



Universidad Nacional

SAN LUIS GONZAGA



Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional

Esta licencia permite a otras distribuir, combinar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial y, a pesar que son nuevas obras deben siempre rendir crédito y ser no comerciales, no están obligadas a licenciar sus obras derivadas bajo los mismos términos.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA
FACULTAD DE ENFERMERIA
UNIDAD DE INVESTIGACION
EVALUACION DE ORIGINALIDAD

CONSTANCIA N° 25 – 2025

El que suscribe, deja constancia que se la realizado el análisis con el software de verificación de similitud al **Informe Final** cuyo título es:

Resiliencia relacionada al estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024

Presentado por:

Bach: **MARIA ISABEL LEVANO BALLON**

Bachiller del nivel de **Pregrado** de la Facultad de Enfermería. El resultado obtenido es **4 %** por el cual se otorga el calificativo de **APROBADO**, según Reglamento para la evaluación de la Originalidad de los documentos de investigación. Se adjunta al presente el reporte de evaluación con el software de verificación de originalidad

Ica, 17 de Feb del 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA"
FACULTAD DE ENFERMERIA
UNIDAD DE INVESTIGACION


Dra. NORMA PASTOR RAMÍREZ
DIRECTORA

Operador LSO

Fecha y hora :17-Feb- 2025 12:01 P.M.

Id:114706876

UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA"
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

Facultad de enfermería



Resiliencia relacionada al estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024

Línea de investigación:

Salud pública y conservación del medio ambiente.

**INFORME FINAL DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERIA**

AUTORA:

Levano Ballón María Isabel

ASESORA:

DRA. Pebes Mendoza Alejandrina Bertha
Código ORCID: 0000-0002-9213-043X

Ica – Perú

2025

DEDICATORIA

Mi tesis se la dedico con todo mi amor y cariño.

A ti DIOS que me diste la oportunidad de vivir y de regalarme una hermosa familia.

Con mucho cariño principalmente a mis padres que me dieron la vida y han estado en todo momento conmigo.

AGRADECIMIENTO

A la universidad nacional san Luis Gonzaga que me ha exigido tanto y me permitió formarme profesionalmente.

A cada uno de los docentes quienes me transmitieron toda su sabiduría con paciencia y dedicación, en especial a mi asesora

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
Dedicatoria.....	ii
Agradecimientos.	iii
Índice de Contenidos.....	iv
Índice de Tablas.....	v
Índice de Figuras.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii

Cuerpo del Informe Final

I. Introducción.....	9
II. Estrategia metodológica	19
III. Resultados.....	23
IV. Discusión	32
V. Conclusiones.....	35
VI. Recomendaciones	36
VII. Referencias bibliográficas	37
VIII. Anexos.....	42

ÍNDICE DE TABLAS		Pág.
Tabla 1	Distribución de porcentaje por datos generales de los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	17
Tabla 2	Nivel de resiliencia en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	18
Tabla 3	Dimensión confianza y sentirse bien en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	19
Tabla 4	Dimensión ecuanimidad en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	20
Tabla 5	Dimensión perseverancia en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	21
Tabla 6	Dimensión satisfacción personal en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	22
Tabla 7	Nivel de estrés académico en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	23
Tabla 8	Dimensión control de estrés en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	24
Tabla 9	Dimensión expresión de estrés en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	25
Tabla 10	Relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión control de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.	26
Tabla 11	Relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión expresión de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.	27
Tabla 12	Relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.	28

ÍNDICE DE FIGURAS

		Pág.
Figura 1	Nivel de resiliencia en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	38
Figura 2	Nivel de estrés académico en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024	39

RESUMEN

El presente estudio titulado: Resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024. Tiene como **Objetivo:** Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024. **Material y método:** el estudio se ejecutó con un enfoque cuantitativo, cuyo diseño fue correlacional, su alcance fue descriptivo en base a los objetivos planteados. La muestra estuvo constituida por 112 estudiantes **Resultado:** El mayor índice en cuanto al nivel de resiliencia fue de nivel medio con el 66.96%, bajo con el 24.11%. y alto con un 8.93%. El mayor índice en el nivel de estrés académico fue leve con un 62.50% y moderado con un 37.50%. Conclusiones: Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

Palabras Clave: Resiliencia, estrés académico, estudiantes

ABSTRACT

The present study entitled: Resilience and academic stress in fifth grade high school students of the Andrés Avelino Cáceres Educational Institution in Subtanjalla, Ica 2024. Its objective is to determine the relationship between resilience and academic stress in fifth grade high school students of the Andrés Avelino Cáceres Educational Institution in Subtanjalla, Ica 2024. Material and method: The study was carried out with a quantitative approach, whose design was correlational, its scope was descriptive based on the stated objectives. The sample consisted of 112 students. Result: The highest index in terms of the level of resilience was medium with 66.96%, low with 24.11%. and high with 8.93%. The highest index in the level of academic stress was mild with 62.50% and moderate with 37.50%. Conclusions: There is a relationship between resilience and academic stress in fifth grade high school students at the Andrés Avelino Cáceres Educational Institution in Subtanjalla, Ica 2024.

Keywords: Resilience, academic stress, students

I. INTRODUCCIÓN

Concerniente a la realidad problemática, en el contexto internacional a nivel internacional en el 2022, la Organización Panamericana de la Salud (OPS)¹ plantea que entre los elementos de mantener la buena salud mental se hallan la autoaceptación y la resiliencia. La experiencia negativa del estrés conduce a la erosión de la resiliencia, que es trascendental para promover la salud mental y está asociada con los componentes interpersonales y personales. También indica que la resiliencia está estrechamente relacionada con la salud emocional y es una herramienta para poder enfrentar situaciones difíciles y sacar ventaja y superar los momentos difíciles.

Así, en 2022, la Organización de las Naciones Unidas (ONU)² identificó que alrededor de 1,6 millones de estudiantes en todo el mundo, especialmente en zonas rurales y de bajos ingresos alejadas de las ciudades, sufrían problemas de salud mental como el estrés. Por tal motivo, la ONU informó que la pandemia resultó perjudicial para la educación a nivel mundial debido al cierre de colegios y universidades.

La Organización Mundial de la Salud (OMS)³ en 2021 ha ejecutado varios estudios sobre el estrés y ha concluido que el 25% de las niñas y el 34% de los niños de 11 años sufren fatiga debido al exceso de trabajo escolar y deberes llegando a un estrés, una situación similar ocurre con los adolescentes, el 70% son mujeres y en el 60% son hombres.

