolar de los estudiantes. Determinando qué situaciones del colegio son causantes de este problema.

El desarrollo del presente trabajo debe orientar a los directivos y docentes de la Institución Educativa “San Ramón” a reformular las estrategias de trabajo pedagógico dentro de las aulas, con la finalidad de disminuir la cantidad de estudiantes desaprobados, lo cual se genera por el estrés académico.

Las preguntas de las evaluaciones internas y externas como PISA o ECE, los trabajos, las estrategias docentes han generado en la mayor parte de estudiantes preocupación, desgano e incluso desaprobación en algunas áreas de la enseñanza. Se ha identificado que este problema académico es causado por el estrés académico. Los resultados analizados orientan a la adopción de nuevas estrategias de enseñanza.

3.3. Justificación metodológica

Los resultados del presente trabajo investigativo han permitido determinar la relación entre el estrés académico con el rendimiento académico, asimismo ha evidenciado el nivel de estrés de los estudiantes y el nivel de logro desarrollado en el área de Comunicación, lo cual ha permitido evaluar la práctica pedagógica en la institución educativa en estudio orientando a la implementación de nuevas estrategias de enseñanza.

Finalmente se menciona que, al hacer un estudio correlacional sobre el estrés académico y el rendimiento académico, se ha identificado cuáles son los factores que disminuyen la capacidad cognitiva del estudiante, lo cual ha encaminado al estudiante a la búsqueda de soluciones internas y externas.

4. Delimitación de la investigación

4.1. Epistemológica

El presente trabajo de investigación se ubicó en el paradigma cuantitativo, con diseño transversal de tipo correlacional.

4.2. Espacial

El presente trabajo de investigación se realizó en la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta en Cajamarca, mismo que se encuentra ubicado en la av. Los Héroes s/n en la ciudad antes mencionada. Esta Institución Educativa ofrece un servicio educativo de calidad a diversos estudiantes cajamarquinos.

4.3. Temporal

El presente trabajo de investigación se desarrolló en un periodo de tiempo de 14 meses de marzo de 2024 hasta abril de 2025.

5. Objetivos de la investigación

5.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca durante el año 2024.

5.2. Objetivos específicos

Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de 5to K la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, año 2024.

Determinar el nivel del rendimiento académico de los estudiantes de 5to K la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, año 2024.

Determinar la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de 5to K la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, año 2024.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

1. Antecedentes de la Investigación

1.1. A nivel internacional

Valiente et al. (2020). realizaron un estudio titulado “*Rendimiento académico, aprendizaje y estrés en el alumnado de Primaria*”. Ello fue aplicado en 519 estudiantes de 5° y 6° grado de la comunidad de Cantabria, España. La evaluación del estrés fue mediante el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil y para el rendimiento académico se tuvo en cuenta los resultados al final del curso escolar. Algunas conclusiones de tal estudio se mencionan en las siguientes líneas:

El estrés cotidiano infantil más elevado, en todos los ámbitos analizados, se relaciona con niveles de rendimiento académico bajos, de tal manera que los alumnos que más rinden informan de menores niveles de estrés, posiblemente por el mayor uso de estrategias de afrontamiento.

Es necesario que desde los centros escolares se fomenten programas de formación y desarrollo de estrategias de autorregulación personal y motivacional, así como la intervención psicoeducativa en la adquisición de estrategias de afrontamiento para manejar situaciones estresantes, cuyo fin último sea mejorar el rendimiento académico.

La investigación pone en evidencia la relación negativa entre el estrés de los estudiantes y el rendimiento académico; por lo que, los autores enfatizan en el uso de estrategias de afrontamiento para dicho problema.

Rueda et al. (2021). aficionados en el estudio del problema en mención han publicado un artículo titulado “*Relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana*”, 2021 en el cual tuvieron como objetivo buscar la

relación entre estrés académico y rendimiento de los estudiantes de la carrera de Enfermería en el periodo académico 2019-2020. El cual se logró mediante la aplicación del inventario SISCO y la evaluación de los promedios académicos de una muestra de 735 estudiantes, a partir de ello concluyeron que:

Los estudiantes de la carrera de Enfermería evidencian un nivel de moderado a severo de estrés, lo que influye directamente en las actividades académicas y se ve reflejado claramente en los promedios que son medianos en los ocho semestres de la carrera (8.15 puntos).

Los factores que más afectan a los estudiantes de la carrera de Enfermería son la sobrecarga de tareas y el tiempo limitado para la entrega de estas, lo que desencadena ansiedad, angustia y fatiga crónica, a pesar de que, los estudiantes mantienen una carga sostenida de estrés académico la mayoría de estos se concentra en resolver dichos problemas con soluciones concretas que les permitieron poder concluir los semestres cursados; es importante considerar al estrés académico como causa de desempeño académico bajo, lo que puede determinar de manera negativa en el desarrollo del ejercicio como futuros profesionales de la salud.

El artículo evidencia claramente como el estrés académico influye directamente en el rendimiento académico; por lo cual, la toma de medidas o estrategias para la disminución del estrés es de suma relevancia.

Lasluisa (2020). Es otra autora que analiza el tema en mención; por lo que, presenta su tesis de titulación denominada *“El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes”*. Con el objetivo de determinar la relación existente entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de una Unidad Educativa Particular, para lo cual seleccionó una muestra de 154 estudiantes a los cuales aplicó

dos cuestionario, el inventario SISCO y la Escala de Autoestima, pudiendo así llegar a la siguiente conclusión:

La variable estrés académico en cuanto a sus subdimensiones la media, se encuentra sobre el punto de corte. De esta manera la subescala estresores académicos se encuentran con una Media de $(X) = 30.17$, síntomas con una Media de $(X) = 45.90$, y estrategias de afrontamiento con una Media de $(X) = 22.80$ estas se presentan con mayor predominio, lo cual indica que los estudiantes presentan niveles de estrés entre moderado y bajo de acuerdo a las dimensiones estresores académicos, síntomas y estrategias de afrontamiento.

El estudio evidencia que el estrés académico es generado por situaciones que los estudiantes consideran amenazantes cuyos efectos se evidencian a nivel psicológico, físico y comportamental.

Otros autores a escala mundial que estudian este tema son Trunce et al. (2020), quienes publicaron un artículo bajo el título “*Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios*”. Con el objetivo de determinar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios de primer año de las áreas de salud, asociándolos con el rendimiento académico. Para lo cual realizaron una investigación cuantitativa, exploratoria con una muestra de 186 estudiantes universitarios del primer año de las carreras de salud. Mediante la aplicación de la escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21), determinaron que:

De acuerdo con los resultados obtenidos en la investigación, se puede decir que para el total de los participantes consultados de las carreras del departamento de salud cohorte 2019, existe mayor prevalencia de algún nivel de ansiedad (53.20%) seguido de estrés (47.80%) y finalmente algún trastorno asociado a la depresión (29.00%).

Se puede concluir que existe una asociación entre el rendimiento académico de los estudiantes con la variable ansiedad, pero no así con los trastornos de estrés y depresión.

El estudio evidencia cómo influye la depresión y el estrés en el rendimiento académico, por ende, la disminución del problema se vuelve en un importante desafío para los docentes y estudiantes.

1.2. A nivel nacional

En el Perú se han realizado diversos estudios para determinar la incidencia del estrés en el rendimiento académico. En las siguientes líneas se describen algunos.

Flores (2024). En su tesis de licenciatura de psicología titulada “*Estrés y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de la provincia de Cañete, 2023*”. Aplicado en una población de 110 estudiantes de 4° de secundaria mediante el uso del inventario SISCO de estrés académico muestra que el estrés tiene una relación significativa con el rendimiento académico. Por lo que concluye lo siguiente:

Se concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre las variables estrés y rendimiento académico, y $r_s = .189$ que significa correlación positiva muy baja.

Se concluye que existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión estresores y rendimiento académico, en donde $r_s = -.188$ es una correlación negativa muy baja.

Se concluye que existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones físicas y rendimiento académico, en donde $r_s = .191$, lo que significa correlación positiva muy baja.

Se concluye que existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión reacciones comportamentales y rendimiento académico, obteniéndose $r_s = -.001$, siendo una correlación positiva muy baja.

El estudio ha evidenciado la relación negativa existente entre el estrés y el rendimiento académico; por lo que, la autora culmina recomendando la adopción de nuevas estrategias de enseñanza y gestión educativa para que ello mejore el rendimiento estudiantil.

Al respecto Espinoza (2022). En su tesis de maestría en Psicología Educativa titulada *“Estrés, funciones ejecutivas y su influencia en el rendimiento académico post pandemia en estudiantes de secundaria”*. Esta se desarrolló en una institución pública de Puente Piedra, Lima; identifica la relación existente entre las variables mencionadas, por lo que concluye que:

Las funciones ejecutivas influyen en el rendimiento académico post pandemia en estudiantes de secundaria, se valida la hipótesis general, pues, se observó que ambas variables tuvieron el mismo nivel de influencia en el rendimiento académico con una precisión entre el 63.4 al 78.6% acorde con los coeficientes de Cox y Snell y, Nagelkerke respectivamente.

La investigación el estrés, las funciones ejecutivas y su influencia en el rendimiento académico de matemática, se observó que la influencia fue mayoritaria por parte de la variable estrés, en estos estudiantes con una precisión entre el 53.6 al 66.2% acorde con los coeficientes de Cox y Snell y, Nagelkerke respectivamente.

Con respecto a los resultados en referencia al estrés, funciones ejecutivas y su influencia en la comunicación post pandemia en estudiantes de secundaria, se determinó que ambas variables tuvieron el mismo nivel de influencia en la comunicación con una precisión entre el 63% al 74,1% acorde con los coeficientes de Cox y Snell y, Nagelkerke respectivamente.

La autora enfatiza que los directivos y docentes deben evaluar los altos niveles de estrés para que incluyan estrategias y charlas que permitan a los estudiantes manejar este problema con el fin de un mejorar el desarrollo académico.

Otras autoras interesadas en abordar la problemática en estudio por la importancia que requiere su análisis son: Huaman y Sandoval (2020). Quienes en su tesis de licenciatura *“Estrés*

y rendimiento escolar de los estudiantes del nivel de educación secundaria de la institución educativa Fe y Alegría Nro. 20 del Cusco, 2019". Tuvieron como objetivo determinar la relación del estrés con el rendimiento escolar, lo cual fue logrado bajo una investigación descriptiva-correlacional en la que utilizaron una muestra de 231 estudiantes. Finalmente concluyen que:

Los resultados evidencian la relación inversa entre el estrés y el rendimiento escolar de los estudiantes del nivel secundario, de manera que si los estudiantes experimentan reacciones físicas como agotamiento físico, reacciones psicológicas como ansiedad y reacciones comportamentales tales como los conflictos y desinterés para desarrollar o cumplir sus tareas escolares dentro y fuera de la institución educativa, entonces el estrés escolar viene a ser un factor que influye notoriamente en el rendimiento escolar, mientras que el estudiante experimente más estrés, esto incide negativamente en su rendimiento de las distintas áreas curriculares en especial en el Área de Matemática y Comunicación, inferencia demostrada por el valor de Chi cuadrado 2 $\chi^2 = 133.992$ con un valor $P = 0,000$ menor al nivel de significancia del 0.05 (5%) y con una fuerte relación dado por el valor de Gamma $\gamma = -0.984$.

La problemática es estudiada por Mar y Diaz (2024); con una investigación denominada "*Estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Anta, 2023*". Tesis de licenciatura. Mediante un estudio descriptivo, transversal y correlacional buscaron determinar la relación entre el estrés académico y rendimiento de los estudiantes en mención, para lo cual aplicaron la prueba SISCO en 88 alumnos. Los resultados obtenidos conllevaron a las tesisistas a concluir que:

El estrés académico que presentan los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa de Anta-2023 puede afectar su rendimiento académico. Esto quiere decir que los estudiantes, en ocasiones sienten sobrecarga de trabajos académicos.

