

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO

BENEDICTO XVI

FACULTAD DE HUMANIDADES

**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN
SECUNDARIA CON MENCIÓN EN: MATEMÁTICA Y
FÍSICA**



**AUTOEFICACIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE
CAJABAMBA, 2023**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA CON MENCIÓN EN:
MATEMÁTICA Y FÍSICA**

AUTORA

Br. Santos Anita Vilca Valderrama

ASESOR

Dr. Héctor Israel Velásquez Cueva

<https://orcid.org/0000-0002-4953-3452>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Educación y Responsabilidad Social

TRUJILLO – PERÚ

2024

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Yo, Dr. Héctor Israel Velásquez Cueva con DNI N°70112728, como asesor del trabajo de investigación titulado “Autoeficacia y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba”, desarrollado por la Br. Santos Anita Vilca Valderrama con DNI N°46289921; del Programa de Complementación Pedagógica y Universitaria en Educación Secundaria con mención en Matemática y Física; considero que dicho trabajo reúne las condiciones tanto técnicas como científicas, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el Reglamento de Titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de trabajos de graduación de la Facultad Humanidades. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.

Trujillo, febrero del 2024.



Dr. Héctor Israel Velásquez Cueva
Asesor

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

Excmo. Mons. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M

Arzobispo Metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Rectora de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Vicerrectora Académica

Dr. Héctor Israel Velásquez Cueva

Decano de la Facultad de Humanidades

Dra. Ena Cecilia Obando Peralta

Vicerrectora de Investigación

Dra. Teresa Sofia Reategui Marín

Secretaria General

DEDICATORIA

A Dios, por ser la fortaleza espiritual que me motivo a no rendirme y seguir cada uno de mis sueños profesionales.

A mi familia por ser el apoyo incondicional que me animaba a seguir superándome día tras día.

Santos Anita Vilca Valderrama

AGRADECIMIENTO

Al asesor, el Dr. Héctor Israel Velásquez Cueva, por sus grandes conocimientos en investigación, permitiéndome culminar eficientemente con la tesis.

A los participantes de la investigación, porque brindaron sus opiniones sin oposición alguna, participando activamente en todo momento.

Al director de la Institución Educativa, por brindar sus instalaciones para la realización de la tesis.

La Autora.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Santos Anita Vilca Valderrama, identificada con DNI 46289921, egresados del Programa de Estudios Complementación Pedagógica y Universitaria de la especialidad de Matemática y Física de la Facultad de Humanidades de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de humanidades, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado: “Autoeficiencia y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba, 2023”, el cual consta de un total de 78 páginas, en las que se incluye 10 tablas y 4 figuras, más un total de 32 páginas en anexos.

Dejamos constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento corresponde a mi autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de nuestra entera responsabilidad.



Santos Anita Vilca Valderrama
DNI 46289921

ÍNDICE

PORTADA	i
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD.....	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD	vi
ÍNDICE.....	vii
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
I. INTRODUCCIÓN.....	13
II. METODOLOGÍA	23
2.1. Enfoque y tipo	23
2.2. Diseño metodológico.....	23
2.3. Población, muestra y muestreo.....	24
2.4. Técnicas e instrumentos de recojo de datos.....	25
2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información.....	25
2.6. Aspectos éticos en investigación	26
III. RESULTADOS	27
IV. DISCUSIÓN.....	35
V. CONCLUSIONES.....	39
VI. RECOMENDACIONES	40
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	41
ANEXOS	46
Anexo 1: Instrumentos de la recolección de la información	46
Anexo 2: Ficha técnica	49

Anexo 3: Validación por jueces expertos	51
Anexo 4: Operacionalización de variables	66
Anexo 5: Carta de presentación.....	67
Anexo 6: Carta de autorización emitida por la entidad que faculta el recojo de datos.....	68
Anexo 7: Consentimiento informado	69
Anexo 8: Asentamiento informado.....	70
Anexo 9: Matriz de consistencia	72
Anexo 10: Datas	74
Anexo 11: Informe de similitud.....	78

Índice de tablas

Tabla 1 Distribución de la población de una institución pública, 2023.....	24
Tabla 2 Distribución de la muestra de una institución pública, 2023.....	24
Tabla 3 Nivel de la autoeficacia en estudiantes de secundaria.....	27
Tabla 4 Nivel del estrés académico en estudiantes de secundaria.....	28
Tabla 5 Niveles de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de secundaria.....	29
Tabla 6 Prueba de normalidad.....	30
Tabla 7 Relación entre la autoeficacia y el estrés académico.....	31
Tabla 8 Relación entre la autoeficacia y los estresores académicos.....	32
Tabla 9 Relación entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones.....	33
Tabla 10 Relación entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento.....	34

Índice de figuras

Figura 1 Diseño de la investigación	23
Figura 2 Nivel de la autoeficacia en estudiantes de secundaria	27
Figura 3 Nivel del estrés académico en estudiantes de secundaria	28
Figura 4 Niveles de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de secundaria...	29

RESUMEN

Se tuvo como objetivo general, determinar la relación entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba. Para ello se empleó un diseño no experimental, correlacional, descriptivo, transversal, de enfoque cuantitativo, con una muestra de 47 estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba; además, se aplicó el cuestionario de escala Likert para la recolección de datos. Los resultados indicaron que hay relación altamente significativa ($0.001 < 0.01$), con un grado de relación positivo moderado ($Rho = 0,672^{**}$); de tal forma, se concluye que existe relación altamente significativa, positiva – moderada entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Palabras clave: autoeficacia, estrés académico, estresores académicos

ABSTRACT

The general objective is to determine the relationship between self-efficacy and academic experience in high school students from an educational institution in Cajabamba. For this purpose, a non-experimental, correlative, descriptive, transversal, quantitative approach design was implemented with a collection of 31 high school students from an educational institution in Cajabamba; Likewise, the Likert scale instructions are applied for data collection. The results indicated that there was a highly significant relationship ($0.001 < 0.01$), with a moderate positive degree of relationship ($Rho = 0.672^{**}$); In this way, it is concluded that there is a highly significant positive – moderate relationship between self-efficacy and academic experience among high school students of an educational institution in Cajabamba.

Keywords: self-efficacy, academic strength, academic strengths

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad los jóvenes presentan inseguridades con respecto a sus capacidades a esto se le conoce como falta de autoeficacia, pues no lograron construir su motivación auto personal, produciéndoles problemas emocionales que afectan sus propias decisiones; a la par de ello, el estrés es una de las enfermedades actuales que presentan los adolescentes, debido a sus inseguridades y a las exigencias académicas que enfrentan hoy en día.

De tal forma en la actualidad 1 de cada 7 adolescentes a nivel mundial tiene diagnosticado problemas de estrés académico a causa de las exigencias y sobre todo por la falta de confianza propia, esto enfocado a la autoeficacia; esta tasa aumento posterior a la pandemia lo que deja claro que el estar reclusos, afecto la autoeficacia, cerca de 1600 millones de estudiantes han sufrido alguna perdida en su educación a causa de ello (Unicef, 2021).

En México, este problema ha traído otros más, los estudiantes adolescentes, ya sean hombres o mujeres, que presentan problemas en la autoeficacia y control del estrés, tienden a consumir alcohol, comenzando a aumentar cuando no se logra atender el problema; la edad promedio en que inician es a los 13 años, presentándose aproximadamente en el 50.4% de mujeres y 49.6% de hombres. Como estresores más recurrentes que da a conocer el estudiante se tiene la preocupación por aprobar el año, la presentación de tareas, los trabajos grupales y el tiempo para cumplir con todo (Montes et al., 2023).

En el Perú, aproximadamente el 33.2% de escolares adolescentes presentan problemas de estrés académico, a la par de ello, se ha evidenciado la falta de seguridad y confianza que presentan ante una actividad, generándoles un mayor estrés, este problema radica en el ambiente donde creció el estudiante, es decir la familia, amistades y misma sociedad (Chávez, 2021).

En Lima, el Ministerio de Salud, identificó que el 29.6% de los adolescentes presentan problemas de estrés y autoeficacia, relacionándose a la inseguridad emocional y personal que afecta la vida académica; estudiantes entre 12 a 17 años corren este tipo de riesgo; por otro lado, la tasa es mayor cuando la edad es de 6 a 11 años, siendo 32.6%, siendo una necesidad tratar el problema para evitar daños físicos y psicológicos mayores (Ministerio de Salud, 2021).

Este tipo de problema, trae consecuencias en la salud física del estudiante, 4 de 10 jóvenes que tienen problemas de autoeficacia y estrés académico, presentan problemas de

sueño, cambios de ánimo, depresión, entre otros problemas más; la depresión es la más recurrente, teniendo una tasa del 35%; por otro lado, la frustración es otra emoción que surge por falta de autoeficacia y problemas de estrés, presentándose en el 47% de la población peruana (Tovar y Pillaca, 2021).

A nivel local, una de las instituciones educativas de Cajabamba ubicado en departamento de Cajamarca, ha sido considerada para la investigación, debido a que los estudiantes de secundaria presentan falta de confianza en sus labores académicas diarias, dando a notar la falta de autoeficacia; así mismo, el estrés por las tareas, las actividades en clase, los exámenes son algunos de los factores que se han evidenciado que aumenta el estrés académico en los estudiantes de secundaria, esto ha afectado su buen rendimiento, por tal motivo se procedió a determinar si hay relación entre autoeficacia y estrés académico, para que así se pueda recomendar posibles medidas de solución que ayuden a los jóvenes estudiantes.

De tal forma, se plasmó como problema general ¿cuál es la relación entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba?. Así mismo, se tuvo como problemas específicos, ¿cuál es el nivel de la autoeficacia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba?; ¿cuál es el nivel del estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba?; ¿cuál es la relación entre la autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba?; ¿cuál es la relación entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba? y ¿cuál es la relación entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba?.

Como parte de la justificación de la investigación, se presentó dentro del contexto teórico, que el uso de la literatura y distintas investigaciones enfocadas a las variables investigadas, permitieron nutrir el marco teórico, siendo sustento para la investigación, porque se pudo conocer aquellas dimensiones que facilitaron la creación de los cuestionarios; además, la información recolectada fue fundamental al momento de discutir los resultados de la investigación. En el marco metodológico, se utilizó un diseño y enfoque que permitieron conocer la realidad actual de las variables, buscando medir la fuerza de relación y los niveles que actualmente presentan, esta información se pudo obtener a través de instrumentos válidos y confiables. En las implicancias prácticas, se pudo sugerir por

medio de las recomendaciones que alternativas o estrategias de solución pueden mejorar la autoeficacia y disminuir el estrés académico en estudiantes de secundaria. Como relevancia social, se buscó exteriorizar la realidad con el fin de ayudar a los jóvenes estudiantes de secundaria, quienes necesitan el mayor apoyo para controlar el estrés y mejorar la autoeficacia, ya que un adolescente que goza de un control emocional saludable, logra adaptarse a la sociedad y sus diferentes tipos de complicaciones que pueden existir.

De tal manera, se presentó como objetivos de la investigación, dentro del marco general, determinar la relación entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba. Y como objetivos específicos, identificar el nivel de la autoeficacia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba; identificar el nivel del estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba; determinar la relación entre la autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba; determinar la relación entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba y determinar la relación entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Cabe indicar que, como hipótesis general, se presentó: Ha. La relación es significativa entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba; Ho. La relación no es significativa entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba. Y como hipótesis específicas se tuvo: El nivel de la autoeficacia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba, fue regular; el nivel del estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba, fue regular; la relación es significativa entre la autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba; la relación es significativa entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba y la relación es significativa entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Por otro lado, en el marco teórico, como parte de los antecedentes, se tuvo los siguientes: En el contexto internacional, Moposita y Vásquez (2022), investigaron sobre la asociación entre autoeficacia y estrés en jóvenes de Ecuador, para ello, se aplicó un modelo

no experimental, cuantitativo, correlacional y descriptivo, con una muestra de 239 estudiantes, a quienes se les aplicó el cuestionario. Los halló que existe un $Rho = 0,011$, con un $p > 0,05$, presentando la autoeficacia un nivel regular del 69.9% y el estrés académico un nivel regular del 76.6%. Se concluye que no hay relación entre los términos estudiados, pero si presentan un nivel regular que necesita ser atendido.