En Latino América, el 67% de los estudiantes experimentan niveles moderados de estrés. Esto puede deberse a diversos elementos como el tiempo, los exámenes y tareas exigidos por el profesor, los niveles elevados de estrés perjudican los sistemas de respuesta humanos y los estados fisiológicos, también afectar negativamente las habilidades cognitivas y motoras, dando lugar a un bajo rendimiento de los estudiantes y en algunos casos provocando que los estudiantes suspendan exámenes en aula minutos antes de que comience el examen.⁴

Finalmente, el nivel de resiliencia es alentador ya que va mejorando, sin embargo, existen excepciones ya que hay estudiantes que tienen bajo nivel de resiliencia, por lo tanto, este tema necesita ser tratado por expertos para lograr que los estudiantes continúen mejorando la resiliencia hasta que obtengan un nivel óptimo.

La edad escolar juega un papel muy importante en el desarrollo de los valores e integridad de cada adolescente en su vida, donde profesores, directivos y amigos proporcionan a los alumnos

una serie de nuevos conocimientos y experiencias que les serán útiles durante su vida, tanto académico como personal; sin embargo, la realidad no siempre es la misma.

Actualmente, la mayoría de los estudiantes consideran esta etapa de máximo estrés académico, porque tienen que convivir con las preocupaciones diarias para cumplir con las tareas, trabajos en grupo, exposiciones y exámenes. A esto se agrega la presión familiar del deber del buen rendimiento académico, lo que da lugar a una serie de síntomas negativos.

Problema general:

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024?

Problemas específicos:

- ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión expresión de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024?
- ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión control de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024?

Con respecto a las investigaciones recientes, se identificaron las siguientes investigaciones que guardaron correspondencia con las variables:

En antecedentes internacionales, se tiene a:

Rodríguez y Cotonieto⁵, México en el año 2022 desarrollaron un estudio de investigación y tuvieron por objetivo relacionar los niveles de estrés académico y resiliencia en estudiantes. La muestra fue 94 alumnos, el estudio fue cuantitativo correlacional. Utilizaron el cuestionario SISCO SV-21 y la Escala de Resiliencia Mexicana (RESI-M). Obtuvieron como resultado que el 67.9% de los alumnos estaban con estrés académico leve y el 70.2% tenían nivel regular de resiliencia. En el estudio comprobaron que existe relación entre las variables del estudio y que los instrumentos midieron correctamente las variables.

Corrales y Gaibor⁶, Ecuador en el 2022 realizaron una tesis con el objetivo de demostrar la relación entre la resiliencia y el estrés en los adolescentes. La muestra fue 120 adolescentes entre 14 y 17 años. El estudio que diseñaron fue no experimental y correlacional. Administraron un cuestionario Inventario SISCO SV-21 y la Escala de Resiliencia de Young. Según los resultados, demostraron que 65% de jóvenes tuvieron estrés académico moderado y el 74% baja resiliencia. Por último, mostraron una correlación significativa entre variables de la tesis.

Molano, et al⁷ Colombia en el 2022 elaboraron una investigación con el objetivo de conocer el nivel de estrés en los estudiantes de una institución educativa, el estudio fue cuantitativo y la muestra fue 78 estudiantes, aplicaron como instrumento un cuestionario validado para evaluar el estrés. En los resultados identificaron que el 49% eran hombres, el 51% mujeres y el 85% tenían alto nivel de estrés. Demostraron en el estudio que las mujeres tienen mayor grado de estrés que los varones, debido a la carga académica como tareas y exámenes, constantes.

Silva et al⁸ México en el 2020 elaboraron un estudio con el objetivo de evaluar el nivel de estrés en los estudiantes. El proyecto fue cuantitativo y descriptivo, la muestra fue 55 estudiantes, aplicaron por instrumento un cuestionario validado como inventario SISCO. En los resultados encontraron un 80% con nivel de estrés moderado, 18% nivel alto y un 2% nivel bajo de estrés, así mismo el 67% son sexo femenino, lo que demuestra que las mujeres se estresan más que los hombres.

Restrepo et al⁹ Colombia en el 2020 desarrollaron una investigación con el objetivo de analizar el grado de estrés académico en estudiantes universitarios, el estudio fue descriptivo, de corte transversal, la muestra fue 45 estudiantes, aplicaron como instrumento un cuestionario para evaluar el estrés. En los resultados obtuvieron que el 59% de estudiantes mantenían estrés elevado por la sobrecarga de tareas y trabajos académicos. En la dimensión de reacciones físicas, el estrés fue alto 69% y en la dimensión de reacciones psicológicas el nivel fue alto 87%.

En antecedentes nacionales se tiene a:

Chati y Díaz¹⁰ Lima en el 2023 realizaron una investigación con el objetivo de demostrar la asociación entre la resiliencia y la autoestima en los estudiantes. El diseño fue no experimental y cuantitativo, su muestra fue 89 estudiantes. Utilizaron como instrumento el test de Rosenberg para la autoestima y el cuestionario Escala de Resiliencia Wagnilg y Young. Como resultado obtuvieron que el 50% de estudiantes tuvo nivel medio de autoestima y el 50% nivel bajo; por otro lado, el 69% tuvo un nivel alto y el 31% nivel regular de resiliencia. Encontraron una relación significativa entre las variables.

Ayauja¹¹ Lima en 2023 elaboraron un estudio con el objetivo de establecer la asociación entre el estrés académico y el afrontamiento en estudiantes, el estudio fue cuantitativo, observacional, la muestra fue 78 estudiantes. Aplicó un cuestionario SISCO SV-21 para calificar al estrés y el Cuestionario de Afrontamiento del estrés (CAE). En los resultados encontró que el estrés es leve 36%, nivel severo 30% de los encuestados y estrés alto 24%. Demostraron que el estrés académico se encuentra asociado con el estilo de afrontamiento de los estudiantes.

Areche et al¹² Huancavelica en el 2023 desarrollaron una investigación con el objetivo de evaluar la relación entre estrés académico y resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa. El estudio fue de tipo descriptivo, cuantitativo y correlacional. La muestra fue 160

estudiantes, evaluaron con los instrumentos tipo cuestionario inventario de estrés SISCO y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER). Encontraron en los resultados sobre estrés académico 85% de estudiantes nivel medio y un 15% en nivel alto; en la resiliencia el 75.6% nivel bajo. Encontraron que existe relación entre la resiliencia y el estrés en los estudiantes.

Caipa¹³ Arequipa en el 2022 realizó un estudio con el objetivo principal de determinar la relación entre el estrés académico y la resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria pública. El estudio tuvo un diseño no experimental transversal correlacional. La muestra estuvo conformada por 111 estudiantes. Los instrumentos que emplearon fueron el cuestionario Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV-21), y el cuestionario Escala de Resiliencia SV-RES. Los resultados demostraron que la resiliencia estuvo en nivel bajo 65% y el estrés académico fue medio 83% de los estudiantes. Así mismo publicaron que no existe relación entre el estrés académico y la resiliencia.

