

Artículo de Investigación

ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE 1 Y 2 CICLO DE LA CARRERA PROFESIONAL DE DERECHO DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA.

ACADEMIC STRESS AND PROCRASTINATION IN STUDENTS OF 1 AND 2 CYCLE OF THE PROFESSIONAL CAREER OF LAW OF THE PRIVATE UNIVERSITY OF TACNA.

Lic. Silvana del C. Vargas Mazuelos¹
Chanel Julia Mamani Ayca²
Universidad Privada de Tacna

RESUMEN

Los objetivos del estudio es determinar la relación entre la variable procrastinación y el estrés académico de los estudiantes de 1° y 2° ciclo de la escuela profesional de Derecho de la Universidad Privada de Tacna, así como la de sus dimensiones entre sí. La investigación es de enfoque cuantitativo, su finalidad es de tipo básica o pura, con un diseño no experimental y nivel de conocimiento correlacional. Se utilizaron los instrumentos, Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario SISCO del Estrés Académico (IEA). Con una muestra de 91 estudiantes. Dando como resultados 92.31% de los estudiantes presenta niveles de alta o muy alta procrastinación, un 67.03% no presenta altos niveles de estrés, sin embargo, encontramos que un 32.97% si lo presenta, no se encontró una relación significativa entre la variable procrastinación y la de estrés académico, dado un valor $p=0.353$ y no existe relación entre sus dimensiones.

¹ Licenciada de Psicología. Docente de la Universidad Privada de Tacna. Coordinadora del Programa de Tutoría y Consejería Universitaria en la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad Privada de Tacna. Código ORCID: 0000-0002-6179-1470. E-mail: silvana_vargasm@hotmail.com

² Estudiante de Psicología de la Universidad Privada de Tacna. Código ORCID: 0000-0002-6779-4947. E-mail: chaneljuliaayca@gmail.com

Palabras clave: Procrastinación, estrés académico, autorregulación, postergación.

ABSTRACT

The objectives of the study are to determine the relationship between the procrastination variable and academic stress in 1st and 2nd cycle students of the Professional School of Law of the Private University of Tacna, as well as the relationship between their dimensions. The research has a quantitative approach, its purpose is of a basic or pure type, with a non-experimental design and a level of correlational knowledge. The instruments, the Academic Procrastination Scale (EPA) and the SISCO Inventory of Academic Stress (IEA), were used. With a sample of 91 students. Giving as results 92.31% of the students present levels of high or very high procrastination, 67.03% do not present high levels of stress, however, we found that 32.97% if they present it, no significant relationship was found between the procrastination variable and that of academic stress, given a value of $p = 0.353$ and there is no relationship between its dimensions.

Keywords: Procrastination, academic stress, self-regulation, Procrastination.

INTRODUCCIÓN

Con el desarrollo de la presente investigación se busca contribuir primordialmente a la psicología, tomando en cuenta la realidad académica del estudiante universitario de la facultad de derecho de la Universidad Privada de Tacna.

En la formación de la etapa universitaria, los alumnos enfrentan demandas y exigencias a lo largo de la vida académica, según lo analizado. De tal manera el cómo enfrentan estas experiencias, situaciones y gestiones de emociones asociadas a ellas, va ser determinante para evitar el desarrollo de afecciones emocionales y cognitivas perjudiciales. El estrés académico y la procrastinación son variables que frecuentemente se presenta en estudiantes cuando atraviesan la etapa universitaria (Yarlequé et al., 2016).

Según el Ministerio de Educación (MINEDU) en los estudios que realizó, reveló que una problemática de mayor porcentaje es el de estrés universitario (El peruano, 2019). En el Perú, los estresores más frecuentes que se han identificado son la sobrecarga académica por las altas horas de continua enseñanza, exámenes variados de cada temario dictado, tiempo límite para realizar trabajos tras labores educativas, etc. Bajo este contexto, la procrastinación académica surge como una variable asociada a una deficiente adaptación del estudiante al ambiente universitario, teniendo en cuenta que los alumnos hoy en día saliendo del colegio salen a una nueva etapa y de manera radical les afecta desde la manera de adaptarse, hasta las nuevas responsabilidades que esta implica, es decir, a mayores niveles de procrastinación, menor será la adaptación a la vida universitaria (Morales & Chávez, 2017).

