

# International Journal of Human Sciences Research

Acceptance date: 14/10/2024

## ESTRÉS ACADÉMICO Y EL NIVEL DE AUTOEFICACIA ENTRE LOS ESTUDIANTES EN EDUCACIÓN BÁSICA

---

*Guido Escobar Rojas*

<https://orcid.org/0009-0009-7924-3075>

*Mitzy Del Pozo Aedo*

<https://orcid.org/0000-0003-1590-5761>

*Lilia Zenaida Vargas Solano*

All content in this magazine is licensed under a Creative Commons Attribution License. Attribution-Non-Commercial-Non-Derivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0).



## INTRODUCCIÓN

La transición hacia la culminación de la educación secundaria representa un desafío significativo para los estudiantes, marcado no solo por la intensificación de la carga académica, sino también por la presión de decisiones cruciales respecto a su futuro. Asimismo, se considerará el papel del entorno educativo, incluyendo las prácticas pedagógicas, el clima escolar y el apoyo social, en la configuración de estas experiencias. Dado que, una institución educativa que promueve un entorno de aprendizaje positivo, ofrece apoyo emocional y académico, y reconoce los logros individuales, puede ayudar significativamente a mejorar tanto el estrés académico como la autoeficacia de los estudiantes.

## ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

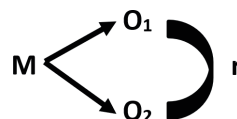
El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, enfocándose en el uso de datos numéricos para analizar y presentar la información. Este método se utilizó para determinar con precisión la relación entre las variables en el futuro (Santiago, 2021, p.13). Básicamente, el enfoque cuantitativo implicó la recopilación y análisis de datos numéricos mediante técnicas estadísticas, lo que permitió evaluar la asociación entre distintas variables.

## TIPO DE INVESTIGACIÓN

Fue de tipo básico, enfocándose en contribuir a la expansión del conocimiento a través de las teorías que se utilizarán. Estuvo basado en una sólida base teórica, desde la cual se buscó descubrir nueva información para avanzar en el conocimiento y orientarse hacia diversos campos según el objeto de estudio (Castro et al., 2020, p.19). Por tanto, se caracterizó por respaldarse en un marco teórico que busca enriquecer la información existente, sirviendo como cimiento para el tema de investigación.

## DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El estudio adoptó un diseño no experimental, enfocándose en la observación sin modificar las variables, con un enfoque en describir y explicar fenómenos naturales e igualmente explicar los acontecimientos a la propia realidad (Castro et al., 2020, p.9). En consecuencia, el diseño no experimental se dedica a la realización del estudio sin la manipulación de sus variables, enfocándose exclusivamente en la observación. También fue de nivel correlacional, motivada por el interés del investigador en examinar la intensidad de la relación entre ciertas variables (Carrera et al., 2019, p.290). En otras palabras, este enfoque correlacional facilitó la comprensión de cómo estas variables están conectadas entre sí. Por consiguiente, el corte fue transversal, recogiendo datos de una muestra específica en un momento determinado, permitiendo evaluar las variables en ese tiempo concreto (Ellis, 2020, p.115). Esencialmente, el corte transversal del estudio implicó la evaluación de las variables en un punto temporal concreto, seleccionado específicamente por el investigador.



Dónde:

**M:** muestra

**O1:** Estrés académico

**O2:** Autoeficacia

**r:** Relación

## MÉTODO

El estudio siguió un método de investigación hipotético-deductivo, comenzando con la contrastación de hipótesis que conducirá a conclusiones generales. Estas conclusiones proporcionaron explicaciones específicas, basadas en el análisis de teorías previamente aplicadas para abordar situaciones concretas

(Arispe et al., 2020, p.56). Dentro de este contexto, el método hipotético-deductivo facilita la generación de nuevas deducciones partiendo de hipótesis. Estas hipótesis se sometieron a comprobación empírica para verificar los hechos y obtener resultados concretos.