Tafur¹⁴ Túcume en el 2022 realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes. el estudio fue básico, transversal empleando el diseño descriptivo correlacional, la población fue de 70 estudiantes, la técnica fue la encuesta, el cuestionario de resiliencia y el cuestionario inventario SISCO para estrés académico. Los resultados que encontraron fue que existe relación entre resiliencia y estrés académico, el nivel más resaltante en resiliencia está en nivel bajo 51.4%, y el estrés académico en nivel alto 50%.

En antecedentes local, se tiene a:

Salazar et al¹⁵ Ica en el 2023 elaboraron una tesis con el objetivo de hallar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de una institución educativa. La investigación fue cuantitativa, diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra fue 72 estudiantes de secundaria. Los instrumentos que aplicaron fue el cuestionario tipo escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young y el cuestionario Inventario de Estrés Académico SISCO SV21. Los resultados que encontraron en la resiliencia fueron de nivel regular 72%, bajo 28% de estudiantes y en el estrés académico fue de nivel bajo 63% y regular 37% lo que demuestra que existe una relación entre las variables.

Sayan¹⁶ Ica en el 2023 elaboró una investigación con el objetivo de demostrar el nivel de estrés académico de los estudiantes, desarrolló un estudio cuantitativo, descriptivo, no experimental de corte transversal, la muestra de fue 68 estudiantes, el instrumento de evaluación fue el cuestionario tipo inventario SISCO de estrés académico. Obtuvo como resultado que el 84% fueron mujeres y el nivel de estrés es medio 40%, baja 38% y alta 22%. Demostrando que hay nivel medio de estrés y mayor proporción en mujeres, quienes establecieron características de preocupación por las tareas y exámenes.

Choque¹⁷ Ica en el 2022 desarrolló su tesis con el objetivo de informar el nivel de estrés académico en estudiantes, el estudio fue cuantitativo, descriptivo de corte transversal, la muestra fue 60 estudiantes, aplicó el cuestionario SISCO para evaluar el grado de estrés. En sus resultados demostró que el 57% de los estudiantes tienen de 19 a 22 años, el 87% sexo femenino, el 66% estrés severo, 20% leve, 14% moderado. Según la dimensión control de estrés, el 72% estrés es severo. Según la dimensión expresión de estrés el 65% es severo. También identificó que los estudiantes con estrés mayormente son mujeres.

Levano¹⁸ en Ica en el año 2022 realizó un estudio con el objetivo de describir la relación entre el nivel de estrés y la capacidad de resiliencia en estudiantes. Estudio tipo observacional, descriptiva, correlacional y transversal. La muestra fue 120 estudiantes, los instrumentos que aplicaron fueron el cuestionario Escala de Resiliencia, el cuestionario de Escala de Percepción Global de Estrés. Encontraron que el 20,3% estrés bajo, 75,2% moderado y 4,5% alto. El 2,3% baja resiliencia, 52,7% regular y 45% alta. También demostraron que existe una correlación negativa y significativa entre las variables.

Ñañez¹⁹ en Ica en el año 2021 realizó un estudio con el objetivo de establecer la relación entre la resiliencia y el entorno personal en estudiantes. Estudio descriptivo cuantitativo, de corte transversal. La muestra fue 161 estudiantes. Como resultado obtuvieron que el 51.55% tiene un entorno personal favorable y el 48.45% desfavorable. El 51.55% nivel de resiliencia media, el 38.51% baja y el 9.94% alta. Encontraron que existe relación entre la resiliencia y el entorno personal en estudiantes de cuarto y quinto año.

En cuanto a la **justificación** teórica; el estudio mantiene su relevancia teórica porque se dio a conocer los enfoques y teorías apropiadas para el área de la salud en el que se abordan las variables del estudio. Este estudio contribuye a la comprensión de la importancia de establecer un nivel apropiado de resiliencia para hacer frente al estrés de los estudiantes.

La justificación metodológica se basa en la identificación de los resultados necesarios para establecer procesos y trabajar investigaciones que muestran un mismo problema. Este estudio permite trabajar con herramientas validadas para implementar estrategias de intervención. Los resultados obtenidos en la encuesta formarán parte de los antecedentes para futuras investigaciones.

En la justificación práctica, este estudio es imprescindible porque el estrés hoy en día es objeto de preocupación social y no tiene distinción de edad, permitiendo así su evaluación, por lo que su estudio detallado se considera imprescindible, especialmente en el ámbito académico. Asimismo, se considera práctico analizar cómo se adaptan las personas a los eventos adversos e inesperados que ocurren durante su formación académica, lo que se

entiende como capacidad de resiliencia y es importante para la exposición a la adversidad en cualquier entorno de la vida.

Es importante realizar este estudio porque voy a brindar información renovada sobre la resiliencia y el estrés de los alumnos, y con los resultados obtenidos se mantendrá el control de los estresores que ocasionan grandes inconvenientes y desarrollar una buena resiliencia, así los alumnos podrán afrontar las complicaciones que se generan durante el desarrollo escolar.

En razón de lo expuesto se consideró los siguientes objetivos:

Objetivo general:

Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

Objetivos específicos:

- Identificar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión expresión de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.
- Identificar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión control de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

El presente estudio tiene la siguiente estructura:

Capítulo I: Se da exposición de la situación problemática, la formulación del problema, antecedentes, justificación, importancia y objetivos.

Capítulo II: Se exhiben a la estrategia metodológica, indicando el tipo, nivel y diseño del estudio, población, muestra, técnicas e instrumentó de recolección de datos.

Capítulo III: Se da exposición de los resultados conseguidos en la indagación, dando presentación tanto a la estadística descriptiva y comprobación de hipótesis.

Capítulo IV: Se presenta la discusión de los resultados, permitiendo demostrar mediante una comparativa la similitud de estos ante los resultados expuestos por otros autores.

Capítulo V: Se concluye con las conclusiones alcanzadas en la investigación, otorgando respuesta a los objetivos formulados.

Capítulo VI: Se exponen las sugerencias brindadas para compensar la problemática que condujo a la realización del estudio.

Capítulo VII: Se presentan las referencias bibliográficas según estilo Vancouver.

Capítulo VIII: se da exposición de los anexos, matriz de consistencia, operacionalización de variables, instrumento de datos, confiabilidad del instrumento y gráficos estadísticos y documentos empleados para el desarrollo de la investigación.

