

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Estrés académico en estudiantes de la facultad de Ciencias Sociales  
en distanciamiento social por COVID-19 – Tumbes 2022

TESIS

Para optar el Título profesional de licenciada en Psicología

Autora: Bach. Elizabeth Yubitza Rugel Lupu

Tumbes, 2023

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Estrés académico en estudiantes de la facultad de Ciencias Sociales  
en distanciamiento social por COVID-19 – Tumbes 2022

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Dr. Abraham Eudes Pérez Urruchi (presidente) .....

Dr. Eladio Vladimir Quintana Sandoval (secretario) .....

Mg. Carlos Alberto Coronado Zapata (vocal) .....

Tumbes, 2023

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Estrés académico en estudiantes de la facultad de Ciencias  
Sociales en distanciamiento social por COVID-19 – Tumbes 2022

Los suscritos declaramos que la de tesis es original en su contenido  
y forma.

Bach. Rugel Lupu Elizabeth Yubitza (autora) ..... 

Dra. Calle Ramirez Xiomara Miluska (asesora) ..... 

Tumbes, 2023



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

## ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS

En Tumbes, a los veintitres días del mes de septiembre del dos mil veintitrés, siendo las doce horas y cero minutos, y en la modalidad presencial se reunieron el Jurado Calificador de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, designado por Resolución N°223-2023/UNTUMBES-FACSO-D, el Dr. Abraham Eudes Pérez Urruchi (Presidente), Secretario :Dr. Eladio Quintana Sandoval Vocal : Mg Carlos Coronado Zapata, reconociendo en la misma resolución además, a la Dra. Xiomara Calle Ramirez "Estrés académico en estudiantes de la facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por COVID-19 – Tumbes 2022", para optar el título profesional de Licenciado en Psicología presentado por la Br. Elizabeth Yubitza Rugel Lupu.

Concluido el acto de sustentación y defensa, absueltas las preguntas formuladas y efectuadas las correspondientes observaciones, el jurado calificador decidió declarar: APROBADO la tesis, por unanimidad con el calificativo de REGULAR, en conformidad con lo normado en el artículo 91. del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes.


Siendo las nueve horas y veinticinco minutos, se dio por concluido el indicado acto académico y en expresión de conformidad se procedió a la suscripción de la presente acta.

Tumbes, 24 de octubre de 2023.

  
DR. ABRAHAM EUDES PÉREZ URRUCHI


DNI N° 00252181

ORCID N° 0000-0003-2037-8951  
(PRESIDENTE)

  
Dr. Eladio Quintana Sandoval

DNI N° 45216370  
ORCID: 0000-0002-9744-3400

(SECRETARIO)

  
Mg. Carlos Coronado Zapata  
DNI: 03872488  
ORCID: 0000-0003-3526-8069

C.C : Vice rectorado De Investigación,  
Vice rectorado Académico  
Unidad de Investigación FACSO  
Interesado  
Archivo

# Estrés académico en estudiantes de la facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por COVID-19 – Tumbes 2022

por Elizabeth Yubitza RUGEL LUPU

---

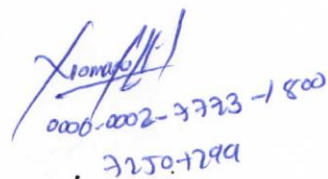
**Fecha de entrega:** 28-oct-2023 12:06p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2209987614

**Nombre del archivo:** Informe\_de\_originalidad\_Rugel\_Lupu.docx (4.14M)

**Total de palabras:** 8980

**Total de caracteres:** 53068

  
Handwritten signature and identification numbers: 0006-0002-3723-1800  
7250-1299

## Estrés académico en estudiantes de la facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por COVID-19 – Tumbes 2022

### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>30%</b> INDICE DE SIMILITUD	<b>31%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>13%</b> PUBLICACIONES	<b>18%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------	---------------------------------------

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>6%</b>
<b>2</b>	<b>www.untumbes.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.untumbes.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>4</b>	<b>Submitted to Universidad Nacional de Tumbes</b> Trabajo del estudiante	<b>2%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>6</b>	<b>www.researchgate.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>repositorio.urp.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>tesis.ucsm.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

*[Firma]*  
000-0002-7773-1800  
7250 + 299

9	<b>docplayer.es</b> Fuente de Internet	1 %
10	<b>repositorio.usil.edu.pe</b> Fuente de Internet	1 %
11	<b>Submitted to Universidad de Málaga - Tii</b> Trabajo del estudiante	1 %
12	<b>repositorio.unprg.edu.pe</b> Fuente de Internet	1 %
13	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	1 %
14	<b>Submitted to Universidad Autónoma de Ica</b> Trabajo del estudiante	<1 %
15	<b>es.slideshare.net</b> Fuente de Internet	<1 %
16	<b>repositorio.ug.edu.ec</b> Fuente de Internet	<1 %
17	<b>repositorio.upla.edu.pe</b> Fuente de Internet	<1 %
18	<b>repositorio.uta.edu.ec</b> Fuente de Internet	<1 %
19	<b>repositorio.unsaac.edu.pe</b> Fuente de Internet	<1 %
20	<b>repositorio.ujcm.edu.pe</b> Fuente de Internet	<1 %

*Leonora*  
0000-0002-7775-1800  
92503299

21	<a href="http://redi.unjbg.edu.pe">redi.unjbg.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
22	<a href="http://revistas.uandina.edu.pe">revistas.uandina.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
23	<a href="http://tesis.pucp.edu.pe">tesis.pucp.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
24	<a href="http://dspace.uclv.edu.cu">dspace.uclv.edu.cu</a> Fuente de Internet	<1 %
25	<a href="http://repositorio.autonomadeica.edu.pe">repositorio.autonomadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
26	<a href="http://repositorio.unh.edu.pe">repositorio.unh.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
27	<a href="http://repositorio.unc.edu.pe">repositorio.unc.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
28	<a href="http://repositorio.upsjb.edu.pe">repositorio.upsjb.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
29	<a href="http://repositorio.unasam.edu.pe">repositorio.unasam.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
30	<a href="http://revistas.uncp.edu.pe">revistas.uncp.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
31	<a href="http://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Fuente de Internet	<1 %
32	<a href="http://dspace.ucuenca.edu.ec">dspace.ucuenca.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %

*Longo*  
000-002-7773-1500  
72507299



33 hal.archives-ouvertes.fr  
Fuente de Internet

<1 %

34 repositorio.umsa.bo  
Fuente de Internet


<1 %

Excluir citas      Apagado  
Excluir bibliografía      Activo

Excluir coincidencias < 15 words

*Handwritten notes:*  
~~1000-0002-7773-1800~~  
7250-7299

## RESPONSABLES

Bach. Rugel Lupu Elizbeth Yubitza (autora)  .....

Dra. Calle Ramirez Xiomara Miluska (asesora)  .....

## **DEDICATORIA**

A mis padres Angelica y Edgar por su apoyo durante este arduo camino, a mi esposo e hijo que me dan fuerzas para seguir adelante con mis proyectos.

Elizabeth Yubitza Rugel Lupu.

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, agradezco a Dios por brindarme sabiduría y fortaleza, a mis padres por nunca dudar de mí, a mi asesora por su inmensurable paciencia y consejos dados, finalmente a las personas que participaron en esta investigación.

A mi esposo e hijo por el soporte y el apoyo que me brindaron a lo largo de este proceso para poder alcanzar mis objetivos personales y profesionales.

## ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria.....	viii
Agradecimiento .....	xi
Índice de tablas.....	xiii
Índice de anexos.....	xiv
Resumen .....	xv
Abstract.....	xvi
i. Introducción.....	17
ii. Revisión de la literatura .....	20
iii. Materiales y métodos .....	31
iv. Resultados y discusión.....	38
v. Conclusiones.....	44
vi. Recomendaciones.....	45
i. Referencias bibliográficas .....	46
ii. Anexos .....	52

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población de la Facultad de Ciencias Sociales de Universidad Nacional de Tumbes .....	33
Tabla 2. Criterios de investigación .....	35
Tabla 3. Confiabilidad de las dimensiones del estrés académico; <b>Error! Marcador no definido.</b>	
Tabla 4 Población y Muestra de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.....	40
Tabla 5 . Nivel de estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales durante el distanciamiento social por COVID 19 - Tumbes 2022. ....	38

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo N°1 Matriz De Consistencia .....	53
Anexo N°2 Operacionalización De Variables .....	55
Anexo N°3: Resolucion De Cambio De Titulo De Proyecto De Tesis .....	56
Anexo N°4 Trámite Virtual Para El Cambio Del Titulo .....	57
Anexo N°5: Resolución De Aprobación De Proyecto .....	58
Anexo N°6: Certificación .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Anexo N°7 Solicitud Para La Aplicación De Instrumentos .....	59
Anexo N°8: Consentimiento Informado .....	60
Anexo N°9: Instrumento .....	61
Anexo N°10: Instrumento de Google Drive.....	

## RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo general conocer el nivel de estrés académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales durante el distanciamiento social ocasionado por el COVID-19 en la ciudad de Tumbes en el año 2022; El estudio realizado fue de enfoque cuantitativo-descriptivo con un diseño transversal no experimental. El grupo objetivo acotado estuvo conformado por 676 estudiantes, la muestra estuvo conformada por 246 estudiantes, cuyos criterios de selección en el estudio fueron hombres y mujeres de 17 a 25 años, que estudiaron en el semestre 2022-1 y que dieron su consentimiento informado. Asimismo, la técnica de recolección de datos fue un cuestionario utilizando el siguiente instrumento: Inventario SISCO de Estrés Académico. En los resultados de la investigación desarrollada se obtuvo que el nivel de estrés académico en los estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias Sociales está presente en mayor porcentaje en nivel moderado con 72,36% y fuerte con 24,80%; asimismo en la dimensión estresores y síntomas presenta nivel moderado en el 56,50% y 56,10% respectivamente. En cuanto a la dimensión de estrategias de afrontamiento para el estrés académico se encontraron niveles con 56,50% moderado y 35,37% para fuerte. Finalmente se concluye que los estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias Sociales padecieron de moderados y fuertes niveles de estrés académico durante el distanciamiento social por COVID-19, por lo tanto, necesitan adquirir o mejorar las estrategias de afrontamiento como solución al estrés propio de la vida universitaria.