1.3. A nivel local

En los estudios previos realizados a nivel local se encuentra a Segura (2023), quien en su tesis de licenciatura en Educación Primaria denominada “*Estrés académico y rendimiento escolar en los estudiantes de la Institución Educativa Privada “George Boole”, Cajamarca 2022*” buscó determinar la relación entre el estrés académico y el rendimiento escolar, para lo cual trabajó con una muestra de 49 estudiantes de 5to de Primaria mediante la aplicación del inventario SISCO-II. Los resultados permitieron concluir que:

Existe relación directa entre cada una de las dimensiones del estrés académico con el rendimiento académico; a su vez, también se señala que la relación entre las dimensiones es a razón de: Dimensión Estresores en una correlación moderada de ,627; dimensión Reacciones del Comportamiento Social; correlación alta de ,733; Dimensión Estrategias de Afrontamiento correlación alta de ,770 y para la dimensión Reacciones Físicas y Psicológicas una correlación alta de ,758. Esto puede señalar que el estrés escolar tiene directa relación y asociación con el rendimiento escolar de los niños de la Institución Educativa Particular “GEORGE BOOLE”.

Por otro lado, Sanchez (2024). Estudia el tema mencionado en su tesis de licenciatura titulada “*Estrés académico y aprendizaje en el área de Matemática de los estudiantes de tercer grado “A” de secundaria de la institución educativa “Javier Prado” Cajamarca, 2023*”. Mediante un estudio de diseño descriptivo correlacional tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y el aprendizaje; para lo cual utilizó una muestra de 26 estudiantes, a través de la aplicación del inventario SISCO-21; concluye que:

En la investigación, llevada a cabo con los estudiantes de tercer grado "A" de secundaria en la Institución Educativa “Javier Prado” - Cajamarca durante el año 2023, se determinó que hay una relación inversa moderada entre el estrés académico y el aprendizaje en el área de matemáticas. Esto se ha evidenciado a través del coeficiente de correlación de Pearson

obtenido, el cual fue de “ $r = -0,635$ ”. Estos resultados se mantuvieron consistentes en cada una de las dimensiones estudiadas. En resumen, podemos concluir que los estudiantes que experimentan mayor estrés académico presentan un nivel más bajo de aprendizaje en matemáticas. Esto indica que el estrés académico afecta negativamente la capacidad de los estudiantes para aprender.

En el mismo contexto Carmona (2023). Realizó un estudio denominado “*Estrés y rendimiento académico ante la pandemia en los estudiantes de la escuela académico profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2022*”. El objetivo fue determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes en mención; lo cual lo hizo mediante un estudio descriptivo con enfoque cuantitativo, continuo y demostrativo correlacional. Utilizando como instrumento el inventario de estrés académico SISCO-21, cuyos resultados le permitieron concluir que:

El estrés académico tiene una relación estadística directa y significativa con el rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería de I al IX ciclo durante el semestre 2022-I, aceptándose la hipótesis alterna.

En ese sentido, Céspedes (2022) en su investigación titulada “*Inteligencia emocional y estrés académico frente a la pandemia por Covid-19 en adolescentes del nivel secundario de la I.E.P El Carmen. Cajamarca, 2021*” tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y el estrés académico frente a la pandemia por COVID-19 para lo cual tuvo como muestra 126 estudiantes. El estudio lo llevó a concluir que:

El nivel de estrés académico frente a la pandemia en los adolescentes de la Institución Educativa Privada “El Carmen” que predominó fue un nivel de profundo.

Las diversas investigaciones realizadas ponen en realce y evidencia objetiva la influencia del estrés en el rendimiento académico; cabe resaltar, que varios de los estudios

señalados coinciden tanto en los estresores académicos como en la importancia de erradicar el problema en mención, con la finalidad de mejorar el rendimiento académico. Por tal motivo enfatizan que los docentes deben estudiar el problema e identificarlo para determinar posibles estrategias de afrontamiento. Todo ello permitirá cumplir con lo señalado en el CNEBR.

2. Marco teórico o marco conceptual

2.1. Modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico

Es un modelo propuesto por Barraza (2006) el cual se sustenta en la teoría general de sistemas de Colle y en el modelo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman (1986). En el cual se constituyen cuatro hipótesis, las cuales se mencionan en los siguientes párrafos:

- a) **Hipótesis de componentes sistémicos-procesuales del estrés académico.** Enfatiza la definición de sistema abierto en el cual hay dos elementos que se relacionan en el proceso de sistema-entorno. Por lo que, los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico se refieren al constante flujo de entrada o input (son los estímulos estresores), síntomas (indicadores de desequilibrio) y salida u output (denominadas a las estrategias de afrontamiento) presente en todo sistema para lograr el equilibrio.
- b) **Hipótesis del estrés académico como estado psicológico.** El estrés es un estado psicológico en el que se presentan estresores mayores (amenazan la integridad vital del individuo y son ajenos a su valoración) y estresores menores (valoración que la persona hace de ellos). En la siguiente tabla se muestran un grupo de estresores académicos realizados por Barraza (2005; 2006; 2007b; 2008; Barraza y Acosta, 2007; Barraza y Silerio, 2007 como se cita en (Berrío y Mazo, 2011).

Tabla 1
Estresores académicos

| Barraza (2003) | Polo et al. (1996) |
|---|--|
| Competitividad grupal | Realización de un examen. |
| Sobrecarga de tareas | Exposición de trabajos en clase |
| Exceso de responsabilidad | Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios, etc). |
| Interrupciones del trabajo | Subir al despacho del profesor en horas de tutoría. |
| Ambiente físico desagradable | Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc) |
| Falta de incentivos | Masificación de las aulas. |
| Tiempo limitado para hacer el trabajo | Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas. |
| Problemas o conflictos con los asesores | Competitividad entre compañeros. |
| Problemas o conflictos con tus compañeros | Realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas (búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc). |
| Las evaluaciones | La tarea de estudio |
| Tipo de trabajo que te pide | Trabajo en grupo |

Nota: Fuente Barraza (2005; 2006; 2007b; 2008; Barraza y Acosta, 2007; Barraza y Silerio, 2007) como se cita en Berrío y Mazo (2011).

- c) **Hipótesis de los indicadores de desequilibrio sistémico que implica el estrés académico.** Los indicadores de la situación estresante se clasifican en: físicos, psicológicos y comportamentales.

Tabla 2
Indicadores de desequilibrio sistémico que implica el estrés académico

| Indicadores | Ejemplos |
|--|--|
| Físicos (reacciones corporales) | Dolores de cabeza, insomnio, problemas digestivos, fatiga crónica, sudoración excesiva, etc. |
| Psicológicos: relacionados con las funciones cognitivas o emocionales. | Desconcentración, bloqueo mental, problemas de memoria, ansiedad, depresión, etc. |

| | | |
|-----------------------------|---------------|---|
| Comportamentales: conducta. | involucran la | Ausentismo de las clases, desgano para realizar las labores académicas, aislamiento, etc. |
|-----------------------------|---------------|---|

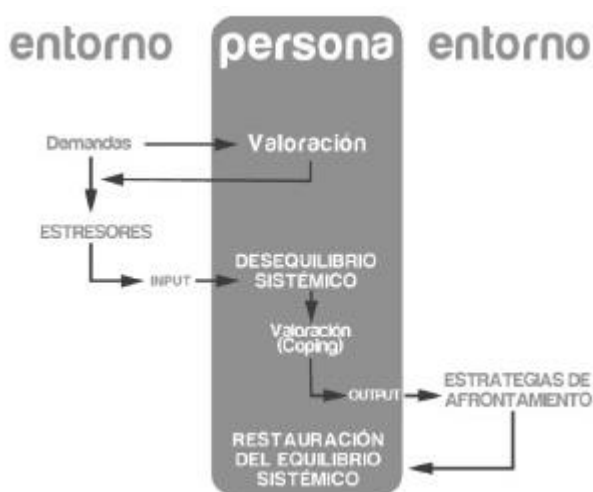
Nota: "Este conjunto de indicadores se articulan de manera idiosincrática en las personas, de tal manera que el desequilibrio sistémico va a ser manifestado de manera diferente, en cantidad y variedad, por cada persona" (Barraza, 2008, p. 274) como se cita en Berrío y Mazo (2011).

- d) **Hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico.** Debido al estrés, la persona empieza a utilizar diversas estrategias de afrontamiento que le permiten restaurar el equilibrio sistémico.

La modelización completa sobre el modelo cognoscitivista del estrés se muestra en el siguiente gráfico Barraza (2006) como se cita en Berrío y Mazo, (2011).

Figura 1

Representación gráfica del modelo sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico



Nota: El entorno demanda del individuo exigencias, la persona las somete a un proceso de valoración, si considera que desbordan sus recursos las determina como estresores. Los estresores entran al sistema y provocan desequilibrio, la persona evalúa la situación y se plantea una serie de estrategias de afrontamiento. Mediante estas estrategias en caso de ser exitosas se recupera el equilibrio sistémico sino el sistema realiza un tercer proceso de valoración hasta lograr el éxito esperado (Berrío y Mazo, 2011).

2.2. Teorías basadas en la interacción

El máximo exponente es Richard Lazarus, junto a Susan Folkman quienes lo publican en 1984 en una obra traducida como: Estrés y procesos cognitivos.

En este modelo se propone que el estrés tiene su génesis en la relación que mantiene la persona con el medio. Mencionan que el individuo no tiene la capacidad suficiente para abordar las demandas de su entorno, lo cual causa su estrés.

El modelo enfatiza en la evaluación cognitiva del estímulo y la respuesta. Es por ello que, los autores de esta teoría mencionan cuatro elementos que intervienen en el proceso del estrés: primero, los estímulos, son aquellos acontecimientos externos, eventos cotidianos, físicos, psicológicos y sociales; luego, las respuestas, las cuales están ligadas a las reacciones subjetivas, cognitivas y comportamentales; después, los mediadores, referida a la evaluación que la persona hace y mediante ello determina al estímulo como amenazante y a los recursos de afrontamiento como insuficientes; finalmente, describe a los moduladores, que son factores que pueden aumentar o atenuar el estrés, pero no lo originan ni lo impiden (Dahab et al., 2010, p. 2).

2.3. Teoría de la autoeficacia percibida

El principal representante de esta teoría es Alberto Bandura, quien la publicó en 1977. Esta teoría se refiere a los juicios que tiene la persona sobre sus capacidades en una situación específica para realizar una determinada acción que le permita lograr el rendimiento deseado; pero, las percepciones que tiene la persona sobre su capacidad de hacer algo, no solo influyen en la forma en cómo enfrentar los desafíos sino también en la motivación para lograr sus objetivos.

El estudiante que desee lograr un buen rendimiento debe tener conocimientos, habilidades y creer en sus propias capacidades; por ello, Bandura hace énfasis en la autoeficacia

de la persona, la cual se refiere al proceso cognoscitivo que interviene en el comportamiento y lo regula. Por ello, mientras más fuerte es la autoeficacia percibida el planteamiento de metas y compromiso para lograrlas es más elevado.

En cuanto a ejercer control sobre los estresores la eficacia percibida juega un rol indispensable en el origen de la ansiedad; por un lado, se considera que mientras la persona crea en sus capacidades podrá controlar situaciones difíciles o amenazantes; sin embargo, quienes piensen que están fuera de sus posibilidades controlar esos riesgos experimentan ansiedad, angustia y están enfocados en sus deficiencias para afrontarlo.

En el contexto educativo, cuando un estudiante cree más en sus convicciones y capacidades de resolver tareas o temas que demandan de esfuerzo mantiene mayor compromiso y trabaja más fuerte hasta lograr su objetivo; por el contrario, aquel que posee un bajo sentido de eficacia se siente inseguro de sus capacidades, retarda su esfuerzo, baja sus aspiraciones, exagera sus deficiencias y se alejan del objetivo propuesto (Busot, 1997).