II. ESTRATEGIA METODOLÓGICA.

2.1 Tipo, nivel y diseño de la investigación.

Tipo de investigación

Es cuantitativo porque se midió las variables en base a puntajes y valores.²¹

Diseño de investigación

Se describe las características de las variables ; transversal porque la información se recolecto en un solo momento y correlacional porque se relacionan las variables.²²

Nivel de investigación

No experimental porque no se manipula las variables del estudio. ²²

2.2. Población y muestra de estudio

Población

La población estuvo conformada por 112 estudiantes de quinto grado del nivel secundario, pertenecientes a una institución educativa Andrés Avelino Cáceres. Según autorización del director como figura en anexo.

Muestra

Estuvo conformada por 112 estudiantes de quinto grado del nivel secundario, pertenecientes a una institución educativa Andrés Avelino Cáceres.

Muestreo

El muestreo no probabilístico por conveniencia.

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados en la institución educativa.
- Estudiantes que hayan aceptado voluntariamente formar parte del estudio.
- Estudiantes que hayan aceptado el consentimiento para ser evaluados.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no están matriculados en la institución educativa.
- Estudiantes que no hayan aceptado voluntariamente formar parte del estudio.
- Estudiantes que no hayan aceptado el consentimiento para ser evaluados.

2.3 Técnicas de recolección de datos.

- Se obtuvo la aprobación del proyecto según resolución N° 363-2024-FE-UNICA
- El mes de septiembre se solicitó la autorización para el desarrollo de la tesis en la Institución educativa.
- En el mes de Septiembre se inició la investigación con la obtención del oficio autorizando el desarrollo de la investigación.
- Primero se le explicó a cada alumno el proceso de encuesta, el propósito y alcance de la investigación.
- Se solicitó la firma de autorización de cada alumno y el consentimiento informado a los padres de familia

2.4 Instrumentos de recolección de datos.

La técnica fue la encuesta.

Instrumento de recolección de datos:

Para recolectar la información se utilizará el cuestionario.

Los instrumentos son la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young, los cuales fueron validados por Salazar V, Reyes P, Romero S.¹¹ conformado por 25 ítems y 4 dimensiones:

- Confianza en sí mismo y sentirse bien.
- Ecuanimidad.
- Perseverancia.
- Satisfacción personal.

Puntaje general

- Alto: - 90 - 45
- Medio: 61 – 89
- Bajo: 29 – 60

Dimensiones	Niveles		
	Bajo	Medio	Alto
Confianza y sentirse bien	10 – 30	31 – 50	51 – 70
Perseverancia	5 – 15	16 - 25	26 – 35
Ecuanimidad	6 – 18	19 – 30	31 - 42
Aceptación de uno mismo	4 – 12	13 - 20	21 - 28

Escala de estrés percibido de Cohen, Kamarck y Mermelstein Validado por Rabanal R¹⁴ conformado por 14 ítems y dos dimensiones

- control de estrés
- expresión de estrés.

El nivel de estrés moderado fluctúa entre 20 y 25, entre 0 a 19 este leve, de 26 a más el estrés se considera elevado.

La Validez del autor fue por juicio de experto y la confiabilidad se realizó a través del alfa de Cronbach.

2.5 Técnicas de procesamiento de datos, análisis e interpretación de resultados

Técnicas de procesamiento de datos.

- Tabulación de encuestas y codificación de datos mediante programa Excel 2016.
- Tratamiento estadístico, con programa estadístico SPSS Versión 25.

Análisis e interpretación de resultados:

En cuanto al tratamiento y análisis de los datos, se organizaron de forma que se determinó el número total de preguntas, evitando la presencia de datos intangibles e incoherentes.

Se revisaron cuidadosamente los cuestionarios para respaldar la exactitud de los datos, y también se utilizó el método estadístico descriptivo utilizando distribuciones de frecuencias relativas y absolutas.

Para el análisis estadístico inferencial y para contrastar la hipótesis general, se realizó el análisis bivariado de relación entre variables de estudio, utilizando la prueba estadística de Rho de Spearman, relacionando la resiliencia y el estrés académico. La prueba estadística utilizó una confiabilidad del 95%, tomando la siguiente decisión estadística: si la significancia p es menor a 0.05.

III. RESULTADOS.

3.1. Presentación e interpretación de resultados.

3.1.1. Estadística descriptiva.

Tabla 1.

Distribución de porcentaje por datos generales de los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Datos Generales	Frecuencia	Porcentaje
Edad		
16	64	57.14%
17	37	33.04%
18	09	8.04%
19	02	1.78%
Sexo		
Femenino	47	41.96%
Masculino	65	58.03%
TOTAL	112	100%

Interpretación.

Según la tabla 1, se evidenció que el mayor índice en la edad fue de 16 años con un 57.14% en los estudiantes, seguido de 17 años con 33.04%; el sexo masculino es el más prevalente con 58.43%.

Tabla 2.

Nivel de resiliencia en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Resiliencia	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	27	24.11%
Medio	75	66.96%
Alto	10	8.93%
TOTAL	112	100%

Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según la tabla 2, se evidenció que el mayor índice en cuanto al nivel de resiliencia fue de nivel medio con el 66.96%, bajo con el 24.11%. y alto con un 8.93%

Tabla 3.

Dimensión confianza y sentirse bien en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Dimensión confianza y sentirse bien	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	25	22.32%
Medio	78	69.64%
Alto	09	8.04%
TOTAL	112	100%

Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según la tabla 3, se evidenció que el mayor índice en cuanto a la dimensión confianza y sentirse bien fue medio con un 69.64%, bajo con un 22.32% y alto con un 8.04%

Tabla 4.

Dimensión ecuanimidad en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Dimensión ecuanimidad	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	30	26.79%
Medio	75	66.96%
Alto	07	6.25%
TOTAL	112	100%

Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según la tabla 4, se evidenció que el mayor índice en cuanto a la dimensión ecuanimidad fue medio con un 69.64%, bajo con un 26.79% y alto con un 6.25%

Tabla 5.

Dimensión perseverancia en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Dimensión perseverancia	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	22	19.64%
Medio	80	71.42%
Alto	10	8.94%
TOTAL	112	100%

Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según la tabla 5, se evidenció que el mayor índice en cuanto a la dimensión perseverancia fue medio con un 71.42%, bajo con un 19.64% y alto con un 8.94%

Tabla 6.

Dimensión satisfacción personal en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Dimensión satisfacción personal	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	27	24.11%
Medio	75	66.96%
Alto	10	8.93%
TOTAL	112	100%

Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según la tabla 6, se evidenció que el mayor índice en cuanto a la dimensión satisfacción personal fue medio con un 66.96%, bajo con un 24.11% y alto con un 8.93%

Tabla 7.