Por ello es importante conocer que el estrés surge porque el alumno se ve sometido a una serie de demandas educativas que, tras ser valoradas como estresores, provocan un desequilibrio sistémico que se manifiesta en una serie de síntomas que obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (Barraza, 2006).

El estrés en el alumno es un síntoma muy complejo que le afecta en su desarrollo personal, ya que al entrar a una nueva etapa de por si aún no esté preparado del todo, por ello debe ver un equilibrio de aprendizaje.

El estrés se manifiesta mediante 4 fases: **Fase de Alarma**, el cerebro al estar amenazado por una situación de estrés responde fisiológicamente, mediante la activación de una serie de glándula; en el hipotálamo se secreta al torrente sanguíneo sustancias que son mensajeros fisiológicos hasta la glándula suprarrenal produce cortisona u corticoides. El estudiante ante el recargo de tareas continuas, sufre de lo que es un estrés iniciativo en el cual, empieza a recaer produciendo lo antes mencionado. **Fase de Resistencia**, cuando una persona está expuesta en forma consecutiva a una amenaza de agentes, físicos, químicos, biológicos o sociales el organismo trata de mantener el equilibrio interno y externo del organismo, en algunos casos por cansancio que se produce en las glándulas pueden menguar las capacidades de respuesta debido a

la fatiga que se produce en las glándulas, por el estrés. El organismo puede soportar un determinado tiempo a esta situación, luego pasará a la siguiente fase. En este punto ya el alumno pasa de un cansancio repentino, a desequilibrarse haciendo de estos síntomas más severos, lo que pueden llegar a complicarse siempre y cuando no se llegue a tratar, influye muchas veces en las calificaciones y de la misma manera en su misma salud. **Fase de Agotamiento**, cuando hay una sobre exposición consecutiva a situaciones estresantes el organismo se agota, en esta fase suelen presentarse un sin fin de enfermedades gastrointestinales, cardíacos, neurológicos, respiratorios, dermatológicos e inclusive aparición de carcinomas. Hay muchos casos en la cual ya como fase final, existe una reacción negativa en el cuerpo, más que el cansancio ya hay cambios en el humor o físicamente incluso, lo que dificulta la realización

Merino (2014) nos menciona que existen cuatro causas, las biológicas que es un estrés por cambios o dificultades en el organismo, las psicológicas relacionadas con la personalidad de la persona, las socioculturales que se relaciona con sus semejantes o residencia y las culturales.

Por otro lado, un factor sumamente relevante encontrado ante la adaptación al medio académico del estudiante a la procrastinación, Álvarez (2010) define la procrastinación como una conducta de muchas responsabilidades como actividades que pertenecen ya se al ámbito académico, familiar o recreativa-social; aun contando en el presente con el tiempo necesario para realizarlas adecuadamente.

Ferrari (2007) propone tres formas en las que se da la procrastinación: por activación, por la sensación de desafío que genera estimulación en la persona; por evasión, evitar las responsabilidades; por decisión, simplemente la indecisión de realizar o no la tarea.

Bacás (2010) por su lado divide a la procrastinación en dos etapas, siendo la primera que la relaciona con eventos o circunstancias negativas lo que lleva a la persona a no realizar la actividad, la segunda viene inmediatamente después y es el hecho de justificar

su pasividad o no realizar la actividad con el hecho negativo que le ocurrió antes.

Entonces encontramos que el estudiante universitario en la actualidad presenta diversas dificultades, en su mayor porcentaje el estrés académico sin embargo también la procrastinación es un efecto que se encuentra presente en los estudiantes. Si los llevamos al contexto o coyuntura en la que nos encontramos, estos factores se ven potenciados colocando a los estudiantes en un estado vulnerable hacia con su salud mental o bienestar psicológico.

Es por ello que el objetivo de esta investigación, es saber qué relación hay entre las dos variables antes mencionadas, ya que al presentarse ambas, puede ser perjudicial para el estudiante que recién inicia la carrera profesional. Siempre viendo la realidad del estudiante y sus avances.