La autoeficacia es un predictor del rendimiento académico, por lo que, los docentes deben identificar y cambiar las creencias erróneas de los estudiantes sobre su incapacidad de enfrentar un desafío con la finalidad de mejorar su rendimiento académico.

2.4. Teoría cognitiva de la motivación-logro

La Teoría Cognitiva de la Motivación-Logro se basa en las investigaciones realizadas por Dweck (1986) como se cita en (Küster y Vila, 2012) en la que señala que el comportamiento del estudiante se condiciona por el deseo de alcanzar determinados objetivos que se propone.

En esta teoría se centran dos motivaciones u orientaciones: la primera, orientación al aprendizaje, referida a cuando el estudiante busca aprender a pesar de tener limitaciones; por lo que, considera al fracaso como un simple error; el segundo, orientación al resultado, cuando el estudiante busca quedar bien ante los demás, y constituyen al error como un fracaso.

La teoría menciona que el predominio del logro de las metas de un estudiante depende de las formas de pensar, actuar y enfrentarse para digerir el fracaso Schiefele, (1991) como se cita en Küster y Vila (2012). A partir de ello, se puede mencionar que el rendimiento de un estudiante depende de la motivación que tenga para alcanzar sus metas.

2.5. Estrés académico

Definición

En el ámbito académico se generan situaciones que demandan del estudiante el desarrollo de habilidades y destrezas que las enfrente, de modo que ello no repercuta de manera negativa en el rendimiento escolar.

Según Martínez y Díaz (2007), mencionan que el estrés escolar es el malestar que el educando experimenta debido a que se ve expuesto a circunstancias inter e intrarelacionales o ambientales, las cuales generan una presión en el individuo para el desarrollo de actividades académicas, tales como: desarrollo de exámenes, relación con los compañeros, pérdida de un ser querido, presentación de exámenes, habilidad metacognitiva, etc. El estrés académico es aquel que se produce a partir de demandas que exige el ámbito educativo y puede darse en cualquier nivel de estudios (Caldera et al., 2007).

Al respecto Barraza (2006), menciona que el estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico el cual es presentado de tres maneras: primero, cuando el educando está sometido a situaciones académicas que demandan de esfuerzo; segundo, cuando los estresores provocan un desequilibrio sistémico, el cual se evidencia en una multiplicidad de síntomas; por último, cuando el propio estudiante busca la manera de frenar y afrontar la situación.

Dimensiones del estrés académico

Estresores académicos. Son una multiplicidad de situaciones presentes en el ámbito académico, las mismas que el estudiante considera como amenazantes o intimidantes.

Síntomas del estrés académico. Barraza (2006) menciona que el desequilibrio sistémico se manifiesta a través de tres indicadores:

- a) **Físicos:** Son aquellos que se manifiestan en el cuerpo; tales como: insomnio, cansancio, dolor de cabeza, problemas de digestión, morderse las uñas, temblores, etc.
- b) **Psicológicos:** Son aquellos malestares que actúan a nivel cognitivo y emocional; entre ellos están: inquietud, tristeza, angustia, problemas de concentración, bloqueo mental, olvidos, etc.
- c) **Comportamentales:** Son acciones que se manifiestan en el cambio de comportamiento o conducta del individuo; tales como: conflictos, aislamiento, desgano, absentismo, ingestión de bebidas alcohólicas, etc.

Estrategias de afrontamiento. Son las diversos métodos cognitivos y emocionales en cómo el estudiante debe reaccionar ante situaciones académicas que son amenazantes o peligrosas. “El afrontamiento se refiere a las acciones cognitivas o conductuales que una persona emplea cuando se enfrenta al estrés para gestionar o mitigar la circunstancia estresante, o disminuir de alguna manera los aspectos desagradables” (Chicchis, 2024, p. 21).

Fases del estrés

Naranjo (2009) identifica y explica 3 fases del estrés: fase de alarma, fase de resistencia y fase de agotamiento, las cuales se describen a continuación.

Fase de alarma. En esta fase surgen las primeras reacciones fisiológicas originadas por el estrés, las mismas que ponen en alerta al individuo para enfrentar situaciones como: excesos de trabajos académicos. Ante tales experiencias hay dos tipos de reacciones que se puede

adoptar dependiendo de la capacidad de enfrentamiento que posee la persona; por un lado, hacerle frente, mitigar y resolver el problema o dejar que el estrés supere sus habilidades de enfrentamiento y se materialice. Es evidente en este proceso la falta de concentración, memoria a corto plazo, falta de capacidad de razonamiento y juicio, intolerancia, falta de capacidad para relajarse, etc.

Fase de resistencia: En esta fase el individuo trata de controlar las consecuencias del estrés, pero le resultan bastante demandantes; en consecuencia, se frustra y sufre. La persona es consciente de que pierde demasiada energía y su rendimiento es menor, pero a pesar de ello busca la forma de enfrentarlo y salir del problema haciendo así que la situación se vuelva en un círculo vicioso.

Fase de agotamiento: Es la fase más difícil del estrés, ya que supera las habilidades de enfrentamiento. El individuo presenta fatiga, ansiedad y depresión; por lo que, se presencia irritabilidad, tensión e ira, pensamientos negativos, falta de motivación e insomnio, todo ello por la presencia de situaciones que no pueden ser controladas por la persona o por circunstancias que anteriormente no experimentó.

2.6. Rendimiento académico

Definición

El rendimiento académico es la capacidad que tiene el estudiante para desenvolverse en diversas áreas de la educación, mediante ello cumplir con el desarrollo de las competencias y capacidades que plantea el CNEBR. Al respecto Ariza et al., (2018) mencionan que:

“El rendimiento académico hace referencia a la labor de constatar resultados muy concretos con respecto a aprendizajes que se proponen en determinados planes de estudio de la educación formal. Tiene relación con lo esperado del estudiante y con el nivel exigible a determinado curso o plan de acción académico (p.139)”.

Al respecto Grasso (2020) define al rendimiento académico como el producto alcanzado de los estudiantes en un periodo o nivel de estudios determinado.

Edel (2003) define al rendimiento académico como “constructo susceptible de adoptar valores cuantitativos y cualitativos, a través de los cuales existe una aproximación a la evidencia y dimensión del perfil de habilidades, conocimientos, actitudes y valores desarrollados por el alumno en el proceso de enseñanza aprendizaje”. Esto quiere decir que, el rendimiento académico es el conocimiento que adopta el estudiante en una etapa educativa determinada, el mismo que puede medirse en escalas de calidad y cantidad.

El rendimiento académico (RA) es un amplio concepto; ya que, es el valor que se da a los resultados del aprendizaje obtenido por los educandos en una determinada área en comparación con sus compañeros (Gutierrez et al., 2021).

Dimensiones

Comunicación. El acto comunicativo es netamente humano; sin embargo, la expresión oral es deficiente en la mayoría de los estudiantes; por ello, el área de Comunicación busca que los educandos desarrollen competencias comunicativas lo cual les permita relacionarse efectivamente con otras personas. A partir de ello, promueve y facilita el desarrollo de las siguientes competencias y sus respectivas capacidades:

Se comunica oralmente en su lengua materna: Referida a la comunicación efectiva que debe mantener el estudiante con distintos interlocutores mediante el uso de una actitud crítica y distintos tipos de textos orales. Se desarrolla a través de las capacidades obtiene información del texto oral; infiere e interpreta la información del texto oral; adecúa, organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada; utiliza recursos no verbales y paraverbales de forma estratégica; interactúa estratégicamente con distintos interlocutores; finalmente, reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto oral.

Lee diversos tipos de textos en su lengua materna: se refiere a la interacción eficaz del lector, contexto y texto. Por ello implica la combinación de las siguientes capacidades: obtiene información del texto escrito, infiere e interpreta información del texto, reflexiona y evalúa, la forma, el contenido y el contexto del texto.

Escribe diversos tipos de textos en su lengua materna: Implica el uso de del lenguaje escrito para construir sentidos del texto y comunicarlos, por lo que es indispensable que reconozca el tipo de texto y el propósito comunicativo; para lo cual el estudiante debe desarrollar las siguientes capacidades: adecúa el texto a la situación comunicativa; organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada; utiliza convenciones del lenguaje escrito de forma pertinente; reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto escrito.

Niveles de logro

En la Educación Básica Regular de las instituciones educativas del Perú se realiza evaluaciones y se obtiene calificaciones en un periodo de aprendizaje (bimestre, trimestre o anual) para lo cual se utilizan escalas de calificación con la única finalidad de determinar el aprendizaje adquirido por el educando.

Las escalas de calificación planteadas en el CNEBR son: C, B, A y AD. Cada una de ellas con un determinado valor; ya que, no es lo mismo que un estudiante tenga C con relación a otro que tenga al final del curso AD; pues el primero necesita fortalecer sus conocimientos en cambio el segundo ha superado todas las competencias esperadas en el área.

A continuación, se muestra la descripción detallada de cada escala de calificación planteada por el Ministerio de Educación.

Tabla 3
Escalas de calificación de la Educación Básica

| | |
|-----------|---|
| AD | LOGRO DESTACADO Cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia. Esto quiere decir que demuestra aprendizajes que van más allá del nivel esperado. |
| | LOGRO ESPERADO Cuando el estudiante evidencia el nivel esperado respecto a la competencia, demostrando manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas y en el tiempo programado. |
| A | EN PROCESO Cuando el estudiante está próximo o cerca al nivel esperado respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo. |
| B | EN INICIO Cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente. |
| C | |

Nota: La tabla muestra los niveles de logro que pueden obtener los estudiantes al final de un determinado semestre académico. Obtenido de MINEDU (2016).

Importancia

El rendimiento académico es indispensable debido a que evalúa la eficacia y calidad de los procesos educativos de los estudiantes, siendo estos el producto generado por la institución educativa y el docente encargado de cada área (Rayamo, 2017).

El rendimiento académico juega un rol fundamental en el desarrollo psicológico y social de las personas; ya que, el aprendizaje de los contenidos de diversas áreas permite a los estudiantes ampliar su bagaje intelectual a través de la investigación científica; al mismo tiempo que desarrollen habilidades y destrezas que les permiten desenvolverse socialmente.

El buen rendimiento permite al estudiante mejorar su calidad de vida; porque tiene mejores oportunidades laborales y académicas. Asimismo, logra el desarrollo de destrezas y principios que rigen a ciudadano responsable, tales como: disciplina, resolución de problemas

y preparación para el enfrentamiento de las exigencias de la vida; características claves para lograr el éxito de metas y aspiraciones que tiene cada estudiante (Chicchis, 2024).

3. Definición de términos básicos

3.1. Rendimiento académico

Es nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico (Jiménez, 2000, como se cita en Navarro, 2003). Todo ello se evidencia en los niveles de logro que el estudiante alcance al finalizar el curso.

3.2. Estrés académico

Es el malestar físico, psicológico y conductual que muestra el estudiante ante situaciones que requieren de un mayor esfuerzo de sus capacidades. Al respecto Román y Rodríguez (2011) mencionan que “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 de enseñanza y aprendizaje”; añade que este impide la comprensión y atención durante el proceso de aprendizaje (p. 11).

3.3. Aprendizaje

Es todo el contenido científico que obtiene el estudiante en un periodo determinado de tiempo dentro de su estructura cognoscitiva, el mismo que le permite desenvolverse activamente dentro de su entorno social; pudiendo determinar ideas mediante la crítica reflexiva. Al respecto Moreira, (2012) hace hincapié en el aprendizaje significativo siendo este aquel en el que las ideas expresadas simbólicamente actúan de una forma no literal, sino que permite al estudiante tener en cuenta el conocimiento relevante obtenido para determinar una idea.