**Palabras clave:** Estrés académico, COVID-19, distanciamiento social, estresores, estrategias de afrontamiento.



## ABSTRACT

The general objective of the study was to know the level of academic stress of the students of the Faculty of Social Sciences during the social distancing caused by COVID-19 in the city of Tumbes in the year 2022; The study carried out had a quantitative-descriptive approach with a non-experimental cross-sectional design. The limited target group was made up of 676 students, the sample was made up of 246 students, whose selection criteria in the study were men and women between 17 and 25 years old, who studied in the 2022-1 semester and who gave their informed consent. Likewise, the data collection technique was a questionnaire using the following instrument: SISCO Academic Stress Inventory. In the results of the research carried out, it was obtained that the level of academic stress in university students of the Faculty of Social Sciences is present in a higher percentage at a moderate level with 72.36% and strong with 24.80%; Likewise, in the stressors and symptoms dimension, it presents a moderate level in 56.50% and 56.10% respectively. Regarding the dimension of coping strategies for academic stress, levels were found with 56.50% moderate and 35.37% for strong. Finally, it is concluded that the university students of the Faculty of Social Sciences suffered from moderate and strong levels of academic stress during social distancing due to COVID-19, therefore, they need to acquire or improve coping strategies as a solution to the stress of the college life.

**Keywords:** Academic stress, COVID-19, social distancing, stressors, coping strategies.

## I. INTRODUCCIÓN

La crisis global del coronavirus planteó grandes cambios en el ámbito social educativo, político y económico con consecuencias letales en el día a día, cambiando usos y hábitos en la población mundial para luchar contra esta enfermedad (RAE, 2022).

Dentro de los cambios que se tuvieron que asumir está la educación, la cual fue casi 100% virtual, todo ello conllevó a modificar las perspectivas de aprendizaje de los alumnos en los diferentes niveles, por lo que esta crisis sacó a las personas de su zona de confort y ha permitido relucir las cualidades de los docentes, estudiantes y la comunidad educativa; sin embargo, así como sacó lo positivo, también generó desconfianza en la enseñanza a distancia, refiriendo que la educación en línea no ofrecía lo mismo que la presencial (Clarín, 2020).

Por lo tanto, muchos de los cambios que se tuvieron que realizar desde el inicio de la cuarentena por la pandemia del Covid-19, tuvieron un efecto negativo en la población, como estrés, pánico, miedo, ansiedad; un claro ejemplo de esto es el desgaste cognitivo y emocional que afectó a los estudiantes universitarios debido al cambio de una educación tradicional de manera presencial a una totalmente moderna y virtual (Rujel, 2022). Se puede entender entonces que una de las situaciones más recurrentes en estudiantes universitarios es el estrés ocasionado por el cambio de la estructura educativa durante el distanciamiento social por la crisis atravesada.

Por consiguiente, González, et al, (2020) en un estudio en estudiantes universitarios mexicanos refiere que los síntomas presentados se dieron en primer lugar: la ansiedad (40.3%), insomnio (36.3%), estrés (31.92%). asimismo, dificultad en las actividades sociales diarias (9.5%) los síntomas psicósomáticos (5.9%), y depresión (4.9%), sobre todo en mujeres y en estudiantes de 18 a 25 años; asimismo se dio a conocer que los niveles más altos de ansiedad los presentaron los hombres.

Apaza et al. (2020), un estudio realizado en Perú con una población mayoritaria entre los 20-30 años (53%), y con menor proporción entre 15-19 años (47%), donde 66,2% fueron mujeres, y el 33,8% eran varones. El estudio encontró que en el contexto de la pandemia de COVID-19 se presentaron ansiedad severa (26.4%), estrés (38.7%) y depresión moderada (48%) como resultado de esta pandemia. recibir un toque de queda.

En tal sentido, el presente estudio teóricamente es significativo porque, genera nuevos conocimientos e información con respecto al estrés académico en el ámbito universitario, brindando de este modo sendas para la intervención, prevención y determinación de grupos de riesgo en la comunidad educativa.

Este trabajo se basa en el empleo de técnicas de investigación como el instrumento validado siendo este el cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis COVID-19, la cual parte después de una investigación que se llevó a cabo en 4 universidades de la región Junín de Perú con 151 estudiantes voluntarios, es válido y confiable, al demostrar la existencia de índices de estrés en la población universitaria (Alania, 2020). Por lo tanto, en el aspecto metodológico es relevante para determinar la incidencia del estrés académico en los estudiantes.

En ese contexto, a nivel social adquiere relevancia, ya que los resultados obtenidos, demuestran que contribuye con los estudiantes acerca de la incidencia del estrés académico y su influencia en las dimensiones de estresores (como la frecuencia de

los mismos), síntomas (reacciones al estrés) y también las estrategias de afrontamiento, aunado a esto, en el aspecto práctico los resultados de la presente investigación son importantes porque se ha realizado una adaptación del cuestionario SISCO SV, utilizado para conocer el Estrés académico en estudiantes Universitarios en el contexto de la crisis por COVID-19, el cual es válido, confiable y llevado al ámbito local.

En consecuencia, manejar adecuadamente las consecuencias negativas que resulten dentro de la población estudiada, brinda una mejor perspectiva y comprensión que el tema estudiado es relevante ya que hasta el momento no hay estudios a nivel de la localidad.

Para llevar a cabo esta investigación se estructuró de la siguiente manera: en el capítulo 1 se determinó el objetivo principal, la situación problemática como lo fue la necesidad de saber cómo estaba afectando el estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en el distanciamiento social por COVID-19, para ello se buscó toda la documentación posible de las investigaciones anteriores que tengan relación con el tema elegido.

En el capítulo 2 se realizó la revisión de la literatura lo que incluyó conceptos empleados en relación a la variable de estudio y la teoría que respalda a la investigación, de tal manera se formularon las hipótesis en relación a si existe el estrés académico en los estudiantes de la facultad de ciencias sociales en el distanciamiento social por COVID-19.

En el capítulo 3 se narra la metodología, la descripción de la población y muestra, las técnicas e instrumentos que se utilizaron; se detalló el desarrollo del trabajo a través de un cronograma y presupuesto.

En el capítulo 4 se describen los resultados principales obtenidos durante todo el proceso de investigación, finalmente en el capítulo 5 se presentan las principales conclusiones y se suma las recomendaciones que a futuro contribuirán a ampliar este campo de investigaciones.

## II. REVISION DE LA LITERATURA

### 2.1 ELEMENTOS TEORICOS

Entender el proceso de estrés en el contexto académico involucra conocer la perspectiva de algunos investigadores en relación a este tema:

Para Orlandini (2009) en el libro denominado “el estrés qué es y cómo evitarlo” refiere que, desde el inicio del aprendizaje escolar en los niños, hasta la llegada de educación universitaria y post grado, las personas se encuentran en una etapa de aprendizaje, viven diferentes situaciones que le pueden generar tensión; y a esto él lo denominó estrés académico, situación que se puede dar en todos los periodos de aprendizaje del ser humano.

Otros autores entienden el estrés académico como una situación creada por las exigencias de la educación superior que afecta no solo a los estudiantes sino también a los docentes(Berrio & Mazo, 2011).

Para Martínez y Diaz (2007) el estrés escolar es la incomodidad que siente el estudiante, por situaciones externas o internas generadas por una presión educativa, o de carácter competitivo, la cual afronta en los diferentes contextos en el que se desarrolla siendo este académico, personal, social, dándose muchas veces a través de la búsqueda de reconocimiento e identidad personal.

Barraza (2006), plantea la teoría general de sistemas de Colle, y también el modelo transaccional del estrés de Lazarus Richard, dicha investigación menciona que las personas se encuentran siempre dentro de sistemas organizacionales a lo largo de su vida, principalmente en el sector educativo, donde pasan la mayor parte de su vida, por lo que es inevitable que presenten situaciones estresantes en su rol como

estudiantes; las exigencias que se dan dentro de este ámbito (input) pueden ser generales (integrarse a la organización, calendario escolar, horario escolar, etc.) o estar en el segundo nivel, el áulico, (relacionada con docentes y compañeros).

Estas situaciones exigen al estudiante, a actuar de forma específica (output), no sin antes realizar una autovaloración cognitiva de lo que constituye la demanda (input) y de los recursos con los que cuenta, presentándose dos casos (Villarreal & Tohmé, 2017) :

1. Cuando lo que se le exige puede ser afrontado, el estudiante logra mantener un equilibrio sistémico en relación a su entorno.
2. Cuando la exigencia se siente como una amenaza, desafío, pérdida o con emociones negativas relacionadas, la consecuencia es un desequilibrio sistémico que lo relaciona con el ambiente, presentándose una situación estresante.