METODOLOGÍA

Participantes

La presente investigación se trabajó con los estudiantes de 1° y 2° ciclo de la escuela profesional de derecho de la Universidad Privada de Tacna, siendo un total de 207 estudiantes matriculados en el semestre 2021-II, de la cual se tomó como muestra a 91 estudiantes contando con la participación de todos.

Enfoque, Tipo y Diseño

Por su enfoque es cuantitativa, su finalidad es de tipo básica o pura, con un diseño no experimental y nivel de conocimiento correlacional.

Instrumentos

Se hizo uso de los instrumentos, la Escala de Procrastinación Académica (EPA), Esta escala fue adaptada en dicentes universitarios por Álvarez (2010). En su análisis de la confiabilidad de la escala, a través del alfa de Cronbach con una puntuación de .816 para la escala total. En el factor de

Autorregulación académica se obtuvo una confiabilidad de .821 y, para el factor Postergación de actividades se obtuvo .752. En cuanto a su aplicación, puede aplicarse en forma individual o colectiva dependiendo de cada caso. Normalmente, contestar el cuestionario toma entre 8 y 12 minutos y el tiempo total de aplicación del objetivo de la prueba no suele superar los 17 minutos. Está compuesta por 16 reactivos, constituida por dos dimensiones que son aplazamiento y autorregulación. En cuanto a la puntuación, todos los reactivos se puntúan mediante una escala de tipo Likert cuyas opciones de respuesta y sus valoraciones son: siempre = 4 puntos; casi siempre = 3, a veces = 2, pocas veces = 1, nunca = 0.

El Inventario SISCO del Estrés Académico (IEA), Para la presente investigación, se utilizará el inventario validado en Perú por Ancajima (2017), Se analizó la confiabilidad de la escala, a través método de consistencia interna usando el coeficiente omega con una puntuación de .439 a .832 considerándose de moderado a buena. Además, en la dimensión Estresores, se obtuvo una confiabilidad de .85, en la dimensión Síntomas, se obtuvo una confiabilidad de .94 y en Estrategias de Afrontamiento una confiabilidad de 0.74. El Inventario SISCO de estrés consta de 31 ítems. Está conformado por un ítem filtro, un ítem de comprensión de instrucciones y 3 dimensiones: estresores, reacciones y estrategias de afrontamiento. En la dimensión reacciones, se encuentran 3 subdimensiones: reacciones físicas, psicológicas y comportamentales. Se puede administrar tanto de manera individual como colectiva, durará aproximadamente de 10 a 15 minutos. La calificación es directa, cada respuesta tiene un valor ya preestablecido. Las respuestas se midieron mediante la escala de

Likert con cinco valores categoriales: 1 nunca, 2 rara vez, 3 algunas veces, 4 casi siempre y 5 siempre.

Procedimientos

La aplicación del instrumento fue realizada de manera individual y de forma no presencial por vía internet debido a la cuarentena por el COVID 19.

La recolección de datos se realizó en diferentes horarios, respondiendo a la disponibilidad de tiempo de los estudiantes, se utilizó los medios de correo electrónico y WhatsApp para la difusión del instrumento.

Para el análisis, primero se utilizó en el procesamiento de datos el programa SPSS y para la elaboración de cuadros el programa Excel.

Se solicitó la autorización respectiva para realizar las encuestas a todos los estudiantes. Cabe resaltar que en todo momento se tuvo en cuenta las consideraciones éticas y la confidencialidad de la información

RESULTADOS

Los resultados encontrados en la presente investigación son: de la muestra conformada por 91 estudiantes de la escuela profesional de Derecho, Se contó con la participación de 50 (54.95%) estudiantes de segundo ciclo y 41 (45.05%) estudiantes de primer ciclo.

Tabla 1.