## **POBLACIÓN Y MUESTRA**

### *POBLACIÓN*

Castro et al. (2020) describen la población como un conjunto de individuos u objetos de interés para el investigador, caracterizados por atributos específicos en un marco de tiempo y espacio definido. Este grupo, también conocido como universo objetivo, es crucial para la verificación de hipótesis en la investigación (p.30). Es decir, incluye todos los individuos que son relevantes y adecuados para dicho estudio, conformando así parte de su universo definido. Por consiguiente, la población estuvo instituida por 58 estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa de Lima.

### **Criterios de selección**

Para una mejor delimitación de la población, se utilizaron los siguientes criterios de selección:

### **Criterios de inclusión**

Estudiantes que estuvieron cursando el quinto año de secundaria.

Estudiantes que se encontraron matriculados en la entidad educativa durante el periodo de estudio.

Estudiantes que se mantuvieron dispuestos y capaces de proporcionar su consentimiento informado para participar en el estudio.

### **Criterios de Exclusión**

Estudiantes que no correspondieron a dicha entidad educativa. Estudiantes que no completaron las encuestas.

Estudiantes que no estaban dispuestos a participar de la encuesta en el momento de la aplicación.

### *MUESTRA*

Arispe et al. (2020) destacaron que la muestra es una fracción selecta y representativa de la población, elegida por el investigador con criterios de relevancia y significado. Además, subrayaron que la definición de la muestra se basa en el método de muestreo utilizado (p.74). Por lo tanto, la muestra se considera una porción relevante de la población, siendo seleccionada por el investigador según criterios específicos. De este modo, la muestra quedó constituida por 58 estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa de Lima.

En relación con el muestreo, Castro et al. (2020) describieron que será no probabilístico intencional, lo cual implica la selección de individuos basada en criterios específicos del investigador, enfocándose en aquellos que comparten características comunes (p.28). En tanto, el muestreo no probabilístico intencional se centró en los criterios establecidos por el investigador, buscando lograr la mayor representatividad posible dentro del grupo seleccionado.

## **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

La técnica encuesta, según Guillén (2020), es un método que permite al investigador recoger datos utilizando un cuestionario diseñado previamente. Este proceso se lleva a cabo sin alterar el ambiente o el fenómeno estudiado, siendo presentados a través de gráficos o tablas (p.71). Este proceso, realizado sin modificar el entorno o fenómeno estudiado, permite al investigador recoger información relevante que posteriormente se presenta en formatos como gráficos o tablas.

También se utilizaron cuestionarios como instrumento de recolección de datos, estos cuestionarios incluirán una variedad de preguntas, cada una con su propia escala de medición igualmente no habrá respuestas correctas o incorrectas, y se espera obtener resultados diversos al aplicarlos a diferentes individuos (Arias, 2020, p.21). En esencia, esto se refiere a la creación de un conjunto de preguntas diseñadas para recolectar información crucial sobre las variables involucradas en el estudio.

Se utilizaron dos cuestionarios estructurados, uno para cada variable, con el objetivo de recolectar datos a través de encuestas. Las preguntas en estos cuestionarios se basaron en la escala Likert, con opciones de 1, indicando “Nunca”, hasta 5, que significa “Siempre”. El cuestionario relacionado con el estrés académico incluyó quince afirmaciones, mientras que el enfocado en autoeficacia contó con treinta afirmaciones.

Referente a la validez de los instrumentos de investigación, según Castro et al. (2020), se relaciona con su capacidad para medir efectivamente lo que están diseñados para evaluar. Esto incluye la consideración de aspectos como la teoría subyacente, el contenido, los criterios y las opiniones de expertos en el campo (p.11). Esto significa que la validez de un instrumento se refiere a su capacidad para medir efectivamente lo que se propone evaluar, teniendo en cuenta la teoría que fundamenta su diseño y elaboración. Se empleó la técnica de validación por juicio de expertos, que estuvo dirigida a evaluar de manera específica el contenido de los instrumentos a través de la calificación de expertos con el objetivo de evaluar la claridad, coherencia, suficiencia y relevancia (Rodríguez et al., 2021, p.5). Entonces se contó con especialistas que tuvieron conocimientos en el área para evaluar la validez lógica del instrumento. Por lo tanto, se validaron los instrumentos con expertos que tengan una comprensión sólida de la problemática de estudio.