Presenta una amplia gama de síntomas e indicadores que pueden ocurrir a nivel psicológico, conductual o físico. Por lo tanto, el individuo tiene el impulso (salida) para seguir adelante, reequilibrando así todo el cuerpo, procediendo a nuevas evaluaciones que conducen a las estrategias de afrontamiento más adecuadas y, en última instancia, restaurando los desequilibrios sistémicos, etc. Puede pasar a la acción (salida) para. Generar una tercera evaluación (evaluación) que determine el éxito o realineamiento. (Barraza, 2006)(Ver figura 1)

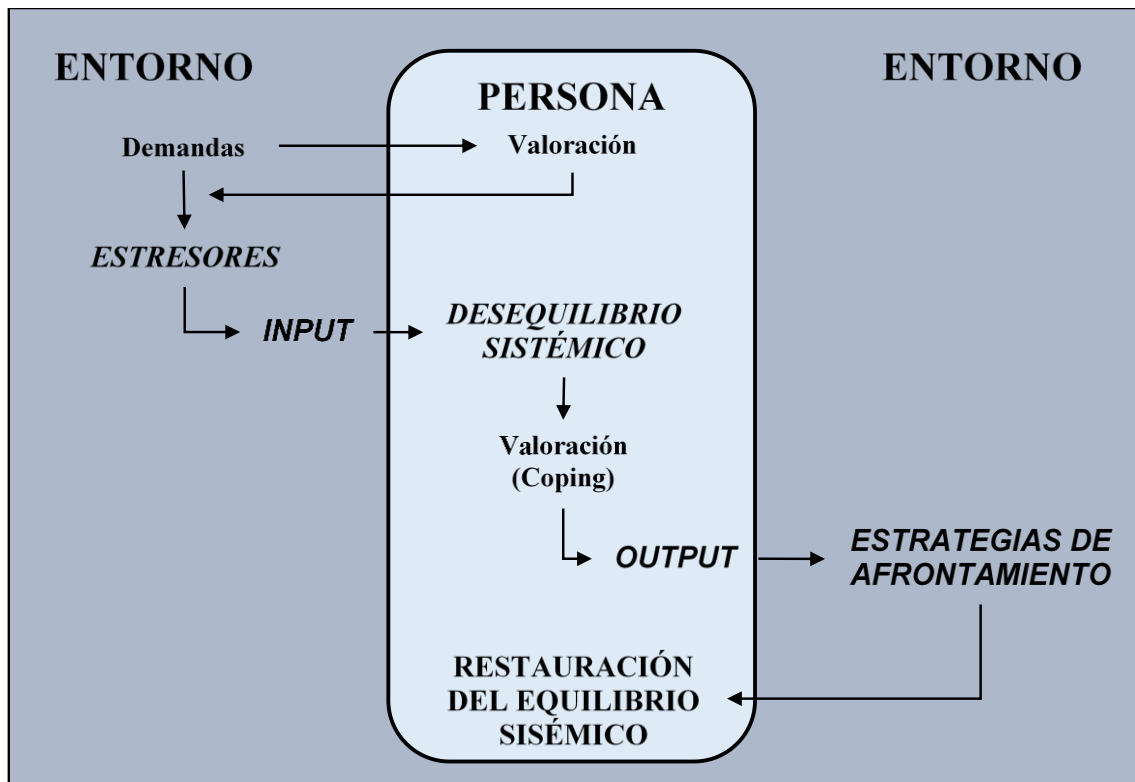


Figura 1. Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico  
Fuente: (Barraza, 2006).

El estudiante a través de sus procesos cognitivos y afectivos durante la etapa universitaria descubre el impacto de los estresores académicos. Por ende, durante el desarrollo de las clases se conocen las exigencias de este nivel de instrucción, a los cuales ante las demandas responde de manera eficiente o ineficiente, lo cual le puede generar diversas respuestas como confianza, satisfacción, felicidad, o por lo contrario miedo, ira, ansiedad, etc, asimismo, existen investigaciones que relacionan la empatía cognitiva y afectiva de manera inversa con las conductas antisociales y delictivas (Hueda Cuba, 2018).

El inicio a la vida universitaria por sí misma compone una experiencia estresante el cual implica enfrentar cambios importantes no solo en el estudio, aprendizaje, y esfera personal, estos elementos podrían aumentar el riesgo de generar sintomatología clínica a estos nuevos estudiantes que ingresan a la universidad (Román, Ortiz, & Hernández, 2008).

Hablar de estrés académico, se interpreta como una gama muy amplia de experiencias como la inquietud, agobio, cansancio, tensión, nerviosismo y otras similares sensaciones, tales como la presión laboral, escolar o de otra índole. También, se agregan circunstancias de pánico, miedo, temor, incompetencia de socialización, vacío existencial, incapacidad de afrontamiento, afán por cumplir, urgencia por realizar propósitos, metas y objetivos (Campos, 2017).

En particular, este entorno tiene un control impreciso de este nuevo entorno que puede crear estrés potencial, aunque temporal, y en última instancia, potencialmente junto con otros mecanismos, causar abandono académico en la universidad. Los escenarios de mayor estrés son relevantes en la medida en que los sujetos pueden experimentarlos. (Silva Ramos , López Cocotle, & Columba Meza Zamora, 2019).

Los diversos factores que estimulan el desequilibrio psíquico y emocional en el ámbito laboral, familiar y docente en los muchos procesos de aprendizaje que se ven afectados. Dichas exacciones académicas trabajan como estímulos persistentes o estresores curriculares como reacción a ambientes de agobio, también denominadas estrés estudiantil (Espinoza Castro & Hernandez Lalinde, 2020).

Los diferentes factores implicados en el estrés académico se incluyen a los moderadores socioeconómicos, psico socioeducativo, biológico y psicosociales. Estas variables moduladoras influyen constantemente en el proceso del estrés, comenzando desde los factores causales, hasta las consecuencias del mismo, en conclusión, contribuye con el afrontamiento del estresor y así conseguir la mayor probabilidad de éxito (Sarubbi De Rearte & Castaldo, 2013).



Se debe considerar que la inducción, continuación y el término de la educación del alumno en la institución educativa es una experiencia de aprendizaje que tienen a causar estrés académico; pero esta versión, algunos se llevan de forma casual, en cambio otro no tanto esto se afirma en las diversas investigaciones al respecto del tema, y serán valoradas como tal (Sarubbi De Rearte & Castaldo, 2013).

Numerosos estudios han documentado la expresión negativa de altos niveles de estrés (angustia) para los estudiantes y sus beneficios académicos, y altos niveles de estrés están asociados a niveles motores, fisiológicos y cognitivos en las personas, se afirma que confunde el sistema de reacción. Las alteraciones que se presentan en estos tres niveles de respuesta tienen un impacto negativo en el rendimiento académico, mientras que otros autores siempre están alerta y creen que es necesario un estrés innegable para desempeñarse adecuadamente en las exigencias y tareas universitarias, habla de la importancia de los niveles. (Román, Ortiz, & Hernández, 2008).

Se concluye que, el estrés que sufren los estudiantes como consecuencia de las exigencias internas y externas que mueven el mundo educativo en el que se desarrollan (Barraza, 2006)

Así mismo, la adolescencia coincide con el ingreso a la universidad, también, compone el ingreso a un entorno social de desarrollo que se diferencia como complejas y nuevas para el desarrollo de los alumnos. El período de cambios muy marcados tanto psicológicamente como orgánicamente, donde se adoptan distintos hábitos propios y adquisición constante de nuevos conocimientos (Duran & Alaiz Rodríguez, 2022).

La situación de pandemia ha generado que las personas utilicen como medio de prevención el distanciamiento social, este consiste en mantener una distancia no menor de dos metros con otras personas que no viven en nuestro entorno familiar o cercano, si bien es cierto muchas veces cuando se ha adquirido alguna enfermedad en un contexto diferente al actual, este siempre había sido sinónimo de unión familiar y social, pero en el caso del Covid-19 es todo lo contrario, pues se afirma que solo teniendo un distanciamiento social se puede disminuir su contagio (OMS, 2019).

Por otra parte, Khan et al. (2020) menciona que la desilusión, crisis de pánico, trastorno de sueño, ansiedad e ira son manifestadas en las personas en la pandemia debido al confinamiento. El distanciamiento social se ha aplicado en todos los aspectos de nuestra vida cotidiana actual, de los cuales resaltamos la educación virtual, ya que es una forma de distanciamiento social entre alumnos y docentes.

Y así como el distanciamiento social tiene aspectos positivos para nuestra salud, también se ha determinado que tiene aspectos negativos tales como el estrés, el aburrimiento, la depresión, entre muchos más (ESAL, 2020). Uno de los aspectos negativos del distanciamiento social es el estrés académico en universitarios, ya que están en un período de aprendizaje en el que la interacción con los compañeros, docentes es un aspecto vital, para su adecuado desenvolvimiento académico (Rujel, 2022).

El estudiante a través de sus procesos cognitivos y afectivos durante la etapa universitaria descubre el impacto de los estresores académicos. Por ende, durante el desarrollo de sus clases va conociendo el ámbito académico y puede darse cuenta de las exigencias de este medio a los cuales ante las demandas responde de manera eficiente o ineficiente, lo cual le puede generar diversas respuestas como confianza, satisfacción, felicidad, o por lo contrario miedo, ira, ansiedad, etc. (Cerna, 2018).

Podemos concluir que, el estrés académico se da en los estudiantes de educación superior generando en ellos estresores durante las actividades académicas que desarrollan. Este concepto se da debido al estrés que sufren los estudiantes como consecuencia de las exigencias internas y externas que estremecen su desenvolvimiento educativo (Morales, 2017).

## 2.2 CONCEPTOS TEORICOS

### El Estrés

El estrés es una respuesta física que se da debido a diversos acontecimientos de cambios positivos o negativos; en el caso de los estudiantes, llegar a ser universitarios es una transformación trascendental y abrumante para sus vidas, llegando a tener la oportunidad de decidir de manera personal sin ser influenciados por sus padres, adquieren una mayor autonomía (Flores, 2017).

### Estrés académico:

El estrés académico es uno de los problemas psicológicos a los que se enfrentan los estudiantes, un reto constante con el uso de los recursos físicos y las exigencias a las que se enfrentan. Sufren de poco interés en el aprendizaje, fatiga, tensión e incluso pérdida de control, los trastornos del sueño y la evasión de responsabilidades también afectan el desempeño de los estudiantes, promueven el uso de drogas y tienen una variedad de efectos negativos en las ambiciones personales y el desempeño laboral. (Águila, 2014).