Nivel de estrés académico en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Estrés académico	Frecuencia	Porcentaje
Leve	70	62.50%
Moderado	42	37.50%
Severo	00	00.00%
TOTAL	112	100%

Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según la tabla 7, se evidenció que el mayor índice en el nivel de estrés académico fue leve con un 62.50% y moderado con un 37.50%

Tabla 8.

Dimensión control de estrés en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Dimensión control de estrés	Frecuencia	Porcentaje
Leve	72	64.29 %
Moderado	40	35.71%
Severo	00	00.00%
TOTAL	112	100%

Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según la tabla 8, se evidenció que el mayor índice en la dimensión control del estrés fue leve con un 64.29% y moderado con un 35.71%

Tabla 9.

Dimensión expresión de estrés en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024

Dimensión expresión de estrés	Frecuencia	Porcentaje
Leve	78	69.64%
Moderado	34	30.36%
Severo	00	00.00%
TOTAL	112	100%

Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según la tabla 9, se evidenció que el mayor índice en la dimensión control del estrés fue leve con un 69.64% y moderado con un 30.36%

Tabla 10. Relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión control de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

Resiliencia	Dimensión control de estrés			Total	Rho Sp
	Leve	Moderado	Severo	%	
	%	%	%		
Alto	14.05	10.06	00.00	24.11	R= 0,572
Medio	45.03	21.93	00.00	66.96	
Bajo	05.21	03.72	00.00	08.93	
Total	64.29	35.71	00.00	100	

En la tabla 10 se encontró en los estudiantes que tienen resiliencia en nivel alto en 24.11% mantienen un 14.05% de control de estrés leve y 10.06% control de estrés moderado; los estudiantes con nivel medio de resiliencia con 66.96% tienen 45.03% de control de estrés medio y 21.93% moderado; en estudiantes de nivel bajo de resiliencia con 8.93%, tienen 5.21% de control de estrés leve y 3.72% de estrés moderado.

Tabla 11. Relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión expresión de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

Resiliencia	Dimensión expresión de estrés			Total	Rho Sp
	Leve	Moderado	Severo	%	
	%	%	%		
Alto	15.00	09.11	00.00	24.11	R= 0,567
Medio	48.04	18.92	00.00	66.96	
Bajo	06.60	02.33	00.00	08.93	
Total	69.64	30.36	00.00	100	

En la tabla 11 se encontró en los estudiantes que tienen resiliencia en nivel alto en 24.11% mantienen un 15% de expresión de estrés leve y 9.11% expresión de estrés moderado; los estudiantes con nivel medio de resiliencia con 66.96% tienen 48.04% de expresión de estrés medio y 18.92% moderado; en estudiantes de nivel bajo de resiliencia con 8.93%, tienen 6.60% de expresión de estrés leve y 2.33% de estrés moderado.

3.1.2. Estadística inferencial.

Hipótesis estadística

H₀: No existe relación significativa entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

H₁: Existe relación significativa entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

Nivel de significancia

Confianza al 95%

Significancia (alfa) 5%

Tabla 12

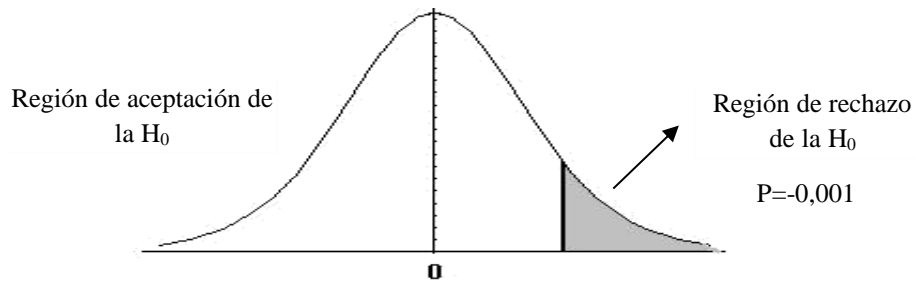
Relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

			Estrés académico
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	,571**
		Sig. (bilateral)	,001
		N	112

En la tabla 12 se evidencia un valor del Rho es 0.571 lo que significa que existe una moderada fuerza de relación entre las variables y con el p – valor $0,001 < 0,005$ se acepta la hipótesis H1: Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

Regla de decisión:

Con un valor calculado de $p=0,001$ ($<0,05$), por lo que la hipótesis nula es rechazada.



Toma de decisión:

Con un valor calculado $p=0,000$ menor al nivel de significancia podemos rechazar la hipótesis nula (H_0) y convalidar la hipótesis alterna (H_1), por lo que se concluye que: Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.

IV. DISCUSIÓN

El mayor índice en cuanto al nivel de resiliencia fue de nivel medio con el 66.96%, bajo con el 24.11%. y alto con un 8.93%. Coincide con Rodríguez y Cotonieto⁵, donde obtuvieron como resultado que el 70.2% tenían nivel regular de resiliencia. También coincide con Chati y Díaz¹⁰ en el resultado obtuvieron que el 50% de estudiantes tuvo nivel medio de autoestima y el 50% nivel bajo; por otro lado, el 69% tuvo un nivel regular y el 31% nivel bajo de resiliencia. Coincide con Salazar et al¹⁵ en los resultados que encontraron en la resiliencia fueron en nivel regular 72% y bajo 28% de estudiantes. No coincide con Corrales y Gaibor⁶, porque según los resultados, el 74% tienen baja resiliencia, tampoco coincide con Salazar et al¹⁵ en los resultados que encontraron en la resiliencia fueron en nivel bajo 72% y regular 28% de estudiantes.

Según los resultados hallados se basa en que hay niveles regulares de resiliencia, el cual muestra que hay dificultades en el estudiante para el manejo adecuado de la perseverancia, la autoconfianza y satisfacción personal. Se fundamenta en la teoría de Nola Pender porque en su modelo de promoción de la salud, incide que es la enfermera quien debe identificar factores cognoscitivos – perceptivos en la persona, de los cuales debe incluir prácticas que reflejen la importancia de la salud y derivados de las actividades. Según su fundamento, los factores que modifican con las características demográficas y biológicas, las influencias interpersonales y los factores de situación, conductuales y que ayudan a predecir la participación en actividades de promoción de la salud.