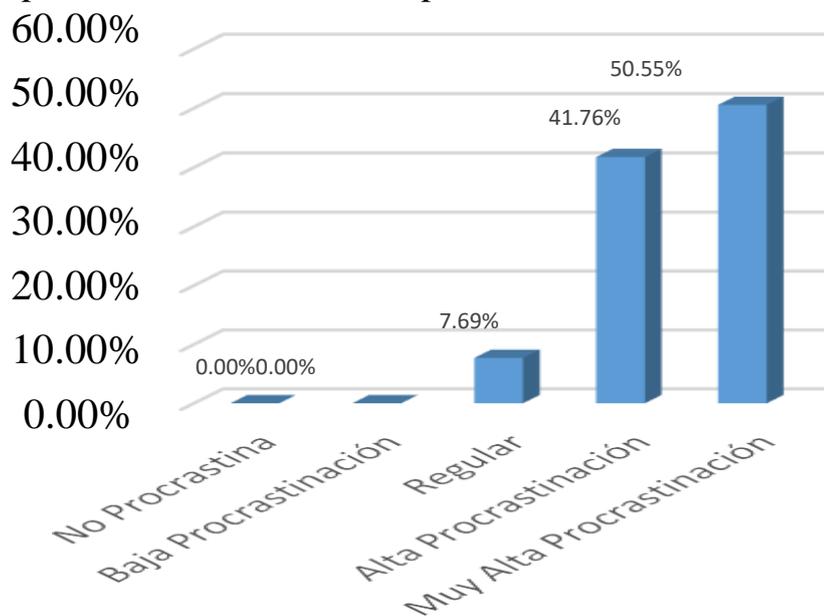
Descripción de la muestra por cicloacadémico

Ciclo	F	%
Primer ciclo	41	45.05
Segundo Ciclo	50	54.95
Total	91	100

De la muestra conformada por 91 estudiantes de primer y segundo ciclo de la escuela profesional de Derecho de la Universidad Privada de Tacna. Se encontró que 46 (50.55%) de los estudiantes manifiestan un nivel de muy alto procrastinación, 38 (41.76%) tienen un nivel alto de procrastinación, 7 (7.69%) un nivel regular y no se encontró a ningún estudiante en los niveles bajo y no procrastina.

Figura 1.

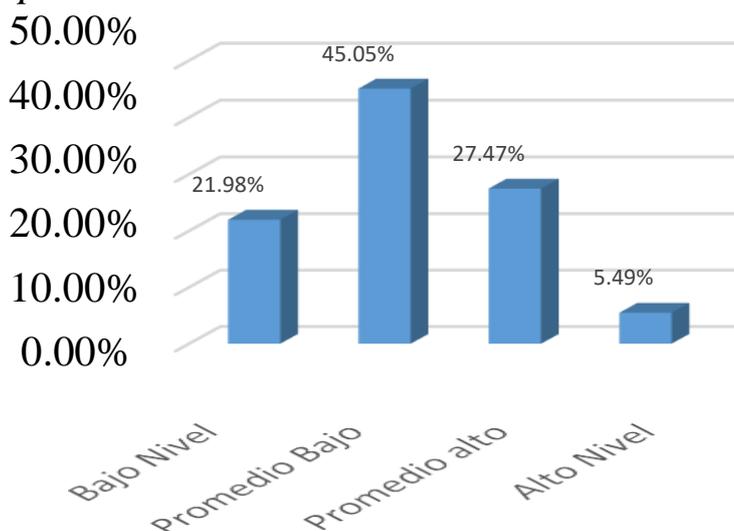
Descripción de los niveles de procrastinación



De la muestra conformada por 91 estudiantes de primer y segundo ciclo de la escuela profesional de Derecho. 41 (45.05%) presenta un nivel promedio bajo de estrés académico, 25 (27.47%) presenta un nivel promedio alto, 20 (21.98%) un nivel bajo y 5 (5.49%) se puede apreciar un nivel alto de estrés académico.

Figura 2.

Descripción de los niveles de estrés académico



De la siguiente tabla podemos obtener que el valor del coeficiente de correlación $r = -0.099$ esto significa que tiene una correlación

inversa o negativa de intensidad muy poco intensa, y el valor de significancia $p=0.353$. $p>0.05$ lo cual indica que la correlación entre el estrés académico y la procrastinación no es significativa.

Tabla 2.