### Distanciamiento social:

según Hopkins (2020), menciona que se deben respetar ciertos espacios físicos entre las personas para evitar la propagación de cualquier tipo de contagio o enfermedad que pueda transmitirse por contacto humano (como es el caso del nuevo coronavirus). Con mascarillas, restricciones de tiempo de viaje (toques de queda), cierres de fronteras a través de espacios cerrados y proximidad personal, este distanciamiento actúa como una estrategia para reducir las interacciones sociales.COVID-19:

Según la OMS (2020), el COVID-19 es una enfermedad causada por el nuevo coronavirus SARS-CoV-2. La OMS se enteró por primera vez de la existencia de este nuevo virus el 31 de diciembre de 2019, cuando se le informó de una serie de casos de "neumonía viral" reportados en Wuhan. (República Popular China).

### Educación a Distancia:

Es una forma de educación que ha revolucionado el aprendizaje en todos los niveles de la educación existente. Esta formación se puede impartir a través de diversos medios técnicos de comunicación, Teléfonos móviles, tabletas, ordenadores, iPads, etc. También pasa por programas y redes sociales como nexos entre profesores y alumnos. También emplea técnicas y estrategias diferentes a las clases presenciales, ayudando a los estudiantes a desarrollar sus habilidades y destrezas. (ESAL, 2020).

## **2.3 ANTECEDENTES**

### Antecedentes internacionales

En España, Ozamiz et al, (2020). “Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España”, su investigación tenía como objetivo determinar los niveles de depresión, estrés y ansiedad durante el brote de COVID-19 en la primera fase su población estuvo conformada con 976 ciudadanos del norte de España; en estas investigaciones se logró descubrir que los grupos más jóvenes en la población de estudio (18-25 años) tuvieron como resultados niveles más elevados de estrés en diferencia con el grupo de 26-60 años y mayores de 60. También se concluyó que el impacto mayor fue para los que manifestaron síntomas de enfermedades crónicas en el ámbito psicológico.

En China, Wang et al. (2020). En su tesis “Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China” se planteó como principal objetivo encuestar al público en general de China para comprender mejor sus niveles de impacto psicológico, ansiedad, depresión y estrés durante la etapa inicial del brote de COVID-19. El cual contó con una muestra de 1210 participantes que se llevó a cabo durante la fase inicial del brote de COVID-19. Siendo una investigación de diseño no correlacional, de tipo cuantitativa, descriptiva, los

resultados obtenidos revelan que el 8,1% reportó niveles de estrés moderados a severos.

Por otra parte, González et al. (2020). Ejecutaron una investigación en el cual se evaluó “los niveles de estrés, ansiedad, depresión, y la percepción del estado de salud de los universitarios mexicanos”, esta muestra estuvo conformada de manera no aleatoria y por conveniencia. La muestra se representó por 644 (368 hombres y 276 mujeres) en el tiempo de siete semanas de confinamiento motivo de la pandemia de COVID-19. Utilizaron el método de estudio observacional-transeccional, quienes realizaron la encuesta online y así determinar algún síntoma psicológico, este se constituyó gracias a la escala de estrés percibido (PSS-14), al Inventario de Ansiedad Estado, datos sociodemográficos y Cuestionario General de Salud (GHQ-28). Logrando los resultados donde se encontraron síntomas moderados a severos de estrés en un 31.92%, en relación al grupo de estudiantes jóvenes y mujeres (18-25 años). Se concluye lo necesario de llevar a cabo e implementar programas de prevención, control y disminución de los efectos psicológicos que genero el confinamiento.

León et al. (2019), en su investigación que tituló “Estrés, Autoeficacia, Rendimiento Académico y Resiliencia en Adultos Emergentes”; tuvo como objetivo principal determinar si el rendimiento, estrés y la autoeficacia académica se vinculan con la resiliencia. La muestra estuvo conformada por 288 estudiantes de ambos sexos de una universidad pública de México; los instrumentos aplicados fueron el cuestionario de resiliencia, inventario de estrés académico y escala de autoeficacia en conductas académicas. Dentro de los resultados de la investigación sugieren un mayor porcentajes de niveles medios de estrés académico en estudiantes, esta situación se encuentra íntimamente relacionada con el hecho de que la gran mayoría de estudiantes no trabajan y viven con los padres, asumiendo únicamente la responsabilidad de rendir en el ámbito académico.

## Antecedentes nacionales

Apaza et al. (2020). en su investigación “Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú”, utilizaron un diseño no experimental, correlacional con muestreo no probabilístico por conveniencia, transversal y cuantitativo-descriptivo, se encuestó a 296 estudiantes desde el 2º al 9º ciclo, los cuales participaron en la encuesta virtual durante los meses de abril y mayo de 2020. Los resultados de la investigación revelaron que el 37,8% de los estudiantes presentaron sintomatología y reacciones psicológicas, físicas y conductuales, dentro de las que destacan: recursos insuficientes de afrontamiento (10,5%), cansancio y fatiga (10,8%), trastornos del sueño (9,5%).

Verastegui (2019) Estudió la “Relación entre estrés académico y resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte”. utilizó un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y de tipo correlacional, escala de resiliencia desarrollado por Wagnild y Young (1993) y el inventario SISCO en estrés académico (Barraza, 2007) y. La muestra fue de 392 estudiantes entre 16 y 45 años, de ambos sexos de las carreras de Contabilidad con mención en Finanzas, Educación Primaria y Enfermería desde el décimo hasta el primer ciclo. Como resultados se obtuvo que el 39% de los estudiantes presentaron nivel medianamente alto de estrés académico, seguido en 31,4% por el nivel medio y 9,7% en nivel alto.

Por consiguiente, Cornejo y Salazar (2018) llevaron a cabo la tesis denominada “Estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional de Chiclayo”, la cual es una investigación de tipo cuantitativa y diseño no experimental, transversal descriptiva con método comparativo y con el objetivo principal de determinar las diferencias de estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional. La muestra estuvo conformada por 415 estudiantes de ambos sexos. El instrumento aplicado fue el Inventario SISCO de estrés académico. Los resultados evidencian que el 42,9% de los estudiantes de ambas universidades presentaron nivel medio, seguidos del nivel alto en 29,2% y 28,4% de nivel bajo.

Por otra parte, Morales (2017) hizo una tesis denominada “Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Ciencias y Humanidades”, la cual tuvo un diseño descriptivo correlacional y como objetivo principal establecer la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes universitarios. participaron 91 estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud y los instrumentos administrados fueron Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) y la escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA). Los resultados mostraron una relación positiva débil entre las variables de estudio.

#### Antecedentes locales

Cabe mencionar que para la presente investigación no se encontraron antecedentes locales en el distrito de Tumbes, es por ello, que con nuestra investigación se espera generar promover futuras tesis y nuevos conocimientos con respecto al estrés académico en el ámbito universitario.

### **III. MATERIALES Y METODOS**

#### **3.1. Tipo y Diseño De Investigación**

Se realizó una investigación de tipo cuantitativo– descriptiva, diseño no experimental de corte transversal, como variable se tuvo el estrés académico en los estudiantes de la Universidad Nacional Tumbes para luego ser analizados, dado que aplica la deducción de la circunstancia que se presenta (durante el distanciamiento social por COVID 19), centrándose en la recolección de datos que describan la situación tal y como es (Hernández, et al. 2014).

Es una investigación de diseño no experimental, permitiendo acotar, ordenar, caracterizar y clasificar los argumentos necesarios para responder a las preguntas de investigación y los objetivos, pero la fuente de este tipo de diseño está en su forma de describir, "es decir hacer una descripción del fenómeno lo más precisa y exacta que sea posible" (Tinto, 2013). Debido a que no se realizó una manipulación de la variable y sus dimensiones del presente estudio como es el Estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por covid-19 - tumbes 2022.



Se establece con el siguiente esquema:

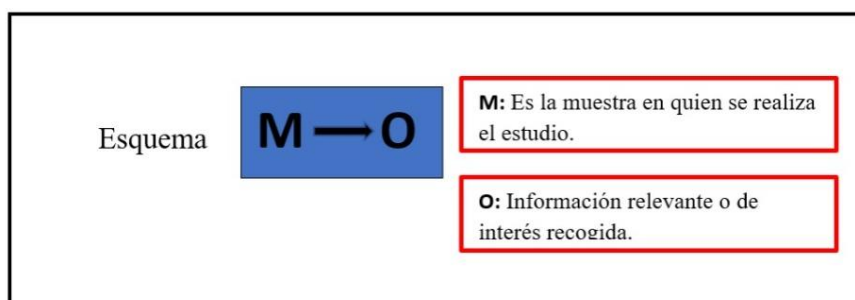


Figura 2. Esquema de la investigación.

### 3.2. HIPOTESIS DE INVESTIGACION

H1. Existe estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por Covid 19 – Tumbes 2022.

Ho. Estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por Covid 19 – Tumbes 2022.

### 3.3. POBLACION Y MUESTRA

Población

Porras (2017) define a la población como un conjunto de todas las unidades de observación que son parte del análisis a ejecutar. Considerándolo como el objeto real de interés del cual la muestra escogida constituye un subconjunto particular. Entendiendo así que la población, se clasifica en 2 categorías, finita, la cual representa el proceso de conteo de las unidades que la conforman puede completarse o si incluye un número limitado de medidas u observaciones. Sin embargo, al tratarse de una población infinita, abarca un conjunto de medidas que no puede obtenerse por conteo.

Motivo por el cual, para la presente investigación, se determinó a una población finita conformada por 676 estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes del ciclo académico 2022-I.

Cuadro 01. Población de la Facultad de Ciencias Sociales de Universidad Nacional de Tumbes

<b>Escuela Profesional</b>	<b>N°</b>
Educación con especialidad en Inicial	153
Ciencias de la Comunicación	170
Psicología	187
Turismo	166
<b>Total</b>	<b>676</b>

Fuente: Elaboración propia

### Muestra

Según López (2018) Una muestra estadística es un subconjunto de valores o datos que forma parte de una población de análisis, que consiste en conteos u observaciones numéricas que representan de manera razonable y confiable el valor total de la población.