Seguidamente, Morales et al. (2022), investigaron sobre la autoeficacia y la personalidad en jóvenes estudiantes, empleando el enfoque cuantitativo y la aplicación de cuestionarios a un total de 126 adolescentes. Los resultados de la autoeficacia y el estrés percibido como parte de la personalidad de los estudiantes, indicaron una asociación de $-0,620^{**}$ y $p < 0,05$; esto indicó que hay relación, pero no es directa, pues presenta signo negativo, aun así, se considera asociación significativa entre ambos términos. Se concluye que, al existir asociación inversa entre las variables, significa que a mayor autoeficacia menor estrés presenta el estudiante.

Así mismo, Zambrano (2020), investigó la relación de la autoeficacia con el estrés académico en el nivel de secundaria de una institución de Guayaquil. Para ello, se empleó el modelo transversal cuantitativo correlativo, con una muestra de 245 estudiantes, aplicándoles la Escala de la Autoeficacia y el Inventario SISCO del estrés académico. Los resultados indicaron que existe un $Rho = 0,182$ con un $p < 0,01$, presentando la autoeficacia un nivel regular del 51% y alto del 47%, mientras que el estrés académico presenta un nivel medio del 44% y 41% para el nivel alto. Se concluye que la relación es baja positiva y que ambas variables deben ser atendidas porque los estudiantes necesitan mejorar la autoeficacia y el estrés académico que presentan.

También, Zamora et al. (2020), investigaron sobre la autoeficacia y el rendimiento académico en matemática, considerando como variable interviniente el estrés académico; para ello, se empleó un modelo transversal – correlacional, con la colaboración de 92 estudiantes que respondieron dos cuestionarios referentes al tema. Los resultados indicaron que existe un p valor $< 0,05$, donde los estudiantes que reprueban cursos tienen un rendimiento promedio de 7,37 puntos menor en comparación con aquellos que no reprueban ($p < 0,001$), esto se debe a que la variable está estrechamente relacionada con la experiencia directa en relación con las expectativas del dominio del individuo. Se concluye que el área de matemática genera estrés en los estudiantes, afectando la autoeficacia y el rendimiento ($p < 0,05$).

En el contexto nacional, Alfaro et al. (2022), investigaron sobre la autoeficacia y el apoyo percibido por los estudiantes de Juliaca para afrontar el estrés; para ello, se empleó un modelo cuantificable, predictivo, con el apoyo de 455 estudiantes a quienes se les aplicó el cuestionario. Los resultados indicaron una regresión lineal directa positiva y consistente, donde la autoeficacia presentó un $\beta = 0,292$ y un $p < 0,05$, el apoyo percibido fue de $\beta = 0,360$ y $p < 0,01$), manifestando que ambas variables predicen significativamente el estrés, teniendo un $\chi^2 = 0,25$. Se concluye que el estrés aumenta cuando no hay apoyo por parte de los docentes, padres y compañeros, reduciendo con ello la autoeficacia del estudiante.

También, Chávez (2022), investigó sobre la autoeficacia en estudiantes de Lima; para ello, se empleó el modelo estadístico, con un grupo de 291 estudiantes, aplicándoles el cuestionario EAPESA. Los hallazgos mencionaron que existe asociación de la autoeficacia con los estresores académicos, teniendo un $p < 0,01$ con un $P_s = 0,978$, considerándose asociación fuerte, positiva y altamente significativa. Se concluye que hay significancia alta, es decir, los estresores académicos son un factor que afecta la autoeficacia del estudiante, puede generarse por presión de las clases, los trabajos educativos, los exámenes, entre otros más.

Del mismo modo, Flores (2022), investigó el vínculo entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de 2° a 5° de secundaria. Participando en la investigación 345 adolescentes, a quienes se les proporcionó un cuestionario anónimo; para ello, la investigación siguió un modelo cuantitativo, correlacional. Los resultados indicaron que la autoeficacia fue baja, presentando un 60.3%; el estrés académico, fue moderado con una tasa del 74.49%; la relación presentó un $p = 0,000$, con un $Rho = -0,203$. Se concluye que hay relación baja entre ambas variables y que necesitan ser atendidas para beneficio de la salud mental del estudiante.

A la par de ello, Puella y Ttacca (2022), investigaron sobre el estrés y la autoeficacia académica en estudiantes de secundaria. Empleando el modelo cuantitativo, asociativo y transversal, con un grupo de 155 estudiantes que respondieron un cuestionario anónimo. Los resultados indicaron que se presentó un nivel moderado de los estresores académicos y los síntomas físicos – psicológicos, siendo 70.3% y 81.3% respectivamente, en las estrategias de afrontamiento se tuvo un 50.3%; al relacionar las variables se tuvo un $p = 0.576 > 0.05$ y un $Rho = -0.045$. Se concluye que no hay relación, pero debe tratarse el estrés en sus distintas dimensiones.

En el contexto local, Leyva (2023), investigó la relación de la ansiedad y el estrés académico, evaluando la autoeficacia del estudiante de secundaria. Para ello se empleó un diseño no experimental, relacional, cuantitativo, con una muestra de 155 participantes, a quienes se les aplicó la encuesta. Los hallazgos mencionaron que hay un $p = 0,000$, con un $Rho = 0,399^*$, de tal forma, se identificó una asociación baja pero significativa. Se concluye que la autoeficacia incide en la ansiedad y el estrés académico como un mediador, siendo recomendable tratarla para la reducción de la ansiedad y el estrés, sobre todo en jóvenes estudiantes, quienes pueden presentar problemas físicos o emocionales a causa de ello.

También, Pérez (2023), investigó el vínculo entre la autoeficacia y el estrés en estudiantes; aplicando un modelo básico, correlacional, transversal, con un total de 390 participantes. Los resultados indicaron un $r = 0,300$, con un $p < 0,05$, siendo significativa y baja, además, se presentó niveles regulares de 45% y 37% para autoeficacia y estrés. Se concluye que la autoeficacia y el estrés presentan relación, pero es baja, es decir hay otros factores que pueden estar afectando las variables, siendo necesario evaluar la situación para tratar los casos detectados; entre esos factores externos, puede figurar el círculo familiar, el clima escolar y social.

Así mismo, Sernaque (2023), investigó la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de Trujillo. Siguiendo un modelo básico, asociativo, con la participación de 182 estudiantes y haciendo uso del cuestionario. Los hallazgos mencionaron que la autoeficacia fue alta en un 62,6% y el estrés fue bajo en un 46,2%, teniendo una vinculación de $p = 0,000$ y un $Rho = -0.257$. Se concluye que, los estudiantes al aumentar sus niveles de estrés generan una reducción en la autoeficacia académica, perjudicando el buen rendimiento académico, cabe mencionar que la relación fue significativa, baja e inversa, esto sucedió porque a mayor autoeficacia menor es el estrés.

Igualmente, Gómez (2021), investigó la relación de la autoeficacia y la ansiedad académica por estrés en jóvenes estudiantes. Utilizando un modelo correlacional, cuantitativo, con la participación de 353 estudiantes y haciendo uso del cuestionario. Los hallazgos mencionaron que el p fue menor a 0.01 siendo 0.000, presentando un $r = -0,373$, es decir, hubo una relación altamente significativa, baja e inversa. Se concluye que existe relación inversa entre los términos estudiados, teniendo como reacciones el enojo, el nerviosismo y la irritabilidad; además de presentarse problemas físicos como el insomnio, arritmias, dolor de cabeza; por tal motivo, a mayor estrés menor es la autoeficacia que presenta el estudiante.

Con respecto a las bases teóricas científicas o marco conceptual, se logró conocer que la autoeficacia se sostiene en la teoría del aprendizaje social, en ella se menciona que las habilidades de la persona son parte esencial que se valora dentro del aprendizaje, pues el ser humano aprende a través de lo vivido y la sociedad apoya con ello porque la persona es capaz de entender y organizar la información aprendida para luego ejecutarla y alcanzar con ello los niveles académicos que solicita el maestro (Bandura, 1982).

Además, la autoeficacia se refiere a la capacidad que tiene la persona para efectuar actividades de manera adecuada, cumpliendo con todo lo solicitado por el maestro; de tal forma, la autoeficacia, permite reconocer el éxito de una tarea y con ello se identifica las destrezas, aptitudes y habilidades que presenta cada estudiante (Bendezú, 2016, pp. 48).

Entre las características que tiene la autoeficacia, se presenta al gran sentido de eficacia que puede dar a notar el estudiante, donde se minimiza las emociones que generan depresión, estrés o ansiedad, reduciendo a la par la vulnerabilidad al fracaso; pues el estudiante se siente más seguro de sus capacidades, aumentando su automotivación e interés por participar activamente en clase; de tal forma, las características fundamentales son, la motivación, la seguridad y la valoración del potencial académico (Bandura, 1977). Así mismo, el estudiante con mayor autoeficacia, es capaz de sentir seguridad y energía para afrontar cualquier reto académico; en cambio, los estudiantes con baja autoeficacia, no sienten seguridad en las decisiones académicas que toman, presentando mayores índices de estrés por imaginar situaciones desfavorables dentro del contexto académico; por tal motivo, la autoeficacia permite conocer el desempeño del estudiante y evidenciar posibles amenazas que se presenten en el comportamiento que puede tener el joven sino lograr obtener un nivel apropiado en su rendimiento (Adanaqué, 2016).

De mismo modo, Cruz (2020) manifiesta que la autoeficacia se asocia con el bienestar que tiene el estudiante, pues se centra en identificar la actitud que tiene el estudiante dentro del contexto académico, evaluando el desempeño estudiantil en sus distintas categorías, es decir, actitudinal, procedimental y conceptual; cabe mencionar que la autoeficacia y el bienestar se vinculan con las actividades académicas realizadas y el cumplimiento de las exigencias que solicita el docente.

A la par de ello, Pereyra et al. (2019) refiere que es la agrupación de creencias que presenta la autoeficacia académica, teniendo dos partes fundamentales, consideradas como expectativas de la autoeficacia, ellas son: Expectativas de eficacia, donde se conoce las capacidades personales del estudiante y las acciones que se dan a través de ellas y también

se tiene a las expectativas de resultado, donde se manifiestan las creencias que se esperan alcanzar a través de distintas acciones.

Para la presente investigación, con respecto a la variable autoeficacia se ha considerado una dimensión.

Es así que, la autoeficacia, como dimensión se caracteriza por ser unidimensional, presentando como indicadores la capacidad, la comprensión, la confianza, la convicción, la percepción positiva, el facilismo, la seguridad y la percepción de sus capacidades. Estos indicadores sustentados en Rivera (2017), indican que no todos los estudiantes son capaces

de manejar distintas situaciones académicas bajo presión, pues algunos estudiantes comienzan a presentar angustia a causa de pensamientos atemorizantes, esto ocurre por el estrés y la ansiedad que se presenta cuando los estudiantes no saben lidiar con actividades académicas fuertes que demandan un mayor esfuerzo académico. Además, Córdova (2022) menciona que los estudiantes con niveles bajos de autoeficacia, comúnmente presentan emociones negativas como la angustia, miedo y enojo, afectando el rendimiento académico, pues al no existir control emocional, no se logra obtener un buen desempeño en el estudiante.

En lo que respecta al estrés académico, se centra en la teoría de Selye (1956) donde se conoce que el estrés se manifiesta a través del organismo, generando causas negativas por estímulos internos como son las preocupaciones y externos como son los problemas que perciben de terceros; retomar el equilibrio, se refiere a una adaptación general, donde el organismo es capaz de canalizar el estrés y buscar soluciones para minimizarlo.

Así mismo, Espinoza et al. (2018) indica que la teoría de Selye, manifiesta dos aspectos fundamentales, siendo el primero la enfermedad, pues el estrés puede causar ello, pudiendo volver los síntomas severos; esto sucede porque el organismo activa el estrés como una defensa ante distintos problemas que se tornan difíciles de superar; el segundo aspecto se divide en tres fases, la primera es de alarma, seguido de resistencia y por último de agotamiento.

Por otra parte, en la fase de alarma se produce una alteración hormonal, donde estas se liberan con el fin de actuar de manera defensiva dentro del organismo, el fin es lograr afrontar situaciones que generan estrés; como parte de los síntomas se produce hipervigilancia, aumento de la frecuencia cardíaca y de la respiración (Venancio, 2018).

Seguidamente, en la fase de resistencia, el cuerpo del ser humano genera la regulación del funcionamiento corporal, tanto a nivel interno como externo, dándose a notar por medio de reacciones positivas o negativas, como es la ausencia de la nivelación o mejoría

de ella, cabe mencionar que en esta fase se produce la activación de las glándulas suprarrenales (Chinchay y Flores, 2019).