En tanto, la confiabilidad de un instrumento se refiere al procedimiento llevado a cabo en una prueba piloto que comparte características similares con la población, y mediante el uso de una fórmula produce resultados que son estables y coherentes (Castro et al., 2020, p.6). En otras palabras, la confiabilidad se refiere a la repetición de la prueba en sujetos similares, produciendo resultados consistentes y parecidos entre sí. Por tanto, se empleó la consistencia interna a través del coeficiente Alfa de Cronbach, lo cual implicó una sola administración del instrumento y resultó en valores que oscilan entre 0 y 1 que consistió en calcular el coeficiente al aplicar la medición (Castro et al., 2020, p.6). A este respecto, se evaluó la confiabilidad de los instrumentos para solucionar la problemática planteada.

#### **Ficha técnica (Variable 1: Estrés académico)**

**Nombre del instrumento:** Cuestionario de estrés académico

**Autor:** Guido Escobar Rojas

**Año:** 2023

**Participantes:** estudiantes de quinto de secundaria

**Administración:** individual

**Tiempo de aplicación:** 10 minutos

**Validez:** Valido por juicio de expertos

**Confiabilidad:** Fiabilidad por Alfa de Cronbach

#### **Ficha técnica (Variable 2: Autoeficacia)**

**Nombre del instrumento:** Cuestionario de autoeficacia

**Autor:** Guido Escobar Rojas

**Año:** 2023

**Participantes:** estudiantes de quinto de secundaria

**Administración:** individual

**Tiempo de aplicación:** 20 minutos

**Validez:** Valido por juicio de expertos

**Confiabilidad:** Fiabilidad por Alfa de Cronbach

## TRATAMIENTO ESTADÍSTICO

Después de la aplicación pasada de los cuestionarios, que sirvieron como base de nuestros datos, se creó una base de datos en el programa Microsoft Excel. Posteriormente, esta información se trasladó al programa estadístico SPSS con el propósito de clasificar cada variable. Tras la tabulación de los datos mediante el cálculo de frecuencias, se utilizaron tablas y gráficos para presentar los hallazgos. Finalmente, se llevó a cabo un análisis inferencial, ajustando las estadísticas relevantes de acuerdo con los resultados respaldados por la prueba de normalidad pasada, que determinó si se aplicaría Spearman o Pearson, y se obtuvo respuesta a cada uno de los objetivos planteados.

## CONSIDERACIONES ÉTICAS

El Informe Belmont de 1979, que ha servido como fundamento para otras normativas internacionales y se utiliza como una guía para la investigación con seres humanos y la resolución de dilemas éticos (Miranda y Villasís, 2019) ha enfatizado tres principios éticos fundamentales: en primer lugar, el principio de respeto a las personas, también conocido como autonomía, que se relaciona con la capacidad de los individuos para tomar decisiones informadas y ser conscientes de los procedimientos que se llevaron a cabo antes de dar su consentimiento; en segundo lugar, el principio de beneficencia, que busca proteger a los individuos de los riesgos asegurando que los beneficios de la investigación superen los riesgos y posibles daños a los participantes; y en tercer lugar, el principio de justicia, que demanda la equidad y la igualdad en la selección de los sujetos y la distribución justa de los resultados (p.117).