Para calcular el tamaño de la muestra para una población finita, primero determinamos la población total a estudiar. Esto se determinó utilizando la fórmula de población finita de Cochran:

$$n = \frac{N * Z^2 * P * (1 - P)}{(N - 1) * E^2 + Z^2 * P * (1 - P)}$$

Siendo:

n =Muestra, 246 estudiantes

N =Población, 676 estudiantes.

Z =Nivel de confianza del estudio, 95%= 1.96

P =Probabilidad de ocurrencia, 50%= 0.5

Q =Probabilidad de no ocurrencia, 50% = 0.5

E =Margen de error permisible, 5%= 0.05

Reemplazando valores:

$$n = \frac{676 * 1.962 * 0.5 * (1 - 0.5)}{(676 - 1) * 0.052 + 1.962 * 0.5 * (1 - 0.5)}$$

Muestra = 246 Estudiantes.

Muestreo:

La presente investigación utilizó un muestreo estratificado a fin de que establecer criterios de representatividad por cada programa académico perteneciente a la Facultad de Ciencias Sociales.

*Cuadro 4.*

*Población y Muestra de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.*

<b>Escuela Profesional</b>	<b>Población</b>	<b>Muestra</b>
Educación con especialidad en Inicial	153	56
Ciencias de la Comunicación	170	62
Psicología	187	68
Turismo	166	60
Total	676	246

### **3.4. CRITERIOS DE INCLUSION Y EXCLUSION**

## Cuadro 2.

### Criterios de investigación

<b>Criterios de la Investigación</b>	
<b>Criterios de</b>	Alumnos matriculados en el presente semestre académico 2022-I.
<b>Inclusión</b>	Estudiantes con edades entre 17 a más.
<b>Criterios de Exclusión</b>	Estudiantes que acepten el consentimiento informado
	Estudiantes que presenten dificultad o no tengan conexión a internet para resolver el cuestionario.

Fuente: Elaboración propia.

### 3.5. TÉCNICAS

En el estudio se utilizó como técnica de recolección de datos la encuesta, mientras que el instrumento para obtener la información necesaria para su posterior análisis de la variable trabajada fue aplicado de forma individual “cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis COVID-19 de Alania”, adaptada al Perú (Alania Contreras, Llancari Morales, Rafaele de la Cruz, & Dayan Ortega Révolo, 2020).

Análisis estadístico utilizando el coeficiente de concordancia V de Aiken para la validez de contenido, el coeficiente de correlación ajustado de Pearson r (ítem, total) para la validez de la configuración y el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach para la confiabilidad del instrumento.

La confiabilidad del instrumento se evalúa mediante el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach para cada dimensión de la carga académica. Según este coeficiente (tabla), las tres dimensiones del estrés académico son altamente fiables, con una fiabilidad excelente (0,85 a 1) (Muñiz, 2005; citado por Prieto y Muñiz, 2000,

Ferrer, Aguilera y Pero, 2011). , menos que 0, 9937 (acción) y 0.9518 (síntoma). Estos resultados indican que las dimensiones de estrés académico son confiables y también lo son los instrumentos de estrés académico..

Sin embargo, en Perú, el Inventario de Estrés Académico SISCO SV, adaptado al contexto de la crisis del COVID-19, tiene un coeficiente de concordancia Aiken-V superior a 0,75, demostrando validez general y específica de contenido. El Inventario de Estrés Académico SISCO SV, adaptado al contexto de la crisis del COVID-19, tiene validez de constructo con un coeficiente de correlación  $r$  de Pearson ajustado superior a 0,2. El Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de la crisis por COVID-19 es confiable, con coeficientes de consistencia interna alfa de Cronbach superiores a 0.88

### **3.6. PROCEDIMIENTO DE ANALISIS DE DATOS**

A cada sujeto de estudio, se le solicitó su autorización para participar en la presente investigación, luego de esto, a través de la plataforma digital de formulario de Google, se envió el cuestionario, y así se obtuvo la recolección de datos, aplicándose de manera individual y anónima.

Una vez recolectada la información, se elaboró una base de datos considerando los criterios de inclusión y exclusión del estudio, se ingresaron los datos en un programa de Excel y la información se ingresó mediante el Paquete Estadístico del Programa de Estadísticas Sociales. Ciencia (SPSS) Estadística 25. Además, la parte estadística se realizó mediante análisis de frecuencias, cuadros estadísticos y gráficos circulares. Finalmente, se produjo una tabla en forma académica adecuada.

### **3.7 ASPECTOS ETICOS**

La tesis desarrollada se enmarca en el artículo 24 del Capítulo III del Código de ética del colegio de psicólogos del Perú, el mismo que precisa, que todo psicólogo orientado a la investigación con otros seres humanos debe contar con el consentimiento informado de los sujetos involucrados en el estudio, si se trabaja con personas incapaces se debe solicitar el consentimiento del responsable a cargo

de los sujetos. Es por ello que se proporcionó previamente a cada participante un documento de consentimiento informado.

Por consiguiente, busco salvaguardar los derechos intelectuales de los autores, respecto a las teorías y a la información que ha sido plasmada en el presente estudio por lo que se precisa, el desarrollo es con fines netamente académicos y la información recolectada será tratada de manera confidencial, por ende, la investigadora llevo a cabo la investigación con responsabilidad y ética.

## IV. RESULTADOS Y DISCUSION

### 4.1. RESULTADOS

A continuación, se presentarán los resultados obtenidos en esta investigación en función de los objetivos planteados previamente, empezaremos presentando los porcentajes en cuanto a los niveles de estrés académicos alcanzados para dar respuesta al objetivo principal.

Cuadro 5.

Nivel de estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales durante el distanciamiento social por COVID 19 - Tumbes 2022.

		Frecuencia	Porcentaje
Niveles de	Leve	7	2,8
Estrés	Moderado	178	72,4
Académico	Fuerte	61	24,8
	Total	246	100,0

$f_x$  = Frecuencia; % = Porcentaje.

Se puede observar en el cuadro 5. Que, tras la aplicación del cuestionario de estrés académico en 246 estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, los mayores porcentajes de estrés académico se encuentran en el nivel moderado con 72,4%, seguido por fuerte con 24,8% y leve con sólo el 2,8%.

Para responder a los objetivos específicos se describen los hallazgos obtenidos al porcentaje y niveles de estresores según el estrés académico presente en los estudiantes.

Cuadro 6. Niveles de estresores según el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales durante el distanciamiento social por COVID 19 - Tumbes 2022.

		Frecuencia	Porcentaje
Estresores	Leve	12	4,9
	Moderado	139	56,5
	Fuerte	95	38,6
	Total	246	100,0

Se puede observar en el cuadro 6. Que los niveles de estresores que presentan los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes presentan mayor porcentaje en el nivel moderado con 56,50%, siguiendo el nivel fuerte con 38,62% y leve con 4,88%.

Cuadro 7. Niveles de síntomas según el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales durante el distanciamiento social por COVID 19 - Tumbes 2022.

		Frecuencia	Porcentaje
Síntomas	Leve	54	22,0
	Moderado	138	56,1
	Fuerte	54	22,0
	Total	246	100,0

Se puede observar en la tabla 7. Que los niveles de síntomas que presentan los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes presentan mayor porcentaje en el nivel moderado con 56,10%, siguiendo los niveles fuerte y leve con porcentajes iguales del 21,95%.



Cuadro 9. Niveles de estrategias afrontamiento según el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales durante el distanciamiento social por COVID 19 - Tumbes 2022.

		Frecuencia	Porcentaje
Estrategias de afrontamiento	Leve	20	8,1
	Moderado	139	56,5
	Fuerte	87	35,4
	Total	246	100,0

Se puede observar en el cuadro 9. Que los niveles de Estrategias de afrontamiento que presentan los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes se encuentran en un nivel promedio con el 56,50% y fuerte con el 35,37%, para finalmente sólo el 8,13% tiene leve afrontamiento al estrés.

## DISCUSION

La presente investigación buscó indagar el estrés académico en estudiantes de una universidad nacional del departamento de Tumbes, tomando en cuenta que la situación de pandemia por Covid-19 ha permitido que los cambios en la modalidad de enseñanza y rutina habitual de los estudiantes genere cambios significativos en la forma de solucionar las situaciones conflictivas y por tanto el estrés que ellos sienten se incrementa de manera significativa.

En el objetivo principal Identificar el nivel del estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por covid-19 - tumbes 2022. Se evidenció que los niveles predominantes de estrés académico en los estudiantes que los mayores porcentajes de estrés académico se encuentran en el nivel moderado con 72,4%, seguido por fuerte con 24,8% y leve con sólo el 2,8% (ver cuadro 5), estos resultados permitieron que se acepte la hipótesis de investigación, H<sub>i</sub>: Existe estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por Covid 19 – Tumbes 2022. Es importante resaltar que, las nuevas exigencias por la situación de distanciamiento social en conjunto con la presión y exigencias de la vida universitaria se consideran estresantes provocando un desequilibrio sistémico que genera estrés académico en la muestra estudiada (Barraza, 2006).

Resultados similares a los encontrados por Ozamiz, et al. (2020) quien encontró niveles altos de estrés en poblaciones con edades entre los 18 y 25 años, resultados que difieren a los de León, et al. (2019) que encontraron niveles moderados de estrés académico.

Estos resultados se sustentan desde el aspecto teórico en que el estrés académico es una representación negativa de un alto nivel de estrés (distrés) para el estudiante y su provecho académico, donde con un alto nivel de estrés el sistema de las personas responde y se perturba a nivel motor, fisiológico y cognitivo. (Román, Ortiz, & Hernández, 2008); estos resultados permiten identificar que el estrés académico que actualmente sienten los estudiantes resulta ser perjudicial, y podría estar afectando otras áreas de desarrollo no sólo en lo académico, sino familiar, personal u otros.