Por último, en la fase de agotamiento, los síntomas físicos y psicológicos terminan por afectar en su totalidad a la persona, produciendo malestares en el cuerpo humano, esto se vuelve peligroso porque al estar latente por mucho tiempo, el cuerpo de la persona puede sufrir daños irreparables, dañando las capacidades fisiológicas, pues se produce una disminución continua de la autorregulación (Quispe, 2019).

De tal forma, Zea (2021) define el estrés académico, como un tipo de respuesta del cuerpo humano ante situaciones difíciles que se presentan en el campo académico; entre estas situaciones se tiene a las grandes demandas de labores académicas, poco tiempo para la presentación de tareas, falta de organización, cantidad de exámenes y el miedo a reprobarlos; por estas y más razones se producen síntomas que afectan el buen desempeño académico.

En la presente investigación para la variable estrés académico, se ha considerado tres dimensiones:

Con respecto a la dimensión, los estresores académicos, se basan en el desequilibrio sistémico, como la cantidad de materias y actividades que acarrea ello, la cantidad de estudiantes que puede dificultar el buen entender de las clases y las evaluaciones; esto se presenta aún más en los colegios estatales (Cruz, 2020). Así mismo, se consideran factores o situaciones que pueden causar estrés en el ámbito académico, estos pueden incluir la presión por obtener buenas calificaciones, la carga de trabajo académico, los plazos de entrega, los exámenes, la competencia con otros estudiantes, la presión de los padres o profesores, y otros desafíos relacionados con el entorno educativo (Fauzi et al., 2021); además, los estresores académicos pueden afectar la salud mental y emocional de los estudiantes, y es importante abordarlos de manera adecuada para promover un entorno educativo saludable (Carli et al., 2021).

Seguidamente en la dimensión, los síntomas o reacciones, se conciben las afecciones que presenta el estudiante, tanto a nivel físico como mental; en las (a) afecciones físicas, se producen malestares en el cuerpo de la persona, como es el insomnio, problemas estomacales, migraña y fatiga; por otro lado, en las (b) afecciones psicológicas, el estudiante puede presentar desgano, pena, ansiedad, agresividad y bloqueo; en los (c) síntomas conductuales, se genera el aislamiento, vicios como el alcohol y absentismo (Barraza, 2020). Así mismo, el estrés se manifiesta a través de una variedad de síntomas que incluyen

ansiedad, irritabilidad, fatiga, dificultad para concentrarse, problemas para dormir, cambios en el apetito y tensión muscular (Hoying et al., 2020).

También se tiene como dimensión, las estrategias de afrontamiento, basándose en actividades que ejecutan los estudiantes para lograr obtener el equilibrio mental perdido a causa del estrés, de tal forma, el estudiante es capaz de buscar distintos recursos que permitan reducir los niveles de estrés (Barraza, 2020). Además, son considerados métodos y técnicas que las personas utilizan para enfrentar y manejar el estrés, las dificultades y los desafíos de la vida; estas estrategias pueden incluir el apoyo social, el pensamiento positivo, la resolución de problemas, el humor, la búsqueda de información, el ejercicio físico, la relajación, la meditación, entre otros (Gordon y Borja, 2020).

II. METODOLOGÍA

2.1. Enfoque y tipo

Por su enfoque se consideró cuantitativa, porque se hizo uso de la estadística para determinar los hallazgos del estudio; además, cabe indicar que se contó con hipótesis de contrastes, siendo el enfoque cuantitativo el que permite emplear análisis inferenciales para corroborar si se acepta la H_a o la H_o (Hernández y Mendoza, 2018).

Según Hernández y Mendoza (2018), el tipo de investigación se divide en dos partes: Según su finalidad, fue aplicada, debido al uso de hipótesis, las cuales se contrastaron por medio de instrumentos que permitieron recolectar los datos para el constructo de los resultados donde se corroboraron cada una de las hipótesis. Así mismo, según su profundidad fue descriptiva relacional, con ello se describió los resultados obtenidos a modo de relación.

2.2. Diseño metodológico

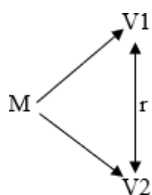
Se empleó el no experimental, descriptivo, correlacional, transversal (Arias y Covinos, 2021).

Fue no experimental porque no se atentó con el comportamiento real de las variables, así mismo, fue descriptivo correlacional, porque se determinó el tipo de relación que tienen las variables por medio de la estadística descriptiva e inferencial. Por último, fue transversal, porque la recolección de datos se ejecutó en un solo momento.

El diseño tuvo la siguiente forma:

Figura 1

Diseño de la investigación



Nota: Hernández y Mendoza (2018).

Teniendo el siguiente significado:

M : Muestra (47 estudiantes de 4° y 5° de secundaria).

V1 : Autoeficacia.

V2 : Estrés académico.

r : Relación.

2.3. Población, muestra y muestreo

Se tuvo como población total de secundaria a 128 estudiantes de una institución educativa de Cajabamba (Hernández y Mendoza, 2018).

Tabla 1

Distribución de la población de una institución pública, 2023

Grado	Frecuencia	Porcentaje
Primero	27	21,1%
Segundo A	15	11,7%
Segundo B	16	12,5%
Tercero	23	18%
Cuarto	22	17,2%
Quinto	25	19,5%
Total	128	100%

Nota: Nominas de matrícula 2023 de una institución educativa de Cajabamba.

Como muestra se extrajo un subgrupo de la población de secundaria, siendo en este caso los 47 estudiantes de 4° y 5° de secundaria (Lohr, 2020).

Tabla 2

Distribución de la muestra de una institución pública, 2023

Grado	Frecuencia	Porcentaje
Cuarto	22	46,81%
Quinto	25	53,19%
Total	47	100%

Nota: Nominas de matrícula 2023 de una institución educativa de Cajabamba.

El muestreo que se utilizó fue el no probabilístico por conveniencia, ya que no se ejecutó ninguna fórmula estadística, sino que se extrajo la muestra según la accesibilidad que tiene el investigador.

Entre los criterios de inclusión se tuvo:

- Estudiantes de una institución educativa de Cajabamba de 4° y 5° de secundaria del año 2023.
- Estudiantes de ambos géneros.

Entre los criterios de exclusión se tuvo:

- Estudiantes de primaria de una institución educativa de Cajabamba.
- Docentes, personal administrativo, padres de familia.

2.4. Técnicas e instrumentos de recojo de datos

La técnica fue la encuesta, porque al tener un enfoque cuantitativo, se necesitó aplicar una o más técnicas que permitan recolectar datos medibles (Feria et al., 2020).

Como instrumentos se utilizaron los cuestionarios de escala Likert (Machuca et al., 2023). Para el cuestionario de autoeficacia, se utilizó la escala ya creada de la Autoeficacia Percibida Especifica de Situaciones académicas (EAPESA), este instrumento cuenta con 10 ítems creados a partir de su dimensión unidimensional, además, tuvo validación internacional y presenta una confiabilidad del Alfa de Cronbach de 0.900 (Anexo 1).

Para el estrés académico se utilizó el Inventario SISCO del estrés académico, el cual tuvo 32 ítems divididos de la siguiente manera: 10 para estresores académicos, 15 para síntomas o reacciones y 7 para estrategias de afrontamiento; este instrumento contó con validez previa e internacional, teniendo un Alfa de Cronbach de 0.860 (Anexo 1).

Ambos instrumentos son considerados altamente confiables y utilizados a nivel internacional por diferentes instituciones educativas.

2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información

Para el procesamiento de los datos se empleó el SPSS v. 27, a través de este programa se realizaron las distintas pruebas que permitieron contrastar las hipótesis y responder a los objetivos de la investigación. Los tipos de análisis que se realizaron fue: el estadístico descriptivo y el estadístico inferencial, aplicando tablas y figuras de frecuencia en el primer caso y en el segundo la prueba de normalidad que determinó que

los datos fueron no paramétricos, utilizándose como prueba de hipótesis el Rho de Spearman.

2.6. Aspectos éticos en investigación

Se empleó el anonimato en cada uno de los cuestionarios, de esta manera se respetó la identidad de cada estudiante, sin atentar contra su dignidad; además, como son personas menores de edad, es importante aplicar el consentimiento informado para evitar cualquier inconveniente. También se respetó cada cita realizada aplicando las normas APA 7ma ed. y por último se solicitó la autorización de aplicación a la institución educativa, para que así se cuente con todos los permisos necesarios.

III. RESULTADOS

Tabla 3

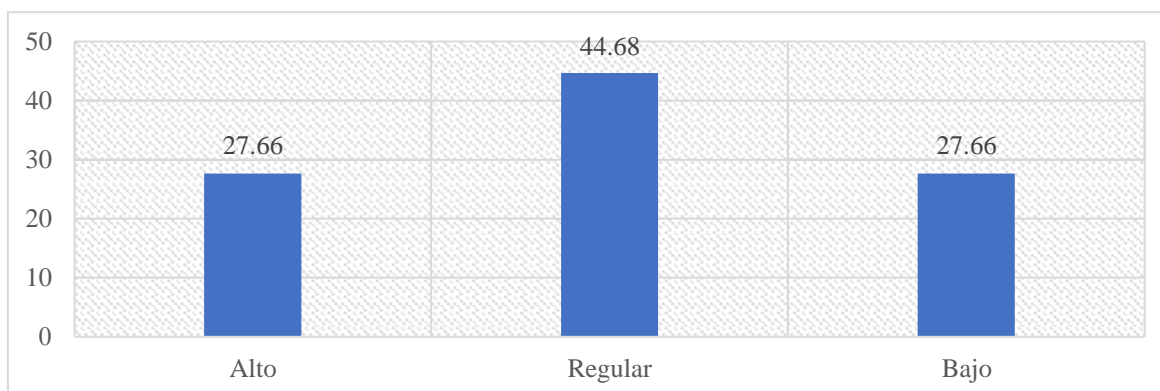
Nivel de la autoeficacia en estudiantes de secundaria

Autoeficacia		
	Frecuencia	Porcentaje
Alto	13	27.66%
Regular	21	44.68%
Bajo	13	27.66%
Total	47	100%

Nota: Datos recolectados a través del cuestionario y tabulados en Excel.

Figura 2

Nivel de la autoeficacia en estudiantes de secundaria



Nota: Datos recolectados a través del cuestionario y tabulados en Excel.

Se logró identificar en la tabla 3 y figura 2 que la autoeficacia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba fue alta en un 27.66% con una frecuencia de 13 participantes, regular en un 44.68% con 21 participantes y bajo en un 27.66% con 13 participantes; esto quiere decir que hay un grupo considerable de estudiantes que no presentan una adecuada autoeficacia, perjudicando su rendimiento en el área de matemática.

Tabla 4

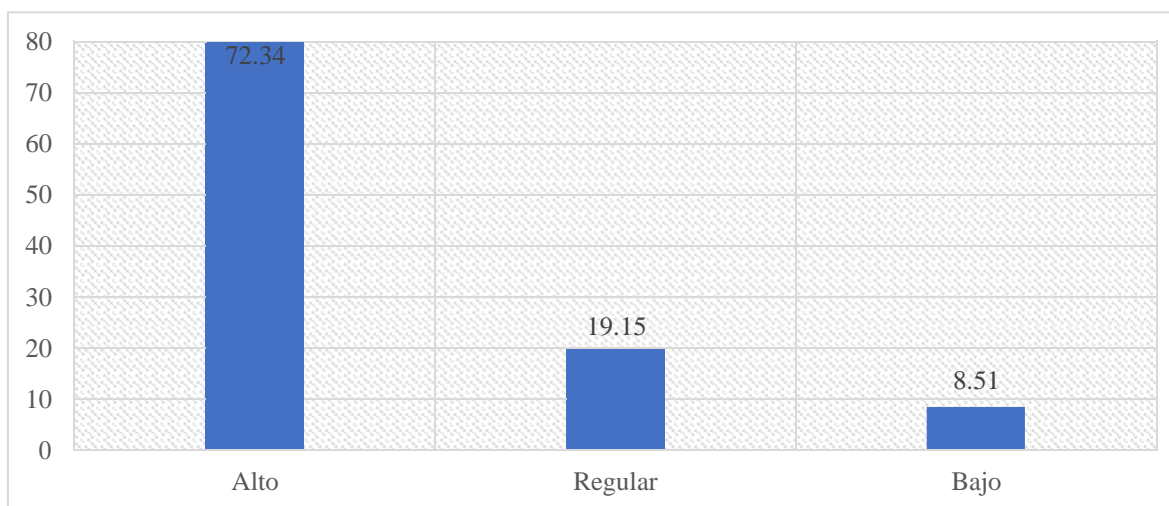
Nivel del estrés académico en estudiantes de secundaria

Estrés académico		
	Frecuencia	Porcentaje
Alto	34	72.34%
Regular	9	19.15%
Bajo	4	8.51%
Total	47	100%

Nota: Datos recolectados a través del cuestionario y tabulados en Excel.