## CONCLUSIONES

En conclusión, los resultados del análisis descriptivo acerca de la situación del estrés académico ostentaron que el 51.8% de los estudiantes la posicionaron en la categoría alta. Se puede concluir que, la falta de estrategias efectivas de manejo del estrés puede llevar a los estudiantes a sentirse abrumados por las demandas académicas. Esto puede incluir deficiencias en la gestión del tiempo, habilidades de estudio ineficaces o falta de apoyo emocional. A su vez, las altas expectativas, tanto personales como de profesores o padres, pueden generar una presión considerable sobre los estudiantes. Así mismo, los resultados del análisis descriptivo acerca de la variable autoeficacia revelaron que el 60.4% de estudiantes estiman que fue de nivel bajo. Esto permite concluir que, si los estudiantes han experimentado fracasos o dificultades académicas, como bajas calificaciones o comentarios negativos, esto puede disminuir su percepción de autoeficacia. La frecuencia y la gravedad de estas experiencias pueden contribuir significativamente a la disminución de la confianza en sus habilidades. Igualmente, la ausencia de retroalimentación positiva y reconocimiento de logros, tanto de maestros como de compañeros, puede llevar a los estudiantes a subestimar sus capacidades. Finalmente. Se halló un vínculo significativo y negativo entre estrategias de afrontamiento hacia la autoeficacia desde la perspectiva de estudiantes de quinto grado de secundaria, por ende, cuando las estrategias de afrontamiento son apenas regulares, es decir, no óptimamente efectivas o adaptativas, pueden no proporcionar el soporte necesario para fortalecer la autoeficacia. Esto puede resultar en un ciclo donde la baja autoeficacia disminuye la probabilidad de que los estudiantes busquen o apliquen estrategias de afrontamiento más efectivas, perpetuando así un estado de manejo ineficaz de los desafíos. Así como Se verificó un vínculo significa-

tivo y negativo entre estrés académico hacia la autoeficacia desde la perspectiva de estudiantes de quinto grado de secundaria, por tanto, el estrés académico caracterizado por cargas de trabajo intensas, presiones de tiempo y expectativas elevadas, puede tener efectos perjudiciales en la salud mental y física de los estudiantes. Este tipo de estrés puede manifestarse

en forma de ansiedad, agotamiento y una reducción en la capacidad para concentrarse, lo que dificulta significativamente el proceso de aprendizaje. Además, puede disminuir la eficiencia en la resolución de problemas y en la toma de decisiones, aspectos cruciales para la autoeficacia.

## REFERENCIAS

- Alania, R., Llacari, R., De la Cruz, M. & Ortega, D. (2020). Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium. Revista Científica de Ciencias Sociales*, 4(2), 111-130. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/867>
- Alhamed, A. (2023). The link among academic stress, sleep disturbances, depressive symptoms, academic performance, and the moderating role of resourcefulness in health professions students during COVID-19 pandemic. *Journal of Professional Nursing*, 46(11), 93-91. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S8755722323000406>
- Amaia, O., Chang, E., Li, M. & Chang, O. (2023). The role of problem-solving ability, beyond academic motivation, in college students' psychological adjustment. *Current Psychology*, 42, 17888-17897. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-022-02945-y>
- Apriliyani, E. & Usuludin, M. (2023). Self-Efficacy and Its Correlation With Reading Comprehension Of Senior High School Students. *IREELL: Indonesian Review of English Education, Linguistics, and Literature*, 1(1), 25-33. <https://jurnalfaktarbiyah.iainkediri.ac.id/index.php/ireel/article/view/1096>
- Arias, J. (2020). *Proyecto de tesis. Guía para la elaboración*. Biblioteca Nacional del Perú. [https://www.researchgate.net/publication/350072286\\_TECNICAS\\_E\\_INSTRUMENTOS\\_DE\\_INVESTIGACION\\_CIENTIFIICA/link/604f8431458515e8344a4467/download](https://www.researchgate.net/publication/350072286_TECNICAS_E_INSTRUMENTOS_DE_INVESTIGACION_CIENTIFIICA/link/604f8431458515e8344a4467/download)
- Arispe, C., Yangali, J., Guerrero, M., Lozada, O., Acuña, L. & Arellano, C. (2020). *La investigación científica. Una aproximación para los estudios de posgrado*. Universidad Internacional del Ecuador. <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACION%20CIENTIFIICA.pdf>
- Attia, M., Ibrahim, F., Elsady, M., Khorkhash, M., Rizk, M., Shah, J. & Amer, S. (2022). Cognitive, emotional, physical, and behavioral stress-related symptoms and coping strategies among university students during the third wave of COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 13(10), 1-20. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9523087/>
- Barbayannis, G., Bandari, M., Zheng, X., Baquerizo, H., Pecor, K. & Ming, X. (2022). Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations, Affected Groups, and COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13(2), 1-10. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.886344/full>
- Calatayud, A., Apaza, E., Huaquisto, E., Belizario, G. & Inquilla, J. (2022). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación*, 46(2), 1-19. [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2215-26442022000200114](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-26442022000200114)
- Carrera, F., Govea, F., Hurtado, G. & Freire, C. (2019). Estudio Correlacional de Factores como Desempleo e Índices de Delincuencia en Ecuador. *Información Tecnológica*, 30(3), 287-294. <https://www.scielo.cl/pdf/infotec/v30n3/0718-0764-infotec-30-03-00287.pdf>