Resultados de la correlación entre el estrés académico y procrastinación

VARIABLES	ESTADÍSTICOS	EPA	SISCO
EPA	Correlación de Pearson	1	-,099
	Sig. (bilateral)		,353
	N	91	91
SISCO	Correlación de Pearson	-,099	1
	Sig. (bilateral)	,353	
	N	91	91

De la siguiente tabla podemos obtener que el valor del coeficiente de correlación $r= -0.089$ esto significa que tiene una correlación inversa o negativa de intensidad muy poco intensa, y el valor de significancia $p=0.401$. $p>0.05$ lo cual indica que la correlación entre la autorregulación académica y la dimensión estresores no es significativa.

Tabla 3.

Resultados de la correlación entre autorregulación académica y la dimensión estresores

VARIABLES	ESTADÍSTICOS	AUTORREGULACIÓN	ESTRESORES
Autorregulación	Correlación de Pearson	1	-,089
	Sig. (bilateral)		,401
	N	91	91
	Correlación de Pearson	-,089	1

Estresores	Sig. (bilateral)	,401	
	N	91	91

De la siguiente tabla podemos obtener que el valor del coeficiente de correlación $r= 0.019$ esto significa que tiene una correlación directa o positiva de intensidad muy poco intensa, y el valor de significancia $p=0.857$. $p>0.05$ lo cual indica que la correlación entre la autorregulación académica y la dimensión síntomas no es significativa.

Tabla 4.

Resultados de la correlación entre autorregulación académica y la dimensión síntomas

Variables	Estadísticos	Autorregulación	Síntomas
	Correlación de Pearson	1	,019
Autorregulación	Sig. (bilateral)		,857
	N	91	91
	Correlación de Pearson	,019	1
Síntomas	Sig. (bilateral)	,857	
	N	91	91

De la siguiente tabla podemos obtener que el valor del coeficiente de correlación $r= -0.069$ esto significa que tiene una correlación inversa o negativa de intensidad muy poco intensa, y el valor de significancia $p=0.562$. $p>0.05$ lo cual indica que la correlación entre la autorregulación académica y la dimensión estrategias no es significativa.

Tabla 5.

Resultados de la correlación entre autorregulación académica y la dimensión estrategias

Variables	Estadísticos	Autorregulación	Estrategias
	Correlación de Pearson	1	-,062
Autorregulación	Sig. (bilateral)		,562
	N	91	91
	Correlación de Pearson	-,062	1
Estrategias	Sig. (bilateral)	,562	
	N	91	91

De la siguiente tabla podemos obtener que el valor del coeficiente de correlación $r = -0.011$ esto significa que tiene una correlación inversa o negativa de intensidad muy poco intensa, y el valor de significancia $p = 0.920$. $p > 0.05$ lo cual indica que la correlación entre la postergación de actividades y la dimensión estresores no es significativa.

Tabla 6.

Resultados de la correlación entre postergación de actividades y la dimensión estresores

Variables	Estadísticos	Postergación de actividades	Estresores
	Correlación de Pearson	1	-,011
Postergación de actividades	Sig. (bilateral)		,920
	N	91	91
	Correlación de Pearson	-,011	1
Estresores	Sig. (bilateral)	,920	

Variables	Estadísticos	Postergación de actividades	Estrategias
Postergación de actividades	Correlación de Pearson	1	-,021
	Sig. (bilateral)		,847
	N	91	91
Estrategias	Correlación de Pearson	-,021	1
	Sig. (bilateral)	,847	
	N	91	91

DISCUSIÓN

El objetivo de la investigación fue establecer si existe una relación significativa entre el estrés académico y la procrastinación en los estudiantes de la carrera profesional de Derecho de la Universidad Privada de Tacna, para lo cual se obtuvieron los siguientes resultados, el coeficiente de correlación $r = -0.099$ y el valor de significancia $p = 0.353$ lo cual indica que no existe una relación entre las dos variables. Coincidiendo con otras investigaciones como la de Mendoza (2020) denominada “estrés académico y procrastinación en alumnos universitarios de Lima Metropolitana” la cual tiene como resultado un coeficiente de significancia de $p = 0.072$ el cual excede al 0.05 indicando que no existe una relación con las dos variables antes mencionadas. Hay un estudio que entre las universidades hay diferentes maneras de enseñar, las variables en este artículo son de carácter específico con fases estipuladas, quizá en otras universidades no sea el ciclo universitario así, hay entendimiento distinto por ello hay resultados diferentes.