3.4. Competencias

La competencia es la facultad que posee la persona para combinar capacidades con el fin de obtener una meta específica; es decir, mediante ella el estudiante puede afrontar y resolver eficazmente cualquier problema que se le presente en cualquier instancia de la vida (MINEDU, 2016, p. 21).

3.5. Destreza

La RAE define el término como la habilidad con la que se realiza una determinada actividad.

3.6. Educación secundaria

Es un nivel de estudios en el que todo estudiante se desarrolla cognoscitiva y socialmente. Asimismo, MINEDU (2016) menciona que es el tercer nivel educativo que dura cinco años; por lo que, mediante el transcurso el educando tiene una formación humanística, científica y tecnológica; pues en este nivel de estudios es indispensable que se tenga en cuenta los riesgos de los púberes y adolescentes.

3.7. Evaluación

Es el proceso integral que permite la obtención de resultados de acuerdo con determinados objetivos que se plantee (Martínez y Sánchez). Al respecto MINEDU (2016) menciona que es un proceso permanente de reflexión sobre resultados de los educandos el cual busca identificar las dificultades y logros con el fin de mejorar.

3.8. Estudiante

Es aquella persona que cursa un determinado nivel de estudios a través del cual debe desarrollar habilidades que le permitan desenvolverse en sociedad.

3.9. Estrategia

La RAE conceptualiza al término como un plan de acciones determinadas orientadas al logro de un determinado objetivo. En el estudio las estrategias son una serie de acciones que el estudiante debe realizar con la finalidad de disminuir los efectos nocivos del estrés académico.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

1. Caracterización y contextualización de la investigación

Colegio San Ramón de La Recoleta

La institución educativa “San Ramón” es uno de los colegios de histórica trayectoria académica, cuyo lema es “tradición gloriosa, vida fecunda y vínculo de fraternidad” ubicada en avenida Los Héroes s/n del departamento y provincia de Cajamarca.

El colegio San Ramón se remonta a los primeros años de la República peruana. El 13 de julio de 1825 el Gral. Luis José Orbegoso firmó un decreto con la finalidad de crear el Colegio de Compatriotas de Cajamarca, pues dicho colegio en sus inicios tuvo precaria situación; ya que, faltaban ingresos económicos y edificio propio. Por lo que, su sede fue en la casa del Dir. José Gálvez Paz.

En 1829 se concede la iglesia y convento franciscano de La Recoleta como plantel; por lo que, el 8 de setiembre de 1831 se concreta la instalación del colegio. En sus inicios se denominó Colegio Central de Ciencias y Artes de Cajamarca, en el que inicialmente se enseñó: Física, Matemática, ética, Gramática, Latinidad, Religión y Teología. Los estudiantes tenían la obligación de asistir 8 horas diarias, asistir a misa diariamente y presenciarse en actos litúrgicos, por lo que el primer rector fue el sacerdote Pío Burga.

El colegio en mención tuvo un rol muy importante en la historia de Cajamarca, debido a que la población educativa del colegio instauró la idea de la independizar Cajamarca de Trujillo en 1854.

En 1856 el Gral. Ramón Castilla designó como Inspector de Instrucción Pública al Dr. Sebastián Lorente el cual realizó un informe sobre la situación del colegio; mediante ello se

logró obtener una partida económica que permitió equipar el colegio, por ello desde entonces pasó a llamarse San Ramón.

En 1979 se organizó el Batallón de Cajamarca, que tenía como cuartel el plantel educativo en la que docentes, alumnos, empleados entregaron sus vidas en la batalla de San Pablo. Pasada la guerra el colegio cerró 6 años con la finalidad de restaurar su infraestructura.

En el siglo XX por la adaptación de nuevas leyes orgánicas se reducen los años de estudio en el nivel secundario de 6 a 4 años.

Actualmente la institución sigue brindando calidad de servicio educativo público a la población cajamarquina. Siendo director actual el Mg. Segundo Francisco Bustamante Hoyos.

2. Hipótesis de investigación

2.1. Hipótesis general

Existe una correlación negativa entre el estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024.

2.2. Hipótesis específicas

El nivel de estrés académico de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la Institución Educativa “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024, es significativo.

El nivel de rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la Institución Educativa “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca 2024 es bajo.

La relación negativa entre las dimensiones del estrés académico y el nivel de rendimiento académico de 5to “K” de secundaria de la Institución Educativa “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca en el año 2024 es altamente significativo.

3. Variables de investigación

3.1. Variable 1

Estrés académico.

3.2. Variable 2

Rendimiento académico.

4. Matriz de operacionalización de variables

En la tabla 4 se presenta la matriz de operacionalización de las variables.

Tabla 4*Matriz de operacionalización*

| Variable | Definición conceptual | Definición operacional | Dimensiones | Indicadores | Técnica/ Instrumento |
|------------------|--|---|-------------|--|-------------------------|
| Estrés académico | Es el malestar que el educando experimenta debido a que se ve expuesto a circunstancias inter e intrarelacionales o ambientales, las cuales generan una presión en el individuo para el desarrollo de actividades académicas, tales como: desarrollo de exámenes, relación con los compañeros, pérdida de un ser querido, presentación de exámenes, habilidad metacognitiva. (Martínez y Díaz, 2007) | Es el malestar que vive un estudiante, originado por la existencia de circunstancias que demandan de un mayor esfuerzo al que posee. Las circunstancias son denominadas como estresores, lo cual desencadena en el estudiante malestares psicológicos, físicos y comportamentales; los cuales deben ser contrarrestados a través del planteamiento de estrategias de afrontamiento que le permitan disminuir las consecuencias. | Estresores | <p>La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.</p> <hr/> <p>La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.</p> <hr/> <p>La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)</p> | InventarioSI SCO-21 |

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 los/as profesores/as

La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as.

Síntomas

Fatiga crónica (cansancio permanente).

Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).

Ansiedad, angustia o desesperación.

| | | | | | | |
|-----------------------|---|---------------|--|------------------------------|--|------------------------|
| | | | | Problemas de concentración. | | |
| | | | | | Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad. | |
| | | | | | Conflictos o tendencia a polemizar o discutir | |
| | | | | | Desgano para realizar las labores escolares. | |
| | | | | Estrategias de afrontamiento | 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. | |
| Rendimiento académico | Constructo de adoptar valores cuantitativos | susceptible y | Es el resultado del aprendizaje obtenido de un curso o área al final | Comunicación | Obtiene información del texto oral. Infiere e interpreta información del texto oral. | Escala de calificación |

| | | | |
|--|---|--|---------------------------------------|
| <p>cualitativos, a través de los cuales existe una aproximación a la evidencia y dimensión del perfil de habilidades, conocimientos, actitudes y valores desarrollados por el alumno en el proceso de enseñanza aprendizaje (Edel, 2003)</p> | <p>de un periodo determinado; lo cual se concreta con valores cualitativos o cuantitativos.</p> | <p>Adecúa, organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada.</p> <hr/> <p>Utiliza recursos no verbales y paraverbales de forma estratégica.</p> <hr/> <p>Interactúa estratégicamente con distintos interlocutores.</p> <hr/> <p>Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto oral.</p> <hr/> <p>Adecúa el texto a la situación significativa.</p> <hr/> <p>Organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada.</p> <hr/> <p>Utiliza convenciones del lenguaje escrito de forma pertinente.</p> <hr/> <p>Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto escrito.</p> <hr/> <p>Obtiene la información del texto escrito.</p> <hr/> <p>Infiere e interpreta información del texto.</p> <hr/> <p>Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto.</p> | <p>de evaluación de aprendizajes.</p> |
|--|---|--|---------------------------------------|

5. Población y muestra

5.1. Población

2516 estudiantes de primero a quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca.

5.2. Muestra

32 estudiantes de 5° K de la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca.

Según Cabanillas (2019) el muestreo por conveniencia intencional consiste en seleccionar a los individuos sujetos a la medida que los vamos identificando hasta completar la muestra.

La técnica de muestreo fue la no probabilístico o empírico; puesto que, se seleccionó al grado y sección por conveniencia o intención de la investigadora.

6. Unidad de análisis

Cada uno de los estudiantes de 5to grado de la muestra de estudio.

7. Métodos

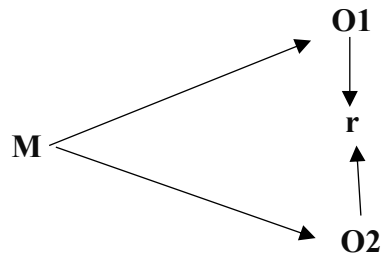
Se utilizó el método hipotético deductivo; puesto que, se analiza un problema educativo, luego se formula una hipótesis, la cual permite observar al grupo experimental y comprobar si al final del estudio es correcta.

8. Tipo de investigación

El tipo de investigación fue básica, porque se utilizaron conocimientos teóricos para la solución o descripción de problemas prácticos de la realidad educativa y en cuando al nivel de profundidad es correlacional con enfoque cuantitativo; debido a que se buscó establecer la relación entre dos variables mediante la medición de datos recolectados con instrumentos de confiabilidad y apoyo de la estadística.

9. Diseño de investigación

La presente investigación fue de diseño no experimental transeccional, dado que se trabajó en un momento específico, lo cual determinará la relación de las variables. Dicho diseño se diagrama de la siguiente manera:



Donde:

M: Muestra

O1: Observación de la variable 1

r: Relación entre las dos variables

O2: Observación de la variable 2

10. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

La técnica que se utilizó fue la encuesta (escrita) y la revisión documental para el estrés y rendimiento académico respectivamente; asimismo, como instrumentos se usó del Inventario SISCO-21 de Barraza (2018), y para la medición del rendimiento académico se utilizó la escala de calificación de evaluación de aprendizajes lo cual se evidencia en la libreta de notas.

El inventario SISCO-21 fue desarrollado y actualizado por Barraza (2018) con la finalidad de evaluar el estrés académico; es por ello que, puede ser aplicado según el autor en estudiantes de bachillerato, licenciatura y posgrado.

El instrumento está constituido por 23 ítems; distribuidos de la siguiente manera: el primer ítem es de filtro por lo que se presenta de manera dicotómica, el segundo ítem es de

escalamiento tipo Likert de 1 al 5 el cual permite identificar el nivel de intensidad del estrés y el resto se distribuyen en tres dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento del estrés, los mismos que tienen una escala de “nunca”, “casi nunca”, “algunas veces”, “casi siempre” y “siempre”. No obstante, para fines de la presente investigación, se ha adaptado a 21 ítems, distribuidos equitativamente entre las tres dimensiones.

11. Técnicas para el procesamiento y análisis de los datos

Los datos recolectados fueron analizados a través de un análisis transeccional; por lo que, el procesamiento de datos se realizó mediante el programa SPS versión 31. Se empleó la estadística descriptiva, mediante tablas de frecuencias relativas y absolutas, para realizar una caracterización de las variables y se aplicó la prueba Chi-cuadrado de Pearson para determinar la relación entre las variables, debido a que fueron medidas de forma ordinal, al 5% de significancia. Para determinar, el tipo de relación se empleó el estadístico Gamma (γ), cuyo signo indica: si es negativo entonces la relación será negativa y si es positivo expresa una relación positiva.

12. Validez y confiabilidad

Se ha evaluado la confiabilidad del instrumento a través del estadístico α de Cronbach, el cual para garantizar que los resultados sean fiables, es decir, que en aplicaciones sucesivas a una misma muestra generen resultados similares, debe superar el valor de 0.700 ($\alpha > 0.700$). Así, como se aprecia en la tabla 5, el valor de $\alpha = 0.950$, superando al mínimo establecido, por lo que el instrumento es aplicable.