- Cassaretto, M., Vilela, P. & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), 1-18. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272021000200005](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272021000200005)
- Castro, A., Parra, E. & Arango, I. (2020). Glosario para metodología de la investigación. *Working Paper ESACE*, 1(8), 1-38. [https://www.academia.edu/42690702/Glosario\\_para\\_metodolog%C3%ADa\\_de\\_la\\_investigaci%C3%B3](https://www.academia.edu/42690702/Glosario_para_metodolog%C3%ADa_de_la_investigaci%C3%B3)
- Castro, D., Taipe, F., Castro, S. & Castro, V. (2021). Estrés y resiliencia en el contexto del COVID-19, en estudiantes de educación secundaria. *Revista Peruana De investigación E innovación Educativa*, 1(3), 1-14. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/repie/article/view/20893>
- Chacaliza, C. (2020). Afrontamiento al estrés y orientación suicida en estudiantes adoelscentes. *Avances en Psicología*, 28(1), 127-138. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/download/2118/2198/6582>
- Córdova, P., Gasser, P., Naranjo, H., La Fuente, I., Grajeda, A., & Sanjinés, A. (2023). Academic stress as a predictor of mental health in university students. *Cogent Education*, 10(2), 1-19. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/2331186X.2023.2232686>
- Dahlstrand, J., Friberg, P., Fridolfsson, J., Börjesson, M., & Arvidsson, D. (2021). The use of coping strategies “shift-persist” mediates associations between physical activity and mental health problems in adolescents: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 21(11), 1-11. <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11158-0>
- Deng, Y., Cherian, J., Khan, N., Kumari, K., Safdar, M., & Gavurova, B. (2022). Family and Academic Stress and Their Impact on Students' Depression Level and Academic Performance. *Frontiers in Psychiatry*, 13(2), 1-13. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9243415/>
- Díaz, F., Muñoz, A., Arias, W., & Rivera, R. (2022). Estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima durante la pandemia por COVID-19. *Educationis Momentum*, 6(1), 43-60. <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/emomentum/article/view/1448/1468>
- Durán, C., Carrillo, J., & Albarracín, C. (2021). Academic stress detection on university students during COVID-19 outbreak by using an electronic nose and the galvanic skin response. *Biomedical Signal Processing and Control*, 68(32), 1-10. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1746809421003530>
- Ellis, P. (2020). Sampling in quantitative research 2: non-experimental quantitative studies (1). *Wounds UK*, 16(1), 114-115. <https://www.wounds-uk.com/journals/issue/608/article-details/sampling-in-quantitative-research-2-non-experimental-quantitative-studies-1>
- Estrada, E. (2020). Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Revista Científica de Ciencias Sociales*, 4(2), 47-62. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/557/894>
- Estrada, E. (2021). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular. *Horizonte de la Ciencia*, 11(20), 195-205. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/777/980>
- Freire, C., & Ferradás, M. (2020). Afrontamiento del estrés académico y autoeficacia en estudiantes universitarios: Un enfoque basado en perfiles. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 133-142. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1769/1562>