En el objetivo específico 1. Conocer el nivel del estrés académico en la dimensión estresores en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por covid-19 - tumbes 2022, se puede observar que el nivel predominante de esta dimensión es el nivel moderado con 56,50%, seguido por el nivel fuerte con 38,62% y leve con 4,88% (ver cuadro 6). Según Martínez y Díaz (2007), El estudiante a través de sus procesos cognitivos y afectivos durante la etapa universitaria descubre el impacto de los estresores académicos, por ende, durante el desarrollo de sus clases va conociendo el ámbito académico y puede darse cuenta de las exigencias de este medio como la forma de evaluación, la variación en el nivel de exigencia, el tipo de trabajo que se pidió en aquel periodo de clases virtuales; a los cuales ante las demandas responde de manera eficiente o ineficiente, lo cual le puede generar diversas respuestas como confianza, satisfacción, felicidad, o por lo contrario miedo, ira, ansiedad, etc. Siendo así, las propias exigencias universitarias quienes generan alto niveles de estrés en función de los estresores, añadiéndose las exigencias extraordinarias que la pandemia ha traído consigo como la enseñanza virtual, buena conexión a internet, aprender en esta nueva modalidad, entre otros.

Continuando con la discusión de resultados, en el objetivo específico 2. Buscamos conocer el nivel de estrés académico en la dimensión síntomas (reacciones) en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por covid-19 - tumbes 2022, obteniendo que el nivel predominante fue el nivel moderado con 56,10% (ver cuadro 7), siguiendo los niveles fuerte y leve con porcentajes iguales del 21,95%, desde la perspectiva de Barranza (2007) el desequilibrio sistémico (situación estresante) que se exterioriza en distintos síntomas (indicadores del desequilibrio) como insomnio o pesadillas, fatiga crónica, problemas de digestión, inquietud, sentimientos de depresión y tristeza, dificultad para concentrarse y desgano al realizar las labores académicas son algunos de los síntomas más resaltantes, por lo cual todo ello exige al alumno a tomar acciones de afrontamiento después de haber sido afectado por distintas y frecuentes demandas (acciones estresores).

Finalmente, en el objetivo específico 3. Basado en conocer el nivel de estrés académico en dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por covid-19 - tumbes 2022,

identificamos que el nivel predominante fue el promedio con el 56,50% y fuerte con el 35,37%, para finalmente sólo el 8,13% tiene leve afrontamiento al estrés (Ver cuadro 9). Según Barranza (2007) en su estudio el desequilibrio sistémico generado por la actividad académica exige al alumno a tomar acciones de afrontamiento, entonces afirmamos que existen dificultades en los estudiantes de la facultad de ciencias sociales para generar estrategias de afrontamiento ante el estrés académico que se genera producto de la enseñanza en pandemia.

## V. CONCLUSIONES

1. La presente investigación ha permitido identificar que los niveles de estrés académico en los estudiantes se encuentran elevados, ubicando que más del 95% de los estudiantes se encontraban en niveles moderado y fuerte, evidenciando una problemática que debe ser tomada en cuenta.
2. En relación al objetivo que estudio la dimensión estresores, los estudiantes se encuentran en un nivel moderado con 56,90%, mostrando cierta destreza en la tolerancia propia de la vida universitaria pese a la situación de pandemia y cambio de modalidad de enseñanza que venía viviendo.
3. En relación al objetivo que estudio la dimensión síntomas, los estudiantes manifiestan síntomas propios del estrés, sin embargo, éste se encuentra en un nivel moderado con 56,10%, que pone en manifiesto la tolerancia de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales frente a dichos síntomas.
4. En relación al objetivo que estudio la dimensión de afrontamiento se determinó que los niveles moderado (56,50%) y Fuerte (35,37%) son los más altos, evidenciando que pese a tener dificultades en cuanto al estrés, poseen adecuadas habilidad o estrategias de solución ante el estrés académico propios de la vida universitaria.

## **VI. RECOMENDACIONES**

1. Se recomienda a la decana de la Facultad de Ciencias Sociales coordinar la ejecución de talleres en función a los resultados obtenidos para brindar estrategias de afrontamiento al estrés académico que sufren los estudiantes de dicha facultad.
2. Se recomienda al área de psicología de bienestar universitario considerar los resultados obtenidos referente a estrés académico y brindar atención psicológica en caso ser necesario a los estudiantes de la facultad de ciencias sociales.
3. Se recomienda a futuros investigadores, ampliar el marco de la presente investigación a fin de identificar de manera específica los síntomas de estrés académico que experimentan los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales que permitan realizar una intervención completa a esta problemática.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Águila, B. (2014). Estrés Académico. Cuba.
- Apaza, C., Seminario, R., & Santa Cruz, J. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*. Recuperado el 21 de Mayo de 2021, de Universidad Del Zulia: [https://www.redalyc.org/jatsRepo/290/29063559022/html/index.html#redalyc\\_29063559022\\_ref10](https://www.redalyc.org/jatsRepo/290/29063559022/html/index.html#redalyc_29063559022_ref10)
- Barraza, A. (2006). Un Modelo Conceptual para el Estudio del Estrés Académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20. Recuperado el 3 de Diciembre de 2020, de <http://revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/download/19028/18052>
- Barraza, A. (2007). El estrés académico en alumnos de educación Media Superior: un estudio comparativo. *Revista Psicología Científica*. Recuperado el 25 de Noviembre de 2020, de <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas>
- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista Psicología Científica*. Recuperado el 30 de Mayo de 2021, de <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas>
- Beerya, A., & Kaufer, D. (2020). Stress, social behavior, and resilience: Insights from rodents. *Neurobiol Stress*. Recuperado el 20 de Mayo de 2021, de Librería Nacional De Medicina Del Instituto De Salud: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4281833/>
- Berrio, N., & Mazo, R. (2011). *Revista de psicología Universidad de Antioquia*. Obtenido de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145-48922011000200006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006)
- Caceres, I., & Ccorpuna, A. (2015). *Estresores académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes de segundo, tercero y cuarto año. Facultad de Enfermería UNSA*. Tesis para Grado de enfermería, universidad Nacional de San agustin

de Arequipa, Arequipa, Arequipa. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/3202>

Campos, S. (2017). *Estres Académico en estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autonoma de Ica*. Chincha. Recuperado el 16 de Diciembre de 2020, de Universidad Autonoma De Ica: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/228/1/ROSARIO%20CAMPOS%20MARTINEZ-ESTRES%20ACADEMICO%20EN%20LOS%20ESTUDIANTES.pdf>

Canepa, C. (2020). *Rector de UNTUMBES participa en foro nacional de universidades Públicas*. Recuperado el 27 de Mayo de 2021, de Universidad Nacional de Tumbes: <http://www.untumbes.edu.pe/untumbes-m/rector-de-untumbes-participa-en-foro-nacional-de-universidades-publicas/noticias/>

Cerna, R. (2018). *Estrategias de Aprendizaje y Estrés Académico en Estudiantes Universitarios de Primer Ciclo de la Facultad de Psicología de una Universidad Privada de Lima*. Lima. Recuperado el 27 de Marzo de 2021, de Universidad Cayetano Heredia: [http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/4383/Estrategias\\_CernaAnaya\\_Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/4383/Estrategias_CernaAnaya_Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Chávez, M., Ortega, E., & Palacios, M. (2016). *Estrategias de Afrontamiento Frente al Estrés Académico Que Utilizan Los Estudiantes de Una Academia Preuniversitaria de Lima Metropolitana*. Universidad Cayetano Heredia, Lima. Recuperado el 20 de Mayo de 2021, de Universidad Cayetano Heredia: <http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/100/Estrategias%20de%20afrontamiento%20frente%20al%20estr%c3%a9s%20acad%c3%a9mico%20que%20utilizan%20los%20estudiantes%20de%20una%20academia%20preuniversitaria%20de%20Lima%20Metropolitana%2c%20enero%202>

Clarín. (2020). *La educación virtual en tiempos de coronavirus*. Recuperado el 2 de Mayo de 2021, de BrandStudio: [https://www.clarin.com/brandstudio/educacion-virtual-tiempos-coronavirus\\_0\\_o8q-uOb7s.html](https://www.clarin.com/brandstudio/educacion-virtual-tiempos-coronavirus_0_o8q-uOb7s.html)



- Cornejo, J., & Salazar, R. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad privada y nacional de Chiclayo*. Tesis para el grado de Psicóloga, Universidad Señor de Sipan, Lambayeque, Chiclayo.
- Diario el Peruano. (16 de 3 de 2020). Obtenido de Diario el Peruano: <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-supremo-que-declara-en-emergencia-sanitaria-a-nivel-decreto-supremo-n-008-2020-sa-1863981-2/>
- Duran, R., & Alaiz Rodríguez, I. (2022). *INJUVE*. Obtenido de [http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2022/06/la\\_adolescencia\\_y\\_su\\_interrelacion\\_con\\_el\\_entorno.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2022/06/la_adolescencia_y_su_interrelacion_con_el_entorno.pdf)
- ESAL. (2020). *Revistade Educación Superior en America Latina*. Recuperado el 16 de Noviembre de 2020, de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/esal/article/viewFile/13404/214421444832>
- Espinoza Castro, Jhon; Hernandez Lalinde, Juan;. (2020). *Univrsidad Simón Bolívar - Colombia*. Obtenido de <https://zenodo.org/record/4065032#.Y4wp8XZBzIU>
- Espinoza, D. (2016). *Estresores Academicos y Capacidad de Resiliencia es estudiantes del quinto semestre*. Tesis Para Licenciado en enfermería, Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Puno. Obtenido de <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/3871>
- Florencia, G. M. (2017). *Pontificia Universidad Católica del Perú*. Obtenido de El papel de los profesores y tutores en la formación de estudiantes en un coleio pre universitario en Villa el Salvador.
- González, N., Tejeda, A., Espinosa, C., & Ontiveros, Z. (2020). *preprints.scielo.org*. Recuperado el 17 de Abril de 2021, de <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/756/version/797>
- Khan, S., Siddique, R., Li, H., Ali, S. M., & Xue, M. (2020). Recuperado el 30 de Noviembre de 2020, de Electronic supplementary material: <http://jogh.org/documents/issue202001/jogh-10-010331.pdf>
- León, A., Gonzáles, S., & Gonzáles, N. (2019). Estrés, Autoeficacia, Rendimiento Académico y Resiliencia en Adultos Emergentes. *Electronic Journal of Research*