Tabla 5*Evaluación de la confiabilidad del instrumento*

| Variable | Nº de ítems | α | Condición |
|------------------|--------------------|----------------------------|------------------|
| Estrés académico | 21 | 0.950 | Aplicable |

Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO

1. Resultados de las variables de estudio (Tablas y figuras estadísticas)

1.1. Resultado de la variable estrés académico

Tabla 6

Resultados de los niveles de estrés académico en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

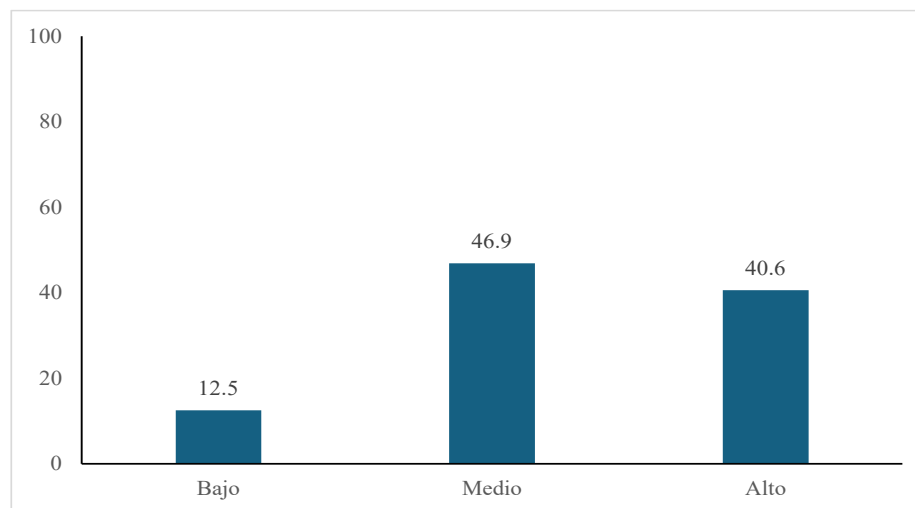
| Niveles | n | % |
|---------|----|-------|
| Bajo | 4 | 12.5 |
| Medio | 15 | 46.9 |
| Alto | 13 | 40.6 |
| Total | 32 | 100.0 |

Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la

I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

Figura 2

Resultados de los niveles de estrés académico en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024



Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la

I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 6 y figura 2, se aprecia que, del total de 32 estudiantes que participaron en el estudio, el 46.9% presentó un nivel medio de estrés académico, el 40.6% presentó un nivel alto y el 12.5% un nivel bajo. Este nivel medio de estrés académico preponderante en los estudiantes evaluados refleja su contacto con situaciones académicas demandantes que ameritan un gran esfuerzo y que les genera, en una importante medida, un desequilibrio interno que sistemáticamente se va reflejando en síntomas como dolores en la cabeza, cansancio persistente, tensión en los músculos, trastornos y falta de sueño, inquietud, malestar, variaciones en el estado de ánimo, falta de entusiasmo o hasta sensaciones de tristeza y depresión, dificultades para enfocar, problemas con la memoria y una preocupación excesiva por el desempeño académico que atentan contra su evolución física, emocional y cognitiva.

Tabla 7

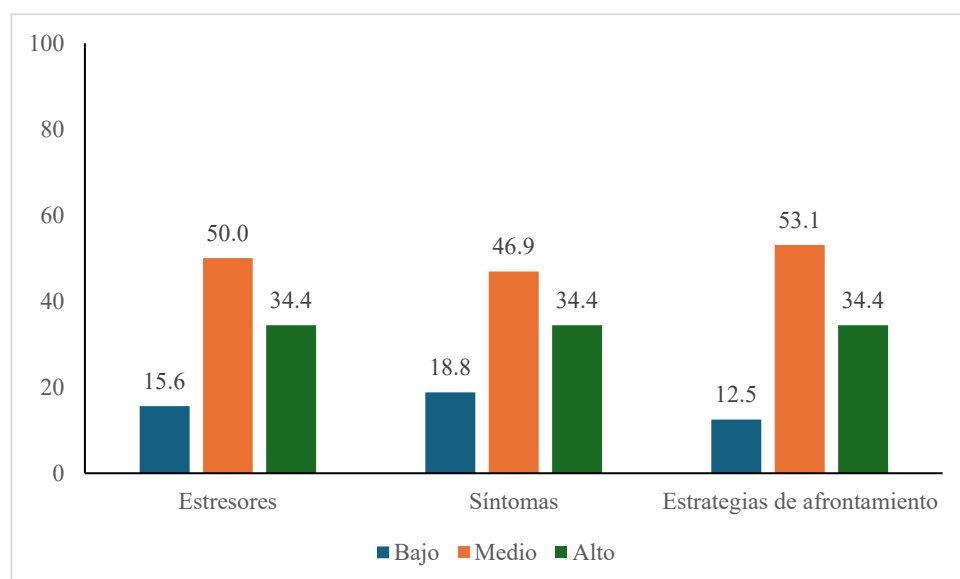
Resultados de los niveles de las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| Niveles | Estresores | | Síntomas | | Estrategias de afrontamiento | |
|---------|------------|-------|----------|-------|------------------------------|-------|
| | n | % | n | % | n | % |
| Bajo | 5 | 15.6 | 6 | 18.8 | 4 | 12.5 |
| Medio | 16 | 50.0 | 15 | 46.9 | 17 | 53.1 |
| Alto | 11 | 34.4 | 11 | 34.4 | 11 | 34.4 |
| Total | 32 | 100.0 | 32 | 100.0 | 32 | 100.0 |

Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

Figura 3

Resultados de los niveles de las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024



Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 7 y figura 3, se aprecia que, del total de 32 estudiantes que participaron en el estudio, el 50.0% presentó un nivel medio, el 34.4% presentó un nivel alto y el 15.6% un nivel bajo para la dimensión estresores. Esto refleja que la percepción del estudiante es que tiene una considerable sobrecarga de tareas y trabajos escolares; así como de evaluaciones que en conjunto con la personalidad y exigencia del docente se convierten en estresores. De hecho, también se evidencia la dificultad de varios trabajos, los cuales consideran los estudiantes que superan, en algunos casos, sus habilidades; en primer lugar, por el tiempo para su realización y, por otro lado, por la poca claridad con la que el docente logra explicar lo que ha solicitado.

Para la dimensión síntomas, el 46.9% de los estudiantes registró un nivel medio, mientras que el 34.4% mostró un nivel alto y el 18.8% evidenció un nivel bajo. En este caso, los estudiantes describen que son recurrentes las etapas de fatiga crónica, depresión, tristeza y ansiedad, lo que comúnmente termina en una fase de agotamiento y aislamiento. Incluso, los

estresores indicados con anterioridad también conllevan a actitudes agresivas y tendencias a polemizar con sus compañeros y familiares y, en el contexto educativo, involucra pérdida de la concentración y un mayor desgano para realizar actividades laborales.

En cuanto a la dimensión estrategias de afrontamiento, el 53.1% de los estudiantes involucrados en el estudio exhibió un nivel medio, el 34.4% presentó un nivel alto y el 12.5% un nivel bajo. Este resultado describe una orientación del estudiante a utilizar, en buena proporción, iniciativas que le ayuden a mitigar, evitar o enfrentar el estrés, lo que amerita en ellos el esfuerzo por mantener el control, analizar lo positivo, diseñar planes y establecer soluciones concretas a fines de reducir los efectos del estrés académico.

1.2. Resultado de la variable rendimiento académico

Tabla 8

Resultados de los niveles de rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

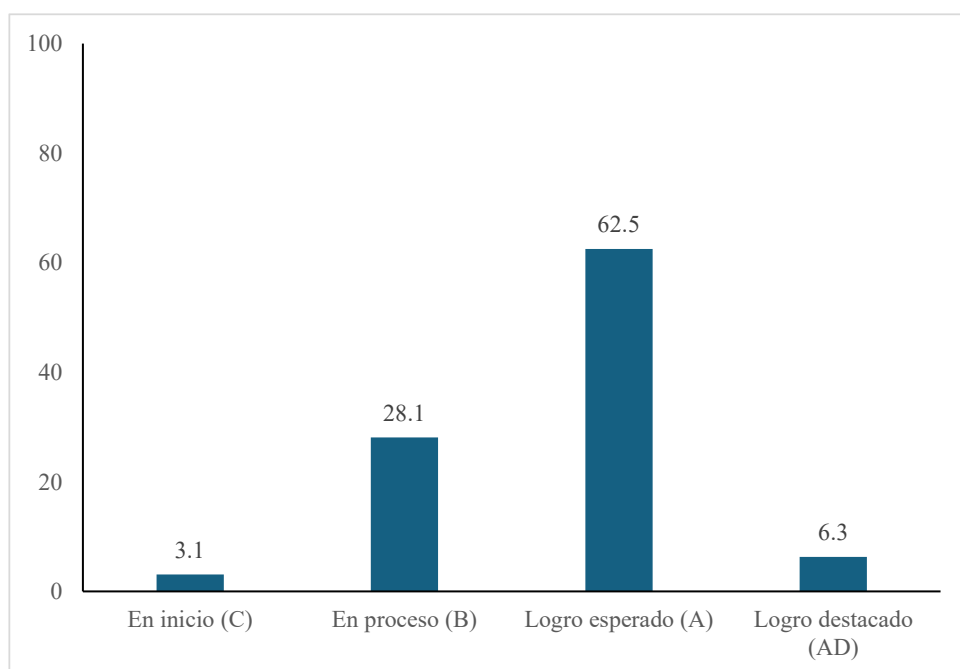
| Niveles | n | % |
|----------------------|----|-------|
| En inicio (C) | 1 | 3.1 |
| En proceso (B) | 9 | 28.1 |
| Logro esperado (A) | 20 | 62.5 |
| Logro destacado (AD) | 2 | 6.3 |
| Total | 32 | 100.0 |

Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la

I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

Figura 4

Resultados de los niveles de rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024



Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 8 y figura 4, se aprecia que, del total de 32 estudiantes que participaron en el estudio, el 62.5% tuvo un rendimiento clasificado como logro esperado, el 28.1% alcanzó el nivel en proceso, el 6.3% se ubicó en el nivel logro destacado y el 3.1% apenas alcanzó el nivel en inicio. Este resultado demuestra que los estudiantes son competentes y demuestran un manejo satisfactorio en las asignaciones y el tiempo que se ha planificado en referencia a los aspectos comunicativos; particularmente, en la interacción comunicativa que el estudiante debe sostener con diversos interlocutores, empleando una actitud analítica y diferentes modalidades de textos hablados. Se fomenta a través de habilidades que le permiten obtener datos del mensaje oral; deducir e interpretar la información del mensaje oral; ajustar, estructurar y desarrollar las ideas de manera lógica y conectada; emplear adecuadamente recursos no

verbales y paraverbales; interactuar de manera eficaz con diversos interlocutores y, finalmente, reflexionar y evaluar la forma, el contenido y el contexto del mensaje oral.

De igual modo, los estudiantes tienen un nivel competente al leer distintos tipos de textos en su lengua nativa. Esto conlleva la integración de varias habilidades: extrae información del texto escrito, deduce e interpreta la información del escrito, reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto de éste.

Además, en general, los estudiantes logran escribir con alto desempeño diferentes tipos de textos en su lengua nativa; para ello, el estudiante dispone de habilidades: adapta el texto a la situación comunicativa; estructura y desarrolla las ideas de forma lógica y conectada; utiliza adecuadamente las normas de la escritura; y reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto de este.