El mayor índice en el nivel de estrés académico fue leve con un 62.50% y moderado con un 37.50% el cual coincide con Rodríguez y Cotonieto⁵, donde obtuvieron como resultado que el 67.9% de los alumnos estaban con estrés académico leve. También concuerda con Ayauja¹¹ en los resultados encontró donde el estrés es leve con 36%, nivel severo 30% de los encuestados y estrés alto 24%. Coincide con Salazar et al¹⁵ el estrés académico en nivel bajo 63% y regular 37%. No coincide con Corrales y Gaibor⁶, porque según los resultados, el 65% de jóvenes tuvieron estrés académico moderado, tampoco coincide con Molano, et al⁷ en los resultados identificaron que el 85% tenían alto nivel de estrés. No concuerda con Silva et al⁸ en los resultados encontraron un 80% con nivel de estrés moderado, un 18% nivel alto y un 2% nivel bajo de estrés. También Restrepo et al⁹ en los resultados obtuvieron que el 59% de estudiantes mantenían estrés elevado. No coincide con Areche et al¹² en los resultados sobre estrés académico 85% de estudiantes nivel medio. Sayan¹⁶ en su resultado encontró que el nivel de estrés es medio 40%, baja 38% y alta 22%. Finalmente, tampoco coincide con Choque¹⁷ en sus resultados demostró que el 66% estrés severo, 20% leve, 14% moderado. Según la dimensión control de estrés, el 72% estrés severo. Según los resultados hallados y las alternativas de solución con la finalidad de mejorar la situación

por la que atraviesan un gran porcentaje de la población estudiantil, la cual se caracteriza por presentar un nivel medio de estrés, tal resultado no debe ser considerado como un indicador alarmante, sin embargo, el no reforzar los recursos de afrontamiento con los que se dispone podría conllevar a distintas dificultades académicas. Se relaciona con la teoría de Nola Pender porque menciona que la enfermera en todo momento de su accionar aporta bienestar y conocimientos al individuo, a la familia y a la población. En la teoría menciona que en todo momento se busca educar a la población, en lo que respecta al autocuidado y de esta manera generar una vida saludable. La enfermera determina, interviene, evalúa y realiza seguimiento a cada individuo para modificar a tiempo y conseguir cambios efectivos en las conductas de riesgo de salud de las personas.

V. CONCLUSIONES.

- Se concluye que, en cuanto al nivel de resiliencia fue de nivel medio con el 66.96% estudiantes, nivel bajo con el 24.11% estudiantes y finalmente alta con un 8.93% estudiantes, mayormente está en nivel medio debido a que los padres no toman en cuenta el desarrollo emocional de sus hijos y por tanto no reciben consejería y evaluación oportuna
- Derivando de los resultados, se concluye que el mayor índice en el nivel de estrés académico fue leve con un 62.50% estudiantes y moderado con un 37.50% estudiantes, el estrés se está manteniendo en un nivel leve porque según las evaluaciones en las escuelas los docentes están teniendo más flexibilidad en las tareas y exámenes para evitar que el estrés aumente en los estudiantes.
- Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024, existe la relación porque a menor nivel de resiliencia mayor será el estrés académico por la falta de capacidad para afrontar adecuadamente el estrés.

VI. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda al director y plana docente, tomar en consideración los resultados obtenidos en el presente estudio e implementar nuevos métodos orientados a reforzar el proceso de aprendizaje, mediante el logro de una mayor sintonía entre ambos (docente-estudiante) para una buena resiliencia y la asignación de tareas de forma dosificada, corroborando siempre que las indicaciones brindadas por el docente hayan sido comprendidas para que de esta manera no se conviertan en fuentes de estrés para sus estudiantes.
2. Se recomienda al director de la Institución Educativa y docentes coordinar con la psicóloga educativa para realizar sesiones educativas sobre ejercicios de relajación y respiración como la meditación, yoga, dinámicas, musicoterapias, ejercicios de pintura y dibujo para bajar los niveles del estrés académico de los estudiantes.
3. Se recomienda realizar reuniones periódicas entre docentes y padres de familia para concientizar y sobre la importancia de asistir con sus hijos a terapia, y abordar temas de manejo de emociones, reconocer a través de intervenciones educativas los problemas de estrés y resiliencia que presentan, las complicaciones que pueden generar, como la afectación cardiovascular, sistema nervioso.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Organización Panamericana de la Salud. Resiliencia en tiempos de pandemia. 2022
Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/resiliencia-tiempos-pandemia>
2. ONU. La educación en los últimos tiempos. EE.UU. 2022. disponible en:
<https://www.un.org/es/impacto-acad%C3%A9mico/educaci%C3%B3n-para-todos>
3. OMS. Estadísticas de aprendizaje.2021. disponible en: <https://data.who.int/es/>
4. Román C. y Ortiz F. El estrés académico en estudiantes latinoamericanos. 2022. Disponible en:
[file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/El estrés académico en estudiantes latinoamericanos no.pdf](file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/El%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20en%20estudiantes%20latinoamericanos.pdf)
5. Rodríguez R. y Cotonieto E. Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos. Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo, 10(20), 153-159. 2022. Disponible en:
<https://doi.org/10.29057/icsa.v10i20.7164>
6. Corrales H, y Gaibor I. Estrés Académico y su relación con la Resiliencia en Adolescentes. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6(6), 10435-10449.2022 Disponible en:
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4140
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4140/6323>
7. Molano N, Chalapud L, Astaíza M. Nivel de estrés durante la pandemia covid-19 en universitarios del suroccidente colombiano. Hacia la promoción de la Salud [Internet]. 2022 [citado el 13 de enero de 2024]; 27(1): 38-51. Disponible en:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772022000100038&lng=en. [citado 5 de enero de 2024]
<https://doi.org/10.17151/hpsal.2022.27.1.4>.
8. Silva M, López J, Columba M. Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y Ciencia [Internet]. 2020 [consultado 14 enero 2024];28(79):75-83. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>.
9. Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., Castañeda Quirama, T. Estrés académico en estudiantes universitarios. Psicoespacios, [Internet]. 2020 [consultado 20 febrero 2024].14(24), 17-37. Disponible en: <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>.
10. Chati M y Díaz S. Resiliencia y la autoestima en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en el año 2022. Disponible en:
<https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/5139/T-TPLP-CHATI%20CHAHUA%20MARJORIE%20y%20DIAZ%20PALOMINO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