- in Educational Psychology*. Obtenido de <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/2226/2809>
- Liao, K., & Wei, M. (2014). *Academic stress and positive affect: Asian value and self-worth contingency as moderators among Chinese international students*. Cultural diversity & ethnic minority psychology, St. Louis. Obtenido de [Academic\\_stress\\_and\\_positive\\_affect\\_Asian\\_value\\_and\\_self\\_worth\\_contingency\\_as\\_moderators\\_among\\_Chinese\\_international\\_students](http://Academic_stress_and_positive_affect_Asian_value_and_self_worth_contingency_as_moderators_among_Chinese_international_students)
- López, J. (2018). *Muestra estadística*. Recuperado el 30 de Julio de 2021, de <https://economipedia.com/definiciones/muestra-estadistica.html>
- Martínez, E., & Díaz, D. (2007). *minedu.gob.pe. Red de revistas científicas de América Latina, El Caribe, España y Portugal*. Obtenido de Una aproximación psicosocial al estrés escolar. Educación y Educadores: <https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>
- Morales, J. (2017). *Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Ciencias y Humanidades*. Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzman y Valle, Lima, Lima. Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/1854?show=full>
- Naranjo Pereira, M. L. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste. *Revista Educación*.
- OMS. (2019). Recuperado el 15 de Febrero de 2021, de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Orlandini, A. (2009). *El estrés, qué es y cómo evitarlo*. Ciudad de México, México: Fondo cultura económica. Obtenido de <https://www.iberlibro.com/servlet/BookDetailsPL?bi=19302641714>
- Ozamiz, N., Dosil, M., Picasa, M., & Idoiaga, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Scielo Salud Pública*. Recuperado el 24 de Abril de 2021, de <https://www.scielosp.org/article/csp/2020.v36n4/e00054020/>
- Porras, A. (2017). *Conceptos básicos de estadística*. Recuperado el 15 de Julio de 2021, de <https://centrogeo.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1012/157/1/13->

Conceptos%20B%C3%A1sicos%20de%20Estad%C3%ADstica%20-%20Diplomado%20en%20An%C3%A1lisis%20de%20Informaci%C3%B3n%20Geoespacial.pdf

RAE. (2020). Recuperado el 20 de Diciembre de 2020, de Real Academia Española: <https://www.rae.es/noticia/crisis-del-covid-19-sobre-la-escritura-de-coronavirus>

Regueiro, A. M. (2017). Qué es el estrés y cómo nos afecta.

Rivas, V., Jiménez, C., Méndez, H., Cruz, M., Cruz, M., Magaña, M., & Barra, A. (2013). Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS. *Horizonte Sanitario*, 8. Recuperado el 15 de Abril de 2021, de Fundacion Dialnet: [Dialnet-FrecuenciaEIntensidadDelEstresEnEstudiantesDeLicen-5305223.pdf](https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5305223)

Román, C., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 7-25.

Rujel. (2022). Estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por covid - 19 - Tumbes 2022.

Sarubbi De Rearte, E., & Castaldo, R. (2013). *Universidad Nacional de Tucumán - Argentina*. Obtenido de <https://www.aacademica.org/000-054/466>

Silva Ramos , M. F., López Cocotle, J. J., & Columba Meza Zamora, M. E. (2019). *Universidad Autónoma de Aguas calientes*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>

SUNEDU. (2020). Recuperado el 29 de Octubre de 2021, de Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria: <https://www.sunedu.gob.pe/sunedu-realiza-supervision-universidades-durante-emergencia-covid-19/>

Velasquez, P. (2017). *Medida de la Resiliencia en Estudiantes Universitarios de Primer Ciclo de la Escuela Profesional de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas*. Tesis de Maestría en Educación con Mención en Teorías y Gestión Educativa, Universidad de Piura, Lima, Lima. Obtenido de

[https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3268/MAE\\_EDUC\\_369-L.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3268/MAE_EDUC_369-L.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

Verastegui, M. (2019). *Estres Académico y Resiliencia en una universidad Privada de Lima Norte*. Tesis para Licencia en Psicología, Universidad Privada del Norte, Lima, Lima. Obtenido de <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24260/Verastegui%20Torrejon%2C%20Maria%20Alejandra.pdf?sequence=7&isAllowed=y>

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C., & Ho, R. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Recuperado el 10 de Diciembre de 2020, de <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/5/1729>

## VIII. ANEXOS

ANEXOS N°1 MATRIZ DE CONSISTENCIA:

*Título: “Estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento Social por COVID-19\_ Tumbes, 2022”*

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Instrumento	Metodología	Dimensiones	Población y muestra
¿Cuál es el nivel del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por Covid-19, Tumbes 2022?	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	H1. Existe		“cuestionario de			
	- Identificar el nivel del estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por Covid-19_ Tumbes2022?	estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por Covid 19 Tumbes	de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por Covid 19 Tumbes	estudio de la crisis de Alania”, adaptada al Perú (Alania Contreras, Llançari Morales, Rafaele de la Cruz, &	SISCO SV	Estresores	Estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por Covid-19_ Tumbes 2022?
	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>						
	1. Determinar el nivel de estrés académico en la dimensión de estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por Covid-19_ Tumbes2022?		El estrés académico en los estudiantes de la Universidad Nacional   Tumbes	al contexto de la crisis de Alania”, adaptada al Perú (Alania Contreras, Llançari Morales, Rafaele de la Cruz, &	Cuantitativo – descriptiva, diseño no experimental de corte transversal	Síntomas (reacciones)	
	2. Determinar el nivel de estrés académico en la dimensión síntomas en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por Covid-19, Tumbes 2022?					Estrategias de afrontamiento	

---

3. Determinar el nivel de estrés académico en dimensión estrategia en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales en distanciamiento social por Covid-19, Tumbes 2022?

Ho. Estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias sociales en distanciamiento social por Covid 19 – Tumbes 2022.

Dayan Ortega Révolo, 2020).

---

ANEXO N°2 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

*Título: “Nivel de procrastinación en estudiantes de tercero a quinto de secundaria en una Institución educativa del distrito de Tumbes, 2022”*

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEM	VALORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrés Académico	Hugo et, al (2014) respuesta fisiológica y emocional de los seres humanos ante situaciones no manejables.	Para la Variable de estrés académico se tomo en cuenta el cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis COVID-19 de Alania”, adaptada al Perú	Estresores	Sobre carga de tareas, competencias, Evaluaciones, carácter del docente.	1,2,3,4,5, 6,7,8,9,10 11,12,13,14,15	1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Escala tipo ordinal
	Problemática que enfrentan de manera psicológica, los desafíos constantes de mayores recursos físicos y las exigencias que deben dominar los estudiantes.		Síntomas	Físicos, Psicológicos y comportamentales.	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10, 11,12,13,14,15		
			Estrategias De Afrontamiento	Manejo de emociones, actividades por realizar.	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10, 11,12,13,14,15, 16,17.		



## ANEXO N°3: RESOLUCION DE CAMBIO DE TITULO DE PROYECTO DE TESIS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú

\* AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA \*

### RESOLUCIÓN N° 223-2021/UNTUMBES-FACSO-D

Tumbes, 02 de setiembre de 2021.

**VISTO:** El informe N°189-2021/UNTUMBES-FACSO-UINV, recibido el 23 de agosto del 2021, que atendiendo a lo solicitado por la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, RUGEL LUPU ELIZBETH YUBITZA, elevan los miembros de la Unidad de Investigación de esta Facultad, para que se disponga la modificación del título del proyecto de tesis que a continuación se indica; y

#### **CONSIDERANDO:**

Que con la Resolución N°155-2021/UNTUMBES-FACSO-D, del 18 de junio del 2021, se reconoce a la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, RUGEL LUPU ELIZBETH YUBITZA, como autora del proyecto de tesis titulado "INCIDENCIA DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA UNTUMBES DURANTE EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR COVID19", para optar el título profesional de licenciado en psicología;

Que de lo expuesto en el precitado informe, se desprende que los miembros de la Unidad de Investigación, han aceptado la solicitud presentada por la estudiante RUGEL LUPU ELIZBETH YUBITZA, para que se disponga la modificación del nombre del indicado proyecto, por la nueva denominación: **ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES EN DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR COVID-19 - TUMBES 2021**;

Que en razón de lo anterior y teniendo en cuenta los fundamentos expuestos al efecto, es conveniente formalizar lo consignado en el considerando precedente, en los términos que se consignan en la parte resolutive;

Que en razón de lo anterior y en uso de las atribuciones que son inherentes al señor Decano de la Facultad de Ciencias Sociales;

#### **SE RESUELVE:**

**ARTÍCULO PRIMERO.- MODIFICAR** la Resolución N° 155-2021/UNTUMBES-FACSO-D, del 18 de junio del 2021, específicamente, en lo concerniente al título del proyecto indicado en el primer considerando, el que en razón de lo señalado en la parte considerativa, pasa a denominarse: **"ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES EN DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR COVID-19 - TUMBES 2021"**.

**ARTÍCULO SEGUNDO.- COMUNICAR** la presente Resolución, para conocimiento y fines, a los miembros de la Unidad de Investigación, así como a los miembros del Jurado Calificador, que preside el Dr. Abraham Eudes Pérez Urruchi y a la docente asesora de dicho proyecto, Mg. Xiomara Miluska Calle Ramírez.