Figura 3

Nivel del estrés académico en estudiantes de secundaria

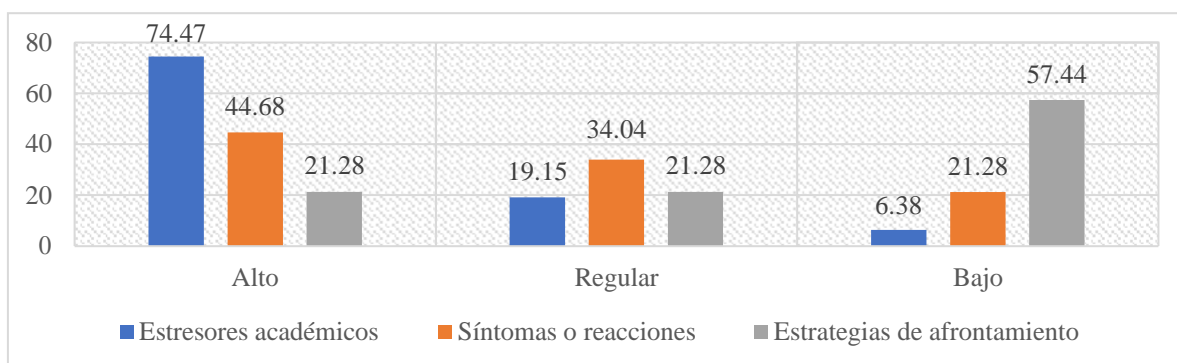


Nota: Datos recolectados a través del cuestionario y tabulados en Excel.

Se logró identificar en la tabla 4 y figura 3 que el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba fue alto en un 72.34% con una frecuencia de 34 participantes, regular en un 19.15% con 9 participantes y bajo en un 8.51% con 4 participantes; esto quiere decir que hay un grupo considerable de estudiantes que presentan estrés académico en el área de matemática.

Tabla 5*Niveles de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de secundaria*

	Estresores académicos		Síntomas o reacciones		Estrategias de afrontamiento	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	35	74.47%	21	44.68%	10	21.28%
Regular	9	19.15%	16	34.04%	10	21.28%
Bajo	3	6.38%	10	21.28%	27	57.44%
Total	47	100.00%	47	100.00%	47	100.00%

Nota: Datos recolectados a través del cuestionario y tabulados en Excel.**Figura 4***Niveles de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de secundaria**Nota:* Datos recolectados a través del cuestionario y tabulados en Excel.

Se logró identificar en la tabla 5 y figura 4 que, en las dimensiones del estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba, se tuvo para los estresores académicos un nivel alto del 74.47% igual a 35 participantes, regular del 19.15% igual a 9 participantes y bajo del 6.38% igual a 3 participantes; en la dimensión síntomas o reacciones, se tuvo un nivel alto del 44.68% con 21 participantes, regular del 34.04% con 16 participantes y bajo del 21.28% con 10 participantes y en las estrategias de afrontamiento, se tuvo un nivel alto del 21.28% con 10 participantes, regular del 21.28% con 10 participantes y bajo de 57.44% con 27 participantes; esto quiere decir que, existe varios estresores relacionados al área de matemática, además los síntomas o reacciones debe ser tratado pues los estudiantes manifiestan síntomas psicológicos y/o físicos, por último, los estudiantes no conocen en su totalidad estrategias para afrontar el estrés que sienten hacia el curso.

Tabla 6*Prueba de normalidad*

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.
Variable 1. Autoeficacia	0.732	47	0.000
Dimensión 1. Autoeficacia	0.732	47	0.000
Variable 2. Estrés académico	0.801	47	0.000
Dimensión 1. Estresores académicos	0.813	47	0.000
Dimensión 2. Síntomas o reacciones	0.822	47	0.000
Dimensión 3. Estrategias de afrontamiento	0.811	47	0.000

Nota: Datos procesados a través del SPSS v.27.

En la tabla 6, se pudo determinar por medio de Shapiro – Wilk para muestras menores a 50 participantes, que la significancia fue menor a 5%, dando a conocer que los datos son de tipo no paramétricos, es decir los datos de la población son no normales, por tal motivo, se utilizó la prueba de Rho Spearman para contrastar las hipótesis de la investigación.

Hipótesis General:

Ha. La relación es significativa entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba

Ho. La relación no es significativa entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Tabla 7

Relación entre la autoeficacia y el estrés académico

		Autoeficacia	Estrés académico
Rho de Spearman	Autoeficacia	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	,672**
		N	47
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	,672**
		Sig. (bilateral)	0.001
		N	47

Nota: Datos procesados a través del SPSS v.27.

En la tabla 7, se determinó que hay relación altamente significativa ($0.001 < 0.01$), con un grado de relación positivo moderado ($Rho = 0,672^{**}$); de tal forma, se aceptó que existe relación altamente significativa, positiva – moderada entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Hipótesis específicas:

Ha. La relación es significativa entre la autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba

Ho. La relación no es significativa entre la autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Tabla 8

Relación entre la autoeficacia y los estresores académicos

		Autoeficacia	Estresores académicos
Rho de Spearman	Autoeficacia	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	,775**
		N	47
	Estresores académicos	Coefficiente de correlación	,775**
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	47

Nota: Datos procesados a través del SPSS v.27.

En la tabla 8, se determinó que hay relación altamente significativa ($0.000 < 0.01$), con un grado de relación positivo alto ($Rho = 0,775^{**}$); de tal forma, se aceptó que existe relación altamente significativa, positiva – alta entre la autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Ha. La relación es significativa entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba

Ho. La relación no es significativa entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Tabla 9

Relación entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones

			Autoeficacia	Síntomas o reacciones
Rho de Spearman	Autoeficacia	Coefficiente de correlación	1.000	,571**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	47	47
	Síntomas o reacciones	Coefficiente de correlación	,571**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	47	47

Nota: Datos procesados a través del SPSS v.27.

En la tabla 9, se determinó que hay relación altamente significativa ($0.000 < 0.01$), con un grado de relación positivo moderado ($Rho = 0,571^{**}$); de tal forma, se aceptó que existe relación altamente significativa, positiva – moderada entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Ha. La relación es significativa entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba

Ho. La relación no es significativa entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Tabla 10

Relación entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento

		Autoeficacia	Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Autoeficacia	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral) N	1.000 ,630** 0.003 47 47
	Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral) N	,630** 1.000 0.003 47 47

Nota: Datos procesados a través del SPSS v.27.

En la tabla 10, se determinó que hay relación altamente significativa ($0.003 < 0.01$), con un grado de relación positivo moderado ($Rho = 0,630^{**}$); de tal forma, se aceptó que existe relación altamente significativa, positiva – moderada entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

IV. DISCUSIÓN

En el objetivo general, en la tabla 7, se determinó que hay relación altamente significativa ($0.001 < 0.01$), con un grado de relación positivo moderado ($Rho = 0,672^{**}$); de tal forma, se aceptó que existe relación altamente significativa, positiva – moderada entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Los resultados difieren de los de Puella y Ttacca (2022), quienes investigaron sobre el estrés y la autoeficacia académica en estudiantes de secundaria. Empleando el modelo cuantitativo, descriptivo correlacional, con una muestra de 155 estudiantes, aplicándoles el cuestionario. Los resultados indicaron un $p = 0.576 > 0.05$ y un $Rho = - 0.045$. Se concluye que no hay relación, pero debe tratarse el estrés en sus distintas dimensiones.

A pesar de encontrar diferencia con otro estudio, la teoría avala los resultados obtenidos, indicando que la autoeficacia se asocia con el bienestar que tiene el estudiante, pues se centra en identificar la actitud que tiene el estudiante dentro del contexto académico, evaluando el desempeño estudiantil en sus distintas categorías, es decir, actitudinal, procedimental y conceptual; cabe mencionar que la autoeficacia y el bienestar se vinculan con las actividades académicas realizadas y el cumplimiento de las exigencias que solicita el docente (Cruz, 2020); a la par, se asocia con el estrés académico, pues este perjudica la autoeficacia; la teoría de Selye (1956) señala que el estrés se manifiesta a través del organismo, generando causas negativas por estímulos internos como son las preocupaciones y externos como son los problemas que perciben de terceros; retomar el equilibrio, se refiere a una adaptación general, donde el organismo es capaz de canalizar el estrés y buscar soluciones para minimizarlo.

De tal manera, si la investigación halló relación se debe atender para que los niveles de autoeficacia no se perjudiquen y el estrés no afecte la salud psicológica y física de los estudiantes.

En el objetivo específico 1, se logró identificar en la tabla 3 y figura 2 que la autoeficacia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba fue alta en un 27.66% con una frecuencia de 13 participantes, regular en un 44.68% con 21 participantes y bajo en un 27.66% con 13 participantes; esto quiere decir que hay un grupo

considerable de estudiantes que no presentan una adecuada autoeficacia, perjudicando su rendimiento en el área de matemática.

Este resultado se asocia a Moposita y Vásquez (2022), quienes indicaron en su investigación que la autoeficacia presentó un nivel regular del 69.9%, por tal motivo debe atenderse, pues el estrés académico puede estar afectándola.

A la par de ello, la literatura fortalece lo hallado en el estudio, indicando que la autoeficacia se refiere a la capacidad que tiene la persona para efectuar actividades de manera adecuada, cumpliendo con todo lo solicitado por el maestro; de tal forma, la autoeficacia, permite reconocer el éxito de una tarea y con ello se identifica las destrezas, aptitudes y habilidades que presenta cada estudiante (Bendezú, 2016, pp. 48).

Es así que, la autoeficacia permite al estudiante tener un buen desempeño, por tal motivo debe mantenerse y para ello se necesita clases activas, didácticas, donde el docente inspire confianza para que el estudiante pregunte y se despejen las dudas.

En el objetivo específico 2, se logró identificar en la tabla 4 y figura 3 que el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba fue alto en un 72.34% con una frecuencia de 34 participantes, regular en un 19.15% con 9 participantes y bajo en un 8.51% con 4 participantes; esto quiere decir que hay un grupo considerable de estudiantes que presentan estrés académico en el área de matemática.

Así mismo, se relaciona con Zambrano (2020), quien identificó que el estrés académico presenta un nivel medio del 44% y un nivel alto del 41%; con ello, se concluye que el estrés académico debe ser atendido porque los estudiantes necesitan confianza y tranquilidad para estudiar y lograr superarse académicamente.

A la par de ello, la literatura señala que el estrés académico, es una respuesta del cuerpo humano ante situaciones difíciles que se presentan en el campo académico; entre estas situaciones se tiene a las grandes demandas de labores académicas, poco tiempo para la presentación de tareas, falta de organización, cantidad de exámenes y el miedo a reprobarlos; por estas y más razones se producen síntomas que afectan el buen desempeño académico (Zea, 2021).

Con ello, se corrobora que los niveles altos de estrés se pueden deber a las exigencias en el área de matemática o la poca comprensión de las clases, siendo relevante la didáctica para lograr disminuir el estrés dentro del curso.

En el objetivo específico 3, en la tabla 8, se determinó que hay relación altamente significativa ($0.000 < 0.01$), con un grado de relación positivo alto ($Rho = 0,775^{**}$); de tal

forma, se aceptó que existe relación altamente significativa, positiva – alta entre la autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Este resultado se asocia con Chávez (2022), quien investigó sobre la autoeficacia en estudiantes de Lima. Los hallazgos indicaron que existe asociación de la autoeficacia con los estresores académicos, presentando un $p < 0,01$ con un $P_s = 0,978$. Se concluye que existe relación significativa, es decir, los estresores académicos son un factor que afecta la autoeficacia del estudiante.

Además, también se relaciona con la literatura donde se señala que los estresores académicos, se basan en el desequilibrio sistémico, como la cantidad de materias y actividades académicas, la cantidad de estudiantes que puede dificultar el buen entender de las clases y las evaluaciones; esto se presenta aún más en los colegios estatales (Cruz, 2020).

De tal forma, es importante identificar cuáles son los estresores académicos en el área de matemática para que así se pueda minimizar el impacto negativo que ocasiona en los estudiantes.