1.3. Resultado de las tablas cruzadas

Tabla 9

Tabla cruzada entre el estrés académico y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| Nivel de estrés académico | Rendimiento académico | | | | | | | | | |
|---------------------------------|-----------------------|-----|-------------------|------|-----------------------|------|----------------------------|-----|-------|-------|
| | En inicio (C) | | En proceso (B) | | Logro esperado (A) | | Logro destacado (AD) | | Total | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % | N | % |
| Bajo | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 2 | 6.3 | 2 | 6.3 | 4 | 12.5 |
| Medio | 0 | 0.0 | 1 | 3.1 | 14 | 43.8 | 0 | 0.0 | 15 | 46.9 |
| Alto | 1 | 3.1 | 8 | 25.0 | 4 | 12.5 | 0 | 0.0 | 13 | 40.6 |
| Total | 1 | 3.1 | 9 | 28.1 | 20 | 62.5 | 2 | 0.0 | 32 | 100.0 |

Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 9, se aprecia que, del total de 32 estudiantes que participaron en el estudio, existe una marcada tendencia a educandos con niveles medios de estrés académico y rendimiento clasificado como logro esperado (43.8%), seguido de aquellos con niveles altos de estrés académico y rendimiento ubicado en el nivel en proceso (25.0%). Además, los estudiantes con niveles bajos de estrés académico tienen rendimientos entre logro esperado (6.3%) y logro destacado (6.3%). Por su parte, los estudiantes con estrés académico en el rango medio han logrado un rendimiento en el logro esperado (43.8%). Finalmente, los estudiantes con niveles altos de estrés académico alcanzaron mayormente niveles de rendimiento académico en proceso (25.0%). Esto evidencia, en gran medida, la relación negativa entre estrés y rendimiento académico en los estudiantes evaluados.

Tabla 10

Tabla cruzada entre los estresores y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| Nivel de estresores | Rendimiento académico | | | | | | | | | |
|---------------------|-----------------------|-----|----------------|------|--------------------|------|----------------------|-----|-------|-------|
| | En inicio (C) | | En proceso (B) | | Logro esperado (A) | | Logro destacado (AD) | | Total | |
| | | | | | | | | | | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % | N | % |
| Bajo | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 3 | 9.4 | 2 | 6.3 | 5 | 15.6 |
| Medio | 0 | 0.0 | 4 | 12.5 | 12 | 37.5 | 0 | 0.0 | 16 | 50.0 |
| Alto | 1 | 3.1 | 5 | 15.6 | 5 | 15.6 | 0 | 0.0 | 11 | 34.4 |
| Total | 1 | 3.1 | 9 | 28.1 | 20 | 62.5 | 2 | 6.3 | 32 | 100.0 |

Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 10, se aprecia que, del total de 32 estudiantes que participaron en el estudio, existe una marcada tendencia a estudiantes con niveles medios de estresores y rendimiento clasificado como logro esperado (37.5%), seguido de aquellos con niveles altos de esta

dimensión y rendimiento ubicado en el nivel en proceso (15.6%). Además, los estudiantes con niveles bajos de estresores tienen rendimientos entre logro esperado (9.4%) y logro destacado (6.3%). Por su parte, los estudiantes con estresores en el rango medio han logrado un rendimiento en el logro esperado (37.5). Finalmente, los estudiantes con niveles altos de estresores alcanzaron mayormente niveles de rendimiento académico en proceso (15.6%) y logro esperado (15.6%).

Tabla 11

Tabla cruzada entre los síntomas y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| Nivel de síntomas | Rendimiento académico | | | | | | | | | |
|-------------------|-----------------------|-----|----------------|------|--------------------|------|----------------------|-----|-------|-------|
| | En inicio (C) | | En proceso (B) | | Logro esperado (A) | | Logro destacado (AD) | | Total | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Bajo | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 4 | 12.5 | 2 | 6.3 | 6 | 18.8 |
| Medio | 0 | 0.0 | 5 | 15.6 | 10 | 31.8 | 0 | 0.0 | 15 | 46.9 |
| Alto | 1 | 3.1 | 4 | 12.5 | 6 | 18.8 | 0 | 0.0 | 11 | 34.4 |
| Total | 1 | 3.1 | 9 | 28.1 | 20 | 62.5 | 2 | 6.3 | 32 | 100.0 |

Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 11, se aprecia que, del total de 32 estudiantes que participaron en el estudio, existe una marcada tendencia a estudiantes con niveles medios de síntomas de estrés y rendimiento clasificado como logro esperado (31.8%), seguido de aquellos con niveles altos de esta dimensión y rendimiento ubicado en el nivel logro esperado (18.8%). Además, los estudiantes con niveles bajos de síntomas de estrés tienen rendimientos entre logro esperado (12.5%) y logro destacado (6.3%). Por su parte, los estudiantes con síntomas de estrés en el rango medio han logrado un rendimiento en el logro esperado (31.8%). Finalmente, los

estudiantes con niveles altos de síntomas de estrés alcanzaron mayormente niveles de rendimiento académico logro esperado (18.8%) y en proceso (12.5%).

Tabla 12

Tabla cruzada entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| Nivel de estrategias de afrontamiento | Rendimiento académico | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|-----------------------|-----|------------|------|----------------|------|-----------------|-----|-------|-------|
| | En inicio | | En proceso | | Logro esperado | | Logro destacado | | Total | |
| | (C) | | (B) | | (A) | | (AD) | | | |
| | n | % | N | % | n | % | n | % | n | % |
| Bajo | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 2 | 6.3 | 2 | 6.3 | 4 | 12.5 |
| Medio | 0 | 0.0 | 1 | 3.1 | 16 | 50.0 | 0 | 0.0 | 17 | 53.1 |
| Alto | 1 | 3.1 | 8 | 25.0 | 2 | 6.3 | 0 | 0.0 | 11 | 34.4 |
| Total | 1 | 3.1 | 9 | 28.1 | 20 | 62.5 | 2 | 6.3 | 32 | 100.0 |

Nota. Obtenido del SPSS V27 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 12, se aprecia que, del total de 32 estudiantes que participaron en el estudio, existe una marcada tendencia a estudiantes con niveles medios de estrategias de afrontamiento de estrés y rendimiento clasificado como logro esperado (50.0%), seguido de aquellos con niveles altos de esta dimensión y rendimiento ubicado en el nivel en proceso (25.5%). Además, los estudiantes con niveles bajos de estrategias de afrontamiento de estrés tienen rendimientos entre logro esperado (6.3%) y logro destacado (6.3%). Por su parte, los estudiantes con estrategias de afrontamiento de estrés en el rango medio han logrado un rendimiento en el logro esperado (50.0%). Finalmente, los estudiantes con niveles altos de estrategias de afrontamiento de estrés alcanzaron mayormente niveles de rendimiento académico en proceso (25.0%).

2. Análisis y discusión de resultados

Los resultados del estudio reflejan que los educandos consultados tienen mayoritariamente un nivel medio de estrés académico (46.9%), un nivel similar de esta variable también fue obtenido por Rueda et al. (2021) en estudiantes de enfermería de una universidad de Ecuador, lo cual influye en su desempeño en las actividades académicas. Asimismo, Lasluisa (2020) en su estudio con adolescentes ecuatorianos coincidió con los resultados alcanzados en la presente exploración investigativa, encontrándose que para esa muestra las subescalas: estresores académicos se encuentran con una media de $(X) = 30.17$, síntomas con una media de $(X) = 45.90$ y estrategias de afrontamiento con una media de $(X) = 22.80$ se ubican en el nivel moderado, lo que evidencia el efecto del estrés académico en aspectos psicológicos, físicos y comportamentales de los alumnos que participaron.

Este resultado se sustenta en el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico, donde se evidencia como el estrés en los estudiantes emerge de un flujo de entrada o input que son los estímulos estresores, generando síntomas o indicadores de desequilibrio y conlleva a acciones denominadas como estrategias de afrontamiento (Berrío y Mazo, 2011).

Además, los hallazgos evidenciaron que los estudiantes alcanzaron el nivel logro esperado (62.5%) en las habilidades comunicativas, esto también fue comprobado por Mar y Diaz (2024) en su estudio en Cusco, donde el bajo rendimiento exhibido por los estudiantes de secundaria evaluados se correspondía con una sobrecarga de trabajos académicos. Desde la perspectiva de la Teoría Cognitiva de la Motivación-Logro se observa que el alumno enfrenta poca motivación a la orientación al aprendizaje, es decir, a desear adquirir conocimientos a pesar de sus propias limitaciones, considerando el fracaso como un mero tropiezo, ni tampoco se motiva hacia el enfoque en el resultado, que ocurre cuando el alumno se esfuerza por impresionar a los otros, viendo el error como una verdadera derrota, esto debido a que se enfrenta a importantes estresores (Küster y Vila, 2012).

Por otro lado, se evidenció una relación negativa entre las dimensiones del estrés académico y el nivel de rendimiento mostrado por los estudiantes. En particular, se encontró una relación significativa y negativa entre la dimensión estresores y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 ($p < 0.05$) con un $\gamma = -0.778$, este resultado es respaldado por lo registrado por Rueda et al. (2021), cuya indagación encontró que factores como sobrecarga de tareas y el tiempo limitado para la entrega son causantes del estrés académico en los estudiantes y limitan sus habilidades y capacidad de concentrarse para obtener un alto rendimiento académico.

Otro hallazgo similar fue obtenido por Flores (2024) en su estudio en la provincia de Cañete con adolescentes de una institución educativa pública; sin embargo, la relación determinada por dicho autor fue más baja con un $r_s = -0.188$ y por Segura (2023) en su estudio en Cajamarca con un $\rho = 0.627$. Este resultado se puede contextualizar en las teorías basadas en la interacción, demostrando que el estudiante no dispone de la capacidad suficiente para abordar las demandas de su entorno académico, lo cual causa su estrés y origina en muchos casos que no logran atenuar el impacto de sus síntomas en su desempeño, no solo académico, sino social (Dahab et al., 2010).

De igual modo, se estableció una relación significativa y negativa entre la dimensión síntoma de estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 ($p < 0.05$) con un $\gamma = -0.661$, lo que coincide con la indagación de Flores (2024), donde se demostró que el rendimiento académico se asocia negativamente con los síntomas del estrés; en dicho caso, se apreció una correlación de $r_s = -0.191$ con la dimensión reacciones físicas y $r_s = -0.001$ con reacciones comportamentales, las cuales fueron muy bajas. A esto se suma los resultados de la investigación de Segura (2023), donde las dimensiones reacciones del comportamiento social y reacciones físicas y psicológicas también se asocian con el rendimiento académico.

Igualmente, se determinó una relación significativa y negativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 ($p < 0.05$) con un $\gamma = -0.982$. Este resultado es respaldado por los hallazgos de Valiente et al. (2020), cuyo estudio con estudiantes de primaria en España, también destacan que los alumnos que más rinden informan de menores niveles de estrés, posiblemente por el mayor uso de estrategias de afrontamiento del estrés. Esto es respaldado por los hallazgos derivados de la investigación de Sanchez (2024), donde la dimensión estrategias de afrontamiento también se asocia con el rendimiento escolar.

A modo general, se determinó una relación significativa y negativa entre el estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024 ($p < 0.05$) con un $\gamma = -0.961$. Este resultado es coincidente con lo obtenido por Rueda et al. (2021), cuyo estudio determinó una relación negativa entre estas variables en estudiantes de enfermería ecuatorianos, al igual que la exploración nacional realizada por Flores (2024), donde se obtuvo un grado de correlación más bajo con $r_s = -0.189$.

Adicionalmente, Huaman y Sandoval (2020), al evaluar estudiantes de secundaria del Cusco, obtuvieron igualmente una relación entre estas variables con un nivel similar al encontrado en la actual investigación, con valor de Gamma $\gamma = -0.984$, mientras que Espinoza (2022) determinó en su estudio en Lima que el estrés afecta las funciones ejecutivas y, por ende, el rendimiento académico en los estudiantes, incidiendo entre el 53.6% al 66.2% de dicho desempeño.

En los estudios locales de Carmona (2023) con estudiantes de la escuela académico profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca y de Céspedes (2022) con

adolescentes de la Institución Educativa Privada “El Carmen” se obtuvo, de manera similar, que los estresores se vinculan con las debilidades en el rendimiento académico.