**ARTÍCULO TERCERO.- DEJAR** sin efecto toda disposición que se oponga a lo aquí dispuesto.



## ANEXO N°4 TRÁMITE VIRTUAL PARA EL CAMBIO DEL TITULO

### RESOLUCIÓN N° 223-2021/UNTUMBES-FACSO-D.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el dos de setiembre del dos mil veintiuno.

**REGÍSTRASE Y COMUNICASE:** (Fdo.) Dr. ALCIDES IDROGO VÁSQUEZ, Decano de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Mg. WENDY JESÚS C. CEDILLO LOZADA, Secretaria Académica de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. c.  
- RECTOR-VRACAD-VRINV- OGCGA  
- FACSO-UINV-DEPS- DAPS - REG.TEC  
- HIST. ACAD. - Interesado-Archivo  
AIV/D.  
WJCL/Sec. Acad.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
  
Mg. Wendy Jesús Catherin Cedillo Lozada  
SECRETARIA ACADEMICA

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
HOJA DE TRÁMITE

**Expediente Virtual N°: 0760**

**FECHA: 23/08/2021 HORA: 12:06 h.**

**TIPO DE DOCUMENTOS: SOLICITUD.**

**ASUNTO:** Para el cambio de título de proyecto de tesis, presentado por ELIZABETH YUBITZA RUGEL LUPU, por el nuevo título: "ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES EN DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR COVID-19 - TUMBES 2021".

**INDICACIÓN:** SE DERIVA a la Unidad de Investigación, para que se tenga a bien opinar, formalmente, sobre lo solicitado.



## ANEXO 5: RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN DE PROYECTO

### RESOLUCIÓN Nº274-2022/UNTUMBES-FACSO-D.

**ELIZBETH YUBITZA RUGEL LUPU**, para optar el título profesional de licenciado en Psicología, documento cuyo texto forma parte de esta Resolución.

**ARTÍCULO SEGUNDO.- ENCOMENDAR** al Jurado Calificador constituido con la Resolución Nº155-2021/UNTUMBES-FACSO-D, del 18 de junio del 2021, la evaluación del proyecto de tesis titulado "ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES EN DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR COVID-19 - TUMBES 2021". Dicho Jurado tiene la siguiente conformación:

<b>Presidente</b>	: Dr. Abraham Eudes Pérez Urruchi
<b>Secretario</b>	: Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval
<b>Vocal</b>	: Mg. Carlos Alberto Coronado Zapata
<b>Asesor</b>	: Dra. Eva Maide Rhor García Godos.

**ARTÍCULO TERCERO.- DEJAR** expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 60. del Reglamento de tesis para pregrado y posgrado de esta Universidad, el incumplimiento de las funciones del jurado, estipuladas en el artículo 41. del mismo Reglamento, es comunicado en forma escrita por el Presidente u otro miembro del Jurado, al Decano de la Facultad, para la llamada de atención correspondiente.

**ARTÍCULO CUARTO.- RATIFICAR** a la Mg. Xiomara Miluska Calle Ramírez como asesora del proyecto de tesis "ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES EN DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR COVID-19 - TUMBES 2021".

**ARTÍCULO QUINTO.- DEJAR** expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 49. del Reglamento de tesis para pregrado y posgrado de esta Universidad, el tesista puede cambiar de asesor o co-asesor si no cumplen con sus funciones según el artículo 46. del mismo Reglamento.

**ARTÍCULO SEXTO.- COMUNICAR** la presente Resolución a los docentes aquí nominados, para que actúen en consecuencia.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el diecinueve de setiembre del dos mil veintidós.

**REGÍSTRASE Y COMUNICÁSE:** (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Dra. WENDY JESÚS CATHERIN CEDILLO LOZADA, Secretaria Académica de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. c.  
-RECTOR-VRACAD-ORCDA  
-FACSO-DOH-DOE-OET-OCED  
-DEED-DDPS-DEPS-DECC  
-REG. TEC-Intervenido-Ar/Ar/Ar  
DM/Ar/Ar  
WJ/CCL/Sec. Acad.



## ANEXO 6 CERTIFICACIÓN

---


### CERTIFICACION

Asesor: **Xiomara Miluska Calle Ramirez**, docente auxiliar adscrito a la Escuela Profesional de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

Certifica:

Que el proyecto de tesis titulado: "ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES EN DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR COVID-19 - TUMBES 2022", presentado por el estudiante Elizabeth Yubitza Rugel Lupu, ha sido revisado y asesorado por mi persona, por tanto, queda autorizada para su presentación.

Tumbes, 10 de Junio del  
2022



-----  
Mg. Xiomara Miluska Calle  
Ramirez  
Asesor del proyecto de tesis

---

## ANEXO 7: SOLICITUD PARA LA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
AV. UNIVERSITARIA - PAMPA GRANDE - TUMBES



*"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"*

Tumbes, 08 de julio de 2022.

### OFICIO MÚLTIPLE N° 027-2022/UNTUMBES-FACSO-D.

Señores:

Dra. Marilú Barreto Espinoza

Dra. Zoraida Pérez Chore

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo

Mg. Neiser Romero Córdova

Directores de Escuelas Profesionales de la Facultad de Ciencias Sociales.

**CIUDAD.**

**ASUNTO : BRINDAR FACILIDADES.**

**De mi especial consideración:**

Tengo el agrado de dirigirme a ustedes, para saludarlos cordialmente y les comunico que la estudiante del IX de la Escuela Profesional de Psicología **ELIZABETH YUBITZA RUGEL LUPU**, a su solicitud, ha sido autorizada para obtener información, mediante la aplicación de encuestas virtuales, a una muestra representativa constituida por estudiantes de las cuatro Escuelas de esta Facultad, con fines de elaboración de su trabajo de tesis titulado: **"ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES EN DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR COVID - 19 - TUMBES 2022"**.

Lo que se les comunica, para que tengan a bien otorgar, a dicha estudiante, las facilidades necesarias para tal efecto.

Sin otro particular, les reitero mi especial consideración y estima.

Atentamente,



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
  
Dra. Diana Milagro Miranda Ynga  
DECANA

C.c

Archivo.

DMMY/DECANA.

Rosa Medina S.

## ANEXO 8: INSTRUMENTO

### Inventario de Estrés Académico SISCO SV

(Adaptado al contexto de la crisis por COVID-19, 2020)

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

Si

No

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "sí", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

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

1	2	3	4	5

### 3. Dimensiones estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

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

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, tomando en consideración la siguiente escala de valores

¿Con qué frecuencia te estresa?:

Estresores	N	C N	RV	AV	CS	S
1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases.						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.						
3. La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)						
7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as.						
8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.)						
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as.						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación.						
11. Exposición de un tema ante la clase.						
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.						
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología).						
14. Asistir o conectarse a clases aburridas o monótonas.						
15. No entender los temas que se abordan en la clase						

#### 4. Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?:

Estresores	N	C N	RV	AV	CS	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
3. Dolores de cabeza o migrañas.						
4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
10. Dificultades para concentrarse.						
11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.						
13. Aislamiento de los demás.						
14. Desgano para realizar las labores académicas.						
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						



## 5. Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a?:

Estresores	N	C N	RV	AV	CS	S
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
2. Escuchar música o distraerme viendo televisión.						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						
4. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa.						
5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).						
6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.						
7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.						
8. Contar lo que me pasa a otros. (Verbalización de la situación que preocupa).						
9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.						
11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione.						
13. Hacer ejercicio físico						
14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						
16. Navegar en internet.						
17. Jugar videojuegos.						

## ANEXO 9: CONSENTIMIENTO INFORMADO



### ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Hola, soy Elizabeth Yubitza Rugel Lupu estudiante de IX ciclo de la Escuela Profesional de Psicología, estoy realizando una investigación sobre la relación entre Estrés Académico en Estudiantes Universitarios del norte del Perú.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria, la información que se obtenga será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación; mediante ello, solicito su autorización y colaboración para completar este cuestionario. Asimismo al comenzar a responder las preguntas a continuación planteadas, usted acepta participar de forma inmediata de esta investigación.

\*Por favor contesta cada pregunta con total SINCERIDAD, recomendándote que si utilizas tu móvil lo coloques de forma horizontal para una completa visualización de las preguntas.



[yubitzarugel18@gmail.com](mailto:yubitzarugel18@gmail.com) (no compartidos)  
[Cambiar de cuenta](#)



## ANEXO 10: CUESTIONARIO DE GOOGLE DRIVE

10:32 63%

ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIAN...  
docs.google.com

Correo electrónico  
Tu respuesta

Desea participar \*

sí  
 no

Sexo \*

Mujer  
 Hombre

Nivel de instrucción \*

Primaria  
 Secundaria  
 Superior  
 otros

10:32 63%

ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIAN...  
docs.google.com

Escuela \*

Psicología  
 Educacion Inicial  
 Hotelería y turismo  
 Ciencias de la comunicacion

Ciclo Cursante. \*

I ciclo y II ciclo  
 III ciclo y IV ciclo  
 V ciclo y VI ciclo  
 VII ciclo y VIII ciclo  
 IX ciclo y x ciclo

Ciudad \*

Tu respuesta

ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIAN...  
docs.google.com

**Departamento \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Provincia \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Estado civil. \***

Soltero

Casado

Conviviente

**Tienes Hijos \***

SI

NO

ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIAN...  
docs.google.com

**Estado civil. \***

Soltero

Casado

Conviviente

**Tienes Hijos \***

SI

NO

**Cuantos hijos**

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Quien te ayuda a cuidar de ellos.**

Tu respuesta \_\_\_\_\_

Califica del 1 al 10 la educación virtual \*

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

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

Sí

No

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

1 2 3 4 5

3. Dimensiones estresores: Instrucciones: A continuación, se presentan \* una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X. ¿Con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competitividad con o entre mis compañeros de clases	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La personalidad y el carácter de mis profesores /as que me imparten clases.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en como las solución.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hacer ejercicio físico .	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hacer ejercicio físico .	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de mis tareas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Navegar en internet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jugar videojuegos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[Enviar](#) [Borrar formulario](#)