En el objetivo específico 4, en la tabla 9, se determinó que hay relación altamente significativa ($0.000 < 0.01$), con un grado de relación positivo moderado ($Rho = 0,571^{**}$); de tal forma, se aceptó que existe relación altamente significativa, positiva – moderada entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Este resultado se asemeja con Flores (2022), quien investigó la relación entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria. Participando en la investigación 345 estudiantes, a quienes se les aplicó el cuestionario; para ello, la investigación siguió un modelo cuantitativo, correlacional. Los resultados indicaron que, la relación fue de $p = 0,000$, con un $Rho = -0,203$. Se concluye que hay relación y que necesita ser atendida para beneficio de la salud mental del estudiante.

Este resultado se fortalece porque la literatura señala que los síntomas o reacciones, son las afecciones que presenta el estudiante, tanto a nivel físico como mental; en las (a) afecciones físicas, se producen malestares en el cuerpo de la persona, como es el insomnio, problemas estomacales, migraña y fatiga; por otro lado, en las (b) afecciones psicológicas, el estudiante puede presentar desgano, pena, ansiedad, agresividad y bloqueo; en los (c) síntomas conductuales, se genera el aislamiento, vicios como el alcohol y absentismo (Barraza, 2020).

De tal forma, el estrés académico trae consigo síntomas que afecta en la salud física y mental de los estudiantes y esto a la vez afecta la autoeficacia, por tal motivo, se debe atender para no perjudicar el buen desempeño de los estudiantes en el área de matemática.

En el objetivo específico 5, en la tabla 10, se determinó que hay relación altamente significativa ($0.003 < 0.01$), con un grado de relación positivo moderado ($Rho = 0,630^{**}$); de tal forma, se aceptó que existe relación altamente significativa, positiva – moderada entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Este resultado se asemeja con Morales et al. (2022), quienes investigaron sobre la autoeficacia y la personalidad en jóvenes estudiantes, empleando el enfoque cuantitativo y la aplicación de cuestionarios a un total de 126 estudiantes. Los resultados de la autoeficacia y el estrés percibido como parte de la personalidad de los estudiantes, tuvieron una correlación de $-0,620^{**}$ con un $p < 0,05$. Se concluye que existe relación inversa entre la autoeficacia y el estrés que pueden presentar los estudiantes, teniendo en cuenta las estrategias de afrontamiento, pues la personalidad es parte de ello.

Así mismo, la literatura avala los resultados indicando que las estrategias de afrontamiento, son las actividades que ejecutan los estudiantes para lograr obtener el equilibrio mental perdido a causa del estrés, de tal forma, el estudiante es capaz de buscar distintos recursos que permitan reducir los niveles de estrés (Barraza, 2020).

Por tal motivo, las estrategias son fundamentales para manejar el estrés académico y con ello mantener la autoeficacia; siendo importante que los estudiantes conozcan de ello para emplearlo en el área de matemática.

V. CONCLUSIONES

PRIMERA: Se determinó una relación altamente significativa, positiva – moderada (Sig. $0.001 < 0.01$; $Rho = 0,672^{**}$) entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba

SEGUNDA: Se identificó un nivel alto del 27.66%, regular del 44.68% y bajo del 27.66% de la autoeficacia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

TERCERA: Se identificó un nivel alto del 72.34%, regular del 19.15% y bajo del 8.51% del estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

CUARTA: Se determinó una relación altamente significativa, positiva – alta (Sig. $0.000 < 0.01$; $Rho = 0,775^{**}$) entre la autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

QUINTA: Se determinó una relación altamente significativa, positiva – moderada (Sig. $0.000 < 0.01$; $Rho = 0,571^{**}$) entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

SEXTA: Se determinó una relación altamente significativa, positiva – moderada (Sig. $0.003 < 0.01$; $Rho = 0,630^{**}$) entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

VI. RECOMENDACIONES

- PRIMERA: Se recomienda al director y a su equipo de trabajo, crear un plan enfocado a apoyar al estudiante a combatir el estrés académico que puedan sentir en el área de matemática u otra materia.
- SEGUNDA: Se recomienda a los profesores promover un entorno de apoyo y colaboración entre los estudiantes, para que puedan fortalecer su autoeficacia al sentirse respaldados por sus compañeros y maestros.
- TERCERA: Se recomienda al profesor de matemática la implementación de actividades prácticas y lúdicas que hagan que el aprendizaje de las matemáticas sea más interactivo y divertido, buscando reducir el estrés académico.
- CUARTA: Se recomienda a los padres de familia evaluar el comportamiento de sus hijos con respecto a la forma como estudian las clases de matemática y con ello identificar si necesitan ayuda para controlar los niveles de estrés que pueden sentir con respecto al curso.
- QUINTA: Se recomienda a los docentes, tener paciencia y brindar apoyo a sus estudiantes para que se logre identificar y controlar el estrés que pueden sentir con respecto a la materia de matemática.
- SEXTA: Se recomienda al psicólogo de la institución o docente de tutoría, realizar talleres de manejo del estrés, donde se enseñen estrategias de afrontamiento cuando surgen problemas para entender alguna clase o al momento de dar un examen.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adanaqué, M. (2016). *Relación entre autoeficacia académica y rendimiento en la asignatura de Metodología de la investigación de los estudiantes del programa CPEL para personas con experiencia laboral de la Universidad San Ignacio de Loyola* [Tesis de titulación, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional USIL. http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7401/Adanaque_rm.pdf?sequence=3
- Alfaro, R., Carranza, R., Mamani, O. y Caycho, T. (2022). Examinar la autoeficacia académica y el apoyo social percibido como predictores para afrontar el estrés en estudiantes peruanos de Juliaca. *Frente. Educ.*, 7(1), 22-35. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.881455>
- Arias, J. y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Ediciones Enfoques Consulting EIRL.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Pearson Education.
- Bandura, A. (1982). Mecanismo de autoeficacia en la agencia humana. *Psicólogo estadounidense*, 37 (2), 122–147. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Barraza, A. (2020). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12(22), 272–283. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3265008>
- Bendezú, J. (2016). *Autoeficacia y competencias profesionales del periodista de los estudiantes de IX y X ciclo de Comunicaciones en la Universidad César Vallejo, 2015* [Tesis pregrado, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio institucional UCV <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/7571>.
- Carli, T., Ribeiro, A. y Oliveira, L. (2021). Perceived quality of life among Brazilian medical students: initial findings from a follow-up study. *Psychol Health Med.*15(2), 1-9. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1898650>
- Chávez, C. (2021). *El 33% de niños y adolescentes tiene problemas de salud mental asociados a la pandemia*. Ojo Público. <https://ojo-publico.com/derechos-humanos/salud/tres-cada-10-ninos-presentan-problemas-salud-mental-peru>
- Chávez, E. (2022). Academic Self-Efficacy: Analysis of Internal Structure and Invariance in High School Students from Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 10(2), 1-10. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n2.1541>

- Chinchay, J. P., y Flores, V. (2019). *Nivel de estrés en familiares de pacientes en la unidad de cuidados intensivos, Hospital Eleazar Guzmán Barrón - Nuevo Chimbote, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Santa]. Repositorio UNS. <http://repositorio.uns.edu.pe/handle/UNS/3477>
- Córdova, C. (2022). *Autoeficacia y Procrastinación Académica de los estudiantes de quinto grado de secundaria de una institución educativa pública de Lima* [Tesis de Titulación, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/98630>
- Cruz, M. (2020). *Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria en Lima Metropolitana* [Tesis de titulación, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio USMP. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/7027>
- Espinoza, A., Pernas, I. y Gonzáles, R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades médicas*, 18 (3), 697-717. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-
- Fauzi, M., Anuar, T., Teh. L., Lim, W., James, R. y Ahmad R. (2021). Stress, anxiety and depression among a cohort of health sciences undergraduate students: the prevalence and risk factors. *Int J Environ Res Pub Health*, 18(6), 32-69. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063269>
- Feria, H., Matilla, M. y Mantecón, S. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿Métodos o técnicas de indagación empírica?. *Didáctica y Educación*, 11 (3), 62 – 79. <https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalía/article/view/992/997>
- Flores, A. (2022). *Autoeficacia académica y estrés académico en estudiantes de segundo a quinto grado de secundaria de la institución educativa emblemática Francisco Antonio de Zela, Tacna 2022* [Tesis de titulación, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio UPT. <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2752/Flores-Quea-Aracelly.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gómez, R. (2021). *Autoeficacia Académica y Ansiedad ante Exámenes en estudiantes de la facultad de ingeniería de una universidad privada de Trujillo* [Tesis de titulación, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio UPAO. https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/7649/3/REP_PSIC_ROSITA.GOMEZ_AUTOEFICACIA.ACAD%C3%89MICA.ANSIEDAD.EX%C3%81M

ENES.ESTUDIANTES.FACULTAD.INGENIER%3%8DA.UNIVERSIDAD.PRI
VADA.TRUJILLO.pdf

- Gordon, J., & Borja, S. (2020). La pandemia de COVID-19: establecimiento de la agenda de investigación en salud mental. *Psiquiatría Biol*, 88(2), 130-131. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2021.08.266>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de investigación: Las Rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. Mc Graw Hill Interamericana
- Hoying, J., Melnyk, B., Hutson, E. y Tan, A. (2020). Prevalence and Correlates of Depression, Anxiety, Stress, Healthy Beliefs, and Lifestyle Behaviors in First-Year Graduate Health Sciences Students. *Worldviews Evid Based Nurs*, 17(1), 49-59. <https://doi.org/10.1111/wvn.12415>
- Leyva, T. (2023). *Ansiedad y estrés académico en estudiantes de una institución educativa secundaria de Moche, 2022* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/117382/Leyva_STA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lohr, S. (2020). *Desing and Analysis* (3ª Ed.). CRC Press.
- Machuca, A., Maldonado, E. y Vines, V. (2023). Tratamiento y representación de datos provenientes de escalas tipo Likert. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 736-747. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.6905
- Ministerio de Salud (30 de setiembre de 2021). *Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Montes, F., Rodríguez, L. y Guzmán, F. (2023). Autoestima, autoeficacia, conducta prosocial y el consumo de alcohol en adolescentes escolarizados. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 23 (1), 368-381. <https://doi.org/10.21134/haaj.v23i1.799>
- Moposita, E. y Vásquez, F. (2022). Autoeficacia y estrés académico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina*, 6(6), 10365-10380. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4139
- Morales, M., Rojas, L., Guzmán, E. y Baeza, C. (2022). Estrés, autoeficacia, apoyo-social y personalidad en estudiantes del Programa de Acceso y Acompañamiento Efectivo a

- la Educación Superior. *Revista Educación*, 46(1), 1-15.
<https://doi.org/10.15517/revedu.v46i1.45585>
- Perez, E. (2023). *Autoeficacia y estrés en la procrastinación académica de estudiantes de psicología de una universidad privada de Chimbote, 2022* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/116673/Perez_LEM1-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pereyra, C., Páez, N., Ronchieri, A. y Trueba, D. (2019). Validación de la escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 37(2), 473-493.
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/20981/20666>
- Puclla, P. y Ttacca, B. (2022). *Estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública N°1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022* [Tesis de titulación, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1891/1/TTACCA%20APAZA%20BLANCA.docx.pdf>
- Quispe, C. A. (2019). *Niveles de estrés académico en estudiantes de la carrera profesional de trabajo social de la Universidad Inca Garcilazo de la Vega, periodo 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilazo de la Vega]. Repositorio UIGV. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4237>
- Rivera, M., Martínez, M., González, F. y Salazar, M. (2017). Autoeficacia, participación social y percepción de los servicios universitarios según el sexo. *Revista De Psicología*, 25(2), 1-16. <https://doi.org/10.5354/0719-900581.2016.44842>
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. McGraw-Hill
- Sernaque, M. (2023). *Autoeficacia y estrés académico en estudiantes de Trujillo* [Tesis de titulación, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio UPAO. https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/11411/REP_MARIA.SERNAQUE_AUTOEFICACIA.Y.ESTRES.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Tovar, A. y Pillaca, G. (2021). *La salud mental en las juventudes peruanas: Una crisis aún pendiente por atender*. Equilibrium CenDE. <https://equilibriumcende.com/salud-mental-juventudes-peruanas-una-crisis-aun-pendiente/>

- Venancio, G. A. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis de titulación, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2383>
- Unicef (2021). *1 de cada 7 adolescentes tiene un problema de salud mental diagnosticado*. <https://www.unicef.es/noticia/salud-mental-adolescentes-estado-mundial-infancia>
- Zambrano, R. (2020). *Autoeficacia académica y estrés académico de estudiantes de una unidad educativa pública de Guayaquil 2020* [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53593/Solis_ZRR%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Zamora, J., Cruz, J. y Amador, M. (2020). Autoeficacia y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de enseñanza de la matemática. *Innovaciones Educativas*, 22(32), 137-150. <https://doi.org/10.22458/ie.v22i32.2818>
- Zea, M. (2021). *Estrés académico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de una institución pública del distrito de Cocachacra – Arequipa* [Tesis de titulación, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio UNSA. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/12814>

ANEXOS

Anexo 1: Instrumentos de la recolección de la información

ESCALA DE AUTOEFICACIA PERCIBIDA ESPECÍFICA DE SITUACIONES ACADÉMICAS

(EAPESA)

Instrucciones:

A continuación, encontrarás una serie de afirmaciones sobre algunos aspectos relevantes de tu vida académica y los modos diferentes que cada uno tiene de pensar en relación con el contexto académico. Por favor, lee cada frase utilizando la siguiente escala de respuesta:

1= Nunca. 2= Algunas veces. 3= Bastantes veces. 4= Siempre.