La investigación de Yarleque et al. (2016) denominada “La procrastinación, el estrés y el bienestar psicológico” dieron como resulta que no existe una relación entre la procrastinación y el estrés, indicando que la procrastinación no depende del estrés, por

otro lado, si se encontró una relación entre la procrastinación y el bienestar psicológico teniendo estas una correlación inversa.

De la misma manera Valle (2019) en su investigación denominada “Procrastinación y Estrés Académicos en Estudiantes de Quinto Grado de Secundaria de una Institución Educativa Parroquial del Distrito de Comas” quien encontró los siguientes resultados, no existe una relación significativa entre la procrastinación y el estrés académico.

La investigación también busca establecer la relación entre las dimensiones de la procrastinación con las de estrés académico, obteniendo como resultado que ninguna de las dimensiones presenta relación significativa obteniendo un $r=0.05$ y un $p=0.300$ en promedio, investigaciones como la de Valle (2019) denominada “Procrastinación y Estrés Académicos en Estudiantes de Quinto Grado de Secundaria de una Institución Educativa Parroquial del Distrito de Comas” que mostraba como resultado que la procrastinación no se relaciona con la dimensión estímulos estresores. De la misma manera Mendoza (2020) con su investigación denomina “estrés académico y procrastinación en alumnos universitarios de Lima Metropolitana” presenta como resultados de correlación entre la procrastinación y las dimensiones del estrés académico, un $r=0.022$ y $p=0.760$ en la dimensión estímulos, un $r=0.024$ y $p=0.739$ en la dimensión síntomas y un $r=0.130$ y $p=0.067$ en la dimensión estrategias de afrontamiento. De igual forma en la relación de estrés académico con las dimensiones de procrastinación se encontraron los siguientes resultados un $r=0.061$ y $p=0.389$ en la dimensión autorregulación académica y un $r=0.071$ y $p=0.321$ en la dimensión postergación de actividades. Indicando de esta manera que no existe relación significativa en ninguna de las dimensiones, reforzando de esta manera los resultados de la investigación.

CONCLUSIONES

Primero: Se puede concluir que el 92.31% de los estudiantes de 1° y 2° ciclo de Derecho participantes presenta niveles de alta o muy alta procrastinación, la cual puede afectar el rendimiento académico y condicionar esta actitud para futuros ciclos.

Segundo: Los niveles de estrés académico encontrados en los estudiantes de 1° y 2° ciclo de Derecho, es que un 67.03% no presenta altos niveles de estrés, sin embargo, encontramos que un 32.97% si lo presenta, este porcentaje aún es relevante teniendo en cuenta que aún son los primeros ciclos y el nivel de dificultad aumenta más adelante.

Tercero: No se encontró una relación significativa entre la variable procrastinación y la de estrés académico, dado un valor $p=0.353$, un factor relevante para estos resultados sería el de estar cursando aún los primeros ciclos académicos.

Cuarto: Se mostró que no existe relación significativa entre las dimensiones de la procrastinación, autorregulación y estresores no presentan relación significativa con ninguna de las dimensiones de la variable estrés académico, como síntomas, estrategias y estresores.

REFERENCIAS

- Álvarez, O. (2010). *Procrastinación general y académica en una muestra estudiantes de secundaria de Lima*. Persona
- Ancajima, L. (2017). *Propiedades psicométricas del inventario SISCO del estrés académico en universitarios de la ciudad de Trujillo*. (Tesis de licenciatura). Repositorio de Tesis de la Universidad Cesar Vallejo
- Ferrai, J., & Tice, D. (2007). *Percepciones del concepto autodidacta y auto presentación por procrastinadores: evidencia de Furher*. Diario Español de Psicología
- Mendoza, E. (2020). *Estrés académico y procrastinación en alumnos universitarios de Lima metropolitana*. http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10941/1/2020_Mendoza%20Villanera.pdf
- Morales, M., & Chávez, J. (2017). *Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología*. Revista Electrónica del Desarrollo Humano para la Innovación Social
- Valle, L. (2019). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Parroquial del Distrito de Comas*. https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2759/T030_45051838M%20%20%20VALLE%20HUERTES%20LILIBET%20LASTENIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Recibido: 28/10/2022

Aceptado: 04/11/2022