11. Ayauja A. Relación entre el estrés académico y Las técnicas de afrontamiento en estudiantes de pregrado de medicina de una Universidad Privada en Lima, 2023. Disponible en: https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/5000/T-TPMC-AYAUAJA%20CHACALIAZA%20ANANI%20TERESA_Resumen.pdf?sequence=1&isAllowed=y
12. Areche D, Gutierrez N, Pari L. Relación que existe entre estrés académico y resiliencia en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa “Juan Velasco Alvarado” del distrito de Anchonga de la región Huancavelica. Disponible en: <https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/8897>
13. Caipa C. Estrés académico y la resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria pública en la Punta de Bombón – Arequipa 2022 <https://repositorio.unsa.edu.pe/items/9458a0d5-9cb2-4c38-be1e-59c2aee9fdf6>
14. Tafur L. Resiliencia y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa Elina Vincas Llanos de Túcume; 2022. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_f6f99c8bfd1727b4d83fd8c5402b92b6
15. Salazar V, Reyes P, Romero S. resiliencia y el estrés académico en estudiantes de cuarto y quinto año del nivel secundario de una institución educativa estatal-Ica; 2023 disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3453083?locale=es>
16. Sayan F. Nivel de estrés académico de los estudiantes de Enfermería del VI y VII ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista. Lima; 2022. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/5021/T-TPLE-ALPUN%20FLORIAN%20ANDREA%20GERALDINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Choque C. estrés académico en estudiantes de Enfermería del V y VI Ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista noviembre 2021. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/3620>
18. Levano A. nivel de estrés y la capacidad de resiliencia en estudiantes de Ica; 2023. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/4180/T.%20TPMH%20%20LEVANO%20MU%c3%91ANTE%20AMANDA%20NICOLE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. Ñañez L. Resiliencia y el entorno personal en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la I.E. Julio C. Tello, Ica – 2021.
20. Rabanal R. Nivel de estrés percibido y la resiliencia en el personal de salud del hospital Nacional Hipólito Unanue – Lima 2023.

21. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación. Sexta Edición ed. Interamericana Editores SAdCV, editor. México D.F.: McGraw-Hill Education; 2017.
22. Arias J. y Covinos M. Diseño y metodología de la investigación. 1a ed. Arequipa: ENFOQUES CONSULTING EIRL; 2021. Disponible en: www.tesisconjosearias.com.

VIII. ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA DE ICA

Buenos días, estimados trabajadores; soy egresada de la Facultad de Enfermería y el presente cuestionario, tiene por objetivo recolectar su valiosa información.

DATOS GENERALES:

Edad:

Sexo:

Indicaciones: A continuación, se le presenta una serie de preguntas las cuales deberá responder marcando con una (X) la respuesta que considere

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

Cuestionario para evaluar resiliencia

ÍTEM	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planeo algo lo realizo.							
2. Soy capaz de resolver mis problemas.							
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.							
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.							
5. Si debo hacerlo puedo estar solo(a).							
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.							
8. Me siento bien conmigo mismo(a).							
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10. Soy decidido (a).							
11. Soy amigo de mí mismo							
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.							
13. Considero cada situación de manera detallada.							
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							
15. Soy auto disciplinado (a).							
16. Por lo general encuentro de que reírme.							
17. La confianza en mí mismo (a) me permite atravesar momentos difíciles.							
18. En una emergencia soy alguien en quien se puede confiar.							
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.							
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.							
21. Mi vida tiene sentido.							
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.							
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.							
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.							
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.							

Cuestionario para evaluar estrés

Marca con una "X" en el casillero aquella opción que exprese mejor tu situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta marca solo una opción.					
Enunciados	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	Frecuentemente	Casi siempre
1. En el último mes ¿Qué tan seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	0	1	2	3	4
2. En el último mes ¿Qué tan seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	0	1	2	3	4
3. En el último mes ¿Qué tan seguido te has sentido continuamente tenso?	0	1	2	3	4
4. En el último mes ¿Qué tan seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	3	2	1	0
5. En el último mes ¿Qué tan seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	3	2	1	0
6. En el último mes ¿Qué tan seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	3	2	1	0
7. En el último mes ¿Qué tan seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	3	2	1	0
8. En el último mes ¿Qué tan seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	0	1	2	3	4
9. En el último mes ¿Qué tan seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	3	2	1	0
10. En el último mes ¿Qué tan seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	3	2	1	0
11. En el último mes ¿Qué tan seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	0	1	2	3	4
12. En el último mes, ¿con qué frecuencia has pensado sobre las cosas que te faltan por hacer	0	1	2	3	4
13. En el último mes ¿Qué tan seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	3	2	1	0

14. En el último mes ¿Qué tan seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	0	1	2	3	4

UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA" DE ICA

FACULTAD DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, ----- con DNI ----- autorizo y acepto participar en el proyecto titulado:

Resiliencia relacionada al estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica - 2024

Con el conocimiento de que nunca seré identificado y siempre se mantendrá el anonimato y confidencialidad de mi identidad personal.

Los resultados se analizarán como grupo y mi nombre no aparecerá en la publicación.

Estoy enterado(a) que este estudio es confidencial y libre de costo.

ATENTAMENTE

.....

FIRMA

Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión expresión de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estrés</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Identificar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión expresión de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.</p> <p>Identificar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en su dimensión control de estrés en estudiantes de quinto grado de</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>H₁: Existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.</p> <p>H₀: No existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE:</p> <p>Resiliencia en estudiantes de quinto de secundaria.</p> <p>VARIABLE DEPENDIENTE:</p> <p>Estrés académico en estudiantes de quinto de secundaria.</p>	<p>Tipos y diseño de investigación:</p> <p>De corte transversal, no experimental y de enfoque cuantitativo.</p> <p>Nivel de investigación:</p> <p>De nivel de investigación es correlacional.</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental, prospectivo.</p> <p>Población:</p> <p>La población es de 112 estudiantes de secundaria</p> <p>Muestra:</p> <p>La muestra es de 112 estudiantes de secundaria</p>

<p>académico en su dimensión control de estrés en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024?</p>	<p>secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica 2024.</p>			<p>Muestreo no probabilístico por conveniencia.</p> <p>Técnica e instrumentos:</p> <p>Técnica de encuesta. Como instrumento se utilizó un cuestionario estructurado</p>
--	--	--	--	--

Operacionalización de la variable:

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	INSTRUMENTO
<p>Variable independiente</p> <p>Resiliencia en estudiantes de quinto de secundaria.</p>	<p>Es la capacidad que tiene el estudiante para hacer las actividades de manera correcta a pesar de dificultades y frustraciones que pasa en el hogar, en la escuela y así superarla.</p>	<p>Habilidad que tiene el estudiante para realizar sus actividades adecuadamente. Se evaluará mediante la Escala de Resiliencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Confianza y sentirse bien • Ecuanimidad. • Perseverancia. • Satisfacción personal. 	<ul style="list-style-type: none"> • creer en sí mismo y en sus propias capacidades • Perspectiva balanceada de la vida • Tranquilidad • Moderación de actitudes • Persistencia • Deseo de logro • Autodisciplina • Comprensión del significado de la vida • Contribución a la vida • Significado de libertad • Sentimiento de importancia e individualidad 	<p>Cuestionario</p>