N°	PREGUNTAS	Nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Siempre
1	Me considero lo suficiente capacitado(a) para enfrentarme con éxito a cualquier tarea académica.	1	2	3	4
2	Pienso que tengo bastante capacidad para comprender bien y con rapidez una materia.	1	2	3	4
3	Me siento con confianza para abordar situaciones que ponen a prueba mi capacidad académica.	1	2	3	4
4	Tengo la convicción de que puedo hacer exámenes excelentes.	1	2	3	4
5	No es de suma importancia para mí que los profesores sean exigentes y duros, pues confió mucho en mi propia capacidad académica.	1	2	3	4
6	Creo que soy una persona bastante capacitada y competente en mi vida académica.	1	2	3	4
7	Si me lo propongo, creo que tengo la suficiente capacidad para obtener un buen expediente académico.	1	2	3	4
8	Pienso que puedo pasar los cursos con bastante facilidad, e incluso, sacar buenas notas.	1	2	3	4
9	Soy de esas personas que no necesita estudiar mucho para aprobar una asignatura o pasar el curso completo.	1	2	3	4
10	Creo que estoy preparado/a y bastante capacitado(a) para conseguir muchos éxitos académicos.	1	2	3	4

INVENTARIO SISCO

Lea atentamente las siguientes recomendaciones.

- a. Responda de manera honesta e individual.
- b. Lea cada ítem o pregunta y responda en la casilla que se encuentra enfrente.
- c. Seleccione una respuesta e indíquela con una X, según corresponda. Teniendo en cuenta que (1) es poco y (5) mucho, donde:
1 ES NUNCA, 2 ES RARA VEZ, 3 ES ALGUNAS VECES, 4 ES CASI SIEMPRE Y 5 ES SIEMPRE.
- d. Recuerde seleccionar y responder solo una respuesta por ítems.

Indique con qué frecuencia le inquietaron las siguientes situaciones:

ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Me siento competente académicamente con los compañeros del grupo en el área de matemática.					
2. La docente sobrecarga tareas y trabajos escolares de matemática					
3. La personalidad del profesor es muy exigente					
4. Las evaluaciones del área de matemática son muy difíciles.					
5. El tipo de actividades matemáticas que deja la profesora es muy complicado					
6. No entiendo los temas que se abordan en la clase de matemática.					
7. Siento temor a equivocarse en las respuestas de los ejercicios matemáticos hechos en clase.					
8. Participo en clase de matemática.					
9. El tiempo que da la docente de matemática es muy limitado para hacer el trabajo.					
10. Olvido completamente las fórmulas matemáticas sobre un tema en específico.					

Indique con qué frecuencia tuvo las siguientes reacciones físicas, psicológicas y/o comportamentales, cuando estaba preocupado o ansioso en la clase de matemática.

ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Trastornos en el sueño (dificultades al dormir o pesadillas por tareas o exámenes de matemática)					
2. Fatiga crónica al realizar ejercicios de matemática (cansancio permanente)					
3. Dolores de cabeza al ingresar al aula de matemática					
4. Rascar la piel, morder las uñas, frotar las manos o los brazos, durante la clase de matemática					
5. Siento la sensación de dormir en clase de matemática					
6. Incapacidad de relajarse en clase de matemática					

7. Ansiedad en clase matemática					
8. Desesperación al momento de ingresar al aula de matemática					
9. Problemas de concentración en clase de matemática					
10. Sentimientos de agresividad con mis compañeros en la clase de matemática					
11. Aumento en la irritabilidad en la clase de matemática					
12. Aislamiento social durante el desarrollo de clase de matemática.					
13. Desgano para realizar las labores académicas en la clase de matemática					
14. Aumento o reducción del consumo de alimentos a causa de las tareas de matemática					
15. Morder objetos (chicles, borradores, lapiceros, etc.) en clase de matemática					

Señale con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para enfrentar la situación que le causa la preocupación o la ansiedad en el área de matemática.

ÍTEMS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi Siempre	(5) Siempre
1. Defiende sus respuestas en los ejercicios de matemática sin dañar a otros.					
2. Elabora un plan para la ejecución de sus tareas de matemática.					
3. Se elogia a sí mismo cuando efectúa adecuadamente los ejercicios de matemática.					
4. Busca información para fortalecer los temas de matemática.					
5. Habla sobre la situación que le causa preocupación en el área de matemática.					
6. Busca ayuda profesional para fortalecer sus conocimientos en matemática.					
7. Se integra a grupos de trabajo para entender mejor los ejercicios de matemática.					

Anexo 2: Ficha técnica

Nombre original del instrumento:	Autoeficacia Percibida Especifica de Situaciones académicas (EAPESA).
Autor y año:	Original: Autoeficacia Percibida Especifica de Situaciones académicas (EAPESA).
	Adaptación: Ninguna.
Objetivo del instrumento:	Medir la autoeficacia.
Usuarios:	Estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.
Forma de administración o modo de aplicación:	Presencial.
Validez: (Presentar la constancia de validación de expertos)	Validación internacional.
Confiabilidad: (Presentar los resultados estadísticos)	Alfa de Cronbach = 0.900

Nombre original del instrumento:	Inventario SISCO del estrés académico.
Autor y año:	Original: Inventario SISCO del estrés académico.
	Adaptación: Santos Anita Vilca Valderrama.
Objetivo del instrumento:	Medir el estrés académico.
Usuarios:	Estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.
Forma de administración o modo de aplicación:	Presencial.
Validez: (Presentar la constancia de validación de expertos)	Mg. Carlos Micha Cruz. Mg. Ivan Sánchez Vera. Mg. Vilma Sempértegui Ramirez.
Confiabilidad: (Presentar los resultados estadísticos)	Alfa de Cronbach = 0.860

Anexo 3: Validación por jueces expertos



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

PRESENTACIÓN A JUICIO DE EXPERTO

Estimado Validador: Carlos Micha Cruz.

Me es grato dirigirme a usted, a fin de solicitar su colaboración como experto para validar el instrumento que adjunto denominado: **INVENTARIO SISCO**, adaptado por la Br. Santos Anita Vilca Valderrama, cuyo propósito es determinar el nivel de estrés en el área de matemática, el cual será aplicado a estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución de Cajabamba, por cuanto considero que sus observaciones, apreciaciones y acertados aportes serán de utilidad.

El presente instrumento tiene como finalidad recoger información directa para la investigación que se realiza en los actuales momentos, titulado: "AUTOEFICACIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CAJABAMBA, 2023"

Tesis que será presentada a la Universidad Católica de Trujillo, como requisito para obtener el Título Profesional de: Licenciado en Educación Secundaria con mención en Matemática y Física.

Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus correspondientes alternativas de respuesta, en donde se pueden seleccionar una, varias o ninguna alternativa de acuerdo al criterio personal y profesional del actor que responda al instrumento. Se le agradece cualquier sugerencia referente a redacción, contenido, pertinencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante para mejorar el mismo.

Gracias por su aporte

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Santos Anita Vilca Valderrama'.

Santos Anita Vilca Valderrama
DNI 46289921



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA PERTINENCIA DEL INSTRUMENTO

Instrucciones: Marque con una X en donde corresponde que, según su criterio, Si cumple o No cumple, la coherencia entre dimensiones e indicadores de la variable en estudio.

Variable	Dimensiones	Indicadores	N° de ítem	COHERENCIA	
				SI	NO
Estrés académico	Estresores académicos	La competencia académica. Tareas. Clases. Profesor.	1-10	X	
	Síntomas o reacciones	Físico. Psicológico. Cambio de comportamiento.	11-25	X	
	Estrategias de afrontamiento	Habilidades. Autoestima. Religión. Búsqueda de ayuda	26-32	X	



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

Instrucciones de Evaluación de ítems: Coloque en cada casilla de valoración la letra o letras correspondiente al aspecto cualitativo que, según su criterio, cumple o tributa cada ítem a medir los aspectos o dimensiones de la variable en estudio. Las valoraciones son las siguientes:

MA= Muy adecuado / BA= Bastante adecuado / A = Adecuado / PA= Poco adecuado / NA= No adecuado

Categorías a evaluar: Redacción, contenido, congruencia y coherencia en relación a la variable de estudio. En la casilla de observaciones puede sugerir mejoras.

Preguntas		Valoración					Observaciones
N.º	Ítems	MA	BA	A	PA	NA	
1	Me siento competente académicamente con los compañeros del grupo en el área de matemática.	X					
2	La docente sobrecarga tareas y trabajos escolares de matemática	X					
3	La personalidad del profesor de matemática es muy exigente.	X					
4	Las evaluaciones del área de matemática son muy difíciles.	X					
5	El tipo de actividades matemáticas que deja la profesora es muy complicado	X					
6	No entiendo los temas que se abordan en la clase de matemática.	X					
7	Siento temor a equivocarse en las respuestas de los ejercicios matemáticos hechos en clase.	X					
8	Participo en la clase de matemática.	X					
9	El tiempo que da la docente de matemática es muy limitado para hacer el trabajo.	X					
10	Olvido completamente las fórmulas matemáticas sobre un tema en específico.	X					
11	Trastornos en el sueño (dificultades al dormir o pesadillas por tareas o exámenes de matemática)	X					
12	Siento fatiga crónica al realizar ejercicios de matemática (cansancio permanente)	X					
13	Siento dolores de cabeza al ingresar al aula de matemática	X					
14	Me rasco la piel, muerdo las uñas, froto las manos o los brazos, durante la clase de matemática	X					
15	Siento la sensación de dormir en clase de matemática	X					
16	Siento incapacidad de relajarme en la clase de matemática	X					
17	Siento ansiedad en clase matemática	X					
18	Siento desesperación al momento de ingresar al aula de matemática	X					
19	Tengo problemas de concentración en clase de matemática	X					
20	Tengo sentimientos de agresividad con mis compañeros en la clase de matemática	X					



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

21	Siento aumento en la irritabilidad en la clase de matemática	X					
22	Siento aislamiento social durante el desarrollo de clase de matemática.	X					
23	Siento desgano para realizar las labores académicas en la clase de matemática	X					
24	Tengo aumento o reducción del consumo de alimentos a causa de las tareas de matemática	X					
25	Muerdo objetos (chicles, borradores, lapiceros, etc.) en clase de matemática	X					
26	Defiendo mis respuestas en los ejercicios de matemática sin dañar a otros.	X					
27	Elaboro un plan para la ejecución de sus tareas de matemática.	X					
28	Me elogia a sí mismo cuando efectúa adecuadamente los ejercicios de matemática.	X					
29	Busco información para fortalecer los temas de matemática.	X					
30	Hablo sobre la situación que le causa preocupación en el área de matemática.	X					
31	Busco ayuda profesional para fortalecer sus conocimientos en matemática.	X					
32	8. Me integro a grupos de trabajo para entender mejor los ejercicios de matemática.	X					
Total:		32					

Evaluado por: Carlos Micha Cruz

D.N.I.: 41750045

Fecha: 03 de diciembre del 2023

Firma:



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Carlos Micha Cruz, con Documento Nacional de Identidad N° 41750045, de profesión docente de Matemática, grado académico Magíster en Psicología Educativa, con código de colegiatura 0441750045, labor que ejerzo actualmente como profesor en la Institución Educativa Horacio Zevallos Games- Chichir, Cajabamba provincia de Cajamarca.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado **INVENTARIO SISCO**, cuyo propósito es medir el nivel de estrés en el área de matemática, a los efectos de su aplicación a estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.	X				
Amplitud del contenido a evaluar.	X				
Congruencia con los indicadores.	X				
Coherencia con las dimensiones.	X				

Apreciación total:

Muy adecuado (X) Bastante adecuado () A= Adecuado () PA= Poco adecuado ()
No adecuado ()

Trujillo, a los 03 días del mes de diciembre del 2023

Apellidos y nombres: Carlos Micha Cruz DNI: 41750045 Firma:



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

PRESENTACIÓN A JUICIO DE EXPERTO

Estimado Validador: Ivan Sánchez Vera

Me es grato dirigirme a usted, a fin de solicitar su colaboración como experto para validar el instrumento que adjunto denominado: **INVENTARIO SISCO**, adaptado por la Br. Santos Anita Vilca Valderrama, cuyo propósito es determinar el nivel de estrés en el área de matemática, el cual será aplicado a estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución de Cajabamba, por cuanto considero que sus observaciones, apreciaciones y acertados aportes serán de utilidad.