Este hallazgo es explicado desde la teoría de la autoeficacia percibida, demostrando que los estudiantes no cuentan con las capacidades para afrontar el estrés para llevar a cabo una acción específica que le ayude a alcanzar el resultado anhelado; sin embargo, las creencias que tiene el individuo sobre su habilidad para realizar una tarea no solo afectan la manera en que afronta las dificultades, sino también su impulso para alcanzar sus metas (Busot, 1997).

No obstante, en otros estudios como el de Trunce et al. (2020) en estudiantes universitarios de Chile se evidencia que no existe relación entre estrés y rendimiento académico, sino que esta última variable se vincula con los niveles de ansiedad de los estudiantes.

3. Prueba de hipótesis

Hipótesis general

Ho: No existe una correlación negativa entre el estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

Ha: Existe una correlación negativa entre el estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

Nivel fijado = 5% ($\alpha = 5\%$).

Si la significancia o $p \geq 0.05 \rightarrow (\checkmark)$ Ho

Si la significancia o $p < 0.05 \rightarrow (X)$ Ho y (\checkmark) Ha

Tabla 13

Relación entre el estrés académico y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| | Valor | gl | Significación asintótica (bilateral) |
|--------------------------------|--------|----|---|
| Chi-cuadrado de Pearson | 28.679 | 6 | < 0.001 |
| n de casos válidos | 32 | | |
| Estadístico gamma (γ) | -0.961 | | < 0.001 |

Nota. Obtenido del SPSS V31 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 13 se exhiben los hallazgos de la prueba de Chi-cuadrado aplicada empleada para establecer la relación el estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024. El valor de Chi-cuadrado de Pearson fue de 28.679, con una significancia < 0.001 , lo que expresa la existencia de una relación significativa entre las variables, visto que $p < 0.05$. Ahora bien, como $\gamma = -0.961$ ($p < 0.05$), entonces queda demostrado que esa relación; además de significativa, es negativa.

Hipótesis específica

H₀: No existe una correlación negativa entre la primera dimensión del estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

H_a: Existe una correlación negativa entre la primera dimensión del estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

Nivel fijado = 5% ($\alpha = 5\%$).

Si la significancia o $p \geq 0.05 \rightarrow (\checkmark)$ Ho

Si la significancia o $p < 0.05 \rightarrow (X)$ Ho y (\checkmark) Ha

Tabla 14

Relación entre los estresores y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| | Valor | gl | Significación asintótica (bilateral) |
|--------------------------------|--------|----|---|
| Chi-cuadrado de Pearson | 16.262 | 6 | 0.012 |
| n de casos válidos | 32 | | |
| Estadístico gamma (γ) | -0.778 | | 0.002 |

Nota. Obtenido del SPSS V31 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 14 se exhiben los hallazgos de la prueba de Chi-cuadrado aplicada empleada para establecer la relación entre la dimensión estresores y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024. El valor de Chi-cuadrado de Pearson fue de 16.262, con una significancia de 0.012, lo que expresa la existencia de una relación significativa entre las variables, visto que $p < 0.05$. Ahora bien, como $\gamma = -0.778$ ($p < 0.05$), entonces queda demostrado que esa relación; además de significativa, es negativa.

Ho: No existe una correlación negativa entre la segunda dimensión del estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

Ha: Existe una correlación negativa entre la segunda dimensión del estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

Nivel fijado = 5% ($\alpha = 5\%$).

Si la significancia o $p \geq 0.05 \rightarrow (\checkmark)$ Ho

Si la significancia o $p < 0.05 \rightarrow (X)$ Ho y (\checkmark) Ha

Tabla 15

Relación entre los síntomas y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| | Valor | gl | Significación asintótica (bilateral) |
|--------------------------------|--------|----|---|
| Chi-cuadrado de Pearson | 12.843 | 6 | 0.046 |
| n de casos válidos | 32 | | |
| Estadístico gamma (γ) | -0.661 | | 0.010 |

Nota. Obtenido del SPSS V31 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 15 se exhiben los hallazgos de la prueba de Chi-cuadrado aplicada empleada para establecer la relación entre la dimensión síntoma de estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024. El valor de Chi-cuadrado de Pearson fue de 12.843, con una significancia de 0.046, lo que expresa la existencia de una relación significativa entre las variables, visto que $p < 0.05$. Ahora bien, como $\gamma = -0.661$ ($p < 0.05$), entonces queda demostrado que esa relación; además de significativa, es negativa.

Ho: No existe una correlación negativa entre la tercera dimensión del estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

Ha: Existe una correlación negativa entre la tercera dimensión del estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

Nivel fijado = 5% ($\alpha = 5\%$).

Si la significancia o $p \geq 0.05 \rightarrow (\checkmark)$ Ho

Si la significancia o $p < 0.05 \rightarrow (X)$ Ho y (\checkmark) Ha

Tabla 16

Relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de educación secundaria de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024

| | Valor | gl | Significación asintótica (bilateral) |
|--------------------------------|--------|----|---|
| Chi-cuadrado de Pearson | 34.081 | | < 0.001 |
| n de casos válidos | 32 | | |
| Estadístico gamma (γ) | -0.982 | | < 0.001 |

Nota. Obtenido del SPSS V31 en base a los datos recolectados del cuestionario aplicado en la I.E.P. San Ramón” de La Recoleta.

En la tabla 16 se exhiben los hallazgos de la prueba de Chi-cuadrado aplicada empleada para establecer la relación la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024. El valor de Chi-cuadrado de Pearson fue de 34.081, con una significancia < 0.001, lo que expresa la existencia de una relación significativa entre las variables, visto que $p < 0.05$. Ahora bien, como $\gamma = -0.982$ ($p < 0.05$), entonces queda demostrado que esa relación; además de significativa, es negativa.

CONCLUSIONES

1. Se halló una relación significativa y negativa entre el estrés académico y el rendimiento escolar ($\chi^2 = 28.679$, $p < 0.05$) con $\gamma = -0.961$ en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca.
2. Se encontró que los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca tienen mayoritariamente un nivel medio de estrés académico (46.9%).
3. En cuanto al rendimiento en el área de comunicación, se obtuvo que los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca alcanzaron el nivel logro esperado (62.5%).
4. Se determinó que el rendimiento académico se relacionó significativa y negativamente con las dimensiones del estrés académico: estresores ($\chi^2 = 16.262$, $p < 0.05$) con $\gamma = -0.778$, síntomas ($\chi^2 = 12.843$, $p < 0.05$) con $\gamma = -0.661$ y estrategias de afrontamiento ($\chi^2 = 34.081$, $p < 0.05$) con $\gamma = -0.982$ en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca.

SUGERENCIAS

1. A la Dirección de la institución educativa, se debe promover un ambiente escolar positivo que fomente la conexión entre educadores y educandos, también debe proponer talleres para estudiantes, docentes y representantes orientados al desarrollo de estrategias de afrontamiento del estrés académico enfocadas en la gestión del tiempo, técnicas de estudios de alta efectividad y desarrollo de la metacognición.
2. A los estudiantes con niveles medios y altos de estrés, se les recomienda desarrollar actividades físicas, emplear técnicas de relajación y promover hábitos saludables para enfrentar de manera eficaz los estresores y reducir sus síntomas.
3. A los docentes, emplear en clases actividades de escritura expresiva, debates y proyectos grupales para fortalecer las habilidades comunicativas de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Ariza, C. P., Rueda Toncel, L. A., y Sardoth, J. (2018). El rendimiento académico: una problemática compleja. *Revista Boletín Redipe*, 7(7), 137-141.
<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/527/501>
- Avalos Guijarro, A. (2024). Impacto del estrés estudiantil en el rendimiento académico y el bienestar emocional. *Dominio de las Ciencias*, 10(2), 784-792.
<https://doi.org/https://doi.org/10.23857/dc.v10i2.3831>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Psicología Científica*, 8(19). <https://psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual>
- Barraza Macías, A. (2018). *INVENTARIO SISCO SV-21 Inventario SIStémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. ECORFAN®.
https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf
- Berrío García, N., y Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Scielo*, 3(2), 18.
<https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
- Busot, I. (1997). Teoría de la auto-eficacia (A.Bandura): un basamento para el proceso instruccional. *Encuentro educacional*, 4(1), 53-63.
<https://produccioncientificaluz.org/index.php/encuentro/article/view/1090/1092>
- Cabanillas, R. (2019). Investigación educativa *arquitectura del proyecto de investigación y del informe de tesis*. Martínez Compañón Editores S.R.L.
- Caldera Montes, J. F., Pulido Castro, B. E., y Martínez González, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro

Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 77-82.
https://www.researchgate.net/publication/291048965_Niveles_de_estres_y_rendimiento_academico_en_estudiantes_de_la_carrera_de_Psicologia_del_Centro_Universitario_de_Los_Altos

Carebot ABA. (7 de febrero de 2024). *Estrés y ansiedad en adolescentes: hechos, estadísticas, síntomas y tratamiento*. <https://carebotaba.com/es/estadisticas-de-estres-adolescente/>

Carmona Cotrina, M. (2023). *Estrés y rendimiento académico ante la pandemia en los estudiantes de la escuela académico profesional de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca*. [Tesis para obtener el grado de Licenciada, Universidad Nacional de Cajamarca]. Repositorio institucional UNC. <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5889/TESIS%20ESTRES%20Y%20RENDIMIENTO%20ACADEMICO%20ANTE%20LA%20PANDEMIA%20EN%20LOS%20ESTUDIANTES%20DE%20LA%20ESCUELA%20ACADEMICO%20PROFESIONAL%20DE%20ENFERMERIA%20DE%20LA%20UNIVERSIDAD%20NACIONAL%20DE%20CAJAMARCA%2c%202022.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cassaretto, M., Vilela, P., y Lorena, G. (2022). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), 1-18. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v27n2/1729-4827-liber-27-02-e482.pdf>

Céspedes Correa, K. (2022). *Inteligencia emocional y estrés académico frente a la pandemia por covid-19, en adolescentes del nivel secundario de la I.E.P El Carmen. Cajamarca, 2021*. [Tesis para obtener el grado de Licenciada, Universidad Nacional de Cajamarca]. Repositorio institucional UNC.