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	INSTRUMENTO
<p>Variable dependiente</p> <p>Estrés académico en estudiantes de quinto de secundaria.</p>	<p>Es la percepción de los estresores que tiene el estudiante en relación con las condiciones y sus formas de afrontarlo</p>	<p>Esta percepción de estrés del estudiante se evaluará con la Escala de Percepción Global de Estrés</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Control de estrés • Expresión de estrés 	<ul style="list-style-type: none"> • Molestia por sucesos inesperados • Incapacidad de controlar hechos • Sentirse tenso • No poder realizar todas las cosas que debía • Molestia por situación fuera del control • Propio control del tiempo • Habilidades para problemas personales • Afrontamiento de cambios efectivamente en la vida 	<p>Cuestionario</p>

AUTORIZACION



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

INSTITUCIÓN EDUCATIVA
"ANDRÉS AVELINO CÁCERES DORREGARAY"
SUBTANJALLA



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO". "

CONSTANCIA

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "ANDRÉS AVELINO CÁCERES" DEL DISTRITO DE SUBTANJALLA, QUE AL PIE SUSCRIBE:


HACE CONSTAR:

Que la Srta. **MARIA ISABEL LEVANO BALLÓN**, con D.N.I. N° 75024096, de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" de Ica, en la Especialidad de Enfermería, ha realizado un **CUESTIONARIO** en el tema: **Resiliencia Relacionada al Estrés Académico en Estudiantes**, en el siguiente grado Quinto (A, B, C, D), desde el día 10/09/2024 hasta el día 11/09/2024, en nuestra **Institución Educativa "Andrés Avelino Cáceres" del Distrito de Subtanjalla**, así mismo durante su tiempo de permanencia ha demostrado Respeto y Responsabilidad con la Institución Educativa.

Se expide el presente documento a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

Subtanjalla, 26 de Setiembre del 2024



(x) 
PROF. JUSTO MIGUEL CARMONA LENGUA
DIRECTOR

DIR/JMCL
SEC/jkcl.

Calle Amazonas s/n Distrito de Subtanjalla-Ica
Email: mesapartesavelinocaceres@gmail.com

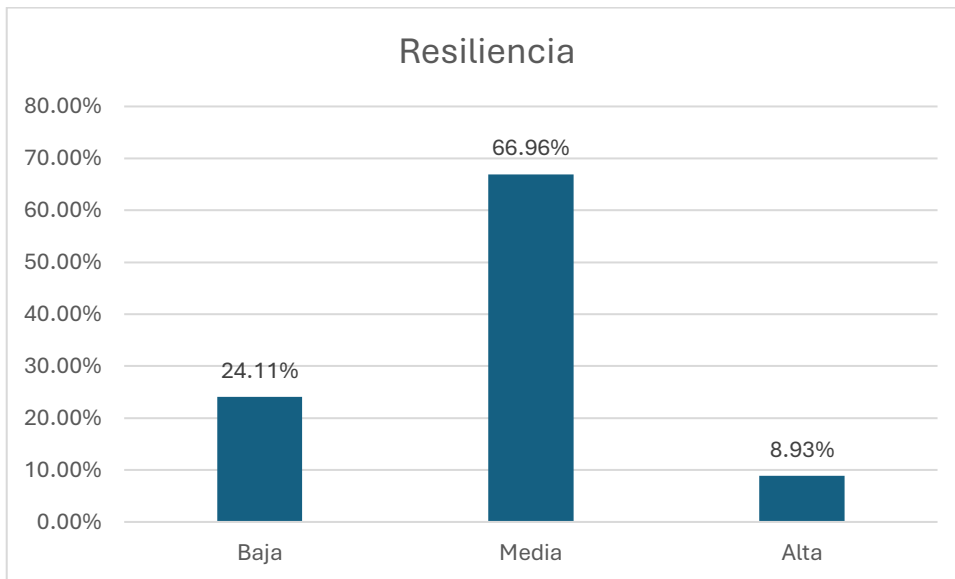
Tel. 944 612 034

EVIDENCIAS



Gráfico 1.

Nivel de resiliencia en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024



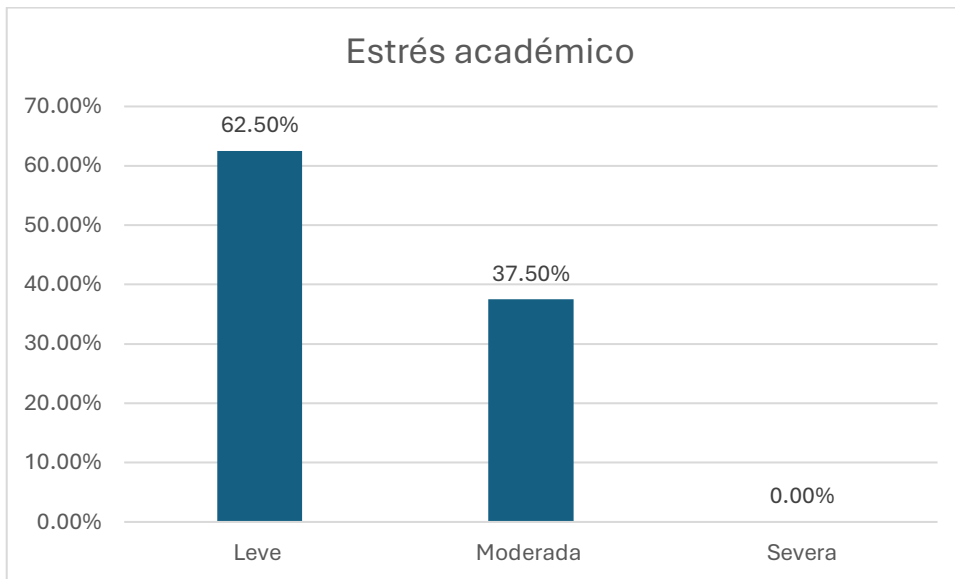
Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según el gráfico 1, se evidenció que el mayor índice en cuanto al nivel de resiliencia fue de nivel medio con el 66.96%, bajo con el 24.11%. y alto con un 8.93%

Grafico 2.

Nivel de estrés académico en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres en Subtanjalla, Ica – 2024



Fuente: Generador de gráficos de Microsoft Excel 2019.

Interpretación.

Según el gráfico 2, se evidenció que el mayor índice en el nivel de estrés académico fue leve con un 62.50% y moderado con un 37.50%