El presente instrumento tiene como finalidad recoger información directa para la investigación que se realiza en los actuales momentos, titulado: "AUTOEFICACIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CAJABAMBA, 2023"

Tesis que será presentada a la Universidad Católica de Trujillo, como requisito para obtener el Título Profesional de: Licenciado en Educación Secundaria con mención en Matemática y Física.

Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus correspondientes alternativas de respuesta, en donde se pueden seleccionar una, varias o ninguna alternativa de acuerdo al criterio personal y profesional del actor que responda al instrumento. Se le agradece cualquier sugerencia referente a redacción, contenido, pertinencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante para mejorar el mismo.

Gracias por su aporte

Santos Anita Vilca Valderrama
DNI 46289921



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA PERTINENCIA DEL INSTRUMENTO

Instrucciones: Marque con una X en donde corresponde que, según su criterio, Si cumple o No cumple, la coherencia entre dimensiones e indicadores de la variable en estudio.

Variable	Dimensiones	Indicadores	N° de ítem	COHERENCIA	
				SI	NO
Estrés académico	Estresores académicos	La competencia académica. Tareas. Clases. Profesor.	1-10	X	
	Sintomas o reacciones	Físico. Psicológico. Cambio de comportamiento.	11-25	X	
	Estrategias de afrontamiento	Habilidades. Autoestima. Religión. Búsqueda de ayuda	26-32	X	



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

Instrucciones de Evaluación de ítems: Coloque en cada casilla de valoración la letra o letras correspondiente al aspecto cualitativo que, según su criterio, cumple o tributa cada ítem a medir los aspectos o dimensiones de la variable en estudio. Las valoraciones son las siguientes:

MA= Muy adecuado / BA= Bastante adecuado / A = Adecuado / PA= Poco adecuado / NA= No adecuado

Categorías a evaluar: Redacción, contenido, congruencia y coherencia en relación a la variable de estudio. En la casilla de observaciones puede sugerir mejoras.

Preguntas		Valoración					Observaciones
N.º	Ítems	MA	BA	A	PA	NA	
1	Me siento competente académicamente con los compañeros del grupo en el área de matemática.	X					
2	La docente sobrecarga tareas y trabajos escolares de matemática	X					
3	La personalidad del profesor de matemática es muy exigente.	X					
4	Las evaluaciones del área de matemática son muy difíciles.	X					
5	El tipo de actividades matemáticas que deja la profesora es muy complicado	X					
6	No entiendo los temas que se abordan en la clase de matemática.	X					
7	Siento temor a equivocarse en las respuestas de los ejercicios matemáticos hechos en clase.	X					
8	Participo en la clase de matemática.	X					
9	El tiempo que da la docente de matemática es muy limitado para hacer el trabajo.	X					
10	Olvido completamente las fórmulas matemáticas sobre un tema en específico.	X					
11	Trastornos en el sueño (dificultades al dormir o pesadillas por tareas o exámenes de matemática)	X					
12	Siento fatiga crónica al realizar ejercicios de matemática (cansancio permanente)	X					
13	Siento dolores de cabeza al ingresar al aula de matemática	X					
14	Me rasco la piel, muerdo las uñas, froto las manos o los brazos, durante la clase de matemática	X					
15	Siento la sensación de dormir en clase de matemática	X					
16	Siento incapacidad de relajarme en la clase de matemática	X					
17	Siento ansiedad en clase matemática	X					
18	Siento desesperación al momento de ingresar al aula de matemática	X					
19	Tengo problemas de concentración en clase de matemática	X					
20	Tengo sentimientos de agresividad con mis compañeros en la clase de matemática	X					



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

21	Siento aumento en la irritabilidad en la clase de matemática.	X					
22	Siento aislamiento social durante el desarrollo de clase de matemática.	X					
23	Siento desánimo para realizar los labores académicos en la clase de matemática.	X					
24	Tengo aumento o reducción del consumo de alimentos a causa de las tareas de matemática.	X					
25	Muerdo objetos (chicles, borradores, lapiceros, etc.) en clase de matemática.	X					
26	Defiendo una respuesta en los ejercicios de matemática un dañar a otros.	X					
27	Elaboro un plan para la ejecución de mis tareas de matemática.	X					
28	Me elogia a ti mismo cuando efectúo adecuadamente los ejercicios de matemática.	X					
29	Busco información para fortalecer los temas de matemática.	X					
30	Hablo sobre la situación que le causa preocupación en el área de matemática.	X					
31	Busco ayuda profesional para fortalecer mi conocimiento en matemática.	X					
32	Me integro a grupos de trabajo para entender mejor los ejercicios de matemática.	X					
Total:							

Evaluated por: Ivan Sánchez Vera

D.N.I.: 41910241

Fecha: 01 de diciembre del 2023

Firma:



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Ivan Sánchez Vera, con Documento Nacional de Identidad N° 41910241, de profesión docente de la especialidad de matemática, grado académico licenciado, con código de colegiatura 0941910241, labor que ejerzo actualmente como profesor en la Institución Educativa Ricardo Palma- Chaquicocha, Cajabamba, provincia de Cajamarca.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado **INVENTARIO SISCO**, cuyo propósito es medir el nivel de estrés en el área de matemática, a los efectos de su aplicación a estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.	X				
Amplitud del contenido a evaluar.	X				
Congruencia con los indicadores.	X				
Coherencia con las dimensiones.	X				

Apreciación total:

Muy adecuado (X) Bastante adecuado () A= Adecuado () PA= Poco adecuado ()
No adecuado ()

Trujillo, a los 2 días del mes de diciembre del 2023

Apellidos y nombres: Sánchez Vera Ivan.

DNI: 41910241 Firma:



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

PRESENTACIÓN A JUICIO DE EXPERTO

Estimado Validador: Vilma Sempértegui Ramirez

Me es grato dirigirme a usted, a fin de solicitar su colaboración como experto para validar el instrumento que adjunto denominado: INVENTARIO SISCO, adaptado por la Br. Santos Anita Vilca Valderrama, cuyo propósito es determinar el nivel de estrés en el área de matemática, el cual será aplicado a estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución de Cajabamba, por cuanto considero que sus observaciones, apreciaciones y acertados aportes serán de utilidad.

El presente instrumento tiene como finalidad recoger información directa para la investigación que se realiza en los actuales momentos, titulado: "AUTOEFICACIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CAJABAMBA, 2023"

Tesis que será presentada a la Universidad Católica de Trujillo, como requisito para obtener el Título Profesional de: Licenciado en Educación Secundaria con mención en Matemática y Física.

Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus correspondientes alternativas de respuesta, en donde se pueden seleccionar una, varias o ninguna alternativa de acuerdo al criterio personal y profesional del actor que responda al instrumento. Se le agradece cualquier sugerencia referente a redacción, contenido, pertinencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante para mejorar el mismo.

Gracias por su aporte

Santos Anita Vilca Valderrama
DNI 46289921



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA PERTINENCIA DEL INSTRUMENTO

Instrucciones: Marque con una X en donde corresponde que, según su criterio, Si cumple o No cumple, la coherencia entre dimensiones e indicadores de la variable en estudio.

Variable	Dimensiones	Indicadores	N° de ítem	COHERENCIA	
				SI	NO
Estrés académico	Estresores académicos	La competencia académica. Tareas. Clases. Profesor.	1-10	X	
	Síntomas o reacciones	Físico. Psicológico. Cambio de comportamiento.	11-25	X	
	Estrategias de afrontamiento	Habilidades. Autoestima. Religión. Búsqueda de ayuda	26-32	X	



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

Instrucciones de Evaluación de ítems: Coloque en cada casilla de valoración la letra o letras correspondiente al aspecto cualitativo que, según su criterio, cumple o tributa cada ítem a medir los aspectos o dimensiones de la variable en estudio. Las valoraciones son las siguientes:

MA= Muy adecuado / BA= Bastante adecuado / A = Adecuado / PA= Poco adecuado / NA= No adecuado

Categorías a evaluar: Redacción, contenido, congruencia y coherencia en relación a la variable de estudio. En la casilla de observaciones puede sugerir mejoras.

Preguntas		Valoración					Observaciones
N.º	Ítems	MA	BA	A	PA	NA	
1	Me siento competente académicamente con los compañeros del grupo en el área de matemática.	X					
2	La docente sobrecarga tareas y trabajos escolares de matemática	X					
3	La personalidad del profesor de matemática es muy exigente.	X					
4	Las evaluaciones del área de matemática son muy difíciles.	X					
5	El tipo de actividades matemáticas que deja la profesora es muy complicado	X					
6	No entiendo los temas que se abordan en la clase de matemática.	X					
7	Siento temor a equivocarse en las respuestas de los ejercicios matemáticos hechos en clase.	X					
8	Participo en la clase de matemática.	X					
9	El tiempo que da la docente de matemática es muy limitado para hacer el trabajo.	X					
10	Olvido completamente las fórmulas matemáticas sobre un tema en específico.	X					
11	Trastornos en el sueño (dificultades al dormir o pesadillas por tareas o exámenes de matemática)	X					
12	Siento fatiga crónica al realizar ejercicios de matemática (cansancio permanente)	X					
13	Siento dolores de cabeza al ingresar al aula de matemática	X					
14	Me rasco la piel, muerdo las uñas, froto las manos o los brazos, durante la clase de matemática	X					
15	Siento la sensación de dormir en clase de matemática	X					
16	Siento incapacidad de relajarme en la clase de matemática	X					
17	Siento ansiedad en clase matemática	X					
18	Siento desesperación al momento de ingresar al aula de matemática	X					
19	Tengo problemas de concentración en clase de matemática	X					
20	Tengo sentimientos de agresividad con mis compañeros en la clase de matemática	X					



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

21	Siento aumento en la irritabilidad en la clase de matemática	X					
22	Siento aislamiento social durante el desarrollo de clase de matemática.	X					
23	Siento desgano para realizar las labores académicas en la clase de matemática	X					
24	Tengo aumento o reducción del consumo de alimentos a causa de las tareas de matemática	X					
25	Muerdo objetos (chicles, borradores, lapiceros, etc.) en clase de matemática	X					
26	Defiendo mis respuestas en los ejercicios de matemática sin dañar a otros.	X					
27	Elaboro un plan para la ejecución de sus tareas de matemática.	X					
28	Me elogia a sí mismo cuando efectúa adecuadamente los ejercicios de matemática.	X					
29	Busco información para fortalecer los temas de matemática.	X					
30	Hablo sobre la situación que le causa preocupación en el área de matemática.	X					
31	Busco ayuda profesional para fortalecer sus conocimientos en matemática.	X					
32	8. Me integro a grupos de trabajo para entender mejor los ejercicios de matemática.	X					
Total:		32					

Evaluado por: Sempértgui Ramirez Vilma

D.N.I.: 27422398

Fecha: 04 de diciembre de 2023

Firma:



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Vilma Sempértégui Ramírez, con Documento Nacional de Identidad N° 27422398, de profesión Profesora de Matemática, grado académico Magíster en Psicología Educativa, con código de colegiatura 0927422398, labor que ejerzo actualmente como profesora de aula en la Institución Educativa N° 1460 del distrito de Encañada, provincia de Cajamarca.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado INVENTARIO SISCO, cuyo propósito es medir el nivel de estrés en el área de matemática, a los efectos de su aplicación a estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.	X				
Amplitud del contenido a evaluar.	X				
Congruencia con los indicadores.	X				
Coherencia con las dimensiones.	X				

Apreciación total:

Muy adecuado (X) Bastante adecuado () A= Adecuado ()
PA= Poco adecuado () No adecuado ()

Trujillo, a los 4 días del mes de diciembre del 2023

Sempértégui Ramírez Vilma

DNI: 27422398

Firma:

Anexo 4: Operacionalización de variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Escala de Medición
Autoeficacia	Cruz (2020) se centra en identificar la actitud que tiene el estudiante dentro del contexto académico, evaluando el desempeño estudiantil en sus distintas categorías, es decir, actitudinal, procedimental y conceptual; cabe mencionar que la autoeficacia y el bienestar se vinculan con las actividades académicas realizadas y el cumplimiento de las exigencias que solicita el docente.	La autoeficacia, presentó un total de 10 ítems, siendo unidimensional. Se midió con la escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones académicas (EAPESA), que contó con validez internacional.	Unidimensional	Capaz Comprensión Confianza Convicción. Percepción positiva. Facilismo. Seguridad. Percepción de sus capacidades.	1 – 10	Cuestionario: Escala de Autoeficacia Percibida Especifica de Situaciones académicas (EAPESA)	Ordinal
Estrés académico	Zea (2021) es un tipo de respuesta del cuerpo humano ante situaciones difíciles que se presentan en el campo académico; entre estas situaciones se tiene a las grandes demandas de labores académicas, poco tiempo para la presentación de tareas, falta de organización, cantidad de exámenes y el miedo a reprobarnos; por estas y más razones se producen síntomas que afectan el buen desempeño académico.	El estrés académico, tuvo un total de 32 ítems, creados a partir de sus tres dimensiones: estresores académicos, síntomas o reacciones y estrategias de afrontamiento. Se midió a través del inventario SISCO de estrés académico, que contó con validez internacional.	Estresores académicos Síntomas o reacciones Estrategias de afrontamiento	La competencia académica. Tareas. Clases. Profesor. Físico. Psicológico. Cambio de comportamiento. Habilidades. Autoestima. Religión. Búsqueda de ayuda.	1 – 10 11 – 25 26 - 32	Cuestionario: Inventario SISCO de estrés académico.	Ordinal

Anexo 5: Carta de presentación



"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Trujillo, 11 de diciembre del 2023

CARTA N°634-2023/UCT-FH
Dirigido a Wilmer Humberto Ibáñez Toribio
Director de la I.E. HORACIO ZAVALLOS GAMES
CAJAMARCA

De mi especial consideración:

Es propicia la oportunidad para saludarle muy cordialmente y a la vez hacerle llegar un cordial saludo.

Ante usted presento, a la Br. Santos Anita Vilca Valderrama, de la Carrera de Educación Secundaria de la especialidad de Matemática y Física, de la Facultad de Humanidades, de la Universidad Católica de Trujillo "Benedicto XVI", quien desea realizar su trabajo de investigación denominada **"AUTOEFICACIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CAJABAMBA, 2023"**, en su institución el día 13 de diciembre del año 2023, con el propósito de aplicar sus instrumentos, siendo un requisito importante para la validez y confiabilidad de su tesis, con el fin de poder obtener su título profesional.

Me despido de usted con las muestras de mi más alta consideración y respeto a su persona.

Muy respetuosamente,




Dr. Héctor Israel Velásquez Cueva
Decano de la Facultad de Humanidades
Universidad Católica de Trujillo



 Carretera Panamericana Norte Km. 555, Moche - Trujillo - Perú

 www.uct.edu.pe

Anexo 6: Carta de autorización emitida por la entidad que faculta el recojo de datos



**INSTITUCION EDUCATIVA
"HORARIO ZEVALLOS GAMES"**

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

El que suscribe, Wilmer Humberto Ibáñez Toribio, director de la Institución Educativa "Horacio Zevallos Games" de Chichir- Cajabamba, suscribe la siguiente:

CARTA DE AUTORIZACIÓN

Que la Br. Santos Anita Vilca Valderrama, identificada con DNI 46289921, egresada de la UNIVERSIDAD CATOLICA DE TRUJILLO "BENEDICTO XVI" de la especialidad de Matemática y Física, se le autoriza aplicar su encuesta para su proyecto de investigación titulado "AUTOEFICIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE CAJABAMBA, 2023", dicha encuesta se llevará a cabo el 15 del presente mes, distrito de Cachachi, provincia de Cajabamba, departamento de Cajamarca, en el mes de diciembre del presente año.

Se expide la presente a petición de la parte interesada, para lo fines que estime conveniente.

Chichir, 13 de diciembre del 2023




Wilmer Humberto Ibáñez Toribio

Anexo 7: Consentimiento informado



ANEXO N° 01

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Trujillo, 14 de diciembre del 2023

Wilmer Humberto Ibáñez Toribio

Director

I.E Horacio Zevallos Games

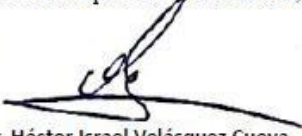
Presente. –

Es grato dirigirme a usted para expresarle mis saludos y al mismo tiempo presentar a: Br. Santos Anita Vilca Valderrama, identificada con DNI 46289921, estudiante del programa de estudios de Educación Secundaria de la especialidad de Matemática y Física de la Facultad de Humanidades, quien desarrollará el proyecto de tesis titulado: "AUTOEFICIENCIA Y ESTRÉS ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE CAJABAMBA, 2023" con la asesoría del Dr. Héctor Israel Velásquez Cueva.

Para ello requieren la autorización y acceso para aplicar el (los) instrumento (s): EAPESA Y SISCO a los participantes de la muestra de estudiantes de la I.E Horacio Zevallos Games y la divulgación de la filiación de la entidad con las características de la misma.

Conocedores de su alto espíritu de colaboración con la investigación que redundará no solo en la identificación y planteamiento de solución a una problemática concreta, sino que al mismo tiempo permitirá el desarrollo de esta tesis que conduzca a la obtención del Título profesional de Licenciado en educación secundaria con mención en Matemática y Física, para la Bachiller presentada líneas arriba.

Agradeciendo su atención a la presente. Atentamente,


Dr. Héctor Israel Velásquez Cueva
Decano de la Facultad de Humanidades
Universidad Católica de Trujillo Benedito XVI



Pd. El presente documento deberá ser firmado y sellado por la persona a la que se dirige el consentimiento, como signo de autorización del mismo.

CÓDIGO DE ÉTICA DE LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

Anexo 8: Asentamiento informado



ANEXO 07 ASENTIMIENTO INFORMADO

Te estamos invitando a participar en el proyecto de investigación: **"AUTOEFICIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CAJABAMBA, 2023"**.

Lo que te proponemos hacer es diligenciar unos cuestionarios de manera anónima y confidencial, cuya contestación dura aproximadamente 30 minutos. Te solicitamos responder sinceramente la información para que la investigación arroje resultados válidos. La administración se realizará en el colegio donde estudias actualmente.

Tu participación en este estudio es completamente voluntaria, si en algún momento te negaras a participar o decidieras retirarte, esto no te generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional, ni académico, ni social.

El equipo de investigación que dirige el estudio lo conforman: los bachilleres Br. Santos Anita Vilca Valderrama, de la Facultad de Humanidades de la Universidad Católica de Trujillo "Benedicto XVI".

La información suministrada por mí será confidencial. Los resultados podrán ser publicados o presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar datos de identificación de los participantes.

En bases de datos, todos los participantes serán identificados por un código que será usado para referirse a cada uno. Así se guardará el secreto profesional de acuerdo con lo establecido en la Ley de Protección de Datos Personales N° 29733 de 2013 y su reglamento aprobado por Decreto Supremo N° 003-2013-JUS, que rige en nuestro país.

Así mismo, declaro que fui informado suficientemente y comprendo que tengo derecho a recibir respuesta sobre cualquier inquietud que tenga sobre dicha investigación, antes, durante y después de su ejecución; que tengo el derecho de solicitar los resultados de los cuestionarios y pruebas que conteste durante la misma. Considerando que los derechos que tengo en calidad de participante de dicho estudio, a los cuales he hecho alusión previamente, constituyen compromisos del equipo de investigación responsable del mismo, me permitimos informar que asiento, de forma libre y espontánea, mi participación en el mismo.

En constancia de lo anterior, firmo el presente documento, en la ciudad de Cajabamba, el 13 de diciembre del 2023.

Firma 
Nombre HUMBERTO IBAÑEZ TORIBLO
Documento de identificación No. 26935072

Investigador I: Santos Anita Vilca Valderrama

Documento de Identidad:46289921

Correo institucional o personal: anny_vv_20@hotmail.com

Asesor de la facultad de Humanidades: Héctor Israel Velásquez Cueva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4953-3452>

Correo institucional: h.velasquez@uct.edu.pe

Universidad Católica de Trujillo "Benedicto XVI"

Anexo 9: Matriz de consistencia

TÍTULO	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Autoeficacia y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.	Problema: ¿Cuál es la relación entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba?	Hipótesis: Ha. La relación es significativa entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.	Objetivo general: Determinar la relación entre la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba. Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el nivel de la autoeficacia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba. • Identificar el nivel del estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba. • Determinar la relación entre la 	Autoeficacia. Estrés académico	Unidimensional. Estresores académicos. Síntomas o reacciones. Estrategias de afrontamiento.	Tipo: Aplicada. Método: Hipotético deductivo. Diseño: No experimental. Población y muestra: Población: 128 estudiantes de secundaria. Muestra: 47 estudiantes de 4° y 5° de secundaria. Técnicas e instrumentos de recolección de datos: La encuesta y el cuestionario. Métodos de análisis de investigación: Análisis estadístico descriptivo e inferencial.

			<p>autoeficacia y los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre la autoeficacia y los síntomas o reacciones en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba. • Determinar la relación entre la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajabamba. 			
--	--	--	---	--	--	--

Anexo 10: Datos

AUTOEFICACIA EN EL ÁREA DE MATEMÁTICA										
Nº	Ítem 1	Ítem 2	Ítem 3	Ítem 4	Ítem 5	Ítem 6	Ítem 7	Ítem 8	Ítem 9	Ítem 10
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4
4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4
5	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4
6	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4
7	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4
8	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4
9	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4
10	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3
11	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
12	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4
13	4	4	3	4	3	2	3	4	4	2
14	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2
15	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2
16	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2
17	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2
18	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2
19	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
20	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2
21	3	4	1	4	2	3	2	1	3	3
22	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3
23	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3
24	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
25	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
26	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3

27	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
28	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
31	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2
32	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2
33	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2
34	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1
35	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
36	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2
37	3	4	1	4	2	3	2	1	3	1
38	3	3	4	4	4	4	3	3	1	3
39	4	3	3	4	2	3	2	3	3	1
40	3	3	3	4	1	2	1	3	3	1
41	1	4	3	3	3	2	1	3	1	1
42	2	2	3	4	3	2	3	3	4	3
43	1	3	3	3	2	3	2	4	3	3
44	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3
45	3	3	3	3	1	2	3	1	3	1
46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
47	2	2	2	3	1	1	3	2	3	2

ESTRÉS ACADÉMICO EN EL ÁREA DE MATEMÁTICA

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

26	3	3	2	3	1	2	2	2	2	4	2	1	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	4	2	1	2	3	2	2	2	2
27	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2
28	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1
30	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
31	2	4	3	3	3	4	4	2	2	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	4	2	2	3	3	4	3	4	4	4	2	2
32	2	3	3	3	2	4	4	3	4	3	1	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	1	3	4	4	4	4	3	4
33	2	4	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2
34	1	2	4	2	3	4	4	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	3	4	4	2	4	2	2	2	4	2	4	4	2	4
35	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2
36	2	1	2	2	1	2	3	4	2	2	4	4	2	2	2	4	2	4	4	2	3	4	2	2	4	4	2	2	2	3	4	2
37	2	2	2	2	1	4	2	4	3	4	2	1	4	1	3	4	2	2	1	4	2	4	3	4	2	1	4	1	4	2	2	1
38	2	1	3	3	2	1	3	4	4	4	3	4	2	3	2	4	3	3	2	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	4
39	1	4	3	4	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	4	3	4	3	4	2	3	4	2	2	2	2	4	4	3	3	1
40	1	2	2	3	4	2	2	4	4	4	2	4	2	2	4	2	2	3	4	4	2	4	4	4	2	4	2	2	4	2	4	4
41	1	3	2	4	3	1	4	2	3	4	2	3	4	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	4	4	3	4	2	2	4	2	3
42	1	3	2	3	1	1	2	2	2	4	2	1	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	4	1	1	2	1	1	2	1	3
43	2	1	4	4	2	1	2	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2
44	3	3	3	2	3	3	1	1	2	3	3	4	3	4	2	3	3	2	1	1	1	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3
45	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1
46	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2
47	2	2	3	3	3	4	4	2	2	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	1	3	2	1	1	2	4	3	3	3	4	1	1

Anexo 11: Informe de similitud