<https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5180/katherine%20pamela%20c%20a8spedes%20correa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chicchis Bravo, J. (2024). *El estrés y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria del colegio particular Virgen del Rosario de Ventanilla, 2023*. [Tesis de Bachiller, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/ab3b3da5-b5ad-4304-b16a-ffa3a2915d14/content>

Condorimay Huillca, M., y Quiro Sucapuca, Y. (2020). *Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to de secundaria de la institución educativa estatal de Juliaca, 2019*. [Tesis de Bachiller, Universidad Peruana Unión].
<https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/ce1ac95a-f903-4086-aa00-9330b1183a1f/content>

Dahab, J., Rivadeneira, C., y Minici, A. (2010). El enfoque cognitivo-transaccional del estrés. *Revista de Terapia Cognitiva Conductual*, (18), 1-6.
<https://cetecic.com.ar/revista/pdf/el-enfoque-cognitivo-transaccional-del-estres.pdf>

Edel, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2).
<https://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>

Espinoza Chavez, Z. (2022). *Estrés, funciones ejecutivas y su influencia en el rendimiento académico post pandemia en estudiantes de secundaria*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/100962/Espinoza_CZ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Flores, G. (2024). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de la provincia de Cañete, 2023*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Trujillo]. <http://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/4493>
- Gomez Izaguirre J. (2021). *Estrés académico en estudiantes de 4to año de secundaria de una institución educativa privada, San Isidro, 2021*. [tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. <https://repositorio.urp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/47cfb8c8-353e-476a-9e29-f2e5ee803c46/content>
- Grasso, P. (2020). Rendimiento académico: un recorrido conceptual que aproxima a una definición unificada para el ámbito superior. *Revista de Educación*, 87-102. https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/4165/4128
- Gutierrez, J., Garzón, J., y Segura, A. (2021). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Scielo*, 14(1). <https://www.scielo.cl/pdf/formuniv/v14n1/0718-5006-formuniv-14-01-13.pdf>
- Huaman Suyo, P., y Sandoval A. (2020). *Estrés y rendimiento escolar de los estudiantes del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría Nro.20 del Cusco-2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio de Abad del Cuzco]. https://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/5448/253T2020240_TC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kiara, E. (2022). *El estrés académico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria en una institución educativa de la provincia de Celendín*. [tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://orcid.org/0000-0001-5502-4171>
- Küster, I., y Vila, N. (2012). El modelo del rendimiento académico del estudiante universitario: aplicación a una facultad de Economía. *Redalyc*, 13(3), 95-128. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=201024652005>

- Lasluisa, C. (2020). *El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes*. [Tesis de licenciatura, Pontífica Universidad Católica del Ecuador]. <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/6881f826-0731-49e6-921c-43a6da9be0fd/content>
- Mar Huallpa, W., y Diaz Ugarte, A. (2024). *Estrés académico y rendimiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Anta-2023*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio de Abad del Cuzco]. https://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/9144/253T20240573_TC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Martínez, E., y Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y educadores*, 10(2), 11-22. <https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>
- Martínez, E., & Sánchez, S. (s.f.). *La evaluación de los aprendizajes*. <https://educomunicacion.es/didactica/0091evaluacionaprendizaje.htm>
- Ministerio de Educación. (2016). Currículo Nacional de la Educación Básica. <https://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacionbasica.pdf>
- Ministerio de Salud. (s.f.). Entre el 15 y 20% de adolescentes peruanos presentan estrés y tensión. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/41792-entre-el-15-y-20-de-adolescentes-peruanos-presentan-estres-y-tension>
- Moreira, M. (2012). ¿Al final, qué es aprendizaje significativo? *Revista Currículum* 25, 29-56. <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/96956/000900432.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Naranjo Pereira, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>
- Navarro, R. (2003). Rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 2-15. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55110208>
- Organización Mundial de la Salud. (21 de febrero de 2023). *Estrés*.
https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress?gad_source=1&gclid=CjwKCAjw9eO3BhBNEiwAoc0-jbuKLyb5P3Reooh2v7Xrfo4Jr9QGbKN0HLWkebEt9VjHizsB-kefcxoChrMQAvD_BwE
- RAE. (s.f.). *Real Academia Española*. <https://dle.rae.es/destreza>
- Rayamo, R. (2017). La función docente y el rendimiento académico: una aportación al estado del conocimiento. *Congreso Nacional de Investigación Educativa*.
<https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/2030.pdf>
- Román, C., y Rodríguez, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2).
<https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/26023>
- Rueda, D., Borja, L., Flores, M., y Carvajal, L. (2021). Relación entre estrés y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana. *Revista Ecuatoriana de Ciencia, Tecnología e Innovación en salud pública*, 5(1), 9.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31790/inspilip.v5i1.4>

- Sanchez, J. (2024). *Estrés académico y aprendizaje en el área de Matemática de los estudiantes de tercer grado "A" de secundaria de la institución educativa "Javier Prado" Cajamarca, 2023*. [Tesis de Licenciado, Universidad Nacional de Cajamarca]. <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/6643/TESIS.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Segura, Y. (2023). *Estrés académico y rendimiento escolar en los estudiantes de la Institución Educativa Privada "George Boole" Cajamarca, 2022*. [Tesis de Licenciado, Universidad Nacional de Cajamarca]. Repositorio institucional UNC. <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/6088/Yulisa%20Segura%20Salda%c3%bla.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- Trunce, S., Villarroel, G., Arntz, J., Muñoz, S., y Karlis, W. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica*, 9(36), 8-16. <https://doi.org/https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Valiente, C., Suarez, J., y Martínez, M. (2020). Rendimiento académico, aprendizaje y estrés en alumnado de primaria. *Revista Complutense de Educación*, 31(3), 365-374. <https://doi.org/https://doi.org/10.5209/rced.63480>

ANEXOS

Matriz de consistencia metodológica

| Título: Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de 5° “K” de educación secundaria de la Institución Educativa Pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024. | | | | | | | | |
|---|--|---|---|--------------------|---|--|--|---|
| Formulación del problema | Objetivos | Hipótesis | Variables | Dimensiones | Indicadores | Instrumento de recolección de datos | Metodología | Población/ muestra |
| P. General ¿Qué relación existe entre el estrés y el rendimiento en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca en el año 2024? P.Específicos ¿Cuál es el nivel de estrés | O.General Determinar la relación que existe entre el estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca durante el año 2024 O.Específicos | H.General Existe una correlación negativa entre el estrés académico y el rendimiento escolar en los estudiantes de 5to “K” de la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024. | V. Independiente 1 Estrés académico V. Independiente 2 Rendimiento académico | Estresores | La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días. | Inventario SISCO-21 | Cuantitativo No experimental Correlacional | P.Objetiva Los estudiantes del nivel secundario de EBR P.accesible Los estudiantes del nivel secundario de la I.E “San Ramón”. Muestra: 32 estudiantes de la I.E “San |
| | | | | | La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases. | | | |
| | | | | | La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.) | | | |
| | | | | | El nivel de exigencia de mis profesores/as. | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <p>académico que se presenta en los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San Ramón” de la Recoleta de Cajamarca en el año 2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca en el año 2024?</p> <p>¿Qué relación existe entre las dimensiones del estrés académico y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San</p> | <p>Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de 5to K la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, año 2024.</p> <p>Determinar el nivel del rendimiento académico de los estudiantes de 5to K la institución educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, año 2024.</p> <p>Determinar la relación que existe entre las dimensiones del estrés académico y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de 5to K la institución</p> | <p>H.Específicas</p> <p>El nivel de estrés académico de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, 2024, es significativo.</p> <p>El nivel de rendimiento académico de los estudiantes de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca 2024 es bajo.</p> <p>La relación negativa entre las dimensiones de estrés académico y el</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--------------|--|---|--|--|
| Ramón” de La Recoleta, Cajamarca durante el año 2024? | educativa pública “San Ramón” de La Recoleta, Cajamarca, año 2024. | nivel de rendimiento académico de 5to “K” de secundaria de la institución educativa “San Ramón” de La Recoleta de Cajamarca en el año 2024 es altamente significativo. | | | 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. | | | |
| | | | | Comunicación | Obtiene información del texto oral. | Escala de calificación de evaluación de aprendizajes. | | |
| | | | | | Infiere e interpreta información del texto oral. | | | |
| | | | | | Adecúa, organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada. | | | |
| | | | | | Utiliza recursos no verbales y paraverbales de forma estratégica. | | | |
| | | | | | Interactúa estratégicamente con distintos interlocutores. | | | |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto oral | | | |
| | | | | | Adecúa el texto a la situación significativa. | | | |
| | | | | | Organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada. | | | |
| | | | | | Utiliza convenciones del lenguaje escrito de forma pertinente. | | | |
| | | | | | Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto escrito. | | | |
| | | | | | Obtiene información del texto escrito. | | | |
| | | | | | Infiere e interpreta información del texto. | | | |
| | | | | | Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto. | | | |

Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos

INVENTARIO SISCO-21

INSTRUCCIONES

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permite hacer una descripción de usted mismo(a). Para ello, debe indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación está de acuerdo a como siente, piensa o actúa la mayoría de las veces.

| Ítems | Nunca | Casi Nunca | A Veces | Casi Siempre | Siempre |
|--|-------|------------|---------|--------------|---------|
| Estresores | | | | | |
| 1. La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días es elevada. | | | | | |
| 2. La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases no me agradan | | | | | |
| 3. La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.) es desafiante | | | | | |
| 4. El nivel de exigencia de mis profesores/as. es alto | | | | | |
| 5. El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) es difícil de comprender | | | | | |
| 6. El tiempo para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as es bastante limitado | | | | | |
| 7. Tengo poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as. | | | | | |
| Síntomas | | | | | |
| 8. Presento fatiga crónica (cansancio permanente). | | | | | |
| 9. Manifiesto sentimientos de depresión y tristeza (decaído). | | | | | |
| 10. Siento ansiedad, angustia o desesperación. | | | | | |
| 11. Suelo tener problemas de concentración. | | | | | |
| 12. Presento sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad. | | | | | |
| 13. Genero conflictos o tendencia a polemizar o discutir | | | | | |
| 14. Manifiesto desgano para realizar las labores escolares. | | | | | |
| Estrategias de afrontamiento | | | | | |
| 15. Me es difícil concentrarme en resolver la situación que me preocupa. | | | | | |
| 16. Me cuesta establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa. | | | | | |
| 17. Me es difícil analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa. | | | | | |
| 18. Me cuesta mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa | | | | | |
| 19. Se me dificulta recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione. | | | | | |
| 20. Me cuesta la elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas. | | | | | |
| 21. Se me dificulta fijar o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa. | | | | | |

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS PARA EL RENDIMIENTO ACADÉMICO

| N | Nombre y apellidos | Calificación |
|----|--------------------|--------------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| 3 | | |
| 4 | | |
| 5 | | |
| 6 | | |
| 7 | | |
| 8 | | |
| 9 | | |
| 10 | | |
| 11 | | |
| 12 | | |
| 13 | | |
| 14 | | |
| 15 | | |
| 16 | | |
| 17 | | |
| 18 | | |
| 19 | | |
| 20 | | |
| 21 | | |
| 22 | | |
| 23 | | |
| 24 | | |
| 25 | | |
| 26 | | |
| 27 | | |
| 28 | | |
| 29 | | |
| 30 | | |
| 31 | | |
| 32 | | |



Universidad
Nacional de
Cajamarca
"Núcleo de la Universidad Peruana"

Repositorio Digital Institucional
CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

1. Datos del autor:

Nombres y Apellidos: Erleta Emelita Cotrina Cresologo

DNI/Otros N°: 75941324

Correo electrónico: ecotrina19-2@unc.edu.pe

Teléfono: 978103911

2. Grado académico o título profesional

☐ Bachiller ☒ Título profesional ☐ Segunda especialidad

☐ Maestro ☐ Doctor

3. Tipo de trabajo de investigación

☒ Tesis ☐ Trabajo de investigación ☐ Trabajo de suficiencia profesional

☐ Trabajo académico

Título: Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes de 5º "K" de educación secundaria de la Institución Educativa pública "San Ramón" de la Recoleta, Cajamarca, 2024

Asesor: Dr. Segundo Ricardo Cabanillas Aguilor

Jurados: Dr. Juan Francisco García Sedén, Dr. Wighberto Waldir Díaz Cabrera, Dr. Alcides Tineo Tiquillahuanca

Fecha de publicación: 05 / 01 / 26

Escuela profesional/Unidad: Escuela Académico Profesional de Educación

4. Licencias

Bajo los siguientes términos autorizo el depósito de mi trabajo de investigación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Con la autorización de depósito de mi trabajo de investigación, otorgo a la Universidad Nacional de Cajamarca una licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi trabajo de investigación, en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido por conocerse, a través de los diversos servicios provistos por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de la UNC, Colección de Tesis, entre otros, en el Perú y en el extranjero, por el tiempo y veces que considere necesarias, y libre de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Nacional de Cajamarca podrá reproducir mi trabajo de investigación en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.



Universidad
Nacional de
Cajamarca
"Norte de la Universidad Peruana"

Repositorio Digital Institucional
CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Declaro que el trabajo de investigación es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, o coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicho trabajo de investigación no infringe derechos de autor de terceras personas. La Universidad Nacional de Cajamarca consignará el nombre del(los) autor(es) del trabajo de investigación, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la presente licencia.

Autorizo el depósito (marque con una X)

☒ Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.

☐ Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha
____/____/____

☐ No autorizo

Firma

08 / 01 / 2026

